

## РЕЛИГИОЗНО-ОРИЕНТИРОВАННОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ

С.А.БЕЛОРУСОВ

*Коня готовят на день битвы, но победа – от  
Господа.*

***Притчи 21: 31***

*Современная социо-историческая реальность характеризуется как небывалым темпом технологического прогресса («сжатие времени»), так и нарастающей фрустрацией личностных стремлений к осмысленности бытия («духовный голод»). В этих условиях становится насущным введение новой перспективы в сфере психологической помощи. Автор настоящей статьи видит ее в религиозно-ориентированном консультировании.*

Пытаясь осмыслить принципы религиозно-ориентированного консультирования, мы не ставим своей целью инициацию нового вида психотерапии. Понятием «религиозная ориентация» определяется специфическое отношение терапевта к клиенту и особая позиция консультанта в структуре терапевтического процесса. Консультирование такого рода исходит из принципа, предполагающего присутствие Высшего Начала 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.

Под духовностью, применительно к теме изложения, можно понимать ту сферу человеческого бытия, благодаря которой биологический вид *homo sapiens*, воплощаясь в отдельном человеке, приобретает способность явить себя как личность, более того, как

личность уникальная. В отличие от неповторимости, уникальность предполагает такую сущностную характеристику личностного бытия, как возможность становиться иным. Понятие духовности необходимо включает в себя то, что принято называть высшими ценностями: актуализацию свободы, потенцию творчества, мотивацию сопричастности в виде возрастающей внутренней и внешней (значимая коммуникация с другими и трансцендентным Высшим) интеграции. Однако, пытаясь определить духовное измерение личности, нельзя не учитывать замечания современного христианского психотерапевта Т.А.Флоренской: «Психология не может претендовать на определение понятия «духовного Я» уже потому, что определить – значит положить предел беспредельному» (Флоренская, 1993, с.14).

В течение нашего столетия все более четко обозначалась тенденция к интеграции современных психологических теорий и понятий традиционной духовности. 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. Предметное его рассмотрение уместно начать с той формы, которая осуществляется в рамках духовной практики православия и, соответственно, доступна лишь воцерковленным людям.

Традиция духовной помощи, сложившаяся в церкви, предусматривает наставления, связанные с таинством исповеди, пастырское окормление и старчество.

Исповедь в православной традиции является Таинством, поскольку здесь происходит нравственное преображение личности, «второе крещение». По описанию церковного историка, изложение грехов исповедником именуется «поновлением» (Алмазов, 1894, с.163). Возможности духовной помощи, оказываемой умелым священником, получили следующее описание в труде Г.Щавельского «Православное пастырство»: «На исповеди у пасомых раскрываются все их душевные раны и греховные наросты, души обнажаются во всей своей наготе. В другое время пастырю надо изыскивать случаи и способы, чтобы подойти к грешнику, расположить его к раскаянию и повлиять на него. А здесь сами кающиеся идут к пастырю, сами ищут его помощи, ожидают его воздействия на их души. Не пытаясь представить всей возможности влияния духовника на совесть исповедника, скажем лишь, что именно на

исповеди пастырь имеет возможность вырывать из души кающегося корни тех грехов, которые, развиваясь, превращают грешников в закоренелых преступников. Для успеха исповеди, прежде всего, необходимо, чтобы между духовником и исповедником установилась известного рода гармония. Это бывает, когда духовник живо входит в переживания кающегося, причем проявляет не только строгость судьи, но и попечительность с сострадательностью любящего отца. Наконец, должно отметить, что духовник должен соблюдать большую осторожность в самом задавании кающемуся вопросов. Неуместными неосторожными вопросами можно достичь обратного результата: познакомить кающегося с грехом ему не известным, проявить ненужное любопытство – и оно смутит кающегося; неосторожно коснуться болезненных ран его души – и вместо исцеления растравить их» (Щавельский, 1996, с.579-580).

Учебник «Пастырское богословие», озадачивая будущего духовника трудными вопросами, дает такого рода рекомендации к достижению подлинной «метанойи – изменению ума» кающегося: «Какое положение занимает духовник во время исповеди – активное или пассивное? Выслушивает он или испытывает? Оставляет ли на усмотрение кающегося широту и глубину покаяния, диапазон и захват его или стремится вынести на Божий свет все, таящееся в глубине кающегося, хотя бы и бежало этого света укрывающееся в глубине совести, а, может быть, себя в очах кающегося еще не обнаружившее зло? Любое попустительство духовника, выражающееся или в недостатке активности, или в отсутствии инициативы, в неприменении наводящих вопросов идет вразрез с назначением исповеди» (Константин, 1960, с.132).

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. Подобные отношения менее всего регламентируются церковными уставами. Как правило, здесь обозначается общее направление, оставляющее свободу выбора духовному сыну/дочери.

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 духовно 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. Историк отечественного богословия пишет так:

«Пастырство для Антония есть, прежде всего, путь любви и любви деятельной, действенной. Это способность духовного отождествления пастыря с пасомыми. У пастыря как бы исчезает «я» и всегда и во всем заменяется «мы». Пастырское влияние основано на таинственном общении душ. Пастырская воля действует на чужую свободу в свободе – здесь обоюдное действие и усвоение» (Флоровский, 1937, с.429).

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 исказить аутентичный духовный путь мирянина, не принявшего монашеский обет «отсечения собственной воли», тем более «откровения помыслов». Сохранение собственной воли как свободы выбора остается здесь одновременно и привилегией-даром и источником искушений.

Структура отношений в рамках духовной традиции старчества точно описана Ф.М.Достоевским: «Итак, что же такое старец? Старец – это берущий вашу душу и вашу волю в свою душу и в свою волю. Избрав старца, вы от своей воли отрешаетесь и отдаете ее ему в полное послушание. Эту страшную школу жизни обрекающий себя принимает добровольно в надежде после долгого искуса победить себя, овладеть собою до того, чтобы мог, наконец, достичь через послушание всей жизни уже совершенной свободы, то есть свободы от самого себя, избегнув участи тех, которые всю жизнь прожили, а себя в себе не нашли. Обязанности к старцу не то, что обыкновенное послушание, а вечная исповедь и неразрешимая связь» (Достоевский, 1991, с.56).

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.

К.Н.Леонтьев, дипломат, литератор, мыслитель, в конце жизни принявший монашество, пишет: «Знаешь ли ты, что за наслаждение отдать все свои познания, свою образованность, свое самолюбие, свою гордую раздражительность в распоряжение какому-нибудь простому, но опытному и честному старцу? Знаешь ли, сколько христианской воли нужно, чтобы убить в себе другую волю, светскую волю?» (Леонтьев, 1914, с.19). Старчество являет в лучших своих представителях удивительную высоту мудрости и любви. Даже ворчливый и временами провоцирующий В.В.Розанов описывает свой опыт наблюдения за одним из оптинских старцев мягко, добродушно и благоговейно: «Старец вошел «духовным оком» во все подробности его материального и семейного устройства. Не переучивая и не переделывая очевидно крепкого мужика, старец как бы только стал с ним в соседство, придвинул свою келью к его кабаку. С тем вместе, видно было, что со стороны старца не было

никакого мирволения кабаку, никакого вхождения в жадные и хищные вкусы мужика. Он их не прощал, но он о них молчал. Он вошел в мир грубости святою статуей, прибавил веяние мудрой, наставительной и кроткой души своей. «Где можно растаять – там растает, а где не растает, там растопит Бог, когда придет время, и средствами большими, чем располагает человеческая мудрость» (Розанов, 1906, с.99).

Таков континуум, в котором, ближе к тому или иному полюсу, осуществляется духовная помощь в православии. Подходы, присущие западной практике «pastoral care» анализируются в нашем обзоре «Психология духовности, веры и религии» (Белорусов, 1998). Здесь же только отметим, что наиболее фундаментальные положения христианского психологического консультирования формулируются в одном из авторитетных руководств по религиозной психотерапии так:

- глубокое осознание ценности человеческого и личностного бытия;
- признание греха и зла в человеческой натуре;
- признание факта сотворенности человека и потребности любви к Творцу, возможной через принятие прощения, дарованного крестной жертвой Христа;
- понимание нашей изначальной потребности в смысле;
- понимание нашей потребности в других;
- стремление к гармонии интеллекта, аффекта и поведения;
- понимание центральной миссии Святого Духа в процессе исцеления» (Jones, 1991, с.397).

Рассмотрим те аспекты религиозно-ориентированного консультирования, которые могут быть реализованы в процессе собственно психотерапии.

Выше уже говорилось, что именно 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 самоотдаче, может отнести за свой счет, тем более эффективным и стойким, подлинным, а не кажущимся, является результат терапии. При условии правильно построенного процесса, терапевт не устает 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. В его деятельности, как ни в какой иной, имеет значение искусство сократической майевтики. Говоря другими словами, 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 подчеркнуто окружать себя сакральными предметами, елейно интонировать речь, фехтовать цитатами из Священного писания; абсолютно неуместны угрозы наказанием свыше и пр.

Но не подстерегает ли нас опасность опуститься на сугубо функциональную плоскость, если консультативная встреча превратится в «приятную» беседу или рассказ клиента о своих проблемах, не затрагивающий духовных аспектов его бытия?

Надежная гарантия, позволяющая избежать возможности подобного соскальзывания, – апелляция к человеческому в человеке. Да, в поступке, в действии, в симптоме, в проблеме, в страдании присутствует вся личность, но обратной связи здесь нет. 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 пока еще не сознать, но в Которого верим мы.

В стихотворении И.Бродского тонко подмечено: «Знаешь, тот, кто плюет на Бога, плюет сначала на человека». А самое человеческое в личности – это «образ Божий». Мы начинаем с того, что находится за пределами действия, подразумевая, что человек больше своих проблем. Мы можем бережно и тактично спросить клиента о том, что явилось его глубинным побуждением, в чем может быть смысл его опыта. Мы можем мудро и гибко говорить о судьбе как Пути, о высших ценностях.

Наконец, избегая богословского «антуража», мы проявляем известную само-дисциплинированность, не позволяя себе фамильярности с Творцом. Мы не должны самонадеянно вламываться 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 перспективе религиозно-ориентированного консультирования отношение терапевта к клиенту может быть описано как неотвержение, почтительность, «присутствие навстречу»... Мы принимаем человека в его данности для того, чтобы начать совместный путь к его заданности. Постепенно, в процессе правильно построенного консультирования, у человека появляется ощущение своего назначения в мире. Мы можем помочь этому, способствуя осознанию им своей уникальности, неповторимости, единственности. Мы верим, что каждая личность являет собой послание миру, которое должно быть прочитано.

Консультирование помогает клиенту не просто быть, но сбываться. Для начала терапии, подготовки к «таинству Встречи» существует немало хороших практических приемов. Они оказываются вполне приемлемыми для людей неверующих, или, лучше сказать, для тех людей, у кого духовная составляющая остается не актуализированной.

Например, можно анализировать предстоящий человеку выбор с позиций призвания и соблазна. Эта концепция, представленная в работе психолога и священника о. Адриана ван Каама «Ключ к христианской зрелости» (*Van Kaam, 1989*), состоит в том, что каждое событие рассматривается им не как случайность, но своеобразный жизненный вызов. Для того, чтобы в ответ на этот вызов верно поступить, принять его или отказаться, следует рассмотреть, адресован ли он ко всей полноте личности. Если приглашение (судьбы, Промысла) нацелено лишь на отдельные личностные составляющие, например на чисто витальное удовольствие или карьерные амбиции, то с большой вероятностью оно может оказаться тем, что называется соблазном. Анализ происходящих событий в подобном ракурсе никогда не оставляет клиента равнодушным.

Еще одним приемом является соприкосновение с классической или современной духовной мудростью, имеющей универсальное значение. Именно об этом пишет современный священник о. В.Резников: «Благодаря тому, что и в дошедших до нас памятниках духовной культуры и в нас самих заложены одни и те же вечные метафизические основы, мы вообще способны понимать людей прошлого и горячо сочувствовать им. Мы любим их оттого, что узнаем в них себя, видим, что нас волновали и волнуют одни проблемы, и в духовной жизни нам приходится преодолевать те же трудности, мечтать о тех же идеалах» (*Резников, 1997, с.230*).

Полезно расширение кругозора клиентов. Хорошо известны современные исследования, убеждающие в благотворном влиянии на состояние человека прощения застарелых обид: улучшение наступает даже при хронических телесных болезнях (*Walters, 1984*). Таким образом, ненавязчивое культивирование духовности, последовательное пробуждение интереса по этапам эстетическое – этическое – духовное (С.Кьеркегор) лучше всего может быть сравнимо с разрыхлением почвы

для прекрасного цветка, который вырастет, если на то будет Божья воля.

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.

Неожиданно, на первый взгляд, но глубоко неслучайно, что В.Франкл, посвятив свою терапевтическую деятельность «поискам смысла», приходит к бихевиоральной технике парадоксальной интенции, построенной на простом преувеличении симптома. Доведенный до логической крайности, симптом становится нелепостью. Абсурдный и смешной, он исчезает. Так, в контрасте, сходятся поведенческая и духовная терапевтические парадигмы.

В духовно ориентированной терапии трудно переоценить возможности метафоры. Например, с клиенткой, горестно повествующей о непреодолимых, якобы, препятствиях, встреченных ею на пути воцерковления, происходит следующий диалог:

**К:** Мне кажется, будто Бог – это как отец, но где-то далеко живущий, письма от которого приходят все реже и реже, а мои к Нему и вовсе не доходят.

**Т:** А вы не пробовали найти хорошего почтальона?

**К:** Да, наверное...

**Т:** Или не решаетесь из боязни, что он слишком много попросит за свою службу?

**К:** действительно, цена слишком высока.

**Т:** Какая же?

**К:** Мне кажется, я должна отдать часть себя.

**Т:** И вам жалко?

**К:** Не могу же я вот так, сразу – придти к священнику и сказать: «Это я, не могли бы вы быть моим духовником?»»

**Т:** Вы не хотите даже попробовать...

**К:** На мой взгляд, это неприлично.

**Т:** Пожертвовать приличиями – и есть высокая цена?

**К:** Нет, наверное, я действительно не задумывалась о послушании, оно могло бы мне помочь.

**Т:** Во всяком случае, стоит попробовать, вы сделаете усилие, а остальное от Бога...

**К:** Я пойду, сегодня же пойду, спасибо вам!

**Т:** Не благодарите, не размывайте вашу энергию в словах. Сохраните свой порыв до вечерней службы в храме. Священник, если сам не поможет вам, то обязательно посоветует, как найти духовного отца.

Духовно-ориентированная психотерапия 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».

Терапевт в речи клиента выбирает событие, то есть то, что более всего отвечает этому понятию. Событие есть событие, то есть тот квантом существования – сути, в который мы оказываемся повлеченными в силу причастности к нему и его воздействия на нас. Эта вовлеченность может быть скрытой или явной, сознательной или бессознательной, так же, как и воздействие сути на нас. Событие тем более духовно, чем в большей степени оно осознанно, вернее, чем более мы ему открыты и чем больше разрешаем ему отозваться в нас. Событие и должно стать фокусом терапевтического вопроса. При этом понятно, что событие может быть, и скорее всего бывает, вовсе не тем, что называется представленной проблемой. Скорее всего, событием может быть нечто входящее в духовную традицию, некое общечеловеческое переживание. Это своего рода архетип, в том смысле, в котором он отражает принадлежность человечеству.

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.

Методика состоит в том, чтобы, продвигаясь «наощупь», но последовательно, помочь клиенту исследовать возможные горизонты само-направления. Для этого приходится, порой, делать фокусом внимания клиента то, что представлялось ему само собой разумеющимся, неважным или даже абсурдным. Возможно, сделав шаг, клиент не ощутит твердой опоры и не увидит света из-за открывшегося поворота. Самым точным будет вопрос, целиком выстроенный из лексических элементов его же речи, но, тем не менее, открывающий перед ним новый аспект реальности. Как при повороте калейдоскопа из одних и тех же осколков образуется новый узор, так и при умелом спрашивании у клиента возникает новая картина. Но не игра в восприятие под новым углом зрения является здесь задачей. Продолжая ту же аналогию, «узор» будет тем более отвечать задачам терапии, чем больший духовный смысл обнаружится в данном «повороте» и чем больше возможностей для трансценденции откроется клиенту.

Клиент все равно остается один, полностью ответственный за себя. Более того, парадоксальным образом, его ответственность в процессе

духовно ориентированной терапии увеличивается: он несет большой груз знания, в котором «многия печали». (Напомню, что слово «терапевт» ведет начало от греч. «терапон», что означает *умелый, добросовестный – грамотный, верный и достойный служитель*).

Приведем описание случая религиозного консультирования, где прорабатываются защитные механизмы клиентки, в результате чего она открывает новое знание о себе. Это женщина 37 лет, по профессии инженер. Натура волевая, стеничная, цельная. Верующая. Думала о монашестве. В храме повстречала человека, привлечшего ее особым духовным «шармом» – много знал из канонов и уставов, пел на клиросе, истово молился, помогал прихожанам. Он был порывист и странен, ходили слухи о его прошлой бурной жизни. В ее глазах это окружало его дополнительным романтизмом. Клиентка испытала сильное чувство влюбленности, встретившее взаимность. Им обоим показалось, что в их жизни случилась подлинно христианская любовь и теперь у них будет образец православной семьи. Они нежны и предупредительны, целуются, много мечтают, живут только будущим, вдохновляясь друг другом. Перед свадьбой решили, как водится, отправиться к старцу. Тот как-то нерешительно, но благословляет на брак. Родители счастливы, подвенечное платье готово. В день венчания, когда стол накрыт, он вызывает ее из квартиры и без объяснения говорит, что свадьба невозможна. «Еще секунда и упаду или расплачусь», – не знает куда деваться она. Посмотрела на него прощающими, как ей представилось, глазами, промолвив: «Я буду за тебя молиться». Прошел год, и она решила обратиться к психотерапевту. Говорит о постоянном унынии, навязчивом ощущении, что она в чем-то виновата. Уверяет, что ни в чем не может его обвинить.

Диалог с терапевтом:

**Т:** Кто он для вас?

**К:** Близкий человек.

**Т:** Как вы это чувствуете?

**К:** Я не могу его отпустить, мне кажется, это была судьба, это не могло быть не угодно Богу, да и старец благословил.

**Т:** А вы любое решение старца приняли бы со спокойным сердцем?

**К:** Ну, нет, наверное, я очень хотела быть с любимым. Я (в порыве ярости), если бы не была христианкой...

**Т:** Вот видите, вы сразу же замолкли, зажали, вытеснили, не разрешили себе обидеться. Вы устроили христианскую мелодраму – ты уходи, я все прощу. Вроде св. княгини Елизаветы...

**К:** Ой, она действительно моя любимая святая.

**Т:** А вы?

**К:** И я простила.

**Т:** Для того, чтобы сделать жаркое из зайца, нужен заяц. Для того, чтобы простить, нужно иметь то, что следует простить и кого простить.

Вы признаете обиду сейчас?

**К:** Ну, он поступил непорядочно...

**Т:** Кто он?

**К:** Я не знаю, я должна как-то назвать его?

**Т:** Вы должны сказать, как называется человек, который так поступает?

**К:** Непорядочный. Для меня этого достаточно.

**Т:** Вы помните, в Писании где-нибудь упоминается грех непорядочности?

**К:** Я поняла. Я должна сначала быть человеком, позволить себе пережить человеческое – обвинение, обиду, должна почувствовать, что он подлец, враг, а только потом я смогу по-христиански простить врага. Я перепрыгнула этот этап обычной женской обиды, намечтала о себе, что я выше, и это засело во мне.

**Т:** Идите, попробуйте взглянуть на вещи не так, как в «Житиях святых», а проще, почувствуйте, что он чужой, не подавайте записочки за его здоровье, как это целый год вы делали, грея свою «святость», упиваясь кротким терпением, изящной скорбью. Вот стадии: баба – женщина – христианка – святая – ангел. Не старайтесь перепрыгнуть.

**К:** Да, теперь понимаю, мне легче, во всем виновата моя гордыня.

**Т:** Матушка, опять вы строите из себя великую грешницу – из одной крайности в другую. Да у кого ж ее нет! Справьтесь с малым пока, отрежьте его, похороните, никто он вам, любить его, конечно, надо, но как, представьте..., австралийского аборигена. И не шарахайтесь от всепрощения – к всегреховности.

Далее остановимся на основных темах, которые, на наш взгляд, должны присутствовать в процессе религиозно-ориентированного консультирования.

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 призывается к осознанию серьезности происходящего. Отваживаясь жить духовно, он обязательно переживет крах своих предшествующих взглядов, иногда основополагающих для него. В одном из случаев нашего консультирования для клиентки было весьма болезненным осознать, что, решаясь строить отношения на основе любви, она должна быть готовой к страданию. Ей трудно принять, что юриди-

ческие, социальные и общественные отношения являются в первую очередь функциональными, то есть до известной степени обеспечивающими предсказуемость и безопасность, в то время как истинная любовь безусловна и жертвенна, не переставая быть радостной.

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, укрепление решимости, подготовку к «метанойе», совершающейся в Таинстве Исповеди. В нашей работе «Психология духовной зрелости личности в перспективе святоотеческого подхода» (Белорусов, 1998) дается обоснование понятию «метагенезиса» как катартического опыта. В процессе консультирования человек освобождается от блокирующих его предрассудков, 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. Так, одна женщина говорит: «Я стала ходить в церковь, когда меня бросил муж. Сыну девять лет, в доме нет мужчины. Я беспокоюсь за него, и буду водить в храм на исповедь – пусть хоть чего-нибудь боится». Подобная ориентировка на инструментальные функции религии должна быть преодолена в процессе консультирования.

Иногда то, чему приписывается мистический смысл, имеет чисто психологическое объяснение, как показано в следующем случае. На приеме молодая женщина, по профессии концертмейстер. В ее одежде бросаются в глаза яркие, контрастные детали. Держится со своеобразной романтической эротичностью. Плачет, жалуясь на неудавшуюся личную

жизнь, порой, по ее словам, ей кажется, что на ней «венец безбрачия», думает обратиться к знахарке. Немного успокоившись, рассказывает о своей необыкновенной влюбчивости. Оказывается, что мужчины, с которыми она сближается в мечтательной надежде на устойчивые отношения, быстро теряют к ней интерес, охладевают и оставляют ее. На вопрос, что же испытывает она, будучи влюбленной, отвечает: «Когда люблю, я абсолютно зависима, я словно растворяюсь в любимом, его счастье становится целью моей жизни, я становлюсь такой, какой он хочет меня видеть, и даже потом, расставшись с ним, я чувствую, как сохраняю его влияние, его форму, и лишь через некоторое время становлюсь собой». Завершая первую встречу, специалист предлагает простую вещь: чтобы в размышлениях о своей несчастной судьбе, к которым она так склонна, она бы заменяла слово «любовь» на «зависимость» и вместо сочетания «я люблю» говорила фразу «он пользуется мной». Спустя неделю она заходит, улыбаясь, и говорит: «Кажется, получается! Я, по-моему, укрепила свое «Я». Исходя из этого инсайта, в беседе происходит дальнейшее осознание реальности: ее влюбчивость по сути представляет собой постоянное подтверждение себя через других, ее жертвы – плата за возможность быть собой.

Постепенность, или возможность опираться лишь на те ресурсы личности, которые уже актуализированы, мы можем назвать еще одним принципом религиозно-ориентированного консультирования. Поясним это на примере. Нам приходилось работать с женщинами, род деятельности которых предполагал получение материальной поддержки от мужчин, за счет общения с ними, в том числе и интимного. Сам факт их обращения к специалисту является свидетельством внутреннего дискомфорта, кризиса, поиска. Требуется немало участливости и такта, чтобы предоставить личности возможность пройти своим собственным путем до того момента, когда ей будет открыта возможность нравственного преображения. Здесь оказывается эффективной духовная практика «малых добрых дел», согласно учению подвижника о. Иоанна (Крестьянкина).

Религиозно-ориентированное консультирование на каком-то этапе обязательно приходит к тому, о чем не принято говорить, а именно – к истине об окончании земной жизни. В нашей статье «Психология страха смерти» (Белорусов, 1997) рассматривается значимость принятия факта собственной смертности в аспекте восстановления полноценности жизни. Духовное консультирование необычайно эффективно в ситуациях горя. Иногда здесь наблюдается своеобразный «эгоцентризм отчаяния». Так, мать, потерявшая полгода назад 5-летнего 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 делать она, устраивая «кладбищенский культ» в качестве его символической замены, нельзя «отвлечься», как советовали друзья, надо пройти сквозь «долину тени смертной» и просто жить. Терапевт – спутник в этой «долине».

Парадоксальность, свойственная истинной духовности, часто доказывает свою необходимость в процессе консультирования. В одном из наших случаев клиентку незаслуженно обвинили в краже, после чего несколько дней она не ходила на работу, лежала на диване, то плача, то, впадая в «тупую апатию». В процессе терапии приходит к пониманию, что та добродетель, которая усвоена автоматически, а не в результате экзистенциального выбора, не является подлинной и может служить источником невротических реакций. Ее ответ – возмущение: «Ну, я же просто не могу воровать!» Предложенное упражнение – ощутить себя воровкой, представить, продумать, прочувствовать вплоть до последнего шага, как она что-то берет в магазине. Цель – добиться, чтобы принцип «не кради» стал принят в качестве избранного, а не императивного. Полученный опыт дал чувство свободы, внутренней раскрепощенности, снял жесткость и ригидное отношение к жизни.

Поступательность, непрерывность, постоянное восхождение характеризуют 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» (Антоний Сурожский, 1996, с.247).

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В кратком материале невозможно подробнее рассмотреть такие элементы религиозно-ориентированного консультирования, как работа с чувствами ложной и подлинной вины, преодоление магизма как суррогата истинной духовности и пр. Завершить же уместно выражением убежденности в том, что 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 оптимистичной 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 темень 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 терапевтическая любовь. 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).

## ЛИТЕРАТУРА

- Алмазов А.* Тайная исповедь в Православной восточной Церкви. Одесса, 1894.
- Антоний (митр. Сурожский).* О встрече. М., 1996.
- Белорусов С.А.* Психология духовной зрелости личности в перспективе святоотеческого подхода. // Психология зрелости и старения, 1998, № 3.
- Белорусов С.А.* Психология духовности, веры и религии. // Журнал практического психолога, № 6, 1998, с.21-43.
- Белорусов С.А.* Психология страха смерти. // Альфа и Омега, № 14, 1997.
- Достоевский Ф.М.* Братья Карамазовы. М., 1991.
- Константин (архимандрит).* Пастырское богословие, ч.1, USA, «Jordanville», 1960.
- Леонтьев К.И.* Отшельничество, монастырь и мир. Их сущность и взаимная связь. Сергиев Посад, 1914.
- Резников В.* Размышления на пути к вере. М., 1997.

- Розанов В.* Около церковных стен. Т.2. СПб, 1906.
- Флоренская Т.А.* Диалог в практической психологии: методология, теория, опыт. Автореферат дисс. докт. М., 1993.
- Флоровский Г.* Пути русского богословия. Париж, 1937.
- Шавельский Г.* (прот.) Православное пастырство. СПб, 1996.
- Jones S.L. & Butman R.E.* Modern Psychotherapies: a comprehensive Christian Appraisal. Downers Grove, IL: InterVarsity Press, 1991.
- Van Kaam A. & Muto S.* Commitment. Key to Christian Maturity. «Paulist Press,», NY, 1989.
- Walters R.P.* Forgiving: an essential clement in effective living. In: Studies un Formative Spirituality, 1984, Vol.5(3), p.365-374.