

**ПСИХОТЕРАПИЯ И РЕЛИГИЯ:
ПРОДОЛЖЕНИЕ ДИСКУССИИ**

Кентавр и иное

Редкий и ценный для дискуссии случай – высказываются диаметрально противоположные позиции, да и сами авторы представляют себя: один – как верующий психотерапевт, другой – как неверующий и непсихотерапевт. Статьи, которые мы предлагаем вниманию читателя, поступили в редакцию почти одновременно и совершенно независимо друг от друга. Эта синхронность появления тезиса и антитезиса – свидетельство невыдуманности и серьезности самой проблемы, коль скоро она будоражит такие разные умы.

Мы приглашаем коллег включиться в эту дискуссию и особенно просим задуматься и высказаться о самой проблеме «Психотерапия и религия», ибо союз «и», объединяющий эти два слова, никак не задает, в чем же, собственно, проблематичность этого соединения. При всем различии позиций авторов нижеследующих статей, они сходятся в одном: «проблема» состоит в решении вопроса о возможности синтеза психотерапии и религии. Один из них доказывает, что такой синтез невозможен, другой – что он не только возможен, но даже осуществлен уже, по крайней мере в одной, отдельно взятой душе. Но в синтезе ли вообще дело? И если даже в синтезе, то чего – «мировоззрений», «методов», упований, образов жизни? Можем ли мы, обсуждая эту тему, говорить о религии вообще и психотерапии вообще? Может ли проблема психотерапии и религии быть поставлена как абстрактная? Существует ли реальный опыт взаимодействия церкви и психотерапии? Каковы коллизии, возникающие при консультировании неверующим психотерапевтом верующего пациента и наоборот?

Множество возникающих здесь вопросов ждут наших ответов.

Я И ИНОЕ

М.С.ЗАНАДВОРОВ*

Заметки, которые предлагаются здесь вниманию читателя – это мое стремление примирить, взаимно оправдать (может быть, это диалог полярностей?) религиозно-христианские убеждения, составляющие сердцевину моей личности («я-верующий») и психотерапию; в частности, гештальттерапию и психодраму – то, что является моей профессией и делом моей жизни («я-психолог»).

Надеюсь, эти мысли будут интересны, а возможно, в чем-то новы и дискуссионны для тех, кого интересует не только эмпирика психотерапии, но и ее философия.

1. Гештальттерапия, наряду с экзистенциальной терапией Л.Бинсвангера и Р.Мэя, психодрамой Дж.Морено, психосинтезом Р.Ассаджиоли – это форма экзистенциальной терапии, которая опирается на признание уникальности человеческой личности, ее несводимости к социальной «персоне», различным «характерологиям» или «комплексам», какими бы глубинными они ни были. Вспомним о том, что мы знаем по крайней мере два вида экзистенциальной философии (если не говорить о промежуточных вариантах): атеистическую (А.Камю, Ж.-П.Сартр, Ортега-и-Гассет, отчасти М.Хайдеггер) и теистическую, религиозную (Н.А.Бердяев, М.Бубер, Р.Гуардини, Г.Марсель, П.Тиллих), и зададимся вопросом: какую философию (может быть, не всегда осознанно) выражают гештальттерапия и психодрама? Очевидно, это не будет философия, которая делает Абсурд (А.Камю) и Ничто (М.Хайдеггер) Абсолютом и последним основанием бытия.

Основа экзистенциальной терапии – это философия *смысла*, духовного роста, цель которого – не просто адаптация человека к условиям его социальной жизни (что может быть, по Э.Фромму, и

* *М.С.Занадворов* – психолог Центра клинической психотерапии и психологической помощи кафедры психотерапии Российской медицинской Академии последипломного образования, профессионально занимается индивидуальной и групповой психотерапией (психодрама, гештальттерапия).

адаптацией к состоянию своего «социального психоза»), но встреча со своим высшим Я, открытие в себе вечного начала, стремление к Абсолюту. Ведь в процессе терапии человек максимально начинает осознавать себя. Как писал философ Б.И.Вышеславцев: «Человек живет, существует, мыслит и действует лишь в реляции к Абсолютному, лишь предполагая Абсолютное. Это существенное Предположение Абсолютного, без которого *нет человека* и, в сущности, *нет ничего*, Шелер называет «религиозным актом», свойственным всякому Я, всякому сознанию, всякому духу» [2].

Если это стремление к Абсолютному дошло до своего предела, то, в конечном счете, это – встреча Бога и человека в глубинах человеческого духа, до которого доходят гештальт и психодрама на последней стадии курса психотерапии. Далее уже начинается область религии.

2. Религиозная философия XX века, следуя за великими христианскими мистиками прошлого, которую представляет такая блестящая плеяда мыслителей (разумеется, список не полон), как Н.А.Бердяев, С.Н.Булгаков, М.Бубер, Б.Н.Вышеславцев, П.Тиллих, Тейяр де Шарден, ясно показала, что Бог в его благодатных проявлениях, божественных энергиях не менее имманентен человеку (конечно, в его высшей сущности, равнозначной, говоря словами Библии, «образу и подобию Божию»), чем трансцендентен для человека по своей природе. «Царство Божие внутри вас есть...», по словам Евангелия. Именно поэтому религиозная философия «Я-Ты» стала либо непосредственно декларируемой, либо не осознанной до конца основой многих систем экзистенциальной терапии (Л.Бинсвангер и Р.Мэй, терапия которых сложилась в тесной связи с идеями П.Тиллиха, логотерапия В.Франкла, «хасидская» психотерапия М.Бубера, психодрама Дж.Морено). Глубокие религиозные идеи такой философии «Я-Ты» можно найти у основателя психосинтеза Р.Ассаджиоли.

3. Если в деталях рассматривать принципы гештальттерапии и психодрамы, то можно, по моему мнению, убедиться в их прямом соответствии некоторым принципам христианской доктрины и практики.

А) Принцип «здесь-и-теперь». Он означает, что в психологической работе с актуальным переживанием прошлое клиента, его биография, его проблемы (как и прошлое терапевта, и его проблемы!) присутствуют реально, а не только в воспоминании, в настоящем времени контакта клиента и терапевта. Они явлены в каждом моменте общения клиента с терапевтом, в малейших телесных реакциях, интонациях голоса, эмоциях и т.д. Совместная задача терапевта и клиента – осознание этой связи, более того, отождествление прошлого и настоящего. Для меня по своему смыслу это равнозначно переживанию верующим, например, евангельских событий (в молитве, медитации или даже в той же психодраме) как происходящих «здесь» и «ныне», то есть непосредственно в его жизни и религиозном переживании не только символически, но и реально. О.Александром Шмеманом блестяще показано, как этот принцип «здесь-

и-теперь» реализуется иным, мистико-литургическим образом, в евхаристическом богослужении. По мысли о.Александра Шмемана, в «литургическом времени Церкви» соединяются прошлое, настоящее и будущее [5].

Б) Принцип *интеграции* как завершение каждого отдельного психотерапевтического сеанса и курса психотерапии в целом, как восстановление и углубление контакта «Я» с разными частями личности.

Интеграция – огромная тема, и я выражу здесь только основную мысль. Интеграция имеет целый ряд психофизических и душевно-духовных уровней, и психологическая интеграция – только один из них, не самый высокий. Только отчасти, в некоторые моменты и у отдельных людей, при полном осознании своих чувств, фантазий, сновидений и пр., она перекрывается, в достаточно узкой зоне, с религиозной интеграцией души. Но интеграция на психологическом уровне – в процессе психологической работы (с использованием методов гештальттерапии, психодрамы, психосинтеза) или в экзистенциальных переживаниях (в любви, творчестве, опыте страдания и со-страдания) – это, на мой взгляд, предварительное условие такой проработки телесной и эмоциональной сферы, которая делает возможной высшую, духовно-душевную, религиозную интеграцию, совершаемую силой благодати Святого Духа (хотя она действует в некоторой мере и на предыдущем этапе) и человеческого усилия (не волевого акта, но доверчивой открытости благодати: «Се, раба Господня, да будет мне по слову твоему». Лк.1, 38).

Похожий ряд идей о ступенях восхождения преображенного и преображающего Эроса развивает русский религиозный философ Б.Н.Вышеславцев. Он (вслед за С.Л.Франком) был наиболее чуток к современной ему психологии (интерес к К.Г.Юнгу) и первым указал на ее значение для религиозного опыта (расширение христианской антропологии) и на возможные ее опасности (подмена религии мифом).

Понятию интеграции в традиционном богословии соответствует христианская идея «исцеления», т.е. целостности человеческого существа, преображения всего человека, а не только его ума. В процессе душевно-духовной интеграции на протяжении всей человеческой жизни состояние греховной раздробленности, дезинтеграции преобразуется в первозданное, дарованное нам Богом психофизическое единство души и тела. Механизм интеграции в его наиболее общем виде – это отождествления *Я* и *Иного*, даже почти умирание на время *Я* в *Ином*, для воссоединения разобщенных частей *Я* в некое новое единство, в котором они преображаются так, что меняется не только психофизика, но и энергетика личности; место темных, заблокированных, непросветленных энергий занимают энергии добрые и светлые.

4. В связи с идеями, предлагаемыми в статье, многим может показаться, что автор неправоммерно сближает, даже отождествляет психотерапию и религиозную жизнь. Однако изоморфизм ряда принципов и основных понятий экзистенциальной психотерапии и духовной жизни

(таких, как ответственность, выбор, грех, страх и страдание, пограничные ситуации), хотя и многое проясняет в соотношении религии и психотерапии, но еще не означает их отождествления.

Здесь мне хотелось бы рассмотреть психотерапию в более широком контексте современной культуры и высказать два важных суждения – в ответ возможным оппонентам, как из числа религиозных мыслителей и практиков-клириков, с подозрением относящихся к психотерапии, так и оппонентам из среды психологов, которые совершенно иначе видят философские основы психотерапии.

Первое суждение касается психотерапии как особой области, пограничной между наукой, философией и искусством. Я вижу сущностную, а не случайную аналогию между отношением религии (имеется в виду христианство) к философии и науке и отношением религии к психотерапии. История христианства за прошедшие тысячелетия знает разные периоды отношений между религией, Церковью и философией, наукой – то мирных, то враждебных, нередко трагических (в XX веке роли гонителей и гонимых поменялись местами). Оставляя в стороне интереснейшую историю этих взаимоотношений (это отдельная большая тема), скажу только, что со времени Вл.Соловьева мало у кого остаются сомнения в возможности синтеза философии и веры.

Отцы Церкви III-IV вв., как известно, строили свой великий патристический синтез на базе античной философии Платона, Аристотеля, стоиков и неоплатоников. С точки зрения религиозного сознания, философия и наука обладают относительной истиной. Абсолютная же Истина – это только сам Иисус Христос, который говорит о себе: «Я есмь путь и истина и жизнь» (Ин.14, 6), и даже церковное вероучение ею во всей полноте не обладает, иначе в Церкви и религиозной философии прекратилось бы всякое развитие, были бы невозможны любые церковные реформы. (Хотя этот идеал застоя и регресса и мил, к сожалению, сердцу многих верующих.)

Но благодаря этой, пусть относительной, *истинности* философия и наука имеют, как об этом говорили еще первые поколения христианских апологетов (Климент Александрийский, Ориген) особое значение для апологетики, для открытия истин веры путем философского размышления. По средневековому выражению, через рассматривание творений видимого мира ум восходит к невидимому, к Источнику всякого творения – Богу.

Можно поставить вопрос и шире – о значении и смысле человеческого творчества вообще (как это делает, например, Н.А.Бердяев в своей известной книге «Смысл творчества»). В способности к творчеству св. Григорий Палама видел образ Божий в человеке. Конечно, говоря догматически, в любом творчестве (кроме Божественного) есть и семена истины, и плевелы зла и лжи. Но в той мере, в какой человеческое творчество подлинно, истинно, оно озарено лучами Истины, питается духом Истины и в этом смысле религиозно. (Именно в таком смысле

толкует Декларация II Ватиканского Собора отношение веры и Церкви к науке и, шире, светской культуре в целом.)

Вышеприведенные мысли можно адресовать и психотерапии. Как и философия, экзистенциальная терапия, этот особый вид творчества, служит мостом между неверием и верой (конечно, в идеале). Проводя человека в его воображении через пограничные ситуации, терапия (если она ведется на глубинном уровне) ставит его, на грани жизни и смерти, перед осознанным религиозным выбором – бытием в Боге или вне Бога, т.е. небытием.

5. Второе суждение касается не менее сложной, так называемой антропологической проблемы – отношения между телом, душой и духом человека. Поскольку существует много ступеней интеграции, по крайней мере (беру обобщенно): телесная, душевная, душевно-духовная и чисто духовная, уже за пределами нашего земного мира, эти ступени находятся в неразрывном единстве, каждая служит началом для последующей. Соотношение этих ступеней и выражает единство психотерапии и духовной жизни.

Существует довольно мощная (но, к счастью, не единственная!) христианская традиция, своего рода психологическое монофизитство, которая полагает непроходимую пропасть между душой и духом, видит в душевной жизни только источник греха и соблазнов, помеху для духовности. Русская религиозная философия XX века, позиции которой я разделяю, в своих прозрениях исходит из совершенно иных антропологических предпосылок.

Душа по своей природе (именно по природе, а не по благодати!) христианка, по выражению Тертуллиана. Не будь этого, она не могла бы и совершить этот «безумный» для эллинов скачок от пантеизма к вере в распятого Христа. Как писал Б.Н.Вышеславцев (цитирую неточно, по памяти): цветы духа вырастают из почвы души, из темной глубины бессознательного. Дух – преображенный Эрос.

Страстно протестовал против антипсихологизма в жизни Церкви и замечательный богослов Г.П.Федотов. В своем «Ессе homo» он писал: «...борьба с душевностью выдвигается на первый план духовной жизни. Душевность – это не одни низшие страсти. Это прежде всего мечтательность и нежность, склонность к умилению и сердечной религиозности и к человеческим привязанностям... Любовь – так называемая естественная любовь, в противоположность духовной – объявляется подлежащей преодолению... Таким образом, на месте человеческого сердца образуется пустота. Создается отталкивающий образ жестокого себялюбца, самоистязания которого не скрывают, а скорее усиливают черты сатанизма, т.е. бездушной и бестелесной, злой духовности» [4].

Исходя из такой позиции, психотерапевт – это не «искуситель», не конкурент, а союзник священника. Не случайно на Западе многие духовные лица всех вероисповеданий – священники, пасторы, кроме так

называемого «пастырского богословия», обучения искусству проповеди, проходят серьезные курсы психотерапии, подчас становятся профессиональными психологами, психотерапевтами (хотя в этом есть и свои издержки). По моему личному опыту, психологическая работа в гештальттерапии, психодраме с верующими чаще всего идет (конечно, в длительном курсе) с такими экзистенциальными проблемами, о которых многие клиенты и не подозревают (темы жизни и смерти, греха, отношения к Богу, религиозный смысл страданий...), и такая работа немало помогает их духовному осознанию.

Напротив, у многих неофитов непроработанность психологических проблем, груз «комплексов» ведет к искажению их духовной жизни. Часто они воспринимают религию односторонне, лишь как «индивидуальное утешение», или как аскетизм, или эстетически. Христианство – это совсем не преимущественно религия невротиков, как ошибочно думал Ф.Ницше и многие другие (вспомним хотя бы розановское «Люди лунного света»), но вера в первую очередь здоровых людей. Иначе религия превращается в своего рода религиозную санкцию «комплексов», и подобные верующие ищут в Церкви освящения невротического склада своей личности, приписывая ему черты добродетели.

6. Философская основа экзистенциальной терапии, на мой взгляд – это философия *Я-Ты* (М.Бубер, Н.А.Бердяев, Р.Гуардини, П.Тиллих, Дж.Морено, Э.Фромм и другие мыслители). В основе философии *Я-Ты* лежит мысль или, вернее, переживание человеком того, что существуют два основных типа отношения *Я* к миру и людям: безличное *Я-Оно* (отношение к другому как к объекту, вещи) и отношение *Я-Ты*. Это – подлинный, глубокий контакт Эго с жизнью, миром, самим собой, другими людьми, даже животными и вещами природы. Это глубоко личное, персоналистическое отношение *Я-Ты*, отношение к *Оно* как к *Ты* и даже – в пределе – как продолжению *Я* как Альтер Эго, но так, что это – отношение любви, которое не уничтожает личности и природы *Другого*. (Это далеко не всегда реализуется установкой сознания, вернее, это установка *всей личности*, которая есть единство сознания и бессознательного.)

7. Для религиозного мыслителя отношение *Я-Ты* всегда религиозное отношение (хотя б это и не осознавалось человеком).

Что такое отождествление *Я* и *Иного*, точнее, погружение *Я* в *Иное*? Это совсем не философская позиция, это, в духе библейской антропологии, переживание во всех личностных планах – духа, души и тела.

Совершенно в духе гештальта, даже в его конкретно-практическом воплощении, как методический прием, воспринимается следующий пассаж М.Бубера о боли (боль как иное) в его книге «Проблема человека»: «Именно та боль, которую я испытываю «теперь и здесь в ее наличествовании «у меня», «теперь», «здесь», «таким образом» – одним словом, совершенное присутствие этой боли откроет мне и сущность боли

как таковой (как в гештальттерапии – путь от телесного ощущения к духовному! – М.З.). При таком проникающем касании духа боль как бы поверяет ему себя на некоем демоническом языке... В сущность боли проникает только тот, кто на последней глубине собственной боли, и без всякого «помимо», приобщится в своем духе мировой боли. Но совершить это можно лишь при одном условии: он должен действительно узнать всю глубину боли других существ; а это предполагает уже не «соблезнование», не проникновение в толщу бытия, а великую любовь. И тогда собственная его боль в своей предельной глубине проступит сквозь боль мира. Только соучастие в бытии других живых существ обнаруживает смысл в основании собственного бытия» [1].

Отождествление *Я* и *Иного* – всегда риск и парадокс. И в этом религия смыкается с глубинной терапией, которая также парадоксальна и полна риска.

По мысли М.Бубера (блестяще выраженной в его книге «Я и Ты») малые «ты» существуют для *Я* постольку, поскольку есть одно большое *Ты*, Сущий, Бог, с которым человек вступает в глубоко личное отношение, каждый – по-своему. Этим *Ты* начинается и заканчивается лестница Иакова, путь духовных восхождений и нисхождений в *Иное*. В каждом «ты», «ином» есть отблеск *Ты*, *Иного* как Непостижимого.

8. Мне хотелось бы здесь хотя бы в нескольких словах коснуться отношения между психотерапией и художественным творчеством, особенно поэзией. Для меня центральная тема любой настоящей поэзии, здесь можно было бы назвать многие имена – О.Мандельштам, А.Ахматова, И.Бродский – это экзистенциальная встреча (или невстреча!) человека и Неба, человека и Бога. Небо здесь – не абстрактное понятие, а глубокий **мифический символ**, что погружает стихотворение в атмосферу мифа, даже если присутствует конкретная ситуация, реалии быта и пр. Та же атмосфера мифа, но уже с психотерапевтической стороны, для меня присутствует в экзистенциальной терапии, для которой каждый конкретный сеанс терапии – это встреча *Я* с многообразным *Ты* (с разной степенью осознания, глубины и т.д.).

В чем риск психотерапии для «образа *Я*», его самочувствия? Проникновение в глубинные слои личности (т.е. погружение в *Иное*) всегда вызывает мощное сопротивление. И если различными способами удастся это сопротивление преодолеть, мы выходим, независимо от конкретных сюжетов и проблем, на его основу – страх смерти, метафизический страх физической или духовной смерти, присущий любому человеку (не путать с танатофобией – симптомом невроза навязчивых состояний). Именно в этом состоянии предельного страха экзистенциальная терапия и ставит человека перед конечным религиозным выбором – жизни или смерти.

Мне очень близка мысль Ф.Перлза о том, что в процессе терапии психолог как бы снимает с души клиента «слои невроза», обнаруживая присущие этим слоям специфические страхи, от более поверхностного

социального страха (страх перед незнакомыми людьми и пр.) до глубинного «страха Ничто». Говоря религиозным языком, это слои греха, который препятствует контакту человека с его высшим Я, в конечном счете, с Богом. Процесс психотерапии для меня неотделим от боли, от страха, сопротивления изменению и умирания какой-то части Я – ради чего-то высшего. Так, для Р.Ассаджиоли глубинная терапия выступает как духовный путь, как прохождение души через *кризис* («кризис» по-гречески означает «суд», суд души над собой), как смерть какой-то части Я и его воскрешение.

В этой мысли (которая постоянно реализуется в практике, при условии, что психологу удастся подойти к этим глубинным слоям и состояниям) я нахожу не просто аналогию, но сущностное уподобление процесса терапии «кенозису» земной жизни Христа. «Кенозис» – это и есть смирение перед иным, даже если оно враждебно тебе, самоограничение, вплоть до самоотрицания, ради принятия в себя *Иного*, ради его преображения. В католической философии XX века раскрывается «кенотический» смысл жизни человека (Р.Гуардини, Ганс Урс фон Бальтазар). Подобный же смысл принятия на себя роли *Другого* находит известнейший психодраматист Грета Лейтц, видя в этом «уникальный опыт Ты» [3].

Хотелось бы закончить это небольшое эссе словами великого немецкого поэта Р.М.Рильке, в которых, по-моему, выражается самая глубинная суть психотерапии:

Он ждет, чтоб высшее начало
Его все чаще побеждало,
Чтобы расти ему в ответ.

(Пер.Б.Пастернака)

ЛИТЕРАТУРА

- Бубер М. *Я и Ты*. – М.: Высшая школа, 1993, с.143-144.
 Вышеславцев Б.Н. *Этика преображенного Эроса*. – М.: Республика, 1994, с.135.
 Лейтц Г. *Теория и практика психодрамы Дж.Морено*. – М.: Прогресс, 1994, с.248.
 Федотов Г.П. *Эссе ното*. // *Человек*, № 1, с.42.
 Прот. Шмеман А. *Евхаристия*. – М., 1992, с.39-40, 76-77.