

## ДВА ТИПА РЕЛИГИОЗНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

С.А. БЕЛОРУСОВ\*

*Статья посвящена дифференциации двух типов религиозно-ориентированной психотерапии: «закрытой», основа которой состоит в реализации запроса клиента без вовлечения его личности – через ритуал, обряд, инициацию; и «открытой», при которой практикующие специалисты апеллируют к самой возможности веры, принимая во внимание духовное измерение человеческой личности.*

Недавно мне довелось провести отпуск в Китае. На излюбленном российскими туристами тропическом острове Хайнань есть примечательное место. Оно, в рамках посткоммунистического дискурса, именуется «Культурный центр Наньшань», но в расписаниях экскурсий обозначается как «Буддийский центр» и не испытывает недостатка в посетителях, хотя создано практически с нуля в течение десяти последних лет.

Это огромный парк с ухоженными рощами, озерами и местами специфического уединения – домиками на деревьях для аскетической и эстетической медитации по цене 50 долларов в сутки, с негласным девизом: почувствуй себя на это время буддийским монахом. Это – обилие кумирен и прочих культовых помещений в русле китайско-буддийской традиции. Неторопливый экскурсионный автобус перевозит шумных паломников от одного «священного» аттракциона к другому. В одном павильоне можно и зажечь благовония перед статуей улыбающегося толстяка Хотея, и предложить свечку устрашающему демону. Затем – площадка ритуального кормления голубей. За нею – сквер 140 колоколов, к каждому из которых следует прикоснуться. Далее – павильон, где организованным группам предлагаются процедуры дружного

---

\* *Белорусов Сергей Анатольевич* – заведующий отделением клинической психотерапии и медицинской психологии поликлиники Медросконтракт, координатор модальности «Религиозно-ориентированная психотерапия» ОППЛ.

перепрыгивания через светящиеся в полу полоски. При выполнении этого задания группа допускается к стене исполнения желаний, где в выбранные цели-мишени, например, «найти жениха», «здоровье детей», «материальное благополучие», принято бросать монетки. Оттуда – вход к скульптуре дракона, причем прикосновение к его хвосту приводит к тому, что «вы не будете никогда уставать», а пребывание под брызгами фонтана из пасти должно привести к «защите от неприятностей».

Этот своеобразный «парк Горького духовных аттракционов» является в высшей степени востребованным, как туристами, так и местным населением. И вдумаясь, почему? Что здесь происходит? Несомненно, все устройство его отвечает эстетическим потребностям человека, но ведь это место претендует быть *духовным* центром, и по просветленным и довольным лицам выходящих оттуда можно заключить, что удовлетворение неких «духовных» потребностей имело место. Попробуем понять, как же это происходит.

Во-первых, здесь сделано все, чтобы создать атмосферу «сакральности». Этому служат архаические символы, тихие медитативные напевы из искусно замаскированных колонок, впечатляющие статуи, система табу на вхождение в определенные зоны и тому подобное. Тем самым достигается особый настрой, «вырывающий из повседневности», своего рода готовность к трансовому состоянию той или иной степени глубины, в зависимости от впечатлительности посетителя, или, уже можно сказать, клиента – потребителя магических услуг.

Затем, клиент побуждается выстроить свои приоритеты и пройти символический ритуал, включающий определенные телодвижения, прикосновения, жертвоприношения. Можно предположить, что в процессе выполнения ритуала, который обязательно подкреплен процедурой отдачи чего-либо (как правило, символической денежной суммы), происходит то, что в парадигме НЛП именуется «якорение», то есть та или иная цель связывается с кинестетической – визуальной – аудиальной системой восприятия, и в когнитивной сфере образуется условно-рефлекторная связь: если ты что-то сделал для обретения желаемого, то возрастает убежденность в вероятности этого обретения. Клиент покидает «духовный аттракцион» в эйфории умножившейся надежды. Все это в целом мы и можем именовать «закрытой» разновидностью религиозно-ориентированной психотерапии, правда, с известной долей условности, хотя бы потому, что психотерапия, несомненно, здесь присутствует, ритуалистическая «духовность» тоже, а вот религия – нет.

Не будем превозноситься и оболщаться религиозным и культурным превосходством. Когда наши клиенты говорят: «Да, я не особенно

верующий, но могу зайти в церковь и поставить свечку», они описывают работу того же самого механизма. Люди терпеливо выстраивают многочасовые очереди к той или иной христианской реликвии в надежде на чудо, зачастую не имея ни малейшего представления о том, к чему им предстоит благоговейно приложиться.

Мы далеки от того, чтобы обличать кого-либо в суеверии или невежестве. Более того, мы не отказываем этому явлению в своеобразной «психотерапевтичности», поскольку оно, без сомнения, может давать эффект. Если критерием психотерапии является принесенная польза, то мы согласимся — все очерченное выше может сработать. Возьмем действие. Но мы позволим себе именовать это «закрытой» разновидностью религиозно-ориентированной психотерапии, поскольку религиозные ценности здесь *используются*, имеют *прикладное* значение, являются фоном, а не фигурой, аккомпанементом, а не мелодией. Это функциональная, прагматическая, а точнее, псевдо- или магически-религиозно-ориентированная терапия, поскольку в ней присутствует лишь один полюс — клиент — и происходит реализация его запроса через обряд, ритуал, инициацию. Ситуация одиночества клиента здесь очевидна, наряду с механизмом программирования, своего рода «кодирования на результат».

Терапия этого типа, продолженная до своего логического завершения, неминуемо приводит нас к самому опасному явлению наших дней, тому, что можно назвать оптимистической религией. Исторически она происходит из оккультно-ориентированной психологии New Age, но в наше время и в нашей стране узнаваема по другим приметам, в числе которых назовем следующие декларации ее адептов:

- «В бога я, конечно, верю, но бог един, и ограничивать пути к нему, значит обеднять себя»;
- «Для пути к богу не нужны ни посредники, ни традиции, ни знание истории духовной жизни человечества, достаточно практиковать несколько несложных техник».

Практика этих техник — «работа» или «работа над собой» — не несет никакой нагрузки самоанализа, ни, тем более, покаяния, и представляет собой разнообразные ритуалы — медитации, визуализации, физические упражнения — асаны, мудры, мантры.

Характерны девизы: «Вселенная — дружелюбна», «Мысль — материальна». Адепты данного стиля мышления не любят вопросов о разнице между Творцом и творением и избегают размышлений о посмертной участи человечества, так что ключевым для них становится термин «эволюция».

К отличительным особенностям адептов «оптимистической религии» относятся:

- Акцент на успехе, позитиве, благополучии при «вытеснении» неоспоримых фактов зла, бедствий и страдания в мире;
- Преклонение перед природой, интерес к индивидуалистическим инсайтам, которые не могут быть верифицированы, — визионерские опыты Г.Гурджиева, Е.Блаватской, Н. и Е.Рерихов и т.п.;
- Подчеркнутая наукообразность их представлений, введение наукообразных категорий — «торсионные поля», «энергоинформация», и столь же подчеркнутый пиетет к диссидентам от науки — Ф.Капгра, Налимов, Мулдашев, обратившимся к дилетантским исследования «непознанного».

Что же собой представляет вторая разновидность религиозно-ориентированной терапии, если таковая вообще существует? Как следовало из представления модальности ОППЛ «религиозно-ориентированная психотерапия» в программе ОППЛ, практикующие в этой парадигме специалисты не *используют* веру, но апеллируют к самой возможности веры, принимая во внимание духовное измерение человеческой личности.

Поясним это, исходя из клинических реалий. По-видимому, никому из коллег не приходилось сталкиваться с клиентом, начинающим беседу с утверждения — «Мне хорошо, доктор» (если не предположить редкую вероятность встречи с гипоманиакальным пациентом). Итак, из самого факта бытия клиентом психотерапевта, мы можем безошибочно предположить, что наш визави находится в ситуации страдания, амплитуда которого может быть весьма широка — от каприза до катастрофы, от дискомфорта до суицида. И тут мы вспоминаем В.Франкла, обобщившего опыт человечества чеканной фразой: «Единственный смысл страдания — стать иным». Вслед за ним вспомним другого классика, А. ван Кама, выдвинувшего модель трансцендентной психотерапии и предложившего понимание духовности как ультимативно человеческой способности к трансценденции — преодолению границ собственного отжившего Я с восхождением, теологически выражаясь, преобразованием на более аутентичный уровень, приближением к логосу нашего бытия.

Исходя из этого, мы будем понимать добросовестную, хорошую, подлинную терапию не как снятие симптомов, а как исчезновение симптомов через «становление иным, переход доселе ограничивающих пределов» личности. И здесь важно понимать, что такого рода трансцензус, трансформация, преобразование не может осуществляться простым

переструктурированием личностных радикалов, это всегда результат взаимодействия с чем-то таинственным и таинственным, чем-то (или Кем-то) выше нашего понимания, перед чем (Кем) мы склоняемся в благоговении, и ответ Оттуда никогда не бывает однозначно предсказуемым. Здесь мы вступаем в поистине *диалогическую* сферу, то есть открытую, двустороннюю, в сферу взаимодействия.

Уникальность человеческой личности заключается в том, что ей потенциально доступно и предназначено преодоление пределов самой себя с последующей самореализацией на неожиданном, принципиально ином, более высоком (благородном, достойном, осмысленном, просветленном) экзистенциальном уровне, что мы определяем как духовность.

О чем идет речь? Может быть лучше, чем психология, это показывает литература. Вот иллюстрация — сокращенное воспроизведение рассказа Леонида Андреева «Баргамот и Гараська».

«Высокий, толстый, сильный, громогласный Баргамот составлял на полицейском горизонте видную фигуру, если бы душа его, сдавленная толстыми стенами, не была погружена в богатырский сон.

Часу в десятом теплого весеннего вечера Баргамот стоял на своем обычном посту. Настроение Баргамота было скверное. Завтра светлое Христово воскресение, сейчас люди пойдут в церковь. Потребности молиться Баргамот не ощущал, но праздничное, светлое настроение, разлитое по необычайно тихой и спокойной улице, коснулось и его. Но благодушие Баргамота было нарушено самым подлым образом. За углом слышались неровные шаги и сиплое бормотанье. «Кого это несет нелегкая?» — подумал Баргамот, заглянул за угол и всей душой оскорбился. Гараська! Сам своей собственной пьяной особой, — его только недоставало! Никто ему так не досаждал на Пушкарной, как этот пьянчужка. Эх! У Баргамота чесались руки, но сознание того, что в такой великий день как будто неудобно пускать их в ход, сдерживало его.

— Христос, значат, воскрес?

— Ну, воскрес.

— Так позвольте...

Гараська, ведший этот разговор вполоборота к Баргамоту, решительно повернулся к нему лицом.

Баргамот, заинтригованный странными вопросами Гараськи, машинально выпустил из руки засаленный ворот; Гараська, утратив точку опоры, пошатнулся и упал, не успев показать Баргамоту предмета, только что вынутого им из кармана. Приподнявшись одним туловищем, опираясь на руки, Гараська посмотрел вниз, — потом упал лицом на землю и завыл, как бабы воют по покойнике.

– Что ты, очумел, что ли? – ткнул его ногой Баргамот.

– Я... по-благородному... похристоваться... яичко... а ты... – бес-  
связно бурлил Гараська, но Баргамот понял.

Вот к чему, стало быть, вел Гараська: похристоваться хотел, по  
христианскому обычаю, яичком, а он, Баргамот, его в участок пожелал  
отправить. Может, откуда он это яичко нес, а теперь вон разбил его.  
И плачет.

– Экая оказия, – мотал головой Баргамот, глядя на валявшегося  
пьянчужку и чувствуя, что жалок ему этот человек, как брат родной,  
кровно своим же братом обиженный.

– Похристоваться хотел... Тоже душа живая, – бормотал горо-  
довой.

– Пойдем ко мне разговляться.

– Так я к тебе, пузатому черту, и пошел!

– Пойдем, говорю!

Измучению Гараськи не было границ. Совершенно пассивно по-  
зволив себя поднять, он шел, ведомый под руку Баргамотом, шел – и  
куда же? – не в участок, а в дом к самому Баргамоту, чтобы там еще...  
разговляться!

– Кушайте, кушайте, – потчует Марья, – Герасим... как звать вас  
по батюшке?

– Андреич.

– Кушайте, Герасим Андреич.

Гараська старается проглотить, давится и, бросив ложку, падает го-  
ловой на стол прямо на сальное пятно, только что им произведенное.  
Из груди его вырывается снова тот жалобный и грубый вой, который  
так смутил Баргамота.

– Ну, чего вы, Герасим Андреич! Перестаньте, – успокаивает та бес-  
покойного гостя.

– По отчеству... Как родился, никто по отчеству... Не называл...».

Казалось бы, здесь все просто и знакомо. И, тем не менее, чудесно.  
А если чудесность считать критерием духовности, что может быть чу-  
деснее, чем рождение ребенка из двух клеточек, чем дивная целесооб-  
разность природы, чем иногда дающаяся нам свобода жертвовать низ-  
шим Я самосохранения во имя любви?

Вернемся теперь к практической терапии. Вот недавний случай.  
Паренек, преуспевающий программист, после семи лет близости со сво-  
ей подругой, внезапно, застает ее в ситуации неверности. Он приходит  
к терапевту, движимый двумя аффектами – боли и обиды. Рассказыва-  
ет, что прекратил с ней все отношения, мучается, не принимает оправ-  
даний с ее стороны, посылает гневную и оскорбительную sms-ку.

Приходя, он ищет у специалиста солидарности в своем негодовании на неверную подругу, приглашает к сочувствию себе в ситуации, кажущейся ему в высшей степени несправедливой и незаслуженной. И здесь отчетливо проступает отличие профессиональной терапии от дружеского утешения. Специалист, не преуменьшая глубины страдания, старается перенести акцент с позиции «За что так со мной?» на более ответственную платформу — «Что (кто) есть я?» (вспомним название хорошей книги игумена Евмения «Духовность как ответственность»).

Подчеркнем, что терапевтическое взаимодействие осуществлялось в парадигме «анонимной духовности», — пациент открыто исповедует принципиальный и необратимый атеизм. А когда невозможна встреча с Богом, пациент приглашается к встрече с самим собой, с высшим своим представлением о себе.

В неспешной беседе обсуждается соответствие его поведения наличествующим у него идеалам, среди которых наиболее созвучным ему оказался «самурайский кодекс бусидо». Клиент приглашается к трезвой самооценке с позиций благородства, невозмутимости, стойкости. Такой подход представляется нам примером «открытого» типа терапии, поскольку мы оба с ним не знаем, что произойдет в результате его трансценденции к более высоким нравственно формам поведения.

К концу терапевтической встречи у клиента появляется аффект стыда, вместо захлестнувшей его ранее обиды. Если бы мы применяли «закрывающую» терапию, то ставили бы в качестве желаемого результата стирание из памяти стрессового эпизода, возвращение любимой девушки, то есть мало бы отличались от «ворожеи-приворотчицы». Результатом нашей встречи явилось решение клиента отправиться к неверной любимой с извинениями за свое оскорбительное поведение. И далее происходит неожиданное. Может быть, чудо. На следующий день он приходит словно просветленным. Он говорит, что благодарен за происшедшее с ним. Девушка сказала ему, что давно любит другого, и он от этого испытал облегчение, обрел некую душевную гармонию, говоря его словами: «Раз на свете есть люди, которые могут бросить все из любви, то на этом свете стоит жить».

Еще раз — в чем же здесь открытость? А в том, что мы, отважившись апеллировать к духовности на том уровне, который доступен нашему клиенту, не зная, что произойдет в результате, доверчиво вверяем себя промыслу. Мы расчищали характерологические завалы саможаления, обиды, в виде стремления к примитивной справедливости, и не ошиблись, когда актуализировали евангельское «милость превозносится над судом».

Как и следовало ожидать, в дальнейшем наступил период реактивной депрессии. Но мы договорились взывать к «высшим ценностям» и рассуждали примерно так (далее — «эстрагированная» цитация встречи):

**Пациент:** Мне реально плохо. И потому, что это произошло. И это лишь укрепило меня в мысли, что большую часть людей следовало бы умертвить. Для их же блага.

**Терапевт:** Итак, мы имеем две реальности — твои чувства и твои убеждения. *Emotio & Ratio*. А зададимся вопросом, насколько они влияют друг на друга...

**П.:** В смысле?

**Т.:** В причинно-следственном. Если ты выйдешь на улицу без одежды, следуя убеждениям натурализма, ты или замерзнешь, или будешь осмеян.

**П.:** Но я считаю, что людей цивилизация испортила. И вообще, животные мне как-то ближе.

**Т.:** Понял. Принял. Но ведь ты, программист по специальности, уловишь такой тезис — вот, к примеру, в нас встроена операционная система... Представил? Допустим, при рождении...

**П.:** Угу, и...

**Т.:** А допустим, в нее Кем-то «вшит» драйвер благодарности жизни и любви к представителям того же биологического рода.

**П.:** А если у меня тут дырка?

**Т.:** Тогда операционная система у тебя будет «глючить», жизнь представляться в мрачных тонах «скринсейвера», и «комп» будет искриться, то в себя, то в других...

**П.:** Понятно, но ведь я не всех не люблю... Есть люди, за которых я готов, ну не знаю, ну жизнь отдать... Но таких мало.

**Т.:** Хорошо, здесь притормозим. При твоей программе — «готов отдать жизнь за близких и не переношу остальных» — ты чувствуешь себя паршиво, но в меру. А если ты просто попробуешь жить по программе «Как мне жаль, что я не могу обнаружить в себе ни резона, ни отваги, чтобы иметь возможность отдать свою жизнь за всех». Помнится, один Парень так поступил. И депрессии у него не было. А у тебя есть. Факт?

**П.:** Ну..

**Т.:** Знаешь, иногда картинку можно сменить усилием воли. Уж что-что, а у благородного самурая эта добродетель есть... Попробуй напрячь волю в этом направлении, и посмотрим, что из этого выйдет... Обсудим через неделю.

**П.:** Это все?

**Т.:** Хочешь таблетки?

**П.:** Нет.

**Т.:** Ну, значит все...

Итак, резюмируем. Настоящей религиозно-ориентированной психотерапии присуща открытость. Это свойство включает в себя такие параметры, как спонтанность, диалогичность, «присутствие Третьего», упование на милость Вышнего. Это терапия, устремленная вверх. Ее целью является выход из стагнации отживших психологических защит. Ее результат непредсказуем ни для терапевта, ни для клиента. Оба они, в меру возможности веры, отпущенной каждому из них, надеются на обетованное: «Просите, и дано будет вам; ищите, и найдете; стучите, и отворят вам» (Мф. 7: 7).

## **Новые книги**

**Михаил Решетников**

Психическое расстройство. Лекции. — СПб.: Восточно-Европейский Институт Психоанализа, 2008. — 284 с.

Выход в свет – июль, 2008 г.

В книге подробно рассматриваются реформаторские процессы в психиатрии и сопровождавшие их методологическое коллизии. Проводится критическое переосмысление попыток обоснования физиологических подходов к психологии и психотерапии в работах И.М.Сеченова, И.П.Павлова, В.М.Бехтерева и др. Анализируются этические вопросы современной лечебной практики и ведения научных дискуссий. Формулируются новые парадигмальные подходы к психопатологии.

Издание носит глубоко полемический и познавательный характер, иллюстрировано репродукциями картин и портретами выдающихся ученых.

Предназначено для психологов, психотерапевтов и психиатров, а также врачей общей практики, педагогов, философов и социальных работников.

Заказ книг – наложенным платежом по эл. почте: editor@oedipus.ru или по адресу: 197198, СПб., Большой пр., П.С., 18-А. Издательство ВЕИП.

Стоимость: 200 руб. + почтовые расходы.