

МАХНАЧ А.В.

кандидат психологич. наук,
ст. научный сотрудник
Института психологии РАН

**СЕМЕЙНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ
И ПРАВОСЛАВНАЯ ТРАДИЦИЯ**

1. Семья в Православии.

«В наше время стала очень трудна семейная жизнь – главным образом из-за тех экономических трудностей, которые чрезвычайно тяжело ложатся на семейную жизнь и создают уже давно очень тяжелый и опасный кризис семьи. Впрочем, было бы неверно сводить кризис семьи только к одной экономической стороне – он, к сожалению, гораздо сложнее» [7]. Эти слова были написаны в 1929 году известным православным философом, педагогом и психологом Василием Васильевичем Зеньковским. К сожалению, мало что изменилось с тех пор. Поэтому все так же актуально внимание психологов, психотерапевтов, священников к семье в нашем мире. И вот почему: «От благостной связанности друг с другом у обоих супругов рождается социальная чуткость – отсюда величайшее значение семьи в развитии социальных отношений [7].

Неблагополучные семьи порождают людей с низкой самооценкой, нездоровой психикой, что нередко впоследствии приводит к преступлениям, оборачивается душевными болезнями, алкоголизмом, наркоманией и другими социальными проблемами. Причины социального неблагополучия кроются в личном опыте каждого человека, опыте, который он приобрел в течение жизни.

Приход за помощью к психотерапевту связан с тем, что старая система отношений в семье так или иначе перестала устраивать членов семьи. Перед тем как расстаться со старыми, в чем-то не устраивающими членов семьи отношения им приходится пройти через тревогу, страхи, связанные с разрушением старого и неизведанностью нового. Роль терапевта заключается в том, чтобы семья прошла по этим небезопасным для нее путям исцеления с минимумом ущерба для каждого из членов семьи. Для работы с семьей терапевт обладает таким значимым ресурсом, как личность терапевта. Терапевт сам определяет методические средства для работы и их выбор во многом лично окрашен. Психотерапевт вовлекает пациента в свою понятийную систему, и уже в рамках этой системы с ним работает. В тени личности терапевта создается зона безопасности, где он обретает уверенность делать осторожные шаги вовне. Это взаимодействие и есть то, что называют влиянием личности психотерапевта [5]. Важно при этом отметить, что обращение к религиозному опыту и религиозная терминология в большинстве случаев, как это ни парадоксально звучит, не всегда уместна в работе психотерапевта-христианина. Задача терапевта – создать условия для самораскрытия каждого из членов семьи, и в таком семантическом поле, в котором есть возможность затронуть любую тему, что создает все необходимые условия для установления контакта, понимания и сотрудничества. И тогда, по мнению С.А. Белорусова, нет смысла подчеркнуто окружать себя сакральными предметами, елейно интонировать речь, фехтовать цитатами из Священного писания; абсолютно неуместны угрозы наказанием свыше [4].

Не секрет, что в семье формируются все основные жизненные ориентиры человека. Основой социальной жизни нашей является семья, в которой человек воспитывается. В семье, если она нормальна, в той или иной степени осуществляется такое сочетание личного и семейного, что здесь поистине – все за одного и один за всех. Духовная природа семейной

социальности сказывается в том, что и правда и неправда в семейных отношениях неизбежно отзываются на духовной жизни членов семьи. Когда личность становится достаточно зрелой в своем индивидуальном самосознании, проблема слияния отдельных личностей в новую социальную общность, возникновение новой соборности дается лишь в любви. Оттого, по мнению В.В. Зеньковского, семья и является естественной формой соборности [7].

2. Брак в Православии.

«Потому оставит человек отца своего и мать свою и прилепится к жене своей, и будет одна плоть» (Быт. 2: 23-25). В этом отрывке из библейского стиха содержится квинтэссенция библейской концепции брака. Выделяются три главных момента, являющиеся основополагающими для построения христианской семьи:

1. отделение от родителей (психологическое, эмоциональное, физическое);
2. прилепление будущих супругов друг к другу (ухаживание за будущей женой, взаимопонимание, духовное единение);
3. становление единой плотью (женитьба, сексуальные отношения супругов).

Вокруг каждого из вышеперечисленных этапов формирования семьи возникают множество конфликтов. Например, гиперопека родителей делает невозможным создание собственной семьи, неумение или нежелание увидеть различия в моральных и культурных ценностях в период ухаживания («прилепления») приводит к конфликтам, отчуждению, разводу в последующем. Измены, манипуляции сексом в браке – вряд ли способствует становлению единой плотью. Непроявление одной из составляющих в этом отрывке неизбежно влечет за собой семейную дисфункцию. За каждой из этих составляющих огромный спектр семейных проблем.

Прежде всего связанных с моралью и нравственностью в семье, ценностной иерархией. Сказанные в Библии слова о том, что Бог приводит жену к Адаму, и Адам сам объявляет свой брачный союз независимым от какой бы то не было земной власти, даже власти родителей (Быт. 2, 24; Мф. 19, 6) именно поэтому семейная терапия не настолько всемогуща, насколько она тщится быть таковой. Семьи, ищущие помощи у психотерапевта, не всегда готовы принять ее, отчасти может и потому, что брачный союз независим от какой бы то не было земной власти. Стоит об этом задуматься.

К сожалению, следует отметить неблагоприятную тенденцию в окормлении семьи, замеченную еще профессором Сергеем Викторовичем Троицким (1953). Он пишет: «В настоящее время бытует мнение, что брак совершает священник, а не стороны, и священник, выполнил брачные формальности, полагал, что он исполнил вообще все свои обязанности в отношении брачной жизни своих прихожан. Церковь потеряла влияние на семейную жизнь. Нынешняя семья, получая по необходимости христианскую форму в венчании удовлетворяясь ею, на деле начала постепенно спускаться в состояние, которое иногда ниже даже семьи языческой» [12]. Окормление чаще всего носит «индивидуальный» характер, и в малой степени направлена на семью в целом. Чаще всего в городе, когда в храме служат несколько священников, окормляющих прихожан, и у мужа и у жены разные духовники. Это вовсе не плохо, но как нуждается семья в помощи духовного отца, как же он порой нужен ей как семье, а не каждому из них в отдельности.

В браке действительно питаются наши высшие достижения, расцветают лучшие силы в нас. «Малейшая дисгармония в браке переживается очень болезненно: невнимание, небрежность, равнодушие – даже в самых ничтожных пустяках – вызывают скорбь, тревогу, мучат и обижают» – пишет В.В. Зеньковский [7]. По мнению о. Александра Ельчанинова,

семейные ссоры – результат упреков жены в адрес мужа, может быть и заслуженных. Но их необходимо выслушать хотя бы для того, чтобы обнаружить первопричину этих ссор, которые часто происходят от страстного желания жены видеть своего мужа лучше, чем он есть на самом деле. После взаимного объяснения и исповеди наступает чувство полной ясности и спокойствия – все выяснено, ничего не тяготит [1]. Как это похоже на результат, желаемый каждым психотерапевтом. Семейная пара, пришедшая на прием, нуждается в том, чтобы психотерапевт, независимый от предрассудков и открытый к любому жизненному опыту, помог этому взаимному объяснению, пониманию того, что происходит с семьей. И после этого, как пишет митрополит Антоний Сурожский, им можно после этого обратиться к священнику, к духовному наставнику уже на новых началах, с пониманием того, что они раньше не понимали, обратиться к Богу с покаянием [2]. В терапии важно помнить, что новозаветное учение о браке отражает конкретное человеческое бытие, которое не только вверено Иисусу, но живет и действует в условиях земного мира. Те брачные правила и установления имеют целью защитить и сохранить значение брака в конкретных условиях человеческой жизни. Цель этих правил – защитить как божественную, так и человеческую стороны брака от последствий грехопадения [10].

Как таинство, брак это дар благодати и поэтому Церковь допускает, что благодать могла быть «не воспринята», поэтому позволяет развод и повторный брак. Но возможность развода (1 Кор. 7, 11), ясно показывает, что Новый Завет не понимает под неразрывностью брачных уз абсолютного запрета на человеческую свободу. Разрешая разводы и не признавая их, Церковь постоянно разъясняла людям зло развода [10]. Психотерапевт может и должен помочь семье, проходящей через развод, вернуться ко времени становления семьи единой плотью, когда закладывались основы этой семьи и найти в вере важный ресурс. Возвращение к тому, что когда-то создало семью (любовь во Христе, духовное единение) несомненно,

остановит губительный процесс распада семьи.

Любовь, если она остается в браке, очевидно несовместима с супружеской изменой, потому что в этом случае ее дар отвергается и брака более не существует. Тогда мы имеем дело не с юридическим только «разводом», но и с трагедией злоупотребления свободой, т.е. с грехом. Евангелие никогда не лишает человека его свободы, не накладывает на него железных предписаний закона. Оно исходит из того, что человек обладает даром свободы – даром единственно достойным «образа Божьего», пусть полное совершенство и невозможно [10]. По мнению В.В. Зеньковского, любовь соединяет людей в семью, но на почве той же любви и ее эмоциональных ясновидений и упований вырастают трудности и трагедии семьи. Эти трудности и трагедии выступают то как конфликты личностей, входящих в социальное общение, то как конфликты личности и социального целого [7, с. 95]. Сколько же трагедий в семье проистекает от этого чувства, скольких людей любовь не сколько соединила, сколько развела. Человек устроен так, что если его потребность в любви не насыщается, человеком овладевает депрессивное состояние, место любви занимает печаль. А «если печаль получит возможность обладать нашим сердцем, то пресекает видение божественного созерцания, и душу всю, низвергну с высот святого благонастроения, расслабляет и в конец подавляет [8]. По мнению протоиерея Иоанна Мейендорфа, христианский брак по своей сути – непрерывное совершенствование супругов не только относительно друг друга, но и, прежде всего, относительно Христа. Если в супружеском союзе нет такого совершенствования, то исполнение всех юридических условий не будет иметь абсолютно никакого значения [10]. Христианское учение о браке накладывает на человека радостную ответственность. Оно открывает законное удовлетворение для души и тела, указывает путь истины и дает человеку

невыразимую радость созидания новой жизни, приближает его к Создателю, сотворившего первого человека.

Если вступают в брак христиане, то и брак становится христианским, что подразумевает христианскую ответственность друг за друга и опыт христианской жизни. Поэтому для христиан брак становился таинством, а не юридическим договором двух сторон. Семья может вместить в себя силу Божию – и этим в ней открывается свой путь к Богу, свой путь к бесконечности. Этот путь труден – «тайна сия велика есть», и от того нужна помощь Божия, но благодать таинства брака не нуждается в повторении, т.е. она никогда не будет исчерпана, она всегда пребывает в семье и с семьей [7]. Поэтому в терапии вопросы ответственности друг за друга и за семью в целом часто являются основными, ведущими к позитивному решению любого из семейных конфликтов. А принятое в православии как наилучшее Модестинское определение брака, и рассматривающее брак как всестороннее и полное объединение прежде всего супругов, но вовсе не упоминающее о рождении детей [12]. В этом определении обращается особое внимание на мир и взаимопонимание в супружеской паре, а не в семье в целом. Для нас психологов такое понимание семьи по иному расставляет акценты семейной терапии, в которой большее внимание отводится семейной паре: будет мир и согласие в ней, хорошо будет и детям.

3. Участие терапевта-христианина в семейной терапии

Многие терапевты-христиане считают, что психотерапевт вмешивается в судьбу, оказывает влияние на волю клиента. По мнению Митрополита Антония Сурожского, это зависит от того, что представляет собой психотерапевт [2]. С его мнением следует полностью согласиться.

Многие верующие психотерапевты считают, что берут на себя ответственность за жизнь клиента, такое понимание роли терапевта, по нашему убеждению, в корне неверно.

Совершенно другую роль психотерапевту отводит митрополит Антоний. По его мнению «...психоанализ может человеку помочь разобраться в себе самом, может помочь ему заглянуть в тайники своей души, но не обязательно приведет к покаянию. После лечения у психоаналитика верующий пациент может осознавать не только как душевное расстройство, но и как расстройство, за которое он значительной мере ответственен. В таком случае он может после этого обратиться к священнику, к духовному наставнику уже на новых началах. То, чего он раньше не понимал, он теперь понимает, и может обратиться к Богу с покаянием». Другими словами митрополит Антоний подчеркнул значимость работы психотерапевта, суть которой часто направлена на внутреннюю духовную работу и смысл которой – подготовиться к покаянию [2]. Искреннее внутренне покаяние является недостаточным, если кающийся не примирился с ближним. Грех одного повреждает многих. Поэтому кающийся идет сначала не к священнику, а к родственникам и друзьям и просит у них прощение, даже за мелочи [см. также 14]. Мнение, скажем прямо, необычное для православного. Во многих дискуссиях профессиональных психологов, терапевтов и священников чаще всего бытует прямо противоположная точка зрения. Например, на круглом столе «Психотерапия и духовная жизнь», международная конференция «Психология и христианство: путь интеграции» высказывались иные мнения, например профессора А.С. Спиваковской: «психотерапия вторична по своей сути по отношению к духовной работе, которую проделывает верующий со своим духовником» [9,13].

Многие терапевты считают, что психотерапия – это дело, сравнимое по своим возможностям с Божественным промыслом, что его опыт, знания могут создавать, как сказала А.С. Спиваковская впечатление собственного превосходства над другими, разжигая гордыню, искушать властью [13]. Часто приходится слышать, что, выполняя работу,

православный психотерапевт вольно или невольно несет свет веры всем, кто обратился к нему за помощью. Митрополит Антоний Сурожский приводит пример из своей врачебной практики и считает несправедливым, когда человек зовет врача, как бы тайно входил священник; он считает, что справедливо разделить эти области; неверующий человек имеет право, чтобы пришел только врач, ничто другое. Другими словами Митрополит Антоний достаточно четко разделяет функции психотерапевта и священника, их совмещение или смешение по воли психотерапевта, берущего на себя роль проповедника, нарушает, по мнению митрополита Антония, свободу совести [2]. Психотерапевты, не обладая профессиональным опытом, по аналогии с теми, кого в аскетической литературе называли «младостарцами», думая, что их всему научили, что они многое понимают и зрят в корень, стремятся поучать, советовать, стремясь сделать из клиента некое подобие праведно живущего христианина, понимающего всю греховность его неправедной семейной жизни. У таких психотерапевтов заготовлены многие и многие рецепты правильной семейной жизни, касающегося воспитания детей, сексуальной жизни супругов, норм и порядков их межличностного отношения. Семейный психотерапевт как из бездонной бочки достает рецепты на все случаи жизни, подкрепляя их стихами из Библии. Такому терапевту хочется возразить словами митрополита Антония: «Ломать человека для того, чтобы сделать подобным себе, нельзя». Эти слова митрополит относил тем духовникам, которые забывали, что их основная обязанность не управлять своими духовными чадами, а возвращать, уметь помочь страждущему и как старцы уметь быть собой, но прозреть в другом человеке его исключительное, неповторимое свойство и дать этому человеку быть самим собой [3]. Близкой нашему пониманию роли психолога-христианина, кажется позиция отца Бориса (Нечипорова): Психолог, приступая к человеку, должен культивировать в себе чувство благоговения. Каждый человек является обладателем великого сокровища – святыни души,

образа Божия и поэтому у психолога такое знание может появиться только тогда, когда он отыщет в своей душевной тьме свет, образ и подобие Божие. Если психолог может помочь самому себе, то он может помочь и другому. Врач! Исцели самого себя (Лк. 4: 23) [11]. Терапевт-христианин будет бережно работать с семьей, видя перед собой малую церковь, помня о заповедях Христа: практическое психотерапевтическое значение имеет каждая из них: «не убий!» не убей словом, суждением, неточной психотерапевтической интерпретацией; «не укради!» -- веру, надежду; «не прелюбы сотвори» -- не вступай с клиентом в отношения любого рода. А заповедь «возлюби ближнего, как самого себя» – является несомненно основополагающим для любого терапевта, и тем более для психотерапевта-христианина.

В свете вышесказанного особенно стоит обратить внимание на одно из базовых требований к профессионалу – необходимость знать границы своих профессиональных возможностей. Ограничения накладываются не только школой или методом, но и всякого рода психологическими проблемами. Что касается клиента, то здесь профессиональная ответственность должна начинаться и заканчиваться в кабинете терапевта. «Для меня, - пишет А.Я. Варга, - психотерапия скорее сотрудничество с клиентом, чем воздействие на него. Я не учитель жизни для моих клиентов, и я не отвечаю за то, как они ее проводят. Они свободны быть кем угодно и жить по-разному, не мне их судить. Они приходят ко мне не за любовью и дружбой, не за наставлением, они приходят со своим страданием и хотят облегчения [6]. Хочется присоединиться к ее мнению. В нем есть то точное определение, в чем мы, психотерапевты, отличаемся от духовников; есть акцент на значимость профессиональных качеств, среди которых нет места наставлениям, (о)суждениям, нет намерений устанавливать дружеские или иные непрофессиональные отношения.

Суть же взаимоотношений духовника и его духовного чада принципиально другая. По мнению Митрополита Антония Сурожского, духовный отец должен быть в состоянии видеть в человеке ту красоту образа Божия, которая никогда не отнимается: если даже человек повежден грехом, духовник должен видеть в нем икону, которая пострадала от условий жизни, или от человеческой небрежности, или от кощунства, видеть в нем икону и благовещать перед тем, что осталось от этой иконы, и ради этой божественной красоты, которая в нем есть, работать над тем, чтобы устранить все, что уродует этот образ Божий. Одна из задач духовника в том, чтобы воспитать человека в духовной свободе, в царственной свободе чад Божьих и не держать его в состоянии инфантильности всю жизнь: чтобы он не прибегал всегда по пустякам, пусто, напрасно к своему духовному отцу, а вырос в такую меру, когда он сам научится слышать то, что Дух Святой глаголет неизреченными глаголами в его сердце [3].

Также с нашей точки зрения важно разводить два понятия: христианский психотерапевт и психотерапевт-христианин. И тому и другому важно получить мистический опыт, пройдя через трезвение (понимание и обретение чувства реального в духовной жизни). С помощью используемых русскими философами (В. Соловьёв, И. Ильин) понятий: «проблема» и «тайна» для разведения других понятий «понимания» и «обретение» мне кажется можно развести и такие явления как христианский психотерапевт и психотерапевт-христианин. По моему мнению, христианский психотерапевт склонен не только к концептуальному мышлению, но и принимает таинства как основополагающий принцип своей работы. Психотерапевт-христианин не может по праву быть проводником таинств. На западе христианским психотерапевтом называют того, кто получил богословское образование и после или до этого еще и психологическое. Это является частью профессиональных требований. Для христианского психотерапевта связь личности с Церковью есть связь не психологическая, а онтологическая. Также как и для любого

верующего. В условиях нашей страны христианским психотерапевтом может называться тот, что часто мы и слышим, - кто христианин по вере. Но психология – это все же профессия, а вера – это звезда, освещаемая профессиональный путь психолога. Вопрос о профессиональных требованиях в адрес психотерапевта-христианина (христианского психотерапевта), не важно работающего с семьей, с детьми, индивидуально, открыт для обсуждения. По-видимому, сейчас нет оснований для жесткого определения профессиональной принадлежности. К сожалению, это напоминает ситуацию в целом, сложившуюся в российской психотерапии. И с этим сегодня нам придется жить и работать.

Литература

1. о. Александр, Ельчанинов. Из «Записей» // протоиерей Иоанн Мейендорф. Брак в православии. Клин: Христианская жизнь. 2000. С. 83.
2. Антоний, Митрополит Сурожский. Человек перед Богом. М.: Паломник. 2001
3. Антоний, Митрополит Сурожский. Духовность и духовничество // Московский психотерапевтический журнал. 1994. № 1. С. 138-147.
4. Белорусов С.А. Религиозно-ориентированное консультирование // Московский психотерапевтический журнал. 1999. № 1. С. 155-172.
5. Бутов Н.Н. Притча из Нового Завета и верующий психотерапевт // Ж. практического психолога. 1998. № 7. С. 111-116.
6. Варга А.Я. Аутопсихотерапевтическое сочинение на религиозную тему. // Московский психотерапевтический журнал. 1994. № 1. С. 164-170.
7. Зеньковский В.В. Проблемы воспитания в свете христианской антропологии. М.: Школа-Пресс. 1996.
8. Св. Иоанн Кассиан. Обозрение духовной брани // Добротолюбие. Т. 2. М.: Паломник. 1998. С. 11- 160.
9. Махнач А.В. Психология и христианство: путь интеграции // Вопросы психологии. 1995. № 6. с. 146-151.
10. Протоиерей Иоанн, Мейендорф. Брак в православии. Клин: Христианская жизнь. 2000.

11. Нечипоров Б.В. Введение в христианскую психологию. М.: Школа-Пресс. 1994.
12. Троицкий С.В. Христианская философия брака. Клин: Христианская жизнь. 2001.
13. Филипповская О.В. «Тайна сия велика есть» // Московский психотерапевтический журнал. 1992. № 1. С. 161-168;
14. Халил И.Д. Восточное православие и психотерапия // Журнал практического психолога. 1998. № 6. С. 51-59.