

## **«Анализ психотерапевтических практик. Церковный взгляд».**

*Доклад священника Игоря Илюшина, магистра богословия,  
руководителя центра «Трезвость» Санкт-Петербургской Епархии.  
23 декабря 2016 г.*

Зависимость – это замещение истинного ориентира – ложным.

Несмотря на привыкание человека к зависимости, основной составляющей в преодолении этой зависимости - является не просто медицинское или психотерапевтическое излечение, а изменение ориентира, обретение новой цели в жизни, а это возможно только благодаря воцерковлению, а именно – обретению в своей жизни Господа Иисуса Христа. Здесь необходимо поставить акцент на том, что возрождение Церковного трезвеннического движения опирается не на недавно придуманные методики, некоторые элементы которых, хотя, и могут присутствовать в реабилитации зависимых, а в своей основной массе на Церковь Христову, Которую Он насадил на земле.

Господь уже дал нам – все, для нашего, не только исцеления, но, даже, для обожения. Последовательное очищение сердца - чрез таинство Исповеди, Богообщение - чрез молитву домашнюю и общественное богослужение на святой Литургии, и, наконец, Богопознание - через само таинство Причащения. Об этом во все времена говорили нам и святые отцы Церкви, приоритет церковной традиции необходимо сохранить и сегодня, в наше, преисполненное новыми версиями, или искушениями время.

Нельзя подгонять Церковь под программу, Церковь не является программой, но Церковь - это Дом, в Котором есть Хозяин, к Которому необходимо обратиться лично.

Использование некоторых психотерапевтических методик внутри Церкви несовместимы с живым организмом Церкви, где обитает Животворящий Бог - Святой Дух, Который Сам наполняет и исцеляет каждого, по мере его готовности. Это не означает, что

Церковь отвергает медикаментозное лечение, наоборот, в ее Лоне множество врачей – целebников (начиная от апостола и евангелиста Луки, целителя Пантелеимона и заканчивая святителем Лукой Войно-Ясенецким), которые помогали страждущим от различных недугов не только чудесным исцелением по молитве, но и различными лекарствами и методами. Сейчас мы говорим о новых психотерапевтических методах, которые уже применяются православными христианами, на которые, даже, благословляют священнослужители, но эти методы достаточно глубоко не изучены Церковью на природу их совместимости с святоотеческим наследием о самостоятельном преодолении человеком всех ступеней лестницы ведущей ко спасению души.

Например, использование гипноза ради «благих намерений», даже для излечения алкоголизма, является манипулятивным внедрением в подсознание человеческой природы, что противоречит свободному усилию человека над преодолением страсти.

Кодирование - также, является манипулированием, человек за некоторую плату «освобождается» от зависимости на то время, которое он оплатил. Опять же, пациент, благодаря психотерапевтическому воздействию, лишается возможности преодолеть самостоятельно важнейшую ступень, необходимую для кардинального исцеления – свободного отрешения от искушения.

Не просто так кодирование и программирование официально запрещено в медицине, но по понятным причинам, получив новое название, якобы по сути не совместимое с прежними методами, оно все-таки продолжает активно практиковаться.

К сожалению, меркантильные, гедонистские взгляды, проникают и в среду православных христиан, когда критерием нравственной оценки является консеквент, результат поведения. Современный человек не привык ждать, ему надо получить все, сразу, здесь и сейчас. Когда морально правый акт - это тот, который даёт хорошие результаты или последствия (включая те изменения, которые были совершены в ходе получения этих результатов). Когда реализуется

всем известный лозунг - «цель оправдывает средства». Это означает, что если цель, с моральной точки зрения, достаточно важна, то любой способ её достижения является приемлемым.

Но здесь мы забываем о важной составляющей – личной свободе человека, его собственном отрешении от зла и выборе блага, которые он может совершить благодаря личным усилиям, подвигу, которые и исцеляют его изменением мировоззрения благодаря обретению Божественной истины и четким стремлением ко благу, не с позиции страха, а с позиции познания и любви, соответственно – полным отвращением от страсти разрушающей эти перспективы.

Некоторые современные православные психотерапевты, оправдывая манипулятивные методы, ставят знак равенства между понятиями «стрессовость» и «духовность». Под стрессом психотерапия понимает определенное психическое состояние человека, включающее психосоматические резервные возможности (реализующиеся через самовнушение) для преодоления экстремальных жизненных ситуаций.

Сегодня, во внутрицерковной среде появились такие психотерапевтические взгляды, которые под стрессом понимают в первую очередь страх Божий (страх Божий уравнивается со страхом смерти), а также смирение – понимающееся как слышание врача (некий культ личности по отношению к врачу, не Богу) и покаяние (понимающееся как - осознание себя больным), что приводит к нравственному потрясению личности, ее духовному очищению, разрушению наркотического мировоззрения и «наркотической нравственности» как доминанты «патологической духовности».

Пациент вводится в состояние стресса, врач внушает пациенту страх физической смерти при нарушении режима трезвости. По отношению к личности человека применяется настоящая ложная манипуляция, благодаря гипнозу, либо психологическому кодированию или программированию, с помощью психиатрических

приемов воздействующих на подсознание человека, самовнушению (названия этих внушений могут быть разными, но суть одна).

Ложная манипуляция потому, что при нарушении срока внушенной «смерти» от вкушения алкоголя – человек вовсе не умирает. Это может подтвердить любой психотерапевт, в противном случае эта деятельность была бы запрещена в соответствии с Уголовным кодексом.

Пациент держится в трезвости определенный срок, обычно тот, который был им, или родственниками оплачен, человек держится в трезвости не из мировоззренческого изменения, а из обыкновенного животного страха смерти. Ни о какой «духовности» здесь не может быть и речи, так же как и неуместно сравнение животного страха смерти со «страхом Божиим». Апостол Иоанн Богослов пишет о плоде духовности: «совершенная любовь изгоняет страх», он говорит как раз о животном страхе, греховном, боящемся распрощаться с тленным, земным бытием или боящемся получить кару.

Страх Божий может и имеет в себе стрессовые моменты, но он отнюдь не построен на боязни получить наказание, наоборот, он всецело зиждется на любви ко Господу и желании исправить свою жизнь, привести ее в более чистое состояние ради того, чтобы быть ближе к желаемому Господу. В страхе Божиим нет намека о наказании за проступок, а есть совестливое осознание необходимости жить по заповедям именно от любви ко Господу и боязни быть отлученным и лишенным истинного пути. Чтобы наглядно увидеть появление страха Божия в человеке, возьмем пример из жития праведного Алексия Бортсурманского. «В начале служения он не отличался строгостью жизни и иногда даже забывал меру в употреблении вина. Однажды его попросили причастить умирающего из соседней деревни. Отец Алексей рассердился и выгнал прочь присланного к нему человека, говоря, что состояние больного не так уж безнадежно и он может подождать до утра. Однако в ту же ночь, испытывая муки совести и



будучи не в силах заснуть, он встал и отправился к больному. Но тот был уже мертв, а возле его постели отец Алексей увидел Ангела, держащего в руках Святую Чашу. Потрясенный видением, отец Алексей упал на колени перед покойным и провел всю ночь в молитве». Как мы видим, будущего подвижника благочестия обуял страх Божий на всю последующую жизнь и в этом чувстве исполненном сокрушения сердца и желания исправиться совершенно не было страха наказания, думается, что о наказании он мог только просить Господа, но никак не бояться его.

Напротив, стресс – это угнетенное психофизиологическое состояние при котором человек испытывая страх, готов решаться на любые поступки, обещания, без участия своей свободной воли, исходя только из инстинкта самосохранения. Среди неспециалистов появилась тенденция отождествлять стресс (и особенно психологический стресс) просто с нервным напряжением (отчасти в этом повинен сам термин, означающий «напряжение» в переводе с английского). Стресс — это не просто душевное волнение или нервное напряжение. В первую очередь, стресс — это универсальная физиологическая реакция на достаточно сильные воздействия, имеющая описанные симптомы и фазы (от активации физиологического аппарата до истощения). В любом случае, искусственное введение человека в состояние стресса является психологической манипуляцией или провокацией, хотя само состояние стресса, как некоего потрясения может посещать человека и в минуты покаяния или чуда. Мы говорим здесь о невозможности использования именно метода введения зависимого в стрессовое состояние страха физической смерти или боли.

Это способ управления и контролирования людьми путём создания иллюзий, который осуществляется скрытно или явно, и ставит своей задачей установить контроль над поведением, лишить свободы выбора объект манипуляции посредством изменения представлений, мнений, побуждений и целей людей в нужном некоторой группе направлении.

Например, если кассиру приставить пистолет к голове, он исполнит любую команду грабителя, выдаст ему все деньги из кассы. Или заставить детей слушаться угрожая ремнем. Вроде бы эти методы эффективны, так как дают 100-процентный результат. Но, манипуляция всегда является угнетением личности, при этом, поскольку человек желает верить в то, что хочет приобрести, угнетение может достигаться через «ложь, в которую хотят верить». Конечно, для церковной реабилитации и работы с зависимыми использование психотерапевтических манипуляций недопустимо.

Работа церковных братств трезвости никогда не была связана с манипулированием сознания. Зависимому открывался новый образ жизни, подавался пример, после определенного периода ведения зависимого к обету трезвости, при помощи таинств Церкви у зависимого появлялся личный стимул приобретения новых качеств жизни, желание избавиться от рабства своей страсти благодаря собственным усилиям. Человеку разъяснялся греховный образ жизни при отсутствии борьбы с искушениями, зависимый осознавал губительность и разрушительность этого пути и осознанно подходил к обету трезвости.

Обет трезвости – это реализованный акт свободной воли, личное желание, сознательное действие человека вступить в новое качество жизни и испрашивание на это благое дело помощи у Господа и благословения от священника.

Церковная трезвенническая деятельность не должна вводить реабилитируемого в состояние медитации, транса, гипноза, самогипноза, любого намеренного изменения сознания – нарушающего свободу личности. Пребывание человека в молитве пред Богом нельзя сравнивать с состоянием транса или медитации. В молитве человек находится в полноценном, не измененном сознании, удаляясь от житейских забот направляет все устремления своей души к Богу, Который никогда не нарушает свободного волеизъявления человека исцеляя его благодатью Святого Духа.





Молящийся самостоятельно избирает благо и добровольно принимает от Бога те откровения, которые он ниспосылает. Можем вспомнить величайшую тайну Благовещения, когда Божия Матерь сподобилась явления Ангела в молитве и после произнесения благой воли Господа Она пребывая в сознательном трезвении души спросила: «Как это будет, когда я мужа не знаю?» На что получила объективный ответ: «Дух Святой найдет на Тя и сила Всевышнего освятит Тя» (Лк.1:35). И лишь после осознания ответила согласием: «Се, Раба Господня; да будет Мне по слову твоему» (Лк. 1: 38). Очевидно, что не только во время молитвы, но даже при условии сверхъестественных явлений у человека сохранялось сознательное состояние, менялось лишь благоговейное отношение к происходящему, потому, после таких явлений святые могли пребывать долгое время в безмолвном молитвенном оцепенении от радости и духовного трепета к таким великим посещениям. Например, после видения диакону Серафиму Саровскому на Литургии Господа, он простоял в алтаре несколько часов и не мог говорить и прийти в обычное состояние от ликования души.

Любое же искусственное (от слова искус, искушение, лукавство) введение человека в состояние внушаемости является признаком прелести, затуманенности сознания, лишения человека самостоятельного преодоления страсти, возможно, ради благих побуждений. Внушение дает результат, широко применяется и не требует личных усилий, но в таком ширпотребном, шаблонном отношении к зависимым видится неуважение к их личным внутренним переживаниям.

Апостол Павел говорит нам «Церковь свята и непорочна», потому в Церкви приемлемо использование психотерапевтических методов построенных исключительно на свободном волеизъявлении и самостоятельном преодолении страсти. Хочется отметить, что сейчас есть множество замечательных как реабилитационных, так и

профилактических программ, адаптированных применительно к Православной Церкви использующих этот принцип.

Необходимо отметить, что Церковь не является медицинским учреждением и не должна на себя брать функции по медикаментозному излечению зависимых. Необходимо отделять социальное служение Церкви включающее воцерковление, пастырскую помощь страждущим от недуга винопития, его духовную реабилитацию в виде братств или групп трезвости, даже реабилитационных центров с элементами медицинской помощи от профессионального медицинского лечения.

Утверждение трезвости как вид социального служения Церкви включает в себя профилактику алкоголизма, а также реабилитацию и реадaptацию лиц, страдающих алкогольной зависимостью. Концепция Русской Православной Церкви по утверждению трезвости и профилактике алкоголизма, говорит о формах и методах деятельности по утверждению трезвости следующее:

«Работа по утверждению трезвости ведется по трем направлениям.

Первое имеет целью утверждение идеала трезвости и трезвого образа жизни в современном обществе, особенно в семье, где происходит формирование личности.

Братства, общества, общины трезвости и иные церковные организации способствуют возрождению традиционных семейных и духовно-нравственных ценностей, осуществляют просветительскую деятельность, ведут профилактику алкоголизма, формируя положительное отношение к трезвости как общественной ценности, участвуют в создании трезвой молодежной культуры, оказывают воздействие личным примером, в том числе организуя «праздники трезвости» и создавая «территории трезвости».



Второе направление охватывает работу с лицами, систематически употребляющими алкоголь, и включает в себя просвещение этих лиц, формирование у них мотивации для обращения к специалисту, оказание им социальной и психологической помощи, в том числе в форме индивидуальных и семейных консультаций, вовлечение в общинную жизнь, деятельность общественных объединений, клубов (спортивных, военно-патриотических и тому подобных).

Третье подразумевает социальную, трудовую, психологическую, медицинскую, семейную реабилитацию лиц, страдающих алкоголизмом, создание домов трудолюбия и центров реабилитации, групп само- и взаимопомощи, семейных клубов трезвости, индивидуальное консультирование лиц, страдающих алкоголизмом, и их родственников, курсы и школы по избавлению от алкогольной зависимости. В каждой из этих форм работы применяются свои духовные, медицинские, психологические и социальные методы. При этом наибольшая эффективность достигается при их разумном сочетании.

Деятельность православных реабилитационных центров и организация борьбы за трезвый образ жизни должна быть регламентирована составленной компетентными лицами методикой и проходить с благословения правящего архиерея. Основным направлением деятельности центров должно быть использование одобренных Церковью и официальной медициной средств излечения недугов при свободном желании пациента. Неприемлемо использование в православных реабилитационных центрах псевдонаучных и оккультных методик».

Прот. Григорий Дьяченко пишет в своей книге «Из области таинственного» следующее: «оккультизм – теория признающая существование в природе еще не известных нам сил, свойств материи и способностей человека». Здесь можно поразмышлять о теории резервных возможностей человека и о самовнушении, которые по понятиям современных психотерапевтов и исцеляют человека. То есть исцеляет не Господь, а сам себя человек и все это

вуалируется цитатой: «вера твоя спасла тебя», которая ложно трактуется. В соответствии с святоотеческой традицией исцеляет не просто «вера» во что-то, в то, что я буду богат, или что не будет пить зависимый, а вера в Бога, доверие Господу и исцеляет только Господь, а не самовнушение, и не сам себя человек – это опасная ложь. Зачем тогда человеку Господь?

На сегодняшний день нет экспертной оценки Русской Православной Церкви о допустимости тех или иных психотерапевтических практик, уже используемых с частных благословений отдельных священнослужителей применительно к зависимым православным христианам. Наша задача обозначить сложные вопросы с которыми может столкнуться как священнослужитель, к которому может обратиться зависимый, так и сам страждущий. Является ли свободное волеизъявление пациента на проведение над ним манипулятивного психотерапевтического сеанса, исключаящего в своей сути свободное преодоление страсти, путем программирования основанного на стрессовом страхе смерти (манипуляции построенной на лжи), приемлемым с точки зрения Церкви, даже если оно выдает положительный результат по отрезвлению на программируемый срок? Думается, что на этот вопрос Церковь ответит отрицательно. Старинная поговорка гласит: «невольник – не богомольник». Несмотря на то, сегодня, запрограммированного на трезвый срок пациента пытаются воцерковить, ежедневно причащая Святых Таин и поучая в истинах Церкви. Возможно, найдется процент пациентов, которые вырвутся из психологических оков запрограммированного страха и самостоятельно преодолению страсть благодаря усилию собственной воли, но это можно скорее расценить как чудо милости Божией. Нельзя забывать, что Церковь в своей сути «свята и непорочна» (Еф. 5, 25-27). И «один источник не может изливать соленую и сладкую воду» (Иак. 3,11). Нельзя идти по двум дорогам одновременно, по дороге «страха» и «любви». При том, дорогу страха физической смерти путая со страхом Божиим, так как страх

Божий – это одна из граней любви к Богу, а страх смерти – препятствие для таковой любви: «В любви нет страха, но совершенная любовь изгоняет страх, потому что в страхе есть мучение. Боящийся несовершен в любви» (1-е Иоанна 4:18).

Святейший патриарх Кирилл в своей проповеди о целостности личности говорит: «Человеческая личность должна быть интегральной, целостной, не может быть никакого расслоения, раздвоения, никакой интеллектуальной и духовной шизофрении. Нельзя настаивать на справедливости в одном месте и жестоко и цинично попирать ее в другом... Человек, живущий целостной жизнью, являющийся целостной личностью, имеет силу защищать правду, так защищать, что если даже приходится проходить через страшные испытания и мученичество, он справляется с болью и страданием и осуществляет свою миссию».

Когда человек обращается к помощи Божией – страх человеку не нужен, необходима только любовь, поддержка, разъяснение истин Христовых заповедей, покаяние – как осознание грехов и желание исправиться, и соединение со Христом во святом Причащении. Нужно объяснить зависимому, что необходима личная вера в преодолении зависимости, как личное, возможно, болезненное усилие и преодоление собственного греховного «я». Этот шаг нельзя игнорировать потому, что Сам Господь Иисус Христос неоднократно на нем делал акцент, вспомним, например, Хананеянку выпрашивающую у Господа исцеления дочери, «но Он не отвечал ей ни слова. И ученики Его, приступив, просили Его: отпусти ее, потому что кричит за нами. Он же сказал в ответ: Я послан только к погибшим овцам дома Израилева. А она, подойдя, кланялась Ему и говорила: Господи! помоги мне. Он же сказал в ответ: нехорошо взять хлеб у детей и бросить псам. Она сказала: так, Господи! но и псы едят крохи, которые падают со стола господ их. Тогда Иисус сказал ей в ответ: о, женщина! велика вера твоя; да будет тебе по желанию твоему. И исцелилась дочь ее в тот час»(Мф. 15; 21-28).

Господь дает Хананеянке возможность самостоятельно пройти важную ступень свободного волеизъявления и перерождения путем смирения, осознания собственного недостойнства и покаяния, и при этом условии исцеляет дочь.

Зависимый человек, как эта женщина Хананеянка, должен проявить самостоятельность, волеизъявление, без этого шага не побороть зависимость. Минуя этот шаг, человек осознает, что он не пьет по тому, что боится умереть, а не от того, что он сам отказывается от алкоголя, потому часто впадает в депрессию и возвращается к зависимости, особенно при невозможности посещать программиста, от которого принял зарок. Статистика фиксирует красивые цифры давших зарок в период обращения, что же касается дальнейшего сопровождения – данные обычно сокрыты по соображениям конфиденциальности, потому проследить их представляется весьма сложным делом.

Церковные братства трезвости никогда не ставили себе задач краткосрочных, быстрых мер, наоборот, в них вступали не сразу, предварительно готовились, проверяли зависимых временем, постепенно подводя к даче обета трезвости, изначально на небольшие сроки, а когда зависимый видел, что у него получается продержаться малый срок, тогда уже подходили к большему.

Человек вместо стресса получал радость, которая проистекала из награды обета – трезвости, благодаря которой бывший зависимый становился свободным и начинал жить своей жизнью.

Теперь хочется сказать о важных психотерапевтических методах приемлемых Церковью. Метод преодоления вполне сочетается с христианством. Если на занятиях братств трезвости мы не научим зависимых методам преодоления, не сориентируем их жизнь в соответствии с христианскими ценностями, мы не сможем им помочь. Самое сложное преодоление, которое необходимо сделать зависимому – это преодолеть собственное отсутствие самооценки, не желание ставить цели и неверие в то, что получится что-то

изменить. Но, задача пастыря, или руководителя группы трезвости убедить человека, что каждый сотворен Богом с особой миссией, каждому что-то индивидуальное дано от Бога. Необходимо развеять антихристианский миф о существовании «неудачников». Если человек уже увидел свою зависимость – это очень хорошо, это начало ее преодоления. Практика эффективности методов нашего братства трезвости показывает, что индивидуальные беседы со священником намного продуктивнее групповых занятий. Личное общение со священником необходимо зависимому, ему важно услышать ответы на свои вопросы, получить не просто шаблонные всем известные истины, а индивидуальный подход. Конечно это не отменяет групповых занятий.

Не все методы, которые зарекомендовали себя на протяжении большого периода времени и уже, даже, закрепили себя в статусе «традиционных» оправдали себя в современное время.

Природу внушения даже современная медицина до конца не изучила. Существуют некоторые гипотезы о нейрофизиологической основе внушений, однако они не всегда убедительны и вызывают много споров и противоречий. В процессе сеанса внушения деятельность мозга изменяется таким образом, что внешние раздражители сужаются до установки программиста. Заложённая программа, как правило, обладает результативным действием, но проявляет насилие над личностью, так как внушённые установки начинают работать вопреки воле человека.

Несмотря на добровольное проведение пациентом зарока, построенного на внушении, над человеческой волей происходит насилие, так как навязанная программа не согласованна с внутренней готовностью и состоянием души зависимого. Такое вмешательство может привести человека к негативному состоянию раздвоения личности.

Исследователь сомнительных психотерапевтических практик Т.П. Калашникова в статье «Исцеления истинные и ложные» пишет:

«Навязанное насильно, не согласованное с внутренними ценностными ориентирами, нравственным строем души, подобное программирование часто является для человека противоестественным и может усилить глубинные противоречия личности». К таким практикам относятся гипноз, кодирование, программирование, названия и описания которых могут меняться.

Дореволюционный богослов, протоиерей Григорий Дьяченко, на которого иногда ссылаются программисты, писал в своей книге «Из области таинственного»: «Гипноз является физиологическим свойством физических объектов... Гипнотизмом пользовались маги и колдуны». Да, действительно, гипноз, и другие подобные воздействия на человека – являются физиологическим состоянием, но это, отнюдь, не говорит о его положительной стороне. Физиологическим состоянием также являются вообще все страстные и, даже, бесстрастные проявления, вплоть до самой смерти человека.

Использование психотерапевтических практик, а именно, метода внушения до революции, еще не характеризует его приемлемость с точки зрения духовно-нравственной. Известно, что до революции использовались неверные методы воспитания, от которых в современное время однозначно отказались. Например, допустимость телесных наказаний в учебных заведениях включая духовные училища и семинарии, где вполне легально в каждом классе красовались розги. Со временем пришло осознание, что этот метод неверный, подавляющий личность, хотя достаточно эффективный и поколениями использовался даже в церковных учреждениях.

Сегодня предстоит внимательно отнестись к духовно-нравственной составляющей психотерапевтических практик и дождаться объективной, проверенной временем оценки, которую обязательно сделает Русская Православная Церковь.