

Автор: Алексейчик А. (Литва)

Может показаться странным, что, имея дело с включающей в себя всё, цельной, интенсивной жизнью, нам нужно призывать на помощь и интенсивную терапевтическую веру. Частность жизни. Дело в том, что обычный человек, особенно современный человек, теряется в этой невообразимой частности жизни, множестве ей частей. «Вначале был хаос». Для большинства людей это утверждение актуально и сейчас. Вначале они видят хаос. И вокруг себя. И в себе. И единство, цельность, гармонию начинают постигать в частях. Постигать великое в малом. От гармонии малого к гармонии жизни.

Вера — именно такая сущность, такая часть жизни, такая «частность». Она целит, единит душу, единит душу с телом, душу с Духом в человеке. Человека единит с Богом...

Знаменитый образ: материалист говорит: «Увижу, тогда поверю». Верующий: «Поверил, тогда увидел». То есть вера объединяет все части в единый образ, картину.

Очень многое из того, о чём мы уже говорили в предыдущей главе, в этой нашей главе, надеюсь, верю, предстанет перед нами в более видимой или прозреваемой своей сущности.

Для этого постараемся вначале познакомиться с основными сущностями Интенсивной терапевтической веры (ИТВ). Это вера, Бог, Дух, Душа, истина, родительство, вечность, свобода. Любовь, болезнь, молитва, чудо.

И начнём, конечно, с Веры.

Очень немногие больные, а тем более здоровые, имеют сколь-либо реальное представление о вере, даже самое простое, не говоря уже о вере во всей её сложности, конкретности, динамике, живости, жизненности, действенности, развитии, личности. Чаще всего веру понимают потребительски: лучше верить, чем не верить, надо верить, хочу верить, покажите, докажите... Не представляют, что вера может быть общей, конкретной, фанатичной, извращённой, бессильной, лукавой... Ева и Адам ведь тоже поверили. Даже профессионалы не признают, не узнают «чудесной» веры: врачи — религиозной, священники — веры больных. Не умеют верой «пользоваться», «служить верой и правдой».

Вера — основная, можно сказать, «стволовая» сущность. У-верен-ность, не-до-верие, мало-верие, до-верие — второстепенны, хотя с ними можно успешно работать.

Вряд ли есть лучшее определение веры, чем то, первое, которое дал Апостол Павел: «Вера есть убеждённость в вещах невидимых и получение ожидаемого». Какое живое, нажитое, реальное, действующее определение!

Вера не есть что-то угаданное, полученное от авторитета, от видевшего то, чего мы не видели. Это то, что мы можем получить, «побывав у беды», пережив нечто значительное, подготовившее нас к получению, к ожиданию. Но вера только тогда настоящая, если мы получаем ожидаемое. Без этого вера нереальна, бессильна, мнима. И беда была, очевидно, мнимая, бесплодная.

Трудно удержаться и не привести для сравнения психологическое определение веры: «вера — первичная интуиция истины и основополагающее качество человеческого сознания». Какая разница!

Попробуем убедиться в действительности для нас (а потом и наших пациентов) нашей, пусть пока ещё очень малой, мало-действенной веры и получить ожидаемое воздействие её на нас, некоторое наше преобразование, изменение с доверием своим возможностям, себе.

Что мы хотим получить в течение нескольких ближайших минут этого чтения? Я знаю, что я человек творческий. Но мне мало этого знания. Это только одно из многих моих рядовых знаний, из бесконечного ряда. Я хочу убедиться. И получить подтверждение.

Увидеть, почувствовать, сделать...

Вера — гораздо больше, чем знание. Знаю я что-то. Верю — кому-то. В том числе — себе. Знание — факт. Вера — процесс. Вера больше, чем сумма знаний. Каждый может верить в авторитет, науку, удачу, власть, что определённая сумма денег принесёт ему удачу, в медицину. Верящих — много. Верующих — мало.

Настоящая вера — это не когда верят в Бога, а когда верят Богу, всем Его замыслам обо мне. Реально. Верю, что Он выбрал мне наилучших родителей, мой пол. У родителей уже была дочка. Они хотели сына. Выбрал место, где я появился на свет. Время... Помог выбрать профессию... Супругу... Подарил учителей... Подарил, выбрал дочь и сына... Друзей. Учеников... Помог мне неоднократно убедиться, что где-то мне были необходимы дары, а где-то помощь... Где-то можно было меня и придержать в моём творчестве, чтобы я творил, а не вытворял. Когда-то проверял моё творчество. И теперь тоже. Испытывал мою веру... Посылал меня кому-то в помощь. Кому — в дар? Вот этот вопрос: Кому меня — в дар? — возник у меня сейчас совершенно спонтанно, творчески... Хотя я чего-то такого ожидал... И получил ожидаемое... Этого — видит Бог — не было в рукописи, в черновике... Этот вопрос — открытый вопрос... Я боюсь на него ответить сам... Тут мне необходима... нет, не Божья помощь... Помощь людей Божьих... Которых Он мне посылал... И, если будет на то воля Божья, пусть отзовутся и те, к которым я был послан... Когда я встречу с ними, тогда я встречу и с нашим с ними Богом... Верю, что тогда Бог будет более до-ступным для меня, для нас.

И сейчас я через беду ухода моих родителей не вспоминаю, а воспроизвожу, благо-дарствую, получаю в дар повторно(?), вечно(?) невидимую, но несомненную встречу с отцом в при-сутствии Бога-отца июньским днём 1947 г. С кем была эта встреча в большей степени? С отцом или с Богом? Знаю... Верю... Знаю — из 1947 года... Верю — из всегда... А ещё — не «получил ожидаемое», а всегда имею встречу с сыном и

Богом-сыном...

Эти последние переживания — Дары. Этого тоже не было в рукописи мая 2005 г. Это явилось сейчас, 11 августа. Когда я задал нам, себе вопрос, чего ожидаю, чтобы убедиться в своей Вере? Убедиться, что я всё ещё в достаточной степени творец. По образу и подобию... Получить подтверждение. Сделать. Поделиться... И я получил Дар. И не только — что. Но и кто! Кому я — в Дар... кто мне — в Дар... Как много было этих людей мне в Дар! Кто был первым! И сейчас открывается: что есть «быть первым»!..

Это совсем не значит отнять место у второго, третьего... Это значит со-творить место для второго, третьего... Это — дар возможности второму, пятому найти путь к первому месту. Это готовность уступить первое место... И сколько было этих первых, которые уступили это первое место мне!.. И скольким я уступал! И именно потому они и я остались, есть и будут на первом месте навечно... Что начало происходить, когда я 20 минут и 14 строчек тому назад в душе произнёс: кто! Кто мне в дар... И творчество и пре-ображение.

Тот первый кто, к моему удивлению, был не первый, кто в моей жизни по времени, по моей памяти, по чувству, по желанию, по моему со-знанию... К моей растерянности, это не был мой Отец... Но благодаря этому Первому Кто, я получил вот сейчас их всех... А Первый благодатно, добродетельно уступил им Всем своё и их место, время и сделал их нашими. Я, конечно, в этом тоже участвовал. Но это не была работа. Это был труд. И это было творчество. Мне было, есть и будет трудно. Но я не тружусь, мне трудится. Моё тяжелое бремя — легко. Надеюсь, это разделяют сейчас мои читатели, мои сотрудники, мои пациенты. Хотя бы частично, у-частвуя. Таким образом постигая веру, достигая, стяжая веру.

Конечно, «блестяще» звучит: «Верить стоит только в то, ради чего стоит умереть!» Но настоящая, трудная, трудящаяся на нас вера состоит из многих, нажитых частей, «частичек», «конкретностей», «наглядностей», ради которых стоит жить, «обыкновенных чудес». Вера в святость некоторых отношений. Некоторых обещаний. Святость жизни нерождённого. Святость детства. Святость родительства. Святость здоровья. Приобретая вначале опыт малых бед, пре-бывая у малых бед, мы как по ступенькам приближаемся к способности убеждаться в большом, не столь конкретном, но, тем не менее, действенном, дающем ожидаемое. Как в вышеприведённом мной личном ожидании.

Хочется привести ещё один опыт — образ из свято-отеческого опыта. Молодой послушник в монастыре с радостью сообщает своему наставнику, что после длительных молитв он уже видел ангелов. Наставник охлаждает его «веру»: «Знаешь, ангелов видят многие. Это ещё не вера. Вера — это когда видишь свои грехи». Какая в этом предании реальная, конкретная, живая, преображающая, имеющая последствия вера!

Как благодатна жизнь тех людей, кто с детства получает такую конкретную веру вместо знания. Веру в то, что отец и мать для него самые добрые, лучшие, умные... Образцовые. Что род его самый... Что он для них самый, ну, если не лучший, то соответствующий.

К сожалению, в современном мире, в нашем мире так бывает нечасто. Люди не получают с детства такой «малой», согревающей, активизирующей веры, с традицией, в церкви, в общине, в своём приходе. И приходится им искать такую веру с запозданием, в беде, в боли, в заболевании. Или — в забвении. Или в психотерапии.

К сожалению, психотерапия большей частью мало и с трудом трудится на ниве такой веры. И не только на Востоке, где батюшка вынужден заниматься многими хозяйственными делами восстановления церковной жизни. Но и на Западе, куда мы часто с такой надеждой смотрим.

Бог. Трудно постигать Бога. Верующим — из-за трепета, трепетного отношения. «Знающим» — из-за частичности, частности любого знания, из-за многознания. Психотерапевтам — из-за «необходимости», соблазна «использовать» Бога... Поэтому со всем почтением начнём с тысячелетних богословских постижений.

Бог — Абсолютная личность. Бесконечная Любовь. Бесконечная Сила. Со-вершенный Разум. Творец, не уменьшивший своей полноты, произведя Вселенную. Источник истинного творчества. Бог Отец, который не имеет для себя причин. Бог-сын, который рождён. Бог — Дух Святой, который исходит от Отца... Это замечательные определения, которые можно и нужно беспредельно постигать, постигая мир, себя...

В психотерапии, как и во всякой практической деятельности, необходимо как можно более образное и доступное каждому представление о Боге. Вспомним классику, Ф. М. Достоевского: «Если Бога нет, то какой я капитан?» Бог есть основа всего. Даже моего капитанства. Психотерапевтства. Веры. В том числе очень конкретной веры в себя, в то, что я создан по образу и подобию. Я есть образ и подобие — Отца, Сына, Духа.

Как я могу эти образы увидеть? В образе своего реального отца, которому меня Бог послал, а мне — именно его. Отца, который был настолько реальнее меня, что весил в десять раз больше меня, жил в 15 раз дольше меня (помню его, когда в 1943 г. мне было 3 года, ему — 45), а мог в 1 000 000 раз больше, чем я... В образе своего реального сына, с которым я со-от-но-шусь так, как когда-то мой отец со мной... Но и через которого я постигаю, каким я когда-то был, есть и буду сыном... И не только к своему отцу, когда он был, когда он ушёл... Но и ко всем людям, которые несколько старше, существеннее меня. И ко всем, кто младше, ещё не-существеннее, слабее, зависимее...

Мой образ Духа — то, что всегда исходило от моего реального отца, осознавал я это или не осознавал, что есть во мне — принимаю ли я это или сопротивляюсь... Сквозит, про-сквозил этот добрый дух меня. И появилось у меня отчество и Отечество. Но родина не отнялась. Наоборот — стала роднее.

И всё это не просто образы, которые я вижу, по-стигаю. Не просто представления о Боге. Это и Бог постигает меня. Преображает меня в настоящего сына, отца, претворяет, творит. И я в этом участвую. Выхожу за пределы телесности, узколичностного, временного, в «по возможности» абсолютное, абсолютноличностное сыновство, отцовство, родительство. По-родительски начинаю относиться к миру. «И в небесах я вижу Бога».

Но вернемся к нашей профессии — психотерапии. Что есть Дух?

Обыденное сознание склонно давать нам самые лёгкие, отрицательные представления. Дух — то, что невидимо. Неощутимо. Противоположно нам, существам материальным, телесным.

А Дух Святой вообще вгоняет нас в чувство неполноценности: куда нам до святости... Мы не от духа сего. Мы — другие. Вот такое «отрицательное знание» заполняет нашу память, мышление и, даже будучи «научным», «умерщвляет» нашу душу, заслоняет от нас мир Божий и вне нас и внутри, омертвляет нашу психотерапию.

В психотерапии все сущности, явления, представления, ощущения, чувства, воспоминания необходимо обрести в наиболее кратком, кротком, видимом, действенном образе. Нередко даже в «образце». Таким наиболее действенным, действительным образом Духа в моей практике является следующее: Дух есть то, что объединяет нас с миром.

Если попробовать уточнить, определить «неопределимое» по принципу подобия, то Дух подобен смыслу, который не-видимо объединяет мозаику из отдельных частей, из пятен в образ, придаёт облакам в нашей фантазии вид деревьев, гор, замков... Представляет нам мир более осмысленным, постижимым, более единым с нами...

Святой Дух — личность. Одно из лиц Божьих. И нам способствует стать личностями. Объединяет наше «Я» с «Ты», «Мы», «Они», с отцом, матерью, детьми... Позволяет отречься от частностей. Увидеть лес за деревьями. По замечательной метафоре богослова Дамаскина, простой человек смотрит на икону и видит доску, а на ней разные пятна, тогда как верующий человек не только видит образ Богородицы, но и испытывает воздействие этого образа! Именно таким образом в жизни и в психотерапии Дух целит, исцеляет. Делает цельным не механически, не со стороны, не насильно, а по сродству, по-родному, порождая, проникновенно... Оживляет благодаря совместности, взаимодействию с другими личностями, единению с миром, в мире.

Один из вечно живых для меня образов духовности на нашем апрельском семинаре 2004 года. Медсестра И. говорит своей коллеге Р.: «Я недавно не могла говорить после Тебя из-за слабости своей... А сегодня я радуюсь своей слабости рядом с Тобой и рвусь к совершенству».

Ещё один образ духовности из русской поэзии XX в. (образ единства с веком). Владимир Соколов:

Я устал от двадцатого века,

От его окровавленных рек.

И не надо мне прав человека,

Я давно уже не человек.

Душа. Если Дух объединяет, единит нас преимущественно с внешним миром (хотя, конечно, и с внутренним, ибо он вездесущ), то Душа преимущественно объединяет наши внутренние процессы во внутреннее единство, то единство, которое неизмеримо больше суммы его частей. И каждая «часть», процесс, при-надлежа душе, так же становится неизмеримо больше, чем она есть сама по себе. Возьмём наш ум. Что он есть без памяти? Что есть память без ума? Что есть ум без внимания? Это очень сложное единство, равновесие. Очень живое единство. Без этой живости невозможно представить ни единства души, ни её равновесия. Так что «мёртвые души» — не более чем государственное, отчётное изобретение. Ещё можно себе представить еле живую душу, но мёртвую — нельзя.

По Семёну Франку: Душа — непостижима, но постигаема. И, как многое в человеческой жизни, постигать её легче с помощью метафор, образов. Душа — это дом, без которого не будет жизни семье. А в нём можно жить во-всю, в-месте, у-живаться, потому что там есть естественная атмосфера, тепло, уют, есть очаг, который и греет, и светит, есть хозяйка, «мама». Она поддерживает огонь в очаге, обо всех заботится. У-миряет всех. Объ-единяет. Она общая. Хотя и единственная. Нередко собираются не ради тепла, еды, а её ради. Когда она есть, идут не в дом, а домой.

Образная иллюстрация: «идём домой». Можно сказать: Душа — частично воплощённый дух. Душа бывает ближе к телу, чем к духу. При здоровье — на пользу духу и телу. При нездоровье начинает служить телу.

Наверное, тут уместно напомнить о ещё одной метафоре. Ветер и солнце поспорили, кто из них сильнее и кто снимет с путника плащ. Ветер, как и многие отдельные душевные процессы, пытался своей энергией сорвать плащ, заставить... А солнце согрело путника, и он сам снял плащ. Вот так многое происходит у человека само благодаря душе, душевности. Не чувствует человек, а чувствуется, не хочет, а хочется, не вспоминает с усилием, а вспоминается, не работает, а работается, живётся. И, конечно, больного не лечат, а он лечится. И даже хорошо болеется.

Проявление, явление в пациенте душевности — важнейшая задача для психотерапевта и больного. К сожалению, эта душевность нередко и психотерапевтически, и лекарственно подавляется. Акцент на отдельные душевные процессы, «защитные процессы», на спокойствие с помощью антидепрессантов, транквилизаторов может подавлять душу, душевность. Вместо гармонии, равновесия получаем равно-душие, когда душа к разным процессам начинает относиться равно, а не со-ответственно.

Истина. Важнейшая психотерапевтическая сущность. Конечно, и тут трудно пройти мимо богословия. Бог есть истина. «Я есть Путь, Истина и Жизнь». «Если бы мне выбирать — быть с Истиной против Христа или с Христом против Истины — разве не ясно, что бы я выбрал?»

К сожалению, большинство наших пациентов истину воспринимают, принимают как равенство: $2+2=4$, $2 \times 2=4$. Как одинаковое восприятие, оценку явления двумя разными людьми, как собственное видение (видела своими глазами), своё ощущение (сама ощутила), воспоминание (хорошо помню!), своё понимание (сам понял!)... Нетрудно представить, как далеки от истины могут быть восприятия, чувства, влечение, память, мышление... невротика, психотика. И даже привычные, каждодневные чувства, стереотипы мышления психиатра и психотерапевта...

В психотерапии, конечно, не стоит искать истину так глубоко, высоко, далеко, долго, терпеливо, как в жизни и теологии. Хотя, конечно, если у нас лечится богослов, философ, нередко приходится. Но так легко, когда истины наших больных «просты как правда», бывает редко. Желательно ориентироваться на соответствие наших ощущений, чувств, представлений, желаний, памяти, слов... их образу и подобию, вложенных в нас Господом. Со-ответствию их нашей совести, Душе, Духу.

Постигаем мы истинность наших переживаний, задавая пациентам и себе вопросы типа: в каких ощущениях я увереннее? С какими ощущениями я увереннее, ближе к вере? С какими чувствами, воспоминаниями, мыслями, решениями? С кем я тут увереннее, с Н. или М.? Кто со мной увереннее? С кем я истиннее? Какая истина более живая? Какая истина делает меня более истинным, более близким к образу и подобию? Как делает? Когда я ближе к истине: здоровый или больной? Когда я добрее: когда болен или когда здоров? Почему?

Родительство. Важнейшая жизненная и целебная сущность. С ней проникновенно связаны отцовство, материнство, сыновство, первородство. Малоизвестные, неосознаваемые (но не бессознательные) для многих пациентов и психотерапевтов сущности. Высшее творчество. Без них нет цельности в человеке.

Человек, личность получает полную меру человечности, богообразия, богоподобия, становясь родителем. И это не просто однажды в день рождения своего ребёнка, а на протяжении всей жизни. Есть блестящее выражение, что родителю столько же лет, сколько его ребёнку. И значит, они — партнёры.

Но тут особенно ясно, что дело не только во времени, но и в вечности. Человек не может создать, сотворить ничего равного себе. Родить — да. Бог соз-дал мир. Но сына — родил. И чтобы стать отцом, Богу нужна была женщина.

Так же происходит и у человека. Всё лучшее в нём рождается. Но не может родиться только от него самого, из него. Нужен другой... Мужчина — женщина — ребёнок, Дух — душа — тело необходимы друг другу, составляют цельность.

Сто девушек без мужчины останутся полом, половиной. Но мужчина и женщина могут быть целым. Особенно, если закрепляют эту цельность рождением. Как мало современных людей эту цельность реально переживают. Цельность благодаря тому, что ты — другой, что тебе необходимы другие, что ты им необходим. Для них необходим. И вовсе не являешься препятствием. И они тебе помогают быть родителем, и ты им.

Что я делаю, а что во мне рождается?

Что мы делаем, а что между нами рождается?

Что надо заработать, а что даётся в дар, даром за то, что я — не только Я, а и Мы, нас двое, трое? За то, что не делаем это, а живём этим, делаем, живём от души, собравшись с духом, воодушевлённые, вдохновлённые. Болеем не только сами, но и за других, за-болеваем. Другие за нас болеют. С нами болеют. Что от этого в нас рождается? Реально. Конкретно. Что даёт мне моя родня? Мой род? Что я им даю? К чему, родившемуся во мне, рождённому мной, нами, я отношусь недостаточно по-отцовски? Не забочусь? Не воспитываю?

Вечность. В ИТЖ я, пациенты делаем акцент на времени, периодах жизни: детстве, юности, зрелости, старости. Не к жизни добавляем годы, а к годам — жизнь...

В ИТВ — акцент на вечность. Способствуем рождению в нашей жизни вечности и живём в ней. В этой области «лозунгом» работы является афоризм «Живём один раз, но каждый день», как восприятие жизни целиком и вживание в вечность, воспитание себя, своих близких к вечности. К жизни добавляем вечность. Конечно, правильнее сказать, что она добавляется... Но в психотерапии мы весьма можем этому способствовать на всех этапах — от выслушивания, высказывания, приятия, сопереживания, сотрудничества до со-бытия в болезни и выздоровлении.

Обычно ставить акценты на вечность я начинаю с очень конкретных, далеко не «вечных вопросов», постепенно переходя к действиям, которые «откладываются в вечность», «для вечности», «не для современности».

Когда Вы мгновения цените больше, чем часы и даже дни? Какие это мгновения? Как часто они бывают? С кем? Как можно их воспроизвести? Как Вы чувствуете себя одним и тем же существом в 5, 10, 15, 30 лет? Благодаря кому? Что в Вас не боится смерти? Благодаря чему мы со временем всё меньше боимся смерти? Что в Вас наиболее надёжно, вечно? Мужество, отцовство, женственность, материнство, сыновство?.. Чья смерть нам была бы страшнее собственной? Чья жизнь для Вас ценнее Вашей собственной? Что в Вас ценнее всей Вашей жизни? Без чего жизнь потеряла бы 90% своей ценности? Для Ваших близких? Смерть, умирание каких Ваших свойств не огорчила и даже обрадовала бы? Что может дать болезнь, угрожавшая смертью? У Вас были «лишние» годы в детстве, юности, зрелости, старости? Вы не хотите жить больше 40 лет. Кому из близких людей Вы хотели бы передать эти годы? (Кому из палаты, группы?) Какие органы могли бы оставить для пересадки: роговицу, сердце, почки, сосуды? Кому конкретно? Почему выбрали из трёх претендентов именно этого человека, а другим отказали? А теперь откажите, глядя в лицо тому, кому отказываете. А теперь его матери откажите... Как Вы теперь поживаете? На этом свете? И как будете на том? Что получили взамен?

Свобода. Как и многие другие сущности, свобода в ИТВ является нам тоже по-иному; более душевно, духовно, чем телесно. И это целебно.

Обычно здоровые люди, тем более заболевшие, воспринимают свободу как волю. Всё должно происходить по воле нашей. Вообще — «мир как наша воля и представление»... Естественно, в современном мире, а тем более у больного человека, большинство событий идут не «по-моему», а «по мне». Целебная, целящая сущность свободы: «Да будет воля Твоя!» (Божья, а не моя).

Конечно, для большинства пациентов эта сущность доводится чаще всего метафорой, преданием. Для человека лучше, если каждая отдельная воля согласна с волей других, с волей Отца, который своим детям плохого не пожелает. У Отца мы можем быть не работниками, а совладельцами всего этого мира. И наша воля ограничена не волей хозяина, а волей Отца. И не больше, чем других «домочадцев». Это ограничение, наличие «границ», «пределов», определённости нам больше даёт, чем отнимает — и вне нас, и внутри нас, в нашей душе. Много даёт опыт Богоотцовства, Богосыновства. В такой со-бытийности нам не страшен даже вечный опыт «блудного сына», блудных чувств, блудных желаний, мыслей... Есть куда вернуться. «Мне всё позволено, но не всё полезно», — по Апостолу.

Свобода не захватывается, не завоёвывается, не получается в дар, даром. Свобода рождается в соответствии наших внутренних процессов души друг другу и цельности, в нашем соответствии друг другу в этом мире, в нашем соответствии образу и подобию, нашему сыновству, родительству.

Не Я свободен от обязанностей, а Я «получаю» свободу от своих обязанностей для того, чтобы иметь возможность исполнять обязанности... Но является ли родительство, сыновство обязанностью? Конечно, нет. Они являются Благо-датью, Благо-деянием.

В ИТВ путь к свободе нередко начинается с предложений психотерапевта: пока под мою ответственность позволяется Вам услышать, увидеть, почувствовать, захотеть, вспомнить, высказать, сделать любое без-образие, не-при-глядность... Возьмите эту свободу... Дайте себе эту свободу... Или отдельным своим душевным процессам... Из тех, на которые Вы жаловались... Можете, конечно, привычно ограничить эту свободу, но не в обычной степени. Посмотрим, как нарушится со-ответствие другим душевным процессам, душе как целостности... Некоторым мужчинам в группе.

Любовь. То, что говорилось выше о современной вере (особенно наших пациентов), можно полностью отнести и к «современной любви». Представление о ней телесно-потребительское. Люди не склонны ни убеждаться в невидимом, ни ожидать, ни смиренно, кротко получать ожидаемое. Вместо любви они видят влечение, желание, хотение (вспомним понятие «по-хоть»), страсть, экстаз... Они «занимаются любовью».

Все эти понятия, явления даже от психологии любви далеки. Вспомним достойное психологическое определение любви как состояния, когда два существа становятся одним существом, не теряя при этом, а ещё усиливая свою индивидуальность. Или: любовь есть создание из Я и Ты реального Мы.

Естественна безблагодатность такой любви, разочарования, претензии, конфликты.

В ИТВ, когда мы занимаемся патологией, нарушениями, трудностями в любви или исцелением любовью, я предпочитаю и теоретически, и практически быть ближе к святоотеческим, святительским переживаниям любви.

«Когда душа любит тело — это не любовь, но желание». Страсть, которая порабощает.

Любовь освобождает человека. Из практики: страсть нередко страшит и отталкивает того, кого так любят. «Когда душа любит душу, то это либо восторг, либо жалость». «Когда Бог в нашей душе любит другого человека — это истинная любовь».

«Когда Христос давал заповедь: люби ближнего, как самого себя, он не имел в виду, как думают многие, что нужно любить только добрых и праведных, здоровых, видных и знатных, но и злых, и неправедных, и больных, и горбатых, и слепых, и безобразных, и отвратительных...» Истинная любовь позволяет в любом человеке, в том числе искажённом болезнью, про-зревать образ Божий, совершенную личность, совершенную жизнь.

«Одному нужны знания, другому — богатство, третьему — красота, четвёртому — сила... И только любовь нужна всем. Все хотят быть любимыми...»

«По своей великой любви Христос ищет не нашего, а Нас самих. А люди из-за недостатка любви ищут его благ, а не Его. Хотят получить и хлеб, и дождь, и плодородие, и здоровье, и всё земное. И он с печалью подаёт всё это. Мы забыли, что когда обретаем Бога, то и всё вместе с Ним» (Св. Ник. Сербский. Кассиана). Так и в ИТВ мы показываем, по возможности, нашим пациентам в их практическом поведении, что они ищут благ любви, а не самой любви. Ищут порознь, а надо вместе. Ищут на поверхности, а надо в глубине, прозревая образ, мужественность, женственность, родительство, давая возможность другому прозревать в себе этот образ, видеть его глазами то, что пока ещё не можем увидеть своими. А трудности любви, беды любви? Они для убеждённости в вещах невидимых, для преображения злого, неправедного, безобразного, отвратительного в себе и вне себя. Для исцеления.

Болезнь. Почему в книге по психотерапии мы так поздно подходим к, казалось бы, самому существенному — болезни? Не уверен, что и сейчас я смогу, сумею донести действующую, «работающую» и для пациента, и для врача сущность болезни с точки зрения лечебной, лечащей веры. Для практики особенно важна сущность душевной болезни.

Соматологам, телесным врачам легче. Они определяют болезнь как выраженное нарушение функции организма, сопровождающееся достаточно часто болью. Этимологически боль, болезнь близки к вреду, несчастью, терзанию. Заболевание расширяет понятие: то, что за болью...

Наверное, не смогу обойтись без ссылок на авторитеты. Карл Ясперс, профессиональный психиатр, философ-экзистенциалист, верующий, даёт такое определение душевной болезни: болезнь — пограничное состояние, которое отрезвляет, пробуждает от духовного сна, обнаруживает подлинную сущность человека. Болезнь позволяет узнать нашу «ничтоподобность» (не ничтожность), слабость, побуждает искать спасение в Боге. Что перед лицом смерти остаётся существенным, то экзистенциально, то, что утрачивает свою ценность, то есть «голое бытие».

Для психиатров — бесполезное определение. Можно сделать вывод, что не надо спешить лечить больного, погружать его обратно в нетрезвость, в духовный сон... Но от такого определения большинству пациентов яснее, спокойнее не становится. Яснее становится, если ознакомить их со святоотеческими взглядами на болезнь, как на посещение Господа, которое помогает осознать слабости, грехи, от них очиститься, в то

время как в обычном состоянии человек на это не способен.

Бог посылает болезнь, чтобы избавить от большей беды, в которую человек впал бы, если бы был здоров. Господь использует болезнь для наказания, исправления, испытания, чтобы явились дела Божии.

«Здоровое тело открывает человеку двери ко многим похотям и грехам, но немощь тела затворяет...» «О, болезнь, горькое, но здоровое лекарство!» (Св. Тихон Задонский). «Многими скорбями надлежит нам войти в Царствие Божие» (Апостол Павел, Деяния, 14, 22). Насколько эти объяснения, разъяснения, «введения в процесс сознательного лечения» человечнее, бережливее, соответственнее, целенаправленнее, целительнее наших медицинских диагнозов: психическая болезнь, психическое нарушение (слышится разрушение), психотическое нарушение, астения, депрессия, шизофрения, психопатия, мания...

Столь же пугающими, не соответствующими сути бывают и обыденные названия душевных болезней: безумие, сошёл с ума, маньяк... Я употребляю более щадящие названия, подводящие пациента к сути: повышенная чувствительность, неустойчивость, возбудимость, заторможенность, слабодушие, истощение, замешательство, помешательство (что-то мешает благополучию, душевному равновесию).

Я не избегаю пользования и стереотипами, особенно если их уже употребляют сами

больные. Например: сумасшествие. Уточняю: как скоро, куда пациент с ума шествует. Почему не бежит, а шествует, где, когда шествие закончится, не может ли он начать назад к уму шествовать? Как на его шествии могут отразиться спутники? Отдых? Лекарства?

Краткое, но цельное, целебное представление о болезни нам может дать великий русский философ Иван Александрович Ильин. «Болезнь... Она, как посетитель: что он хочет от меня? Она, как путешественник: куда же я попал? Она, как друг, который хочет предостеречь меня: берегись, здесь ты сделал в жизни ошибку, здесь с тобою может случиться нечто серьезное. Благодарю тебя за предостережение, дорогой друг, за то, что посещаешь меня и побуждаешь к этому путешествию. Кто хочет путешествовать, должен уметь молчать». Так что смотри и слушай! Оба — инстинкт и дух — должны знать о себе. Оба должны поведать мне нечто значительное; оба должны быть едины во мнении. Инстинкт должен излечить тело; дух — излечить душу... быть больным означает нуждаться одновременно и в исцелении души, и тела. И только Христос, наш Спаситель, ведал, как с помощью духа исцелить и душу, и тело.

Инстинкт исцеляет тело. То есть: любое лечение есть самолечение. Эту таинственную работу не могут заменить ни врач, ни лекарство. Они могут только помочь, поддержать, ободрить... А дух исцеляет душу, и здесь — исцеление есть самоисцеление; только не снизу, а «сверху»... Болезнь должна мне сказать о моей жизни: что я не сумел её хорошо устроить; что я не ценю здоровье как дар Божий; что я сам должен расплачиваться за свою вину в том, что заболел; что здоровье уже само по себе — счастье и радость. Вообще о жизни: что она полна прекрасного, мимо которого я до сих пор слепо и равнодушно пробегал; что она предоставляет бесчисленные возможности для любви и добра... Затем ещё о страданиях: что их нужно принимать как должное; что человечество непрестанно страдает и что предназначение страдания — дать понять человеку законы творения и волю Создателя; что вообще человек через страдания приходит к отрезвлению, просветлению, к совершенствованию; что самое важное в жизни — обрести через каждое страдание частицу истинной веры и истинной мудрости...» (Ив. Ильин. Собр. соч. в 20 тт., т. 3).

В лечебной практике работу с болезнью я чаще всего начинаю с самого простого: что Вы знаете о своей болезни? Чаще всего больные, даже давно лечимые, ничего не знают о своей болезни. Иногда кое-что знают о болезни вообще, по названию: депрессия, астения, шизофрения... Тогда я спрашиваю: что Вы думаете о своей болезни? Что узнали о своей болезни из моего обследования? Что познали, сознали вместе со мной, ведь я познавал Вашу болезнь вместе с Вами? Что осознали?.. Какое название для своей болезни выбрали бы: безумие, слабоумие, с-ума-сшествие, с-ощущений-сшествие, с-чувств-сшествие, с-воли-сшествие? С-души-сшествие? Слабо-душие? Вы нервно-больной, душевно-больной или духовно-больной? У Вас с-Я-сшествие, с-Ты-сшествие, с-Мы-сшествие? С кем Вы с-ума-сшествуете, выходите из себя, а с кем Вы возвращаетесь в себя? От чего, от кого Вы уходите в себя и не возвращаетесь? На какую болезнь Вы поменяли бы свою? У кого из близких согласились бы взять такую болезнь, если бы тогда он от неё освободился? Кто из близких согласился бы взять у Вас эту болезнь, если бы он тогда от неё освободился? Кто из близких согласился бы взять у Вас эту болезнь, чтобы Вас освободить? Кто из близких переболел бы этой болезнью в 5 раз легче, чем Вы?.. Что Вы узнали, отвечая на эти вопросы? Что познали? Что осознали со мной? Что получили? Что преобразилось?

Молитва. Известен популярный образ: когда человек разговаривает с Богом — это молитва. Когда Бог разговаривает с человеком — это шизофрения. Блестящий образ, но не для верующих. В настоящей молитве Бог — наш собеседник.

Для настоящей молитвы человек должен быть в особом душевном состоянии. В нём должен ярче проявиться заложенный Богом образ Божий. Мы не только готовимся к вопросам, просьбам, но и к ответам, к прозрению, к получению ожидаемого.

Это разговор на особые темы. Особыми, живыми словами, словами живо-творящими. Словами, которые преобразуют случайность в со-бытие внутри нас — со-бытие наших восприятий, чувств, желаний, воспоминаний, размышлений, решений, действий. Вне нас — со-бытие, общность явлений, людей. «Мир жив немногим числом речей, которые были произнесены в нужное время в нужном месте».

Насколько эффективнее были бы наши слова, обращённые нами к самим себе, внутрь и наружу, к близким и дальним, если бы мы не произносили слова, а умоляли себя и других «в нужное время и в нужном месте». Живыми словами. Родными словами. Роднящими нас словами. Если бы мы обращались не только к человеческому, слишком человеческому в человеке, но и к Богу в человеке. Не «себя ради», а «за други своя». «Христа ради». Смирения ради. Спасения ради. Образа Божьего в человеке ради.

Бог говорит с нами шёпотом любви, голосом совести, а если мы не слышим — криком боли. Может, конечно, и голосом депрессии и шизофрении. Если мы не слышим своего и Его голоса в молитве.

В ИТВ с молитвой чаще всего я работаю упрощённо. «Попробуйте сказать «имущему», «могущему» (помочь), что Вы нуждаетесь в помощи». Если дело происходит в группе, я напоминаю тому, что очень много нуждающихся... «Попробуйте кратко рассказать...» «Попробуйте показать...» «Попробуйте указать...» «Попробуйте попросить...» «Попробуйте попросить милости... милостивой помощи...» «Просите милости...» «Просите милостыню...» «Умоляйте...» «Молите...» «У-маляйтесь...» «У-моляйте ради...» «Если не знаете, что просить, просите деньги...»

Чудо. Теоретическое определение чуда парадоксально просто: явление, нарушающее законы природы — от физических до психических, — что кажется невозможным. Но не для христианина. «Ибо Христос пришёл не нарушить закон, но исполнить, наполнить, до-полнить».

Вспомним: Человек для Закона или Закон для Человека? Христос и грешница. Христос не отменил Закона о побоевании камнями. Он сказал: «Кто из вас без греха, пусть первый бросит камень...» И первого не нашлось... И камни не стали падать... Закон наполнился новым содержанием... И вся жизнь чудесно с тех пор переменялась. Не перестали существовать законы Моисея, законы Римской империи, биологические, физические законы, но многие стали жить не от рождения до смерти, а от Адама до Страшного суда.

Христос сам, в отличие от древних и новых чудотворцев, не совершал чудес. Особенно, чтобы ими вызвать веру. Все его чудеса были ответом на веру. «Твоя вера исцелила тебя!»

Жизнь, конечно, основана на массе законов — от грубо физических до электронно-компьютерно-финансовых... Но по своей сущности она — чудесна. Она постоянно «выходит из себя», за пределы этих законов. Она — сверх того.

Человек человеку может быть животным. Может быть ангелом. И бывает. Человек может встречаться с Богом. Но к этому человек должен быть готов. Это отнюдь не

какая-то особенная готовность: внушаемость, доверчивость, легкое верие, экзальтированность... Скорее, это — ис-полненность, на-полненность жизнью, ис-полнение ожидаемого... Один из признаков этой готовности — способность удивляться жизни. Бывать у дива, у чуда.

В практической работе я помогаю пациентам начать прозревать чудесное такими вопросами: сколько раз в месяц Вы удивляетесь? А могли бы? Сколько явных чудес в год даётся Вам по вере Вашей? Детство у Вас было обыкновенное или чудесное? Сколько и каких чудес ещё в жизни ожидаете? На что Вы могли бы обменять ожидаемые ещё в жизни чудеса: деньги, карьеру, красоту, ум, удачливость в самом важном для Вас деле?

Проявление достаточно цельной, целящей, целебной веры в свою действенность, конкретность каждый раз, конечно, своеобразно. Часто именно своим своеобразием, соответствием оно и пронзительно, пронзительно эффективно и интенсивно.

Но есть и достаточно общие, «слишком общие», общедейственные образы и подобию. Естественно, это образы дела. Вера без дела мертва. Примерные, умеренные образы. Суть. Почти без фона и обстоятельств. И эта безобстоятельность, безусловность даёт вере проявиться в союзе с истиной, родительством, творчеством, любовью, чудом...

В диагностическом обследовании, в начале индивидуальной, семейной, групповой

психотерапии я нередко привожу мой любимый афоризм: «Если Бог нас наказывает, слава Богу, он нас ещё не забыл». И прошу пациента привести несколько примеров из его личной жизни, жизни его семьи, рода, из жизни группы, когда он испытал такое наказание, которое и тогда или сейчас, или в обозримом будущем может принять именно так... Слава Богу! Он не забыл! И мне напоминает... Предупреждает... О чём? Это боль? Голос совести? Шёпот любви как наказание? Он так наказывает только Вас? Или с Вами будут страдать и близкие? Наказание из-за Вас или из-за близких? За близких? А может, кто-то близкий за Вас страдает? Вместе с Вами? Какая Вам от этого польза?

Приведу типичный фрагмент «психотерапевтического дела» с вопросами, равными допросам на следствии... С самыми серьёзными последствиями, когда хочется посоветовать пациенту: «Каждое Ваше слово может быть использовано против Вас... Вы имеете право отвечать на эти вопросы только в присутствии Вашего душепопечителя...»

Сколько Вам осталось жить?

Я знаю, что Вы не знаете! Но можете догадываться? Предчувствовать. Бояться, что немного... Надеяться!.. Верить... Просить у Бога... А Он даст Вам по вере Вашей... Сколько!!!

А если жена за Вас попросит?

А если дети?

А если батюшка?

А митрополит?

А если за полученные в дар дополнительные годы придётся платить, то чем, сколько, кому согласны?

А если за полученные пожилые годы придётся «заплатить» сейчас зрелыми годами? То сколько? То чем?

А если годами тяжёлой физической болезни? А если физической инвалидностью? А если тяжёлой душевной болезнью?

А имеете ли Вы право платить сейчас в зрелом возрасте, когда мужу нужна здоровая жена, а детям — здоровая мама?

И можете сегодня этим, что Вы тут исповедали мне, поделиться со своими близкими? И для них это будет посильной ношей? Убеждены?

И дано Вам будет по вере Вашей? И что уже дано?

Рад за Вас... И за Ваших близких...

Конечно, пациент преображается в некоторой степени, в зависимости от душевного труда — если эти вопросы ему трудны, если ответы трудны, если эти вопросы и ответы трудны и для меня, психотерапевта, если нам обоим со-ответственно (не обязательно

равно) трудно, если в достаточной мере тут присутствуют и истина, и творчество, родительство, любовь — сущности веры, о которых мы уже теоретизировали раньше...

И ещё один образ из лечебной веры, лечебной практики, требующий, вероятно, от читателя, коллеги немалой личной доброжелательной веры, достаточно интенсивной, вначале, может быть, невозможной, пока образ события не станет достаточно законченным, когда начало и конец не превратятся в единое, целое... В начале очередной интенсивной лечебной встречи, но чаще в начале групповой терапии, я весьма своеобразно приветствую пациентов: «Приветствую Вас, сумасшедшие Дамы и Господа!»... «Не сомневаюсь, что слова эти легче всего принять как оскорбление... И я не против того, чтобы Вы их так и приняли... И приняли их так для себя и для соседа... Как это бывает обычно... Можете проглотить обиду... Можете «выплюнуть». Например, что взять со старого, -с-ума-шедшего психиатра!.. А теперь попрошу Вас принять эти мои слова в Доброй Вере. Про-видя то невидимое, что скрывается за этими моими словами... То, что я говорил для Вашего блага... И по вере Вашей дано будет...

Сравните Ваше первое, неверное, неверное, непроверенное переживание от услышания, восприятия, умственного, плоского, недушевного, не общего — всей души — знания до недушевной реакции... И второе, поверенное переживание и реакцию...»

Иногда «труд веры» длится днями. Иногда, особенно в группе, уже через 15-20 минут проявляются основные, пре-ображающие сущности... В существенных словах и поступках...

«Согласен(-сны), во мне (в нас) есть часть мыслей, высказываний, утверждений «без достаточного ума», «ума без раз-ума»... Мы — не «без-умцы», но не в истинном уме... Мы с-ума-сшествуем, от-ума-сшествуем к душе, а надо от души — к уму...»

«Врач про наше с-ума-сшествие сказал, чтобы мы вернулись из нашего путе-шества в с-ума-сшествие...»

«Чтобы строили свою жизнь на камне веры, а не на песке наших неустойчивых мыслей...»

«Об оскорблении не может быть и речи, потому что я верю в добрые намерения врача...»

Нередко тут я выражаю своё не-до-верие: «Верить в добрые намерения врача не значит строить дом на скале...» «Как верить самому врачу? Как верить самому себе? Себе верующему? Своему роду, в котором на протяжении веков здорового ума, раз(витого)ума было гораздо больше, чем нездорового? Своему ребёнку, унаследующему мой ум, и даже при малом уме в 2-3 года имеющему столько здорового ума, здорового доверия и недоверия. И здоровой Веры...»

