

ПОПЫТКА СОПОСТАВЛЕНИЯ БОГОСЛОВСКИХ И НАУЧНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ПОНЯТИЙ

Т.П. ГАВРИЛОВА



В статье предпринимается попытка изучения возможности «перевода» христианских понятий на психологический язык — задача, встающая перед психологом, занимающимся терапией верующих. Показано, что такой перевод не обходится без потери существенного смысла, как для духовной, так и для психологической практики. Автор отдает приоритет психологическому языку, считая, что не грех порождает проблему, как принято считать в церкви, а, наоборот, грех есть следствие психологической проблемы. Она подчеркивает, однако, что христианское понимание природы страстей придает терапии верующих духовную глубину.

ПСИХОЛОГИЯ И ХРИСТИАНСТВО

В последние двадцать лет в связи с ростом количества верующих в нашей стране, широким интересом общества к жизни церкви выявилась тенденция обращения психологов к проблемам соотношения психологической науки и христианства, возможностям использования психологической практики для помощи верующим. Решение этих проблем требует от психологов специальной аналитической работы, которая осуществляется энтузиастами вне каких бы то ни было институциональных форм и без явной поддержки психологического сообщества. Очевидно, что энтузиазм этот объясняется, прежде всего, церковной принадлежностью ищущих ответы на вопросы о соотношении христианства и психологии к православной церкви.

Теоретики обсуждают вопрос о развитии новой области — христианской психологии, практики нащупывают пути применения своих профессиональных знаний и умений к работе с верующими. Делаются единичные попытки изучения феномена веры и религиозных переживаний в рамках психологии религии. Теоретики и практики действуют в неравных условиях.

Теоретик неспешно размышляет о соотношении «души» и «психики», личностного и онтологического, вершинного и глубинного. Психолог-практик не имеет возможности вольготно расположиться во времени, чтобы разобраться в сложнейших богословских терминах, соотнести их с языком своей профессии. Он вынужден браться за дело, как только обретет решимость помогать верующим и осмысливает то, что делает на свой страх и риск, вооружившись пониманием

своего профессионального и христианского долга, уповая на интуицию, опыт и Божью помощь.

Верующие психологи — как исследователи, так и практики — разделяются на две неравные группы: тех, кто с уважением относится к психологическому факту независимо от того, получен он в эксперименте или в процессе практической работы, и тех, кто отвергает любой психологический факт, если он находится вне духовных измерений (Слободчиков, 2007). Последних значительно меньше, это скорее радикалы. Естественно, что для них оказываются неприемлемыми достижения классической психотерапии, поскольку лежащие в основе ее направлений и школ концепции человека несовместимы с представлениями христианской антропологии.

Научные и практические психологи, которые не хотят покидать пространства психологии и заменять психологические категории и понятия христианскими, найдут поддержку в словах П. Тиллиха о соотношении психологии и веры. «Современная психология боится понятия души, потому что ей кажется, что это понятие учреждает реальность, которую невозможно постичь научными методами и которая может препятствовать их результативности <...>... психологии не следует принимать какие-либо понятия, которые не были бы результатом ее собственной научной работы... <...> Истина вечного смысла человека находится в другом измерении, нежели истина адекватности психологических понятий» (Тиллих, 1995, с. 186—187).

Верность психологическому знанию и понимание его ограниченности в сравнении с безграничностью духовных трансценденций существенно осложняют работу психолога, но одновременно предоставляют ему большие возможности для профессионального и духовного роста. Психолог-практик, решившийся помогать верующим, с первых шагов сталкивается с тем, что в дальнейшем составляет важнейший аспект его работы, и это касается в первую очередь психотерапевта. Проблемы и трудности верующего психолог должен рассмотреть одновременно в личностном, межличностном и духовном измерениях. Психолог оказывается перед новым для себя вызовом: необходимостью анализа не только личностной проблемы верующего, но и его греха.

Обращаясь за помощью к психологу, верующий не думает, как ему избавиться от греха — за этим он идет к священнику. Однако в процессе психотерапии оказывается, что у клиента есть имплицитное знание о связи его проблемы с грехом.

Это знание открывается и психотерапевту: для него становится очевидным, что не грех порождает проблему, как принято считать в церкви, а, наоборот, грех есть следствие проблемы. Помогая клиенту в преодолении его трудностей, разрешении проблемы, психотерапевт приводит клиента к осознанию греховной природы его установок, отношений, действий, поступков, переживаний.

Церковь призывает верующих не оставлять без внимания ни одного своего душевного движения, подвергать его суду совести и приносить Богу на покаяние. Греховно все то, что уводит христианина от Бога, нарушает его связь с людьми, отвергает в другом человеке Образ Божий. Верующему не всегда ясно, как он

может распознать, что греховно в его мыслях, в глубине души, на периферии сознания, что еще не оформилось, а что не до конца преодолено. Верующий узнает о христианском идеале, о христианском пути из чтения Евангелий, посланий Апостолов, писаний Святых Отцов Церкви. Эти истины неотменимы, не подлежат сомнению, в них — альфа и омега христианства.

Церковь в России несет Истину Христову на церковно-славянском языке. Христиане молятся дома по молитвословам и в храме по-церковнославянски, но Евангелие, труды Святых Отцов читают по-русски, в переводе с греческого на церковно-славянский, а затем на русский. При переводе с живого языка на мертвый, а затем опять на живой утрачиваются оттенки значений, важнейших слов, а иногда и даже самый первоначальный смысл слова.

И в Евангелии, и в писаниях Святых Отцов верующий встречает немало смущающих его противоречий. Так, гнев — это греховная страсть, а Бог гнева праведен. В храме верующие молятся и просят Бога избавить их от скорби и нужды, а Апостол Павел говорит новообращенным, что благодаря скорбям они обретут любовь Божию. В писаниях Святых Отцов перечисляются грехи и страсти, в которых следует каяться монаху, а современного человека церковь убеждает, что это адресовано и ему. Человек, пришедший в церковь в течение последних десяти-пятнадцати лет (будем называть его «новым верующим»), приносит в храм свой опыт, биографию, судьбу. Он растерян и подавлен предъявляемыми требованиями со стороны тех, кто достиг недоступного для него уровня святости.

В своем огромном большинстве книги и брошюры, написанные для верующих, не принимают во внимание историко-культурную ситуацию в России конца XX — начала XXI века. Современный русский человек живет на другом уровне развития цивилизации, в другой по содержанию культуре, в ином этносе. Социальные, экономические и культурные сдвиги внесли огромные изменения и в общественное, и в индивидуальное сознание. Психологически и социально наш современник укоренен в советской действительности, но с необходимостью адаптируется к новым условиям, многие из которых он не готов или не хочет принять.

Людям открыты возможности свободного волеизъявления, но они не знают своих границ и границ другого; они стремятся обрести смысл жизни в вере и одновременно хотят жить так, чтобы соответствовать миру вокруг. Они готовы доверять научному знанию, но легко поддаются на уловки магического; им трудно понять божественные законы, потому что они привыкли доверять нравственным. В «новом верующем» все переплелось: коллективистическое, индивидуалистическое, языческое, позитивистское, конформное, своевольное. Ему не помочь, если не вникать в то, как это вавилонское смешение языков находит себе место в каждом конкретном человеке.

В I—IV веках в трудах Святых Отцов Церкви открывалась новая, неведомая ранее истина о человеке, о его душевной жизни, о перспективах его духовного преображения. Теперь иначе: психологических знаний о человеке слишком много, и они оторваны от его духовной жизни, не помогают ему на христианском пути. «Новый верующий» в той или иной степени — в зависимости от образования и

культуры речи — владеет русским литературным языком и в большей степени бытовым, а те, кто интересуется психологией, имеют представление и о психологических понятиях и категориях. Литературная, житейская, психологическая лексика образуют языковой тезаурус «нового верующего» (чаще всего городского жителя), и она затрудняет для него освоение языка, на котором говорит церковь. Этой проблемы нет у тех, кто учился в богословских вузах, посещал воскресные школы, вырос в религиозной семье, но такие люди в класс «новых верующих» не попадают.

Задача создания нового языка — дело церковных писателей, публицистов, проповедников, но без соответствующей работы психологов эту задачу не решить. Пришло время разъяснять верующим психологический смысл тех или иных христианских категорий, искать психологические аналоги богословским понятиям, описывающим внутреннюю жизнь верующих, их побуждения, переживания, состояния. Сопоставление богословских и психологических понятий и категорий — особая культурная задача, решение которой не только поможет людям внутри церковной ограды, но и откроет перед психологией новые перспективы, поскольку внесет в рассмотрение феноменов психической жизни человека духовное измерение.

В данной работе делается попытка проанализировать богословские представления о страстях, показать их психологическую природу и соотнести с пониманием о структуре личности человека. Чтобы осуществить этот замысел, необходимо изменить временной ракурс рассмотрения страстей, переместив их в контекст жизни современного человека, бытие которого можно охватить психологическим знанием. Психологический анализ страстей имеет не только академическое, но и прикладное значение. Это позволит психологу-практику уяснить суть происходящего с верующим, определить направление и способы работы с его проблемами и трудностями, облегчить его самопознание и самоизменение.

Сопоставление христианских богословских категорий и сущностей с научно-психологическими понятиями и явлениями не может не быть субъективным, кто бы ни взялся за эту работу — психолог-исследователь или психолог-практик. Задача усложняется для того, кто выступает в обеих позициях, будучи еще и верующим христианином. Ему предстоит осознать, а затем внятно разъяснить, как он примиряет, казалось бы, несоединимое: научное мировоззрение, исповедание своей веры, помощь верующим в традициях светской психотерапии.

В силу ряда культурно-исторических и профессионально-личностных причин автор (тогда еще советский психолог) тяготел к общечеловеческим ценностям, а затем уже в иных культурно-исторических условиях примкнул к движению гуманистических психологов, что не прошло бесследно для его личностной и профессиональной идентичности. В настоящее время автор в качестве детского и семейного психотерапевта применяет интегративную модель с доминированием в ней гуманистического подхода и реализует наряду с другими психотехники гуманистической психотерапии. Таким образом, автор оказывается перед необходимостью найти возможности сопрягать представления о человеке в христианской антропологии с гуманистической психологией. Гуманистический взгляд на

человека, казалось бы, окончательно разоблачен в религиозной мысли и в христианской антропологии как антропоцентричный и безбожный, «гуманистический» человек отвергнут церковью за самовольность и самоистуканство. Однако анализ П. Тиллихом гуманизма как веры позволяет навести мосты между гуманизмом и христианством, обнаружить их связь. Различие между ними в том, говорит П. Тиллих, что религиозный тип веры старается «достичь само предельное по ту сторону человека и его мира, в то время как гуманист остается внутри этих границ» (1995, с. 174).

Предельный интерес верующего — Бог, предельный интерес гуманиста — человек. Предельный интерес верующего воплощается в любви к человеку, как и предельный интерес гуманиста. Вот на этом пространстве сосуществуют, а подчас и соединяются христианское и гуманистическое понимание человека, практики душепопечения и психологической помощи.

В христианской антропологии человек — носитель образа и подобия Бога, и постольку сам как бы Бог. Христианин потенциально богочеловек по благодати, но после грехопадения «трансцендентное» достоинство человека остается скорее возможностью, чем реальностью. Вочеловечение Бога свершилось в ответ на грехопадение человека, и схождение Бога к человеку есть одновременно требование восхождения человека к Богу. Идя за Христом, человек обретает спасение от греха, а спасение завершается в эсхатологической перспективе загробного суда и загробной жизни (Христианство, 1970).

Современные гуманистические концепции человека — не порождение двадцатого века, а восстановление в памяти цивилизованного человечества идей гуманизма Ренессанса, видевшего человека автономным, обладающим безграничными возможностями, свободой самоопределения, способностями к творческому развитию. Трактовка природы человека в гуманистической психологии достаточно разнообразна, но не расходится настолько, чтобы нельзя было выделить ряд существенных, общих для всех позиций и соотнести их с христианским пониманием человека, определить, в чем они близки и в чем принципиально различны.

И христианство, и гуманистическая психология родовым признаком человека полагают уникальность человеческого индивида, способность человека к становлению, развитию, его потребность в самопознании, признание им любви как высшей ценности и настоятельность поиска смысла жизни. Для христианина нет иной свободы, кроме выбора между перспективой жить в грехе или не грешить. «Гуманистический» человек свободен в принятии решения, в выборе своих целей и средств для их достижения. И христианин, и «гуманистический» человек признают необходимость ответственности за свои намерения и действия, но христианин отвечает перед Богом, а «гуманистический» человек перед самим собой и людьми.

Цель жизни человека в христианстве — спасение, в гуманистической психологии — обретение полноты самоосуществления в осмысленном бытии. Неясно, с чем он сверяет свои принципы, с помощью каких истин разрешает свои сомнения. Если человек определяет себя и свой путь без Бога, и все содержится в самом человеке, значит «все позволено», — задаются вопросом критики гуманистической концепции человека. Гуманизм либо не дает ответа, либо отвечает

утвердительно. Не в этой ли «гуманистической гордыне» коренится необъяснимо страстное и упорное отрицание православной церковью в России прав человека и правозащитной деятельности? Становление христианина предопределено Богом, «гуманистический» человек сам определяет, каким ему быть и как осуществить этот проект. Гуманистическая психология не раскрывает механизмов и источников развития.

Христианин на пути спасения и «гуманистический» человек, стремясь достичь самоосуществления, преодолевают разного рода дисгармонии. Христианин — противостояние в себе плотского и духовного, божественного и бесовского, добра и зла, «гуманистический» человек — противоречия в сфере ценностей и смыслов, мотивов и потребностей внутри своего «Я». Нельзя с определенностью утверждать, что «гуманистический» человек непременно атеист или агностик.

Между «есть Бог» и «нет Бога» огромное расстояние, и вряд ли кто-нибудь всерьез возьмется определять степень религиозности другого. «Гуманистический человек», испытав «томление духа» или ощутив в себе потребность веры, все же свой внутренний раскол воспринимает не как уклонение от божественного пути, а как искажение своего собственного. Однако среди психологов есть немало тех, кто пришел к вере через увлечение гуманистической психологией, в результате встречи с гуманистической психотерапией. Опыт принятия, поддержки и, как следствие, — глубинного самораскрытия, который он здесь получил, приводил к тому, что человек находил в себе Бога, независимо от того, искал ли он Его напряженно или только «томился духом».

«ЛИЧНОСТЬ» КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ПОНЯТИЕ И БОГОСЛОВСКАЯ КАТЕГОРИЯ

Еще один серьезный вызов для автора — совмещение или хотя бы удержание в сознании христианских и психологических представлений о личности. В христианской антропологии «личность» — одна из наименее отчетливых и доступных пониманию категорий. Ее словарное и психологическое значение для христианства лишено смысла. В богословской литературе, даже самой авторитетной, нельзя найти четкое определение «личности». Понятие оказывается «плавающим». Личность — это человеческая идентичность, человек во всей его полноте, подобный Христу, принцип существования, субъект переживаний, «Я» человека, уникальный индивид, тот, кто способен любить и быть свободным. Анализируя личностный образ бытия, современный богослов С.А. Чурсанов предлагает следующее определение личности: «личность есть несводимая к природе свободная открытая, уникальная, целостная, в смысле как неделимости, так и нерушимой идентичности, непознаваемая аналитическими объективирующими методами основа человека, определяющая образ бытия его индивидуализированной природы» (2006, с. 76).

С.А. Чурсанов убежден, что его трактовка личности «задает онтологический фундамент, опираясь на который православный психолог обретает возможность переосмыслить в теоцентрической перспективе онтологические основы,

ценности, установки, терминологические системы и соответствующие практики секулярной психологии» (*там же*, с. 77). Если православная психология будет строиться на том, что невидимо, немислимо, непознаваемо, неизмеряемо, то этой дисциплине придется взять себе другое название, а практика, основанная на такой (уже не научной) дисциплине, будет называться как-то иначе, а не «психотерапия» и «консультирование».

Как зарубежная, так и отечественная психология представляют психологую-практику неограниченные возможности выбора модели личности для объяснения и описания того, что происходит с его клиентом или пациентом. В самом общем виде трактовка личности в отечественной психологии сводится к двум неравным по числу пишущих на эту тему авторов подходам.

Чаще всего личность понимается как относительно устойчивая структура высшего интегративного уровня психики — новообразование, формирующееся в процессе жизни. Как и в богословии, понятие «личность» в психологии «плывет». Так, например, у Л.С. Выготского личность «законченная <...> и постоянно текущая динамическая форма взаимодействия между организмом и средой; термин, обозначающий единство и индивидуальность всех жизненных и психологических проявлений человека; человек, осознающий сам себя как определенное единство и тождество во всех процессах изменения, происходящих в организме и психике» (Словарь Л.С. Выготского, 2007).

В отечественной психологии личность отождествляется с характером, индивидуальностью; личность — и человек, и субъект отношений, и проектируемый уровень развития. Одни исследователи ограничивают структуру личности потребностями, мотивами, ценностями и смыслами, другие включают в структуру личности не только социально-психологические, но психофизиологические характеристики человека (Психология личности, 1982).

Для эффективности психологической помощи верующим целесообразно рассматривать личность как системное образование разной степени интеграции и вычленять особенности ее функционирования и онтогенеза. Сущность человека с интегрированной личностью совпадает с тем описанием, которое дает Г. Олпорт зрелому человеку. Зрелый — тот, кто «уверен в себе, неустанно стремится обрести цельность, критичен и самосовершенствуется, чья наиболее отличительная способность — страсть к целостности и к осмысленным отношениям со всем Бытием» (2002, с. 214). По мнению Г. Олпорта, психологии и психотерапии следует формулировать свои цели с учетом критериев зрелости, иначе говоря, принимая во внимание различие между целостным, интегрированным человеком и расщепленным — невротиком, защищающим свой внутренний конфликт. Интеграция личности как цель помощи верующим была рассмотрена автором в одноименной статье, в которой он анализирует свою работу (*Гаврилова, 2007*).

От раздробленного к цельному, от цельного к целому — вот путь христианина: через обретение себя к полноте пребывания во Христе. Эта тема постоянно звучала в проповедях митрополита Антония Сурожского. Христианину предстоит войти в полную меру как человеку и только тогда — в полную меру приобщения к Богу (1999).

СТРАСТИ И БОРЬБА С НИМИ

Учитывая все вышеизложенное, обратимся к рассмотрению страстей с психологической точки зрения. Краткий психологический словарь сообщает, что страсть — сильное стойкое всеохватывающее чувство, доминирующее над другими побуждениями человека и приводящее к сосредоточению на предмете страсти всех его устремлений и сил. Страсть может быть обращена на человека, предмет, идею, результат определенной деятельности. Страсти различают по степени интенсивности, сознательной регуляции, одни страсти относят к нормальным, естественным, другие к болезненным, патологическим (1985).

Из приведенных в статье словаря трактовок страсти очевидно, что понятие «страсть» психологи относят к широкому кругу совершенно различных феноменов, объединяя под этим термином эмоциональные явления, потребностные состояния, мотивации, зависимости.

Тема борьбы со страстями исследовалась на протяжении веков раннехристианскими подвижниками и являлась составляющей частью христианского духовно-нравственного совершенствования. Когда в человеке ослабляется сила духа и над ним господствуют низшие силы и устремления, это расстройство природы человека выражается в страстях. Христианскими подвижниками были открыты принципы и законы духовной борьбы со страстями, в которой с особой силой выражается сопротивление сил зла в душе человека.

Чтобы сознательно и умело вести эту борьбу, была необходима опытная наука о страстях, их возникновении, способах предупреждения и преодоления. Уже в IV веке сложилась теория восьми главных страстей, от которых происходят остальные страсти: чревоугодие, блуд, сребролюбие, гнев, уныние, печаль, тщеславие, гордость.

Страсти отождествляются с грехом или считаются предшественниками греха: «...в членах моих нахожу иной закон, противоборствующий закону ума моего и делающего меня пленником закона греховного, находящегося в членах моих», говорит Апостол Павел (Рим. 7, 23). Святые Отцы видели в возникновении страстей действие демонических сил, полагая, что у человека есть выбор: принять или отвергнуть помыслы, за которыми следует овладение душой силами зла.

Авва Фалассий объясняет, зачем Бог попускает нападение дьяволов на христианина: «чтобы, противоборствуя, мы дошли до умения различать добродетель от греха; борьбой с грехом снискали добродетель, имея ее неизменной и твердой; учились смиренномудрию; возненавидели бы грех; сделавшись бесстрастными, не забывали бы о своей немощи и силы помогающего нам» (Новиков, 2005). Святой Никодим Святогорец убежден, что победить свои похотения и недобрые склонности достойно более похвалы, чем взятие крепости и воскрешения мертвых. Он, однако, просит христианина не торопиться в борьбе со страстями: «терпи помыслы — не прогоняй — не подавляй — будут научать тебя терпеливому перенесению неприятностей вообще» (1996, с. 193). «Пока душа страстно к чему-либо греховному относится, дотоле надо признавать присущим в ней владычество греха...<...>... когда страстные воспоминания совсем изгладятся из сердца до

того, что и не приближаются к нему, тогда это служит признаком отпущения грехов», — писал Святой Феодор Эфесский (Добротолюбие, 1997, с. 204—205).

Видение христианином своих грехов раскрывается постепенно по мере преуспевания в духовных подвигах и углублении покаяния. Этот сложный душевно-духовный процесс, в котором воля человека к исправлению и очищению души сочетается с Божественной благодатью, приводит к распознаванию человеком зла в своей душе, отрицанию зла и открытию сердца любви и милосердию.

Если дерзнуть и попытаться сгруппировать описанные Святыми Отцами страсти, то окажется, что одни страсти телесные: чревоугодие, блуд, назовем их страстями «самоублажения». Другие страсти — «душевные»: тщеславие, гордость (страсти «самопревозношения»). К третьей группе Святые Отцы относят переживания гнева, печали и состояние уныния. Будем помнить, что на протяжении веков христиане верили, что страсти именно так возникают и развиваются, как писали Святые Отцы, и поскольку нет доказательств, что все происходит именно так, а не иначе, не станем опровергать этого. Для понимания психологической природы страстей важно то, что Святые Отцы видели их причину в самолюбии. Понятие «самолюбие» в связи со страстями требует специального анализа.

Одна из самых серьезных трудностей при вхождении «нового верующего» в церковь — преодоление своей самости, своеволия. «Отвергнись себя», призывает церковь, иди за Христом, исполняй не свою, а Его волю. Если меня нет, вопрошает «новый верующий», если я должен умяляться, не чувствовать оскорблений, прощать врагов, покорно терпеть скорби, как же я смогу любить ближнего как самого себя? Если я тварный, падший, грешный от рождения и каждодневно, как вместить, что я образ Божий и вся моя жизнь, душа — дар любящего и прощающего меня Бога? Как такому как я, надеяться, что Бог «не оставит меня без удела во блаженной вечности»?

Мучительно влачится к тесным вратам в Царствие Небесное «новый верующий», но постепенно через молитву, чтение, размышление, опыт церковной жизни он приближается к постижению сути противоречий, на каждом этапе своего развития возвращаясь к ним и постигая их во все большей глубине. Становясь самим собой, двигаясь к личностной зрелости, «новый верующий» осознает смысл того, что ожидает от него церковь, и он делается его собственным. Задача преодоления страстей стоит перед человеком, находящимся у порога церкви или только вошедшим в церковь, еще духовно слабым, погруженным в мир с его соблазнами, с одной стороны, а с другой — личностно незрелым или более того — расщепленным, дезинтегрированным.

Попробуем описать разные виды страстей в аспекте структуры личности и содержания потребностей современного верующего. По сравнению со средними веками, возможности человека улаживать себя в двадцатом веке многократно возросли. Человек улаживает себя, удовлетворяя телесные потребности в еде, сексе, заботе о своем теле и внешности и потребности приобретения денег, вещей. К самоублажению резонно отнести разного рода пристрастия к карточной игре, собирательству, компьютерному общению.

Можно думать, что страсти «самоублажения» порождаются искажениями в сфере смыслов и ценностей у эгоцентричных и инфантильных людей с обедненными интересами, а у невротиков возникают и развиваются в результате замещения их нереализованных актуальных потребностей. Лежащие в основе этих пристрастий потребности, возникнув и закрепившись, становятся ненасыщаемыми, в своей крайней форме приобретая характер зависимости и патологической заостренности.

Страсти «самопревозношения» остались теми же со времен Святых Отцов, но возможности науки и практики познавать эти стороны человеческой природы значительно расширились. Современный психолог обнаруживает гордость, тщеславие, честолюбие и у людей вполне здоровых, и у невротиков, таким образом компенсирующих свое чувство неполноценности, и у пограничных больных как один из полюсов внутреннего мира «нарцисстической личности». И здоровые, и невротики превозносятся благодаря самолюбию, хотя их самолюбие не тождественно, а «нарцисстические личности» или обладатели «грандиозной самости» подвижны уже не само-, а себялюбием.

Страсти «самоублажения» и «самопревозношения» очень скупо представлены в христианской литературе, а стоящие за ними личностные феномены, если и изучены психологически, не проанализированы в духовном измерении. Гораздо больше известно о греховных состояниях и переживаниях, из которых Святыми Отцами к страстям были отнесены состояния уныния, переживания гнева и печали. Присоединим к ним еще состояние тревоги, переживания обиды, застенчивости и зависти для прояснения некоторых аспектов их природы.

К переживаниям обиды, застенчивости склонны люди, чувствительные к отвержению, неуверенные в себе, испытывающие потребность в принятии, одобрении. Отвергаемый (или предполагающий отвержение) человек переживает боль, жалость к себе, ожидая, что обидчик повинится, раскается. Обида греховна тем, что разъединяет людей, замыкает человека в себе, в своей самости. Обида не врожденная эмоция, а переживание, возникшее в онтогенезе в дошкольном детстве. У ребенка по природе чувствительного, эмоционально-лабильного обидчивость становится чертой характера. То же можно сказать о застенчивости — эти переживания сходны и по происхождению, и по модальности. Застенчивый переживает свою неуместность среди людей.

О. Александр Ельчанинов в своей книге «Записи» (2007) говорит о застенчивых как о гордецах, делая типичную для священников ошибку отождествлять грех с личностью верующего, не понимая защитной природы застенчивости. Есть все основания считать обиду и застенчивость защитными переживаниями.

Святой Максим Исповедник относил зависть к страстям. Завидующий «...почитает для себя несчастьем то, чему завидует в тебе. Его печаль трудно остановить... А свою зависть остановить можешь, если станешь сорадоваться радости того, кому завидуешь, и вместе с ним печалиться о том, о чем он печалится...» (Добротолюбие, 1997, с. 246—247). Избавление от зависти — в любви, уверен Святой Максим Исповедник. «Любовь не завидует», утверждает Апостол Павел (I Кор. 13. 4). Мука завидующего в том и состоит, что он не находит в себе

способности любить объект зависти, не может ни сострадать и ни сорадоваться ему. Зависть — свидетельство личностной дисгармонии, расщепления не невротической, а какой-то иной природы, проявление себялюбия, которое не знает ни покоя, ни насыщения.

О тревоге в психологии сказано и написано больше, чем о каком-либо другом эмоциональном явлении. Тревога, или беспокойство (в русском языке это синонимы) — диффузное состояние, в отличие от страха беспредметное, и отождествление тревоги со страхом — ошибка, поскольку отрицает ее самый существенный признак, ее специфику. Тревожась, беспокоясь, человек то смутно, то отчетливо переживает свою беспомощность, незащищенность. Есть определенная трудность в том, чтобы осознать греховную природу тревоги, обозначить и выразить ее. Внимательный к своему внутреннему миру верующий порой усматривает тревогу в своих снах: они сигнализируют ему, что какие-то важные душевные содержания ускользают от осознания.

Греховность тревоги — в недоверии человека к Богу. Если человек тревожится, беспокоится, предчувствует угрозу, ожидает неудачу, он теряет связь с Богом, не умеет пребывать в Его любви, не полагается на Его волю. «Не ищите, что вам есть и пить и не беспокойтесь... Отец ваш знает, что вы ищете нужду в том. Наипаче ищите царствия Божия, и то все приложится вам»; «...где сокровище ваше, там и сердце ваше будет» (Лк. 12. 29—31; 34) Эти слова Христа знает каждый верующий, но обуреваемый тревогой, охваченный беспокойством, как будто вовсе забывает их.

В психологии существует большое разнообразие подходов к изучению тревоги. Различают тревогу нормальную, невротическую, клиническую, адекватную, неадекватную, врожденную, вызванную травмой рождения и т.д. По К. Хорни, невротическая тревога есть следствие внутренних конфликтов и проявляется в защитных действиях (1993). Клиницисты исследуют тревогу как составляющую некоторых форм неврозов и психозов. В психологии индивидуальных различий считается доказанной предрасположенность людей определенного типа к переживаниям отрицательных эмоций, состояний напряжения, тревоги. Психотерапевту, работающему с верующим, принимать во внимание этот факт особенно важно, анализируя состояния тревоги тех, кто переживает стресс или кризис.

Об опасности греха гнева предупреждали Апостолы новообращенных христиан. «Всякий человек да будет скор на слышание и медлен на гнев» (Иак. 1.19, 20). «Гневаясь, не согрешайте. Солнце да не погаснет в гневе вашем» (Еф. 4. 24). В гневе христианин может не услышать голос Бога и не заметить, как угаснет в нем свет веры. Гнев — греховная страсть и тем, что человек изменяет Богу и нарушает закон любви.

Формы гнева многообразны, различны порождающие его причины. Эмоция гнева человеку врождена, и на ее основе развиваются переживания гнева, но разной природы. Если человек наделен холерическим темпераментом (сильной нервной системой, реактивностью, активностью, экспрессивностью), он вспыльчив, и это довольно рано становится чертой его характера.

Ребенок гневливой матери, если не наследует ее вспыльчивость, обучается гневливости, взаимодействуя с ней, усваивая типичные для матери паттерны поведения, в том числе и ее эмоциональность. Выученный гнев ребенка властной матери — защитное переживание. Гневом ребенок реагирует на поведение окружающих, в котором усматривает ущемление своих прав независимо от того, ущемляются ли его права на самом деле. У униженного в детстве ребенка нередко складывается враждебная установка к миру, к людям вообще, к определенной категории людей. Враждебная установка реализуется в переживании гнева — чаще всего в форме вербальной или физической агрессии.

Если человек стремится преодолеть свою гневливость (сам или с помощью психолога), тем более войдя в церковь и изменяясь, он будет гневаться иначе: движимый не самозащитой или враждебностью, а любовью и готовностью бороться за другого. Такую форму гнева можно назвать негодованием.

Остановимся на страсти уныния, в христианской литературе он освещен достаточно широко. Уныние представляет собой сложный и многозначный феномен. Не каждый, для кого русский язык родной, смогут ответить на вопрос, что такое уныние, и описать его. Профессиональный психолог тоже затруднится раскрыть природу уныния. Если обратиться к толковым словарям русского языка, то окажется, что уныние — синоним тоски, печали, грусти, скуки. Обозначаются вроде бы сходные, но тем не менее различные эмоциональные явления. В англоязычных словарях уныние обозначается как подавленность, упадок духа. В толковых словарях русского языка понятие «уныние» отличается от печали как переживания утраты, от тоски как состояния безысходности, от скуки как состояния томления — бездеятельностью или отсутствием интереса к окружающему. Психологически наиболее точным будет описание уныния как эмоционального состояния, когда человек испытывает подавленность, упадок духа, сопровождающийся бездеятельностью, пассивностью. Уныние порождается причинами внешнего и внутреннего порядка (разочарованием, обманутыми надеждами, перенапряжением и т.д.).

В руководствах к покаянию при подготовке христианина к исповеди говорится, что уныние как греховная страсть проявляется в расслабленности, лени к всякому делу, забвении заповедей, в отсутствии упования на Бога. Уныние описывается как скорбь, печаль, хотя в этих же руководствах печаль трактуется как особая греховная страсть. Печаль как страсть — это огорчение, тоска, отсечение надежды на Бога, сомнение в обетованиях Божиих, малодушие, нетерпеливость, несамоукорение — и так вплоть до отречения от Креста. Странно, что решительное осуждение Отцами Церкви страсти печали как будто вовсе игнорирует разграничение Апостолом Павлом печали ради Бога, которая «неизменно производит покаяние» и печали мирской, которая «производит смерть» (2 Кор. 8.10).

Добротолубие определенно указывает на вред уныния: унывный дух не позволяет монаху достойно служить и готовиться к будущим благам, уныние земную жизнь представляет как край, неприемлемый для добродетелей. Н.В. Гоголь называл уныние жалкой дочерью безверия в Бога, а способность впасть в уныние малодушием, что тоже церковь считает грехом.

Особое место среди писаний Святых Отцов об унынии занимает учение Евагрия Понтийского. Евагрий Понтийский — греческий духовный писатель и аскет IV века, отец духовной книжности на Западе и на Востоке, философ, первый христианский психолог (*Габриель Бунге*, 2005). Евагрий Понтийский подчеркивает противоречивую природу уныния. Впавший в уныние гневается против всего, что попадает на пути и тоскует по всему, чего он лишен.

Уныние длительно, поскольку связано с другими страстями. По-видимому, Евагрий имеет в виду, что человек попадает то в одно, то в другое состояние или переживание. Для жизни души уныние представляет своего рода тупик. Неприятие того что есть, в сочетании со смутным (или явным) желанием того чего нет, парализует силы души, и она не может думать ни о чем, кроме предмета своей страсти. Евагрий описывает уныние как изнеможение души, которая не может противостоять искушениям. Уныние приводит к «удушению ума», и человек теряет способность отражать Бога, что равносильно распаду личности. «Уныние как итог всех страстей является, быть может, чистейшим и наиболее духовным выражением самости Адама: чтобы обернуться к себе, он отвернулся от Бога и в тот миг утратил самого себя» (*там же*, с. 59).

Евагрий знает, как уныние переживается человеком и как оно проявляется вовне. Самое существенное в унынии — это состояние внутренней неустойчивости, неспособность довести до конца начатое дело, находиться долго на одном и том же месте. По мысли Евагрия, монах унывает, когда более не в силах выносить монотонность своего существования. От уныния у монахов развивается страх за свое здоровье, принимающий в некоторых случаях крайние формы. По наблюдению Евагрия Понтийского, чтобы преодолеть уныние, монах заполняет свое время заботой о страждущих, впадая в иллюзию, что получает от этого удовольствие. Разочаровавшись, он становится мрачным, нетерпимым и возвращается к своим подлинным чувствам.

Наиболее эффективными в борьбе с унынием Евагрий Понтийский считает духовные практики: молитва со слезами, «которыми омою постель мою», и упражнение в смерти — каждодневное умирание. Евагрий напоминает, что жизнь земная — только приуготовление к жизни вечной и осмысление ценности жизни материальной. Память смертная учит оценивать реалии с трезвостью и соответствующим образом строить свою жизнь. Сознание тщетности всего перед лицом смерти, в конечном счете, укрепит волю к жизни. Мужественное перенесение человеком уныния завершится «прорывом к подлинно личностному существованию во встрече с личностью Самого Бога» (*там же*, с. 124).

Евагрий Понтийский сопрягает уныние и печаль. С его точки зрения, они состоят в близком родстве, то предшествуя одно другому, то сопровождая друг друга. Памятуя, что, по Евагрию, уныние переживается одновременно с гневом и отчаянием, есть соблазн весь этот комплекс состояний и переживаний обозначить как страдание. Длительное переживание уныния вследствие «атонии» души, по словам Евагрия, изнемогшей от горечи и потерявшей силы, ближе всего, по-видимому, к депрессии.

Представляется, что описываемые Евагрием состояния и переживания, связанные с невозможностью достичь желаемого или принять существующее, психологически означают кризис, и, насколько можно судить по отрывкам, цитируемым Г. Бунге, он не всегда имеет духовный характер даже у монахов. Наблюдение за людьми, переживающими личностный кризис, дает материал для восстановления «логики» их чувств при прохождении через кризис. Следует, по-видимому, различать повод и причину кризиса, без чего трудно вычлнить эмоциональные составляющие всего спектра переживаний и состояний.

Человек способен достаточно долгое время жить, не выражая и не осознавая своего недовольства ситуацией, отношениями, порядком вещей. Недовольство концентрируется, и в какой-то момент наступает отторжение реальности, невозможность действовать в привычных обстоятельствах, ощущение, что за гранью терпения человека ждет либо открытый бунт, либо соматический развал. Тогда «находится» повод, открывающий эмоциональные шлюзы, и этим поводом будут оправданы в собственных глазах и аффективные вспышки, и инфантильные страхи, и переживание беспомощности, и неудовлетворенность собой. Вся смута эмоций, переживаний, состояний оформится либо в страдание, либо в депрессию.

СТРАДАНИЕ

«Страдание — мегафон божий», — говорит К. Льюис в своей книге «Страдание». «Оно разбивает броню дурной самодостаточности и как высшее испытание учит самодостаточности доброй». «По-видимому, испытания не прекратятся, пока Бог не увидит, что переделать нас нельзя». «Многие писатели и поэты считают, что страдание непременно озлобляет. Конечно, как и наслаждение, оно способно умертвить душу: все, что дается существу со свободной волей, обоюдоостро» (Льюис, 2001, с. 114). «Если мы примем боль лицом к лицу, оно укрепит душу» (там же, с. 170).

Апостол Павел в своих посланиях объяснял христианам духовный смысл страдания. «...мы сами хвалимся вами в церквях Божиих терпением вашим и верою во всех гонениях и скорбях, переносимых вами в доказательство того, что будет праведный суд Божий, чтобы вам удостоиться Царства Божия, для которого и страдаете» (2 Фес. 1, 4). Через великий подвиг страдания обретут верующие великое воздаяние и устоят в вере к спасению души. Апостол раскрывает новообращенным смысл страдания, неизбежного и необходимого для обретения полноты жизни в Боге: «хвалимся и скорбями, зная, что от скорби происходит терпение, от терпения опытность, от опытности надежда, а надежда не постыжает, потому что любовь Божия излилась в сердца наши Духом Святым» (Рим. 5, 3-5). «Хвалимся» в этом контексте означает — радуемся, гордимся, высоко ценим.

«Природный человек, — писал о. Александр Шмеман, — на своей глубине хочет не страдать. <...> Единственное, что христианство ему предлагает, — это страдание. <...> В духовной победе над ним, в духовном “претворении” страдания совершается духовный рост человека, вхождение в другое измерение» (Шмеман, 2007, с. 237).

Христианство не обрекает верующих на страдание, не побуждает их искать болезненного опыта, не закрывает им возможности радоваться. Оно помогает увидеть Образ Живого Бога, пострадавшего ради них на Кресте, приобщиться к Его страданиям и так приблизиться к дверям Царства. Церковь призывает верующих не искать страданий, но и не бежать от них, а нести мужественно, благодаря за возможность укрепиться в вере.

В психологии эмоциональных явлений не найти исследований страдания, удовлетворивших бы тех, кто хочет проникнуть в его природу. Единственная область психологии, которая предлагает развернутую картину страдания, — дифференциальная психология эмоций. Пользоваться данными дифференциальной психологии эмоций нелегко в силу специфичности ее предмета и языка. Однако исследования страдания К. Изардом и С. Томкинсом — психологическая классика, и к ряду открытых ими фактов следует отнести со всей серьезностью.

К. Изард, автор монографии «Эмоции человека», считает эмоциями феномены, которые психология личности относит к переживаниям, поскольку в них отражается отношение человека к себе, к другим людям, к миру в целом с точки зрения его «Я», присущие ему смыслы и потребности, направляющих его поведение. В таком подходе страдание не эмоция, а комплекс состояний и переживаний.

По К. Изарду, страдать — значит быть печальным, упавшим духом, обескураженным. Страдая, человек чувствует себя несчастным, потерпевшим поражение, отвергнутым, причем отвержение может быть и реальным, и воображаемым. Важным компонентом страдания оказывается недовольство собой. Психологические причины страдания включают различные проблемные ситуации, другие эмоции, воображение, когнитивные процессы. Страдание — комплекс различных эмоций: страха, гнева, вины, стыда, отвращения, презрения, застенчивости, направленной на себя и на других враждебности.

Изучение страдания, печали и депрессии показало их заметное совпадение, хотя есть исследования, в которых показано, что страдание и печаль — две формы одной эмоции (Изард, 1980). Своими работами С. Томкинс утверждает, что страдание побуждает человека предпринимать определенные действия, делать то, что необходимо для уменьшения страдания, устранить его причину или изменить свое отношение к вызвавшему его объекту. По мнению С. Томкинса, по ширине диапазона страдания можно оценивать уровень развития человека, а по характеру его чувствительности к страданиям других людей определять меру развития общества (Изард, 1980).

В ситуации страдания перед человеком открывается веер возможностей: от пассивного растворения в боли (мучения) до мобилизации всех своих сил для проживания полноты страдания и, в конце концов, изменения себя и своей жизни. «Мучение — это бессмысленное переживание боли, в мучении умерщвляется сознание и воля, стирается личность; страдание же, напротив, — это взыскующее смысла переживание боли, душевный труд, выстаивая в котором, личность таинственно возрождается и растет» (Васильюк, 2005, с. 108). Тот, кто признает свою ответственность за все происходящее с ним, в конце концов, через катарсис

встречается с собой и с Богом. Тот, кто переживает страдания как бессмысленную муку, воспринимает себя как жертву, отталкивает боль, прибегает к различным средствам ее облегчения, тем самым закрывая путь к самоизменению, делает недоступным для себя диалог с Богом.

Психотерапевту, помогающему верующим, важно понимать функцию страдания в жизни невротика. Для невротика страдание имеет ценность прямой защиты и часто является единственным способом, которым он защищает себя от прямой опасности. Посредством самобичевания он избегает обвинений и, в свою очередь, обвиняет других. Страдание и беспомощность становятся для него средством получения любви и расположения, помощи и контроля и в то же самое время дают ему возможность избегать требований, предъявляемых к нему другими людьми. «...Страдание выполняет функцию выражения обвинений в адрес других людей, замаскированным, но действенным способом» (Хорни, 1993, с. 201—202).

Все вышесказанное о страдании впрямую подводит к области, лежащей вне психологии и все-таки интимно связанной с ней — духовной практике верующих. Вглядываясь в свой внутренний мир, испытывая свою совесть, верующий подчас затрудняется различить, что с ним происходит на самом деле: испытывает он страдание или печаль, он печален или охвачен тоской, унывает или у него депрессия, переживаемое им страдание угодно Богу или, наоборот, уводит от Бога. Чаще всего страдание и депрессия осознаются верующим как грех уныния, поскольку их признаки соответствуют тому, как описан грех уныния в руководствах для кающихся. Именно по таким руководствам верующий готовится к исповеди. Если свести страдание и депрессию к греху уныния, то другие состояния и переживания остаются нераскаянными.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

И Церковь в лице священников, и поучения Святых Отцов, и вся христианская литература обращаются к христианину как зрелому взрослому человеку, способному ясно видеть свои побуждения, мотивы, противоречия, внутренние конфликты — и не только то, что оформлено, но и то, что существует подспудно, в осколках и намеках. Со всей своей смутой, тревогой, душевной непроясненностью верующий остается один на один, не зная, что адресовать Богу, а с чем пытаться справиться самому. Подобные состояния у верующих компенсируются чрезмерным тщанием в исполнении церковных предписаний, молитвы, поста, посещения святынь. «Компенсаторную религиозность» отличает повышенная экзальтация, частое употребление имени Господа (кстати и некстати), высокомерие по отношению к тем, кто, с их точки зрения, не так благочестив и церковно дисциплинирован. «Компенсаторная религиозность» находит выход в особых переживаниях, которые вполне подходят под определение страстей. Среди «новых верующих» достаточно распространено убеждение, что назначение церкви — это духовная брань, а миссия христиан не нести свет и любовь, как люди ошибочно

думают, а сражаться со злом. Верующие этой категории предаются обличению как страсти и именно со страстью не столько обличают грехи, сколько разоблачают грешников. Экзальтация у определенной части «новых верующих» приобретает характер страсти, аффективной привязанности, когда их духовный восторг становится самоцелью, отчужденной от содержания молитвы или Богообщения. Переживая духовный восторг, верующий не слышит голос Бога, он сосредоточен на своих страстных душевных движениях и их интенсивность принимает за крепость духа и горячность веры.

У церковных (да и у не церковных) людей приходится наблюдать экзальтированное сострадание и одну из его форм — сентиментальную жалость. Обычно проявления этой страсти довольно демонстративны: она выражается в слезах сострадающего и импульсивных действиях — нередко даже в ущерб тем, кому обращена помощь и сочувствие. И упоение обличением, и духовный восторг, и экзальтированное сострадание при ближайшем рассмотрении оказываются компенсацией недостатка самоуважения, утверждением себя в роли нравственного, духовного, истинного христианина. Специфика этих форм самоутверждения в том, что они адресованы не только другим людям, но и самому себе.

Невротик неспособен «отсечь страсти» ценой даже самой интенсивной духовной работы. Чем раньше в опыте переживалась травма, тем сложнее и многослойнее защиты, тем дальше верующий от возможности справиться с грехами. В публикациях последнего времени отражены различные подходы психологов-практиков к работе со страстями. Т.А. Флоренская с помощью духовно-ориентированного диалога предпринимала попытки, апеллируя к совести клиента, привести его к раскаянию, к катарсису, через который ему бы открывались другие содержания и возможности решать свои проблемы. Она называла свою работу пастырским консультированием, но эту форму практики следовало бы назвать православной психагогией, учитывая степень вовлеченности психолога в процесс самоизменения клиента (Флоренская, 2003).

Психотерапевты В.В. Стома и А.Н. Шапкина описывают свой опыт работы с верующими, и их опыт интересен тем, что по-разному включает в психотерапию учение о страстях. В.В. Стома работает с пациентами с острыми психотическими реакциями в традициях клинической психотерапии, фиксирует положительную динамику их состояния, а затем анализирует содержание их переживаний, состояний, реакций с точки зрения учения о страстях. Складывается впечатление, что перевод переживаний и состояний на язык страстей необходим самому психотерапевту, но ничего не добавляет и не меняет в его профессионально проведенной работе. В данном случае понимание природы дефекта и его видение в духовном измерении не пересекаются (Евгений Левченко, свящ., Стома, 2005).

Работая с переживанием обиды, А.Н. Шапкина строит терапию на поучениях Василия Великого о преодолении обиды и гнева. Она не объясняет клиенту смысл святоотеческого понимания греховности этих страстей, а помогает ему сосредоточиться на актуальном переживании, раскрывает механизм преодоления обиды, перестраивает систему жизненных отношений клиента. Без соотношения переживаний обиды с христианским пониманием природы страстей, возможно,

психотерапия была бы столь же успешной, но не была бы такой глубокой (*Шапкина, 2005*).

Один из возможных путей психотерапевтической работы со страстями — помощь верующему в преодолении личностной дезинтеграции, обретении цельности, открытости, готовности к рефлексии. Человек с интегрированной личностью способен соотнести содержание своих переживаний, направленность своих мотиваций с Божьими заповедями, поучениями Святых Отцов, войти в диалог с Богом. Он хочет и может услышать голос своей совести, покаяться в своих грехах и идти навстречу Богу.

По учению христианской церкви в борьбе со страстями верующий обретает подлинное бесстрашие. По словам Иоанна Лествичника, бесстрашие — «сердечное небо ума». «Бесстрастным называется тот, кто тело свое сделал нетленным, ум возвысил превыше всякой твари, все чувства покорил уму, а душу свою представил лицу Господню, всегда простираясь к нему, даже превыше сил». «Та душа имеет бесстрашие, которая приобрела такой же навык в добродетелях, какой страстные имеют в страстях» (*Иоанн Лествичник, 1996, с. 243—244*).

Евагрий Понтийский утверждает, что только чистая душа может познать Христа. Любовь и кротость могут обуздать страсти, в том числе гнев и ярость. Любовь многообразно проявляет себя в милосердии, сострадании, великодушии, кротость предполагает готовность к примирению, чему учил сам Христос. Кротость — это невозмутимость яростного начала души, которая остается бесстрастной даже посреди искушений, добродетель кротости, разъясняет Евагрий Понтийский, не содержит в себе ничего от слабости. Это добродетель сильных. Кроткий да будет храбр, призывает Евагрий (*Габриель Бунге, 2005*).

Бесстрашие не надо понимать как отсутствие чувств вообще. В Откровении Иоанна Богослова Христос напоминает, что тот, кто колеблется в вере, не холоден и не горяч (Откр. 3, 15). Святые молитвенники христианские калялись, если не находили в себе горения в вере, сильных и глубоких чувств к Христу. Истинно верующему открыт самый широкий репертуар переживаний: отрицательных — неприятие греха, стыд и вина за греховные помыслы и действия; положительных — любовь к ближнему, сострадание, благоговение перед Богом, надежда на Его прощение и милосердие, благодарность Богу за все им дарованное, посланные испытания, за земную жизнь, за живительную силу благодати, за радость от чувства связанности и общения с Ним.

ЛИТЕРАТУРА

- Александр Ельчанинов*, свящ. Записи. М.: Русский путь, 2007.
- Антоний, митрополит Сурожский*. О встрече. Клин: Фонд «Христианская жизнь», 1999.
- Василюк Ф.Е.* Переживание и молитва. М.: Смысл, 2005.
- Габриель Бунге*, иеромонах. Акедия. Духовное учение Евагрия Понтийского об унынии. Рига: ФиАМ, 2005.
- Гаврилова Т.П.* Интеграция личности как цель психотерапевтической помощи верующим // Московский психотерапевтический журнал. 2007. № 3. С. 110—128.

- Добротолюбие. Избранное для мирян. М.: Изд. Сретенского монастыря, 1997.
- Евгений Левченко, священник, Стома В.В. Некоторые подходы к построению православной психологии и психотерапии // Московский психотерапевтический журнал. 2006. № 3. С. 16—44.
- Изард К. Эмоции человека. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1980.
- Иоанн Лествичник. Лествица. СПб., 1996.
- Краткий психологический словарь. Страсть. М.: Издательство политической литературы, 1985.
- Никодим Святогорец. Невидимая брань. Псков: Изд-во Псково-Печерского монастыря, 1996.
- Новиков Л.В. Религиозно-святоотеческое понятие «страсть» — психологический и клинический аспекты // Московский психотерапевтический журнал. 2005. № 3. С. 146—159.
- Олпорт Г. Становление личности: Избр. труды. М.: Смысл, 2002.
- Психология личности: Тексты / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер и А.А. Пузыря. М.: Изд-во Моск- ун-та, 1982.
- Слободчиков В.И. Христианская психология в системе психологического знания // Московский психотерапевтический журнал. 2007. № 3. С. 23—54.
- Словарь Л.С. Выготского / Под ред. А.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2007.
- Тиллих П. Избранное. Теология культуры. М.: Юрист, 1995.
- Флоренская Т.А. Святоотеческое учение о страстях // Московский психотерапевтический журнал. 2003. № 3. С. 104—113.
- Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Самосознание. М.: Прогресс, 1993.
- Христианство // Философская энциклопедия. Т. 5. М.: Советская энциклопедия, 1970.
- Чурсанов С.А. Богословский концепт личностного образа бытия как онтологический фундамент антропологической модели православной психологии // Московский психотерапевтический журнал. 2006. № 3. С. 45—81.
- Шапкина А.Н. Работа с обидой // Московский психотерапевтический журнал. 2005. № 3. С. 160—183.
- Шмеман Александр, прот. Дневники. 1973—83. 2 изд, испр. М.: Русский путь, 2007.

