



Annotation

«Зависимость от любви», «как отличить любовь от зависимости», «любовная зависимость» — эти вопросы помогут решить лекции Лоргуса и Красникова.

Не всё, что люди называют любовью, — есть Любовь в подлинном христианском смысле этого слова. Как отличить Любовь от ее имитации, почему люди склонны и даже рады обманывать себя, как не попасться на удочку зависимости, но и не остаться равнодушным к страдающему ближнему — об этом ведут речь о. Андрей и психолог Ольга Красникова.

Цикл лекций о любви и зависимости будет интересен и полезен всем, кто хочет лучше разобраться в себе, своем партнере, отношениях с детьми и родителями, разрешить личные проблемы и проблемы во взаимных отношениях.

В лекциях о любви и зависимости о. Андрей и психолог Ольга Красникова говорят о проблемах во взаимных и семейных отношениях, их причинах, ошибках в воспитании детей и их влиянии на жизнь, человеческих зависимостях, болезненных отклонениях в людском мировосприятии, а также о принципах диагностики, анализа и преодоления подобных проблем. К

рассмотрению этих вопросов
применяется научный
психологический подход,
дополненный христианским опытом.

Данная книга — расшифровка лекций отца Андрея Лоргуса и Ольги Красниковой, размещенных здесь — <http://predanie.ru/lorgus-andrey-svyaschennik/lyubov-i-zavisimost-1/#/description>

Предание.ру - самый крупный православный мультимедийный архив в Рунете: лекции, выступления, фильмы, аудиокниги и книги для чтения на электронных устройствах; в свободном доступе, для всех.

- [Лекция 1](#)

- [Лекция 2](#)
 - [Лекция 3](#)
 - [Лекция 4](#)
 - [notes](#)
 - [1](#)
-

Лекция 1

Мы начинаем цикл бесед, я бы не назвал это лекциями в полном смысле этого жанра, цикл бесед, который носит общее название “Любовь и зависимость”. Хотя можно было бы назвать его и более подробно, обозначив содержание отдельных тем, которые будут в течение этих четырех вечеров развиваться.

На сегодняшний вечер мы избрали, может быть, самую трудную и самую первую тему. Во-первых, дать определение понятию зависимости и созависимости, а во-вторых, поговорить о главном,

христианском – о Любви. И вот я думаю, что в первую очередь ваш интерес обращен к этому центральному христианскому пониманию и смысла жизни христианской, и самой главной добродетели, может быть, того самого замечательного, что есть в человеке, как в образе и подобии Божьем, а именно – Любви. Но так складывается человеческая жизнь, а нам, психологам и пастырям, это особенно видно, что очень часто между людьми возникают не отношения, основанные на любви, а отношения, в которых есть любовь, но строятся они как зависимость друг от друга. И тогда эти отношения

превращаются в мучительную жизнь, доводящую иногда до крайностей, приводящую к разным плачевным результатам. И тогда человек обращается к пастырю, обращается к психологу, к психиатру, к друзьям, к знакомым в страдании и говорит: “Так дальше жить не хочу. Жизнь не имеет смысла такая. Что делать? И как из этого положения выходить?”

Нам, как психологам, и мне, как пастырю, приходится практически каждый день приходится сталкиваться с этими проблемами в самых разных вариантах. И прежде чем говорить об этом, я бы хотел сказать о чем мы НЕ будем говорить. Несмотря на то, что зависимость

понимается чаще всего сегодня как химическая зависимость, т.е. зависимость от алкоголя, наркотика или какого-либо химического вещества, а также как зависимость от игры (игромания) или зависимость от компьютера, телевизора (тоже такие зависимости есть и с научной точки зрения рассматриваются). Можно также говорить о зависимости от денег и также о трудоголизме. Но так или иначе для психолога это всегда зависимость, зависимость, которая имеет происхождение не во внешних источниках, таких как алкоголь или наркотики. Это лишь только последствия. Истоки зависимости

лежат в личности и в ее семейной истории. Поэтому мы будем говорить о той причинной зависимости, которая является корнем зависимости уже более поздней. Мы будем говорить о том, как и откуда зависимость берется, как она формируется, и самое важное с нашей точки зрения, а мы представляем собой христианскую психологию, христианское представление о формировании личности, что зависимость — это такой тип отношений между людьми и отношений к самому себе, который, если бы человек любил и строил свои отношения на любви, возникнуть бы не мог.

Итак, мы не говорим об алкоголизме и о наркомании как предмете нашего обсуждения, мы говорим о зависимости как о причине, которая к ним приводит в частных случаях. Алкоголизм, наркомания – только частные случаи зависимости. Вот это самое главное, что нужно понять, входя в эту тему. Ни алкоголь, ни компьютер, ни телевизор, ни наркотик не являются источником зависимости человека, источником зависимости является семья и то, как в этой семье формируется личность каждого из нас. А личность каждого из нас формируется в семье, в основном – в семье. 90% того, что составляет

историю нашей личности, самого раннего детства, относится к семье. Не к социуму, не к улице, не к школе, а относится к семье. Стало быть, здесь лежат 90% причин и 90% тех факторов, и самого протекания, формирования этого явления, которое мы называем зависимостью и созависимостью.

Христианская точка зрения здесь отличается главным образом от классических психологических, а их несколько, точек зрения на зависимость тем, что мы понимаем человека как образ и подобие Божие, как творение Божие. Каждый из нас, созданный Богом, бессмертная душа каждого из нас — источник силы,

энергии, радости и, главным образом, любви. Поэтому любовь не есть что-то внешне приходящее к человеку, что можно дать, вложить. Когда ребенок у нас рождается, он не нуждается в том, чтобы мы вкладывали в него любовь, он нуждается в том, чтобы его любили. Но любовь у него в душе уже есть по своему созданию. И поэтому мы рассматриваем любовь как такой внутренний, всегда имеющийся бесконечный дар человеку от Бога. Конечно, от родителей и от мамы зависит очень многое в научении любви, но любовь – это то, что в ребенке уже есть. Любовь – это то, что каждому из нас дано, а не то, что

мы можем получить и получить у кого-то. Мы у Бога уже все получили. Это дар свыше. И этим даром обладает только человек, и никакое другое существо. А тем более не обладают надчеловеческие структуры, т.е. социум, общество, культура или еще что-нибудь этими дарами не обладают. Этим даром обладает только душа человека. Таково христианское отношение, и потому любовь – это тот ресурс, тот источник, причем неисчерпаемый источник, который каждый из нас имеет. И потому отношение к зависимости выстраивается как к такой модели поведения или к такому состоянию человеческой

личности, который, к сожалению, обосновался в человеческой личности в тот или иной момент его жизни, но который ему по природе не свойственен. Самое главное здесь, по христианской мысли, заключается в том, что зависимые и созависимые отношения нам по природе нашей, Божественной природе, не свойственны. Мы можем сказать, они свойственны нам по страстной и греховной природе, в этом смысле — да. Но и христианское психологическое положение основано на том, что в любви мы можем жить и можем строить отношения к другим, основанные на любви, и вовсе не обречены жить в

зависимости. Исходя из этих двух пониманий, мы будем дальше вести речь.

Теперь пора сформулировать некоторые дефиниции, т.е. поговорить о том, что же такое зависимость. Зависимость определяется разными способами: она определяется психиатрами как болезнь, с понятием симптомов и синдромов, она определяется психологами как особое состояние, в которое человек попал в результате психологической травмы или в которое попал при дефиците каких-то отношений в семье. Но мне представляется не очень важным дать определение созависимости,

главное – понять две вещи. Первая: зависимый человек – это тот, кто полностью или в большей части своей жизни ориентирован на другого, а не на себя; ориентирован, т.е. контролирует, зависим от другого, а не от себя. И второе определение: зависимый – это тот, кто о своих потребностях и своих нуждах не заботится. Это такой человек, который не знает, чего он хочет и не пытается реализовать свои внутренние потребности и живет как бы вопреки самому себе, во зло себе, можно так сказать. И сразу можно оговориться, что никакого отношения к альтруизму и к подлинной жертвенности это не

имеет. Почему это так – это мы потом еще обсудим.

Зависимый человек – это тот, кто живет интересами, потребностями, желаниями другого человека, а не своими интересами, желаниями и потребностями, и в этом заключается самая тяжелая часть его состояния. Почему тяжелая – мы сейчас обсудим.

Прежде чем перейти к следующей важной теме, мы хотим с Ольгой Михайловной показать упражнение, с которого можно будет наглядно начать разговор о том, что такое зависимость. Пожалуйста!

Ольга Красникова

[приглашает человека из

аудитории] Я хочу сейчас вам показать модель воспитания ребенка, которая существует у нас. И сначала покажу без комментариев, а потом задам вам вопрос: “Любовь ли это?”

Вот у нас родился мальчик, замечательный, долгожданный, мы очень рады его видеть. Обычно в семьях ждут мальчиков. В деревнях раньше отцов, у которых рождались девочки, называли бракоделами. А у нас – мальчик! Нам повезло, да! Вот такой замечательный мальчик у нас родился, мы хотим ему добра, естественно, как все родители хотят своим детям добра. Сейчас мы будем о нем заботиться. Давайте вспоминать: маленькие детишки в

полгода – что они начинают делать? Все хватать, везде лезть своими ручками. Что мы им говорим на это? Нельзя, не трогай, уколешься, обожжешься, обрежешься... Что еще? Вспоминайте детство! Т.е. мы собственно занимаемся следующим. [обматывает "подопытного", потом по ходу рассказа закрывает ему глаза, уши и т.д.] Уже спокойнее, правда? Уже в розетку не полезет! Где-то месяцев в 10, дети у нас сейчас акселераты, ребенок начинает ходить, учится ходить, в год он уже ходит достаточно самостоятельно. Что мы говорим ребенку, когда мы выходим на прогулку в дождливую погоду? Не бегай, упадешь, лужа,

испачкаешься и т.д. Как приятно-то, да? Я сразу вспоминаю мальчиков на детской площадке в белых рубашечках, в отглаженных брючках, с бабушкой за ручку – наш клиент будущий! Я ни в коей мере не хочу осуждать нас, как родителей, я и сама мама, за то, что мы так заботимся о своих детях. Нас так научили, это не наша вина, это наша беда. Но об этом говорить нужно, об этом нужно знать и молодым родителям, и родителям со стажем, чтобы хоть чуть-чуть, насколько это возможно, корректировать свое поведение.

Дальше у нас ребенок начинает что делать? Нет, пока он все

смотрит, он ходит и смотрит, ему интересно. Зашел, там по телевизору что-то не то показывают, проходили детскую площадку, там мальчишки курят взрослые (ай-ай-яй, нехорошо). Что мы говорим? Не смотри, отвернись, да? Телевизор выбрасываем, правда же? Зачем, там такое показывают – нам это не надо!

У нас остался еще один орган чувств. Когда мы идем с нашим мальчиком мимо мебельного магазина, где грузчики грузят пианино тяжелые – это точно не те слова, которые надо ребенку слушать, правда? Это нам еще двух лет нет, а уже мамина радость, правда? Но к двум годам начинаются

проблемы: ребенок начинает говорить. Но мальчики попозже иногда, но в целом в 2-2,5 года ребенок говорить, задавать вопросы. Что мы ему говорим? Мал еще, тебя никто не спрашивает, вырастешь – тогда поговорим, яйца курицу не учат и т.д. Это мечта воспитателя детского сада! Т.е. в яслях и в детском саду, если вы такого ребеночка приведете, вам скажут – какая вы замечательная мать, какого замечательного мальчика вы воспитали, его не видно и не слышно! Главное достоинство ребенка – когда его не видно и не слышно, т.е. когда его нет, да?

Еще одна осталась вещь

неприятная у нашего мальчика – это то, что он чувствует. То что он дышит – ладно. А вот то, что он чувствует – он спорит, он злится, он обижается. Вспоминаем счастливое детство: на обиженных воду возят, Москва слезам не верит – это для москвичей. Мальчикам вообще беда: мужчина не плачет, не боится. Что там еще там мужчины не делают? Смех без причины – признак дурачины, слышали такое? С мамой спорить нельзя, с папой – уж тем более. Т.е. получается, что все наши чувства оказываются под запретом. Единственное, что культивируется в семье – это стыд и вина: “Ну тебе хоть стыдно? Ну тогда ладно!”

Чувства мы символично завязали здесь. И посмотрите, какая у нас картина получилась. Как вы думаете: кого здесь мама любит и о ком заботится? А скажите, если мы нашего мальчика завяжем потуже и все уйдем, ему как будет? Он абсолютно беспомощный, ему там одиноко, он оторван от своих потребностей и своих чувств, он оторван от информации. Вспоминайте времена перестройки, когда гласность и т.д. У нас эта статистика не публиковалась, но в те годы очень увеличилась смертность у стариков. Причем никто не говорил о том, что это были не только инсульты и инфаркты, это были и

суициды. Т.е. когда у человека открываются уши и он начинает слышать информацию, это может очень тяжело на нем сказаться.

Ребенок поступает в школу, у него расширяется кругозор, он начинает видеть другие семьи, другие формы жизни, не только то, что было у него в семье, но еще и то, что есть у его приятелей. Это тоже может очень сильно на него повлиять.

А представьте себе, такой мальчик у нас вырос: ну как его маме отпустить-то? Никак, страшно! Либо передать в надежные руки, но где ж такие руки найдешь? У нас же девочки... Не-не-не! Значит, при

себе держать! А как вы думаете, что с ним будет, если он останется с мамой? То, что наш клиент – это да! Ему там как жить-то, в этом состоянии? Либо пить, либо колоться, либо бежать на улицу, уходить из дома, либо заболеть, чтобы уже оправдывать мамины ожидания. И действительно, беспомощный, немощный... Уходить в интернет с головой, играть в игровые автоматы. В принципе, вариантов у него не так много, то есть зависимостей-то много, но по сути вариант-то один – только зависимое поведение.

И теперь смотрите, если его поднять, мы его можем в одну

сторону повести, в другую – у него источник выбора – снаружи, он сам не умеет выбирать, не научился. Поэтому вот такой результат якобы “любви”, к сожалению, в наших семьях встречается сплошь и рядом, причем девочкам чуть полегче, как ни странно, а вот с мальчиками такая беда чаще встречается.

По поводу того, любовь ли это, мы уже с вами сказали, что это скорее эгоизм матери, но в психологии есть такая путаница понятий: то, что в быту мы называем любовью (это когда я без тебя жить не могу, а здесь мама без мальчика не может, и мальчик без мамы не

может), в психологии называется невротическая зависимость.

А что же тогда называется любовью в психологии? Если мы возьмем противоположность вот этому отношению, что же тогда будет любовь?

Свобода... Вот здесь сразу вопрос: маленький ребенок действительно тянет ручки к розетке. То есть если у нас “свобода-попустительство“, когда все можно, то это тоже не любовь. Если такой подавляющий контроль, жесткий, то результат очевиден. То есть любовь сочетает в себе и заботу – но заботу, не продиктованную страхом, а заботу, продиктованную любовью, –

и свободу, но свободу ровно настолько, насколько ребенок готов освоить в своем возрасте. Потому что дети, слава Богу, растут. И хорошо бы нам, родителям, это учитывать. Развяжем нашего бедного мальчика!

Если эту методику с ленточками использовать на индивидуальной терапии, то я бы нашему любимому мальчику предложила бы определить порядок, в котором его надо развязывать. И это было бы для меня диагностическим критерием, где он чувствует посвободнее, где ему хоть чуть-чуть давали места для развития, а что у него еще осталось в “завязанном” состоянии. И очень часто люди, которые к нам

обращаются, оставляют чувства завязанными.

Я передаю слово отцу Андрею для комментариев.

Отец Андрей Лоргус:

Разумеется, что эта модель, метафора – не единственная для того, чтобы продемонстрировать возникновение зависимости в семье. Зависимости развиваются и по другому пути, не только вот через такую заботу матери.

Ольга Михайловна заговорила о том, как определить любовь. Но для того, чтобы определить, я бы хотел обратиться к самому известному тексту о любви в Священном

Писании — гимну любви апостола Павла — и немножечко по этому тексту поговорить в связи с той темой, которую мы разбираем. Это 13 глава из первого послания к Коринфянам. Я сначала прочитаю полностью эту главу.

1. Если я говорю языками человеческими и ангельскими, а любви не имею, то я — медь звенящая или кимвал звучащий.

2. Если имею *дар* пророчества, и знаю все тайны, и имею всякое познание и всю веру, так что *могу* и горы переставлять, а не имею любви, — то я ничто.

3. И если я раздам все имение мое и отдам тело мое на сожжение, а

любви не имею, нет мне в том никакой пользы.

4. Любовь долготерпит, милосердствует, любовь не завидует, любовь не превозносится, не гордится,

5. не бесчинствует, не ищет своего, не раздражается, не мыслит зла,

6. не радуется неправде, а сорадуется истине;

7. все покрывает, всему верит, всего надеется, все переносит.

8. Любовь никогда не перестает, хотя и пророчества прекратятся, и языки умолкнут, и знание упразднится.

9. Ибо мы отчасти знаем, и

отчасти пророчествуем;

10. когда же настанет совершенное, тогда то, что отчасти, прекратится.

11. Когда я был младенцем, то по-младенчески говорил, по-младенчески мыслил, по-младенчески рассуждал; а как стал мужем, то оставил младенческое.

12. Теперь мы видим как бы сквозь *тусклое* стекло, гадательно, тогда же лицом к лицу; теперь знаю я отчасти, а тогда познаю, подобно как я познан.

13. А теперь пребывают сии три: вера, надежда, любовь; но любовь из них больше.

И вот по поводу той модели,

которую мы сейчас наблюдали наглядно, апостол Павел говорит о младенчестве и о мужестве, т.е. он говорит о зрелости, как мы сегодня скажем, человеческой личности.

На одном семинаре мы обсуждали вопрос: а грех ли оставаться младенцем? Потому что мне и как пастырю, и как психологу приходится часто слышать такую сентенцию: Господь же ведь сказал своим ученикам, что если не будете как дети, то Царства Небесного не наследуете. Вот и я хочу оставаться как ребенок, и в том мое достоинство, что я ребенок, детство в себе не отдам и взрослеть не хочу. Во-первых, ап. Павел на это

отвечает, что младенческое в младенческом возрасте свойственно и естественно, а во взрослом возрасте младенческое уже не естественно, и сохранять его — значит, сопротивляться тому росту личности, который человеку предназначен Богом как путь развития его личности. И второе, младенцу свойственна особая любовь — любовь к матери, любовь к отцу, любовь к близким, это “слепая” любовь, как мы говорим, потому что она имеет значение переносное. Это такая любовь, которая в серьезных человеческих отношениях (это не относится к детям), во взрослых человеческих отношениях может

причинять беду. Потому что такая “слепая” любовь может стать основой предательства, измены, она может стать основой глубокой вражды и даже убийства. Поэтому эта та цена, которую мы платим за нежелание взрослеть. Поэтому младенческое в человеке, незрелость личности – не безобидная вещь, но не об этом сегодняшняя наша тема, хотя младенческое – да, это отчасти зависимое поведение.

Так вот, об этом гимне любви. Здесь есть некоторые вещи, которые точно относятся к пониманию любви в христианском смысле слова в противовес пониманию зависимости. Например, любовь “все покрывает,

всему верит” – это один из последних стихов, – “всего надеется, все переносит”. Зависимость этого не выносит, зависимость часто практически сопутствует мнительности и недоверию, зависимость нуждается в контролировании другого, потому что она не доверяет, а любовь – доверяет. В любви рождается доверие, и вместе с доверием рождается и свобода, которую я даю тому, кого люблю, доверяю и даю свободу.

У владыки Антония Сурожского есть очень замечательная фраза: в одной ситуации между матерью и дочерью были бы уместны такие

слова, которые я сказал матери: “Представьте себе, что ваша дочка говорит вам: Мама, люби меня, пожалуйста, чуточку поменьше”. Это как раз о любовном доверии и следующей из этого доверия свободе, свободе – не попустительстве и не равнодушии, а свободе – той дистанции, на которую я могу отступить от того, кого очень люблю, уважая и доверяя его пространству, его личному интимному пространству, доверяя, потому что я вижу этого человека. И вот на этих словах я бы хотел перейти к пониманию любви, которая соответствует в большей степени пониманию христианской

антропологии и психологии.

О любви сказано очень много и в богословии, и в философии, конечно. Тут я хотел бы привести только два примера, позвольте, я процитирую эти два примера Исаака Сирина.

“Любви достаточно, чтобы напитать человека вместо пищи и питья. Вот вино, веселящее сердце человека ([Пс. 103:15](#)). Блажен, кто испиет вина сего! Испили его невоздержанные – и устыдились; испили грешники – и забыли пути преткновений; испили пьяницы – и стали постниками; испили богатые – и возжелали нищеты; испили убогие – и обогатились надеждой; испили

недужные – и стали сильны; испили невежды – и умудрились”.

“Рай есть любовь Божия... Древс жизни есть любовь Божия... Кто обрел любовь, тот каждый день ... вкушает Христа... живущий в любви пожинает жизнь от Бога... Любовь есть Царство” (Исаак Сирин. Творения. Слово 83. О покаянии).

Тут, на мой взгляд, есть несколько моментов чрезвычайно глубинных, и я бы предложил вам всем подумать об этом, потому что это одно из редчайших высказываний о любви удивительного сирийского пустынноика и подвижника, аскета, в прямом смысле, до мозга костей, потому что он был худой и черный

как головешка, Исаак Сирин.

Я бы продолжил первую цитату и сказал бы так: “Испили этого вина (а под вином он подразумевает любовь, кстати говоря, метафору очень часто используемую в Библии и во многих духовных стихах, да и в художественной литературе) зависимые – и исцелились”. Если бы они испили вина любви! Но в нашей жизни, к сожалению, так часто бывает, что мы вроде любим друг друга, но отношения выстраиваем – созависимые. И это так не потому что мы желаем себе зла или желаем зла тому, кого любим, а просто потому, что по-другому не умеем, просто потому что мы выросли в

таких отношениях в своих родительских семьях. И точно так же с той самой слепой незрячей любовью, с тем самым слепым опытом, который мы восприняли в своей семье, строим такие же отношения по той же модели, не задумываясь об этом, что может быть иначе, в своей новой семье и воспитываем детей точно так же.

Вы знаете, когда я впервые понял, что я носитель тех же, к сожалению, созависимых моделей поведения из своей родительской семьи и что я этого не видел в себе, воспитывая своих детей и устраивая отношения со своей супругой, я тогда вдруг мгновенно подумал: а дети мои

как? Когда я вспомнил, что детям моим уже около 20-ти обоим, я понял, что уже опоздал, что все уже передано, все паттерны поведения, как говорят психологи, уже заложены. И я испугался: что ж теперь делать, а когда остановиться-то, когда человек может остановиться и критически отнестись к себе? Это шок, который все переживают, и я это видел и в психологической практике, и в пастырской практике, когда человек начинает понимать, что и он сам передал своим детям такие же модели поведения, его охватывает шок: а что делать, как можно исправить? С этим очень часто

обращаются. Вот что бы я сказал, если бы вы спросили меня, что же делать?

Наше христианское представление о человеке, еще раз скажу, — это представление о личности, сотворенной по образу и подобию Божию. Христиански понимаемое достоинство человеческой личности, принятое мною в самом себе, так как и я есть сотворенный Богом по Его образу и подобию человек, мое достоинство не позволяет отнести к себе как к организму, животному, как к вещи или, выражаясь философским языком, как к объекту. Я — не вещь и не объект. Известный вам наш

современник, можно сказать, великий и популярный мыслитель отец Андрей Кураев сказал так: с той поры, как христианство ввело понятие Ипостаси, сказать о человеке, что он подобен вещи, больше было нельзя, он отныне не табурет (имеется ввиду еще дотринитарное определение греч. ὑπόστασις, букв.: «под-стояние», «подставка», скамеечка, одно из значений этого слова в греческом языке – подставочка под ноги, ипостасис), не табуретка и не животное. Если я так к себе отношусь, я знаю, что я – личность, по образу Божию созданная, то я и к другому так отношусь. И тогда я смотрю на

другого глазами любви, уважая, признавая в нем Божественную личность по образу Божию и подобию созданную. И тогда уже я смотрю на него не как на объект своих желаний, своих страхов, своих потребностей, а я смотрю на него как на субъекта, который точно так же, как и я, чувствует, мыслит, сознает свое достоинство, радуется жизни, ищет счастья, хочет свободы. Иными словами, отношения человека к человеку как субъекта к субъекту, как личности к личности — это отношения любви, отношения, в которых не может возникнуть зависимость. Но отношение человека к человеку как к объекту моих

желаний, моих потребностей, источнику заботы или источнику наслаждения в сексуальной зависимости, источнику использования в материальном плане – это отношения субъект-объектные, в которых человек унижен и низведен со своего достоинства, им можно манипулировать.

Если ко мне, как к психологу, приходит человек и говорит, например: научите меня, как мне привести своего сына в Церковь, или научите меня, как мне добиться того, чтобы при разводе с мужем мне досталось все, или научите меня общаться, у меня есть женщина на

работе, которая доставляет всем нам много зла. Вот это запрос, в котором, совершенно очевидно, проглядывается отношение к человеку как к объекту, которым можно манипулировать. Мы люди, мы умеем манипулировать вещами, мы их создаем, мы их творим, мы их переворачиваем, если мы хотим – это нормально. Только мы не можем этого желать с Богом и с другим человеком. Человек не является тем, чем можно манипулировать. Иными словами, человека можно любить, но нельзя им манипулировать, потому что он – личность. Если так мы относимся к любви, если любовь есть отношение зрячее, лицом к

лицу, есть встреча одной личности с другой личностью, тогда зависимые отношения возникнуть здесь не могут.

Как это относится к детям? Ведь дети вроде бы пока и не личности? До сих пор идет спор у медиков, у философов, когда же начинается личность в человеке? На 40-й день от рождения или в первый день от рождения, или на 40-й день от зачатия, или перед родами или ещё когда-нибудь? Христианское и православное антропологическое понимание этого предмета однозначно: личность человека — с момента зачатия.

Сегодняшняя психология,

пренатальная психология, уже работает с человеком до его рождения. Уже есть методики, уже есть отношения, есть исследования, так что это уже теперь достояние науки и практики: человек до рождения уже есть личность, к которой можно относиться. Одна из задач пренатальной психологии – научить мать общаться со своим ребенком до того, как он родился. Т.е. что значит научить общаться? Отнестись к нему не как к плоду (ужасное слово по отношению к личности человека), отнестись к нему – как к личности и сказать ему: “здравствуй!” Встретиться.

Мне было бы очень дорого, если

бы я мог молодых родителей наставить, подготовить их к ожидаемому ребенку, к первой весточке о том, что у них будет ребенок. Отнестись к этой первой весточке как к встрече с новой личностью, которая родилась в этот мир. Мы же празднуем Благовещение? Мы в Благовещении встречаем Христа, а Он еще не родился, "днесь спасения нашего главизна". Точно так же и каждый человек — это встреча с новой личностью. Встреча и отношения, начавшиеся с этой встречи личности, вот они, как мне кажется, основаны на любви. [Другое дело —] если и плод, и новорожденный, и ребенок,

пошедший в первый класс, – это только предмет, которым мы манипулируем, мы его учим, мы его воспитываем, мы из него делаем человека. Задача педагогическая какая? Сделать из ребенка – человека, т.е. из вещи – сделать личность. Или идея *Tabula rasa* – написать на том чистом листе то, что полагается культуре, образованию, воспитанию и т.д. Вот, пожалуй, я на этом хотел бы остановиться, передать слово Ольге Михайловне для комментариев по этой части.

Ольга Красникова:

Я сейчас слушала и подумала, что иллюстрацию с ленточками, которую мы привели в самом начале,

можно отнести к субъектно-объектным отношениям. Там ребенок – объект причинения добра. Т.е. мы лучше знаем, что ему нужно, в чем его счастье, и сейчас мы ему сделаем хорошо. Причем интересы самого ребенка здесь не учитываются, нам кажется, что мы лучше знаем. Что-то действительно мы лучше знаем, но есть некоторые вещи, которые кроме ребенка не знает никто, например: хочет он спать или не хочет, хочет он сейчас манную кашу или не хочет.

Не знаю, испытываете ли вы такие сложности, но очень многие люди, которые обращаются за консультацией, говорят: не хочет

есть, но надо, заставляю. Откуда это берётся? Наша привычка не относиться внимательно к своим потребностям идет как раз из детства, от того, что мама лучше знает, что для меня хорошо.

По поводу субъектно-объектных отношений ещё можно было бы привести такие примеры высказываний из нашей обычной жизни, например: “Ты самая лучшая женщина” или “Ты самый лучший из мужчин”. Вроде бы приятно, а в этом высказывании ничего вам не слышится? Вас сравнивают! Разве можно человека сравнивать с кем-то? Здесь уникальность вашей личности подвергается сомнению,

т.е. вас сравнивают как объект с другими объектами. Или: "Я тебя люблю за то, что ты..." – и дальше идет перечисление. Что здесь? Здесь мы ставим условие: если у тебя не будет этих качеств, то мы еще подумаем, любить тебя или нет. Т.е. мы относимся к человеку как к объекту, который обладает набором определенных характеристик. Или: "Я без тебя жить не могу", – это то, о чем мы уже с вами говорили, зависимость. Другой вариант этого выражения: "Ты – смысл моей жизни".

Очень простой и наглядный пример. Представьте себе, что на этом листочке сконцентрировались

все ваши желания, мысли, надежды, мечты, смыслы, все ваши чаяния, светлые движения вашей души – всё вот здесь. Это просто листочек. А если это ребенок, который вырос и ушел в свою жизнь, а для матери он был смыслом ее жизни? Или это муж, которому женщина посвятила всю свою жизнь, и он умер или ушёл, и она осталась одна, а он был смыслом ее жизни? Или это мужчина, который всю жизнь посвятил работе, и его отправили на пенсию? У меня дедушка после того, как его отправили на пенсию, всего полгода прожил, а потом – инсульт и он умер, причем был еще достаточно молодым мужчиной. О чём это

говорит? Это говорит о том, что как только мы переносим смыслы изнутри себя в любой внешний объект, будь то человек, предмет или деятельность, мы подвергаем себя риску оказаться вот в таком плачевном состоянии, потому что мы не можем контролировать то, что случится с этим объектом, на который мы перенесли смысл своей жизни.

Еще один момент: “Ты для меня единственная опора и поддержка”, – тоже очень часто говорится, но это просто зависимое отношение. И потом представьте себе, что вы являетесь этим смыслом жизни для кого-то. Первые две минуты вам

будет приятно, и это потешит ваше самолюбие, а потом вам захочется к друзьям съездить, на рыбалку, женщинам – к подруге, а вам говорят: “Нет, ты куда? Подожди! Ты же смысл, как же ты оставляешь меня без смысла!” И вот вы уже в западне. И эта фраза: “Мама, люби меня поменьше”, – относится к таким субъектно-объектным отношениям, потому что другой человек здесь выступает как объект.

А кто ж такой субъект-то? Это та уникальная личность, со своей свободой, со своей судьбой, со своей жизнью, с правом болеть, умереть, уйти, и с этой личностью я встречаюсь. Но тут важно не

забывать, что я – такая же личность и я тоже имею право. Потому что очень часто права другого мы видим, а о своих – забываем. Это противоположность тому примеру, который мы показывали: там сын был без прав. Но очень многие матери говорят: “Я всю жизнь положила, у меня своей жизни не было, поэтому вы все теперь должны”. Здесь получается другой перекося: она жила без прав, а все права на свою жизнь делегировала кому-то. Получает, человек может “сдать” свою жизнь “в аренду”. И другой вариант зависимости, когда мы пытаемся прожить чужую жизнь. Два таких крайних варианта.

Отец Андрей Лоргус:

По поводу таких таких созависимых отношений и отношений любви: почему нам бывает проще установить зависимые отношения? Потому что в первый момент нам часто кажется, что если слишком довериться другому, то можно за это заплатить, поплатиться слишком большим доверием. Очень часто человек говорит так: “Я всегда всем верил/верила, а меня всегда обманывали” или “Я всегда делала добро, а мне всегда отвечали злом”. Действительно, в любви есть первоначальный момент доверия другому, любовь — это всегда отношения авансом, и в этом есть

риск, потому что тот, кто любит, делает первый шаг, он рискует. Рискует тем, что он будет неправильно понят, рискует тем, что он не услышит, не увидит, не познает ответного чувства, рискует тем, что над ним посмеются – такое тоже, к сожалению, часто бывает – или что его отвергнут. И это называется риск. Об этом нам хорошо рассказал, первый поднял эту тему в нашей аудитории немецкий христианский психолог Вернер Май из своей академии в маленьком немецком городке Китцинген, который уже 15-17 лет ведёт обучение студентов христианской психологии в специально созданной Академии

христианской психологии Игнис (IGNIS). И вот этот риск и нежелание рисковать часто наталкивает человека на такое отношение к другому, которого он любит, как установление созависимых контролирующих отношений, в которых нет доверия, но тогда и нет страха, что можно поплатиться чем-то. Действительно, любовь — рискованное отношение к другому. И это реальная опасность, которая часто нас пугает и заставляет устанавливать другие отношения при том, что чувства могут быть самые искренние и самые глубокие.

Еще одно. Конечно, любовь дает другому свободу, дает другому

пространство, и естественно, что в любви я другому доверяю и отпускаю, но прежде всего это имеет отношение к детско-родительским отношениям матери и детей, а также отцов, отпускающая любовь, с доверием. Но в этом же тоже есть риск? Потому что ребенок может получить негативный опыт, может набить себе шишки, он может быть ранен, он может потеряться, он может погибнуть, это же ведь реальность. скажем, отпустить сына в армию – это же катастрофа, это подвиг для матери! Подвиг, высочайшим примером которого является подвиг Божьей Матери, которая отпустила Своего Сына на

Крест. И все это на Ее глазах совершалось. Пожалуй, выше такого материнского подвига мы и не знаем во всей истории. И когда мать не отпускает своего сына и продолжает его держать связанного или не связанного около себя, то это как раз источник многочисленных примеров дезертирства и предательства, в том числе алкоголизма и наркомании как частных проявлений того же самого.

Мы почти использовали время для нашего монолога, хотя он был “двойным” монологом, и можем теперь перейти к беседе, к вашим вопросам, высказываниям. Только в конце я бы хотел прочитать один текст, напоминающий притчу или

поучение, автора которого, к сожалению, не знаю. Он взят из книги Валентины Дмитриевны Москаленко, которая занимается вопросами зависимости и созависимости уже давно, у нее есть две книги, они обе есть в продаже, мы надеемся, что они будут и здесь, в нашем доме, в Культурном центре в продаже. Схожий текст мы нашли в ее книге.

“Без любви все – ничто.

Ум без любви делает человека хитрым.

Вера без любви делает человека фанатиком.

Честь без любви делает человека высокомерным.

Власть без любви делает человека насильником.

Правда без любви делает человека критиканом.

Богатство без любви делает человека жадным.

Воспитание без любви делает человека двуликим.

Обязанность без любви делает человека раздражительным.

Приветливость без любви делает человека лицемерным.

Справедливость без любви делает человека жестоким.

Компетентность без любви делает человека неуступчивым.

Ответственность без любви делает человека бесцеремонным.”

Это последний штрих в нашу лекционную часть. Спасибо!

Вопросы аудитории

Вопрос: [неразборчиво] и на основании этого есть целая философско-психологическая система, против которой я протестую всем своим духом. Скажу так: что такое в христианском понимании понятие “миролюбие”? Как определить, любишь ты человека или нет? Есть один вопрос простой: дашь жизнь за него? Да, когда любишь. Если ты дашь жизнь, ты зависимый. Зависимость – это великая вещь, она самая ценная. То, что вы привели ее как какую-то болезнь, меня удивляет сильно.

Вообще, вы что-нибудь знаете о процессах самостимуляции, эмоционально положительном состоянии? Вот эмоционально положительные состояния определяются тем, что они направлены на свое продление. Зависимость, в том числе наркотическая, это тоже система продления. Вся разница в том, что там система работает очень быстро, вырабатывается толерантность. Если не повышать дозу, тогда просто система погибает. Здесь вырабатывается толерантность и, если вырабатывается толерантность, можно сказать, любовь проходит сама по себе. Зависимость — это

вообще замечательная вещь. Это первое.

- Представьтесь, пожалуйста.

Вопрос: Зовут меня [неразборчиво]. Я профессор по психонейрофизиологии. Вы противопоставили две вещи: личность и субъект. То есть, процесс внутренний и человека внутреннего. Я скажу, что без этой материальной части не бывает личности, не бывает индивидуальности.

Индивидуальность состоит именно в материальной части. Есть такая вещь, как физиологическая разновидность. Все люди

разделяются физиологически. Все процессы, которые протекают, тоже отличаются. Душа, которая есть у них, она просто интегрируется, выводить это на сознательном уровне...

[реплики из аудитории неразборчиво]

Отец Андрей Лоргус: Давайте все-таки с уважением отнесемся к вопросу, вопрос вы уже задали. Можно, я на него отвечу?

Вопрос: Даже два вопроса.

Отец Андрей Лоргус: Хорошо. Даже на два отвечу.

Вопрос: А второй – соотношение личности, субъективного и личного.

Отец Андрей Лоргус: Очень хорошо. Спасибо. Может быть, даже 3 вопроса. Итак, по поводу «отдам жизнь или не отдам». Господь от нас этого не требует.

Вопрос: Сам отдал.

Отец Андрей Лоргус: Совершенно верно. Он отдал за всех и сказал: “Я за вас отдаю”, и поэтому от нас никаких кровавых жертв больше не требуется. Он –

Спаситель, но мы – не спасители. Поэтому для христианского понимания меры любви, меры жизни смерти больше быть не может. Вы можете с этим не согласиться, такова моя точка зрения.

Второе, что касается нейрофизиологии. Действительно здесь есть очень много важных моментов и исследований. Нейрофизиологов я чрезвычайно уважаю при одном только условии: если мы к человеку относимся как к личности, то тогда все отношения к человеку, как к животному, как к системе, чрезвычайно сложной системе с точки зрения нейрофизиологии, физиологии –

будут уже как бы вторичны. В первую очередь, человек – личность. Вы употребили очень важный термин – индивидуальность. Да, индивидуальность – это природа. А личность – это не природа. С тех пор, как сформулировано это положение Владимиром Николаевичем Лосским с христианской точки зрения, личность не есть природа, мы должны различать индивидуальность – это природа и тут вся физиология... простите, я отвечаю.

И еще по поводу зависимости. Вы говорите, что зависимость – самое прекрасное, что есть; а я говорю: любовь – самое прекрасное,

что есть. Видите, у нас разные точки зрения. Имеет право на жизнь. Почему бы и нет? Спасибо. Пожалуйста, еще.

Ольга Красникова: В психологии есть очень хороший термин «привязанность». То есть, привязанность – это как раз то, что приветствуется в человеческих отношениях, но и привязанность тоже бывает стабильная, спокойная, а также она бывает невротическая. Если мы начинаем опускаться в такие профессиональные тонкости, то здесь нужно читать лекцию по всем типологиям, классификациям и т.д. Мы попытались обобщить этот

взгляд и, на мой взгляд, дали достаточно полное определение, что мы в данной конкретной лекции понимаем под зависимостью.

Отец Андрей Лоргус:
Пожалуйста, еще вопросы.

Вопрос: Представляться нужно?
Юртайкин Виктор, кандидат психологических наук, доцент. Скажите, пожалуйста, я помню начало 90-х годов, когда стала возникать так называемая христианская психология. Я опять попал в такое место, где это слово все время произносится. Вы могли бы сформулировать более четко и

определенно, что это такое, в отличие от христианской социологии, если таковая есть? И может ли быть таковая? В чем специфика христианской психологии в отличие от вообще психологии? Может быть христианская психология восприятия? У меня 3 вопроса.

Отец Андрей Лоргус: Вопрос в определении христианской психологии. Христианская социология... не знаю, может ли она быть или не может быть, потому что я психолог, а не социолог, так что на этот вопрос ответить не могу. Что касается христианской психологии,

то, действительно, в начале 90-х ответить на этот вопрос было сложно. Сейчас в той или иной степени нам легче, и определение все-таки есть.

Первое: христианская психология (разумеется, ее корни в богословской антропологии) исходит прежде всего из того, что человек есть личность, но личность в самой психологии и в христианской психологии тоже не определяется, потому что это есть понятие богословское.

Чем оно отличается от классического психологического? В классической психологии принято понимать личность либо по

Фейербаху и Марксу, как совокупность общественных отношений и, стало быть, тогда личность есть некая проекция социальных научений, связей, штампов и т.д., либо как развитие биологической системы. Тогда это, в общем-то, не очень понятно откуда происходящее. Для христианской психологии, прежде всего, личность есть сверхъестественное явление, но в психологии оно проявляется, как личность уже в том психологическом понятии, которое известно в гуманистической экзистенциальной традиции, а вовсе не в советской. Далее, человек есть с христианской точки зрения, творение Божие, а не

продукт эволюции. Да, вы спросили, может ли быть христианская психология восприятия. Нет, потому что психология восприятия, ощущения, памяти, внимания изучает как раз проявления личности. Они не имеют отношения к тем глубинам личности, о которых говорим мы.

То есть, христианская психология — прежде всего психология личности и психология глубинных отношений. Вот, пожалуй, коротко.

Вопрос: Может быть, не называть это психологией, а той же самой антропологией или какой-то другой взять термин, потому что это

путаает, на самом деле? Теперь второй вопрос более конкретный: допустим, я зависим от конкретного человека. Если я приду к вам с просьбой помочь мне как-то скорректировать свою зависимость, вы сможете это сделать операционально? То есть, у вас есть некоторый инструментарий, который позволяет обращающемуся человеку, вводя его в психотерапевтическую или какую-то ситуацию, постепенно выводить его из этого состояния, делать его свободным и т.д.? И тут же рядом же вопрос: кто обращается к вам? Это пара обращается или один человек? Кто инициирует обращение?

Отец Андрей Лоргус: Вы сказали очень важную фразу «операционально». Нет, с христианской точки зрения нельзя человеку операционально помочь, потому что это значило бы, что человек есть объект, а мы с ним что-то проводим, то есть, мы используем инструменты. Нет, с христианской точки зрения таких инструментов быть не может, человек может сам выйти из состояния. Мы можем в этом ему быть путеводителями. Мы можем в этом ему быть помощниками, сопровождающими этот его путь, если он захочет. Если вы придете, если вы захотите, вы

путь этот найдете, мы только будем сопровождать вам в этом и покажем, как это можно было бы сделать.

Что касается созависимого. Приходят и пары, приходят и в одиночку. Есть и такие, и такие методы работы, но вы это знаете не хуже меня.

Вопрос: Последний вопрос: не кажется ли вам, что это рассуждение, особенно это касается Ольги Михайловны, как бы немножко это все утрировано? Я вспоминаю, я уже не очень молодой человек, свою молодость, когда была переведена книжка Спока, хотя это был врач, не терапевт и т.д., и все это имело свои

результаты в конечном итоге. Я бы сказал, не очень положительные. То есть, какая-то, понимаете, крайность одна и крайность вторая, а может быть, все это где-то посередине находится, без этих крайностей? Если брать, например, то же самое христианство, Бог же и любит, и запрещает. Он любит и в Своей любви Он говорит: «этого не кушай», «туда не ходи», «делай это». Точно указывает. Понимаете в чем дело? В этом проявляется Его любовь. Я как-то с трудом себе представляю ситуацию, чтобы я любимому человеку или своему ребенку, не сказал бы: «не делай этого» и не оградил бы, если нужно.

Ольга Красникова: Я говорила о том, что попустительство так же вредно, как и контроль. То есть, любовь, естественно, ищет некий гибкий средний путь.

Отец Андрей Лоргус: Представьте себе, что психолог на приеме говорит, подобно тому, как говорит Евангелие или как говорит книга правил: «туда не ходи и этого не делай». И зачем это тогда? Тогда достаточно священника или проповедника, или достаточно книги законов, в которой написано, куда не ходить и чего не делать. Задача психолога в другом. Я сейчас

метафорически [выражаюсь]. Ты знаешь заповедь, ты знаешь, чего нельзя делать, но ты одновременно знаешь, что ты свободен, и теперь ты оказываешься в осознании ситуации выбора. Задача психолога, прежде всего, помочь человеку в этой ситуации осознать, что он свободен, и, может быть, в первый раз в жизни не отказаться от права выбора, от свободы, потому что она пугает. Очень многие люди отказываются от свободы, прячась в стереотипы, в традиции, в запреты, «мне мама не велела» или еще что-нибудь, потому что страшно, потому что осуществить акт выбора свободы — это действительно риск.

Психолог не толкает и не удерживает, он только помогает человеку справиться с этим состоянием и, может быть, заглянуть на шаг или на два вперед: а что будет, если он пойдет так и так. У психолога такая возможность есть. Это не пасторский метод, потому что пастырь не занимается упражнениями или не разбирает ситуации, хотя пастырь говорит о свободе и одна из задач пасторских — научить человека свободе. Так же, как и у родителей, кстати говоря. Родители, отец и мать, сочетают в себе эту педагогическую задачу, психологическую задачу. Они говорят ребенку: «если ты туда

пойдешь, если ты засунешь пальцы в розетку, если ты возьмешься за острие ножа, ты поранишься». Что будет с тобой, я могу тебе рассказать, можешь сам попробовать, но это будет беда. Я только не дам тебе сделать то, что лишит тебя всякой возможности. Я не дам тебе себя покалечить. То есть, я поставлю перед тобой границу. Не потому что я не хочу, чтобы ты получил этот опыт, а потому что у тебя потом такой возможности уже не будет. Но я говорю тебе об этом и в свое время объясню тебе, почему так нужно поступать.

Самое замечательное, что ребенок очень хорошо осваивает

запреты, а потом их не отдает. Тогда у родителя возникает гораздо более сложная задача, чем воспитать в ребенке запреты: вывести на дорогу и даже, скажем так, подтолкнуть его: «Теперь иди сам». Я привожу в пример такую ситуацию из фильма «Они сражались за Родину». В первой части этого фильма главный герой, которого играет Шукшин, приходит просить ведро воды у женщины-казачки. Она ему говорит: «я бы тебе дала сейчас этим ведром», а он ей: «что же, мамаша, так жестоко?», она говорит: «как вы можете бежать и нас тут бросать? Если бы мой сын, а у меня их трое на фронте, пришел бы сейчас и сказал,

что мы отступаем, у нас не получается или мне страшно, я бы такого ему дала и сказала бы: иди, сынок, и защищай». Это как раз замечательный, на мой взгляд, образ матери, которая учит сына не прятаться, не защищает его, хотя сердце у нее разрывается от боли, а делает то, что она может сделать как мать и направить его туда, к тому новому, страшному, рискованному опыту, но опыту защиты и воспитания мужчины. Этот образ матери для меня очень глубокий, значимый и с пасторской, и с психологической точки зрения. Простите, что я так долго отвечал на ваш вопрос. Пожалуйста, еще.

Вопрос: Я бы хотела получить какой-то комментарий из практики, из жизни, скажем так, супружеской пары. Есть, допустим, семья, дети, но однажды муж приходит и говорит: «ты знаешь, я устал, мне надоели вся эта жизнь, вся эта ответственность, я хочу быть свободным». В чем здесь любовь? Дать ему эту свободу или удерживать?

Отец Андрей Лоргус: То, чего мы здесь делать не можем точно, это консультировать. Поэтому разговор о конкретной ситуации и о конкретных шагах здесь, конечно, невозможен. Одно можно сказать,

что если психолог позволяет себе давать советы, то всего ему из специальности уйти. Тем более, если эти советы касаются брачной жизни. Ни священник, ни психолог не имеют права двум людям, любящим друг друга и желающим или уже живущим в браке, давать совет: оставаться в браке или уходить. Это решение двух и только двух.

А что касается терапевтической ситуации, опять же, правильно коллега сказал, все зависит от того, кто придет. Придут ли они вдвоем с просьбой сохранить брак или придет один с ситуацией, что он дальше так жить не может. Я вам должен сказать, что запрос, как мы это

называем в психологии, «дальше так жить не могу», всегда содержит в себе несколько вопросов, на которые у самого человека есть какие-то ответы. Тут терапевтически возможны самые разные варианты. Главное – не решать за человека, а показать, что выходы у него есть и что ключ от замочка всех проблем лежит у него в кармане. Наша христианская убежденность – в том, что человеческая личность несет в себе залог всех решений, только человек может не знать об этом. Я не отвечаю на ваш вопрос, потому что вопрос индивидуальный, конкретный, для терапевтической беседы. Не для аудитории.

Это не та свобода. Свобода от брака? Понимаете, в чем дело: если один из супругов решается на разрыв отношений, то он, прежде всего, должен понимать, что он берет на себя ответственность инициатора разрыва. Хотя, может быть, он на это спровоцирован. Второе: если человек совершает некий выбор, он понимает или должен понимать, что на него ложится ответственность. В общем, тоже не задача психолога нагружать его ответственностью или еще чем-то, но мы с этим работаем, конечно. А как можно говорить о том, почему человек хочет уйти из отношений? Вы тоже предлагаете на аудиторию говорить об этом? Или вы знаете,

почему он уходит? Видите, этот разговор невозможен в аудитории.

[комментарий из аудитории неразборчиво]. Это не та свобода и ответственность. Разрыв отношений – это не свобода. Это может быть еще худший вариант ответственности, потому что супруги, которые не завершили своих отношений и разводятся, не получают свободу. Отношения продолжаются только в превращенном виде. Уже последний вопрос. Пожалуйста.

Вопрос: Понятие свободы, конечно же, очень связано с понятием любви. Если любишь

человека, то нельзя ограничивать его свободу. С другой стороны, все здесь подтвердили, что если ты видишь, что человек совершает опрометчивый шаг, не сказать любимому человеку об этом нельзя, это равнодушие. Внутреннее ощущение, когда любящий человек сделал все, чтобы предостеречь любимого человека, но любимый человек не прислушался, ощущение внутренней боли. Ты уже не мешаешь ему, но если в тебе живет эта внутренняя боль, это зависимость или нет? Когда мать отпускает ребенка... мне бы просто хотелось прочертить границу между любовью дающей и зависимостью. Где эта

грань? Мне бы хотелось понять. Когда человек испытывает эту боль, он зависим или нет?

Отец Андрей Лоргус: Нет. Боль не является признаком зависимости. Боль может быть и вне зависимости, и в любви она может быть, и в зависимых отношениях. Грань между любовью и зависимостью найти очень трудно, и она часто прячется в глубинах человека, и только вместе с человеком можно найти это. Тут главное понять, что такое зависимость, тогда нахождение этой грани не так важно определить. Когда человек теряет любимого, если он в зависимости от него, он

умирает, ему кажется, что он умирает, как умирает ребенок маленький, когда отлучается от матери. Первая мировая, а потом и Вторая мировая война показали, что дети, лишенные матерей, умирают. Я это могу засвидетельствовать собственным опытом пасторским. Я прослужил 13 лет в психоневрологическом диспансере и знаю, что дети, лишенные матерей, или тех, кто хоть мало-мальски их заменял (нянечки, медсестры), попадая в ситуацию, когда к ним сутками никто не подходит, умирают. Ребенок зависим по возрасту. Это нормально для маленького ребенка. Но взрослый не

таков, взрослый может выжить. Потеря любимого — это тяжелая катастрофа, тяжелое горе, но не причина гибели. Поэтому если человек, когда от него уходит любимый, чувствует, что он умирает, то это, скорее всего, признак зависимости. Или когда говорит: «если ты уйдешь, я умру», — это типичный разговор. Когда человек по-настоящему любит и понимает, что да, если ты уйдешь, мне будет очень плохо и трудно, но я буду жить, вот это скорее любовь. Когда мы говорим о конкретном случае, это надо всегда разбирать, а в общих чертах это примерно так.

Мы действительно должны

заканчивать.

Ольга Красникова: Тут записка организационного характера. Когда следующая встреча? У нас планируется 4 встречи. Сегодня первая. Встречи эти будут проходить здесь по вторникам в 7 часов. 29-го января, 5-го февраля и 12-го февраля здесь же в 7 часов вечера. Темы: во-первых, вы можете готовить свои вопросы, мы можем ориентироваться на ваши вопросы. Следующая встреча у нас посвящена теме «Как относиться к любви к себе». То есть, это грех, эгоизм или... многоточие. На эту тему мы хотели порассуждать. Третья встреча – это

тема «Любовь и ответственность». Личная ответственность, ответственность в отношениях. То есть, те вопросы, о которых мы сегодня говорили, будут более подробно освещены. И четвертая встреча это различные «аномалии» любви. То есть, какие-то искажения любви, слепая любовь, прерванная любовь. И очень важная тема «Благодарность как основная составляющая любви». Спасибо большое за внимание.

Лекция 2

Отец Андрей Лоргус:

Дорогие друзья! Мы начинаем вторую встречу, посвященную теме “Любовь и зависимость”.

В первую очередь хочу начать с представления нас, что я не сделал в прошлый раз. Возможно, вы уже знаете, кто мы, но для тех, кто пришел в первый раз, начну с представления.

Ольга Михайловна Красникова - выпускник факультета психологии МГУ, психолог-консультант с большим стажем индивидуальной и групповой работы, имеющая разнообразные степени и

квалификации (образовательные программы по психотерапии и смежным дисциплинам). Проработала в Российском православном институте святого Иоанна Богослова на факультете психологии 4 года, вела там множество разных курсов, заведовала психологической консультацией, сейчас представляет ресурсно-образовательный центр “Собеседник”.
Руководитель образовательных программ, и, в том числе, образовательной программы помощи волонтерам, медикам, психологам, которые работают с людьми, живущими с ВИЧ (ЛЖВ).

Я - священник Андрей Лоргус,

выпускник факультета психологии МГУ 1982 года, кафедры инженерной и психологии труда; выпускник Московской духовной семинарии 1992 года. Работал в издательском отделе Московской Патриархии. С 1996 года преподаю христианскую антропологию в Российском православном институте святого Иоанна Богослова. Декан факультета психологии, один из его учредителей и организаторов. Вернулся в психологию с 2002 года, в тот год и организовал этот факультет, хотя и до этого читал отдельные курсы по психологии. Сейчас, помимо лекционной работы, веду индивидуальный прием, и как

священник, и как психолог, работаю консультантом. И, кроме того, естественно, служу: на сегодняшний день я уже год служу в храме Святителя Николая на Трех горах.

У нас лежит записка, поданная в прошлый раз, и в ходе сегодняшней лекции я постараюсь на нее ответить. Она входит в сегодняшнюю тему, а вопрос тут о том, что представляет собой зависимость от любимого. В ходе лекции я ее прокомментирую и немного перефразирую, чтобы ответить.

Вопрос о том, что такое христианская психология и существует ли она, каково ее место, - это будет тема круглого стола,

который состоится в рамках Рождественских чтений на факультете психологии МГУ, сейчас я на него не буду подробно отвечать.

Мое утверждение как психолога и как богослова, в том, что христианская психология существует. Я и мои коллеги в ней живем уже несколько лет плотно, а именно, и в сфере высшего образования, и в сфере повышения квалификации специалистов, и даже переквалификации. Для нас это работа и научная, и письменная (тексты), и практическая (консультативная, групповая, выездная, и т.д.). Все это наша практическая деятельность, в

которой мы живем, трудимся. То есть христианская психология для нас - это непосредственное поле нашей деятельности.

Если попытаться в нескольких словах сказать о том, чем отличается христианская психология от классической, то это крайне трудно сделать. Но я попытаюсь это сделать, чтобы дать небольшое введение в наш предмет.

Правильно был поставлен вопрос: существует ли христианская психология восприятия? Точно так же можно поставить вопрос: существует ли христианская психологическая теория памяти или внимания? Конечно же нет. Надо

иметь в виду, что классические разделы психологии остаются таковыми, и переосмысливать их с христианской точки зрения нет необходимости.

Но в таких разделах как психология личности, социальная психология, возрастная и детская психология - тут могут быть пересекающиеся темы. И, самое главное, здесь у христианской психологии иной методологический базис. Христианская психология основывается на богословских подходах к таким категориям как человек, душа, личность, семья, род, сознание, опыт, совесть, бессознательное,

сверхъестественное, противоестественное и т.д. Эти категории христианская психология и понимает иначе, а некоторые из них (напр., душа, сверхъестественное) и вводит в психологию. То есть в классической психологии таких категорий нет и быть не может. Чтобы они были введены в психологию, требуется синтез на уровне метафизического знания, на уровне сопряжения, сходства, сближения философии и богословия. Это само по себе очень трудно, это является предметом дискуссий, которые продолжаются многие столетия в европейском сознании, и продолжают до сих

пор. Поэтому нельзя сказать, что ответы на эти вопросы уже даны. Они продолжают вырабатываться. Но мое глубокое убеждение, что эти ответы потихонечку формулируются. И никто сейчас не требует ответа на вопрос, нашла ли уже философия общий язык с богословием, - это в процессе, но это идет. Для философов это естественная работа в поле богословия, а для богословов - в поле философии. И они между собой находят общий язык. Я думаю, что и для нас, классических психологов и психологов христианских, найти такой общий язык тоже представляется вполне возможным. И только со стороны многих

экспериментальных психологов,
психологов-естественников,
социальных психологов, которые
были воспитаны десятилетиями на
идеологическом базисе советской
философии, представляется
нежеланным (а не невозможным)
увидеть пути соединения
классической психологии и
христианской психологии. На мой
взгляд, эта возможность соединения
есть. И мы в этом направлении давно
уже работаем. С 1993 года в рабочем
порядке идет этот диалог, который
сам по себе является свидетельством
того, что это возможно.

Итак, чем же отличается
христианский психологический

подход от классического? Я возьму только одну категорию, которая для нашей сегодняшней темы имеет главное значение, - личность. Можно сказать так, что сама психология понятие личности не разрабатывала и не вводила. Это категория, собственно говоря, не психологическая. И она заимствована психологией, как и многие другие категории, из философского опыта. Категория личности появляется в европейском сознании именно в философском поле. Но философией она в свою очередь была заимствована из богословия, во времена еще Фомы Аквинского, а потом и Декарта.

Таким образом, для психологии категория личности не собственная. И поэтому психология всегда оказывается в зависимости от того, на каком философском базисе основывается тот или иной подход к понятию личности. В принципе, в классической и постклассической психологии на сегодняшний день таких подходов существует три:

1. Личность есть продукт общественного и исторического развития. Этот подход сформулирован Фейербахом и Марксом, а в психологии воспринят Выготским и Леонтьевым в достаточно категоричной, марксистской форме (так

называемая культурно-историческая теория Выготского).

2. Биологический подход, в котором понятие личности есть усложненное понятие организма, в той или иной степени. Этому подхода до сих пор придерживается большее число исследователей в психологии. То есть личность есть некое усложнение психической организации человека. Это, по сути, эволюционистский подход, но в нем преобладают биологические представления.

3. Экзистенциально-гуманистический подход. Мартин Бубер, Макс Шеллер, Виктор Франкл, Карл Роджерс и др. В

общественно-историческом подходе природой человеческого “я” являются социальные отношения, воспринятые психикой. В биологическом подходе есть некое усложнение и системность, как современные психологи это выводят. А в экзистенциально-гуманистическом подходе появление “я” есть феномен взаимодействия с другой личностью. Мартин Бубер буквально говорит о том, что “я” тогда лишь только находит себя, когда встречается с другим “я” - с “ты”. И вот в этом сопряжении “я” и “ты” рождается человеческая личность. Подобное мы можем найти не только у Мартина Бубера,

но и у многих послевоенных европейских психологов, переживших катастрофу человеческой личности в целом.

В христианской психологии источником человеческой личности является Бог. Причем личность - это не тварная сущность, какой является душа. Душа и личность - разные вещи, и путать их нельзя. Личность есть дар Божий, это есть образ бытия, который человеку дан, по образу и подобию Бога. Именно потому, что так сложно определить понятия образа и подобия, чрезвычайно сложно на психологическом поле начинать разговор о личности. Но надо иметь

В виду, что психология со своими специфическими инструментарием и методологией не может задать понятие личности только на своем психологическом поле.

В христианской психологии понятие личности восходит к богословскому понятию ипостаси. Это целая тема, о которой в курсе моих лекций для студентов выделены 2-4 лекции, пары. Поэтому я не буду говорить здесь об этом подробно. Коротко скажу, что человек обретает свою личностную подлинность в Боге, и в Боге познает свой первообраз, а именно, в личности Христа. Это, собственно говоря, и есть результат троичного,

халкидонского догмата, результат развития богословия. которое открыло понятие ипостаси, в частности, ипостаси Христовой. А затем уже оно было привнесено в антропологию из христологии. Христианская антропология христоцентрична, как говорят богословы, потому что основана на учении о природе и ипостаси Христа. Различение природы и ипостаси, произошедшее на Первом и Четвертом Вселенских соборах, и дало основу христианскому богословию заговорить о личности. Затем понятие ипостаси было перенесено из богословия в философию, и так возникла тема

личности в европейской философии.

Когда мы говорим о личности в психологии, мы должны иметь в виду ее тайну, тайну богословскую. Поэтому на вопрос о том, что есть или кто есть личность, психология не отвечает. Это вопрос, который уместно задавать в богословии, но и богословам отвечать на него крайне трудно. Последний вразумительный ответ богословия в лице Владимира Николаевича Лосского достаточно антиномичен: личность не есть природа человека. И с этим определением трудно дальше что-либо сделать, но с этим приходится мириться, потому что таков ответ.

В психологии личность

обнаруживается в двух вещах. Во-первых, она обнаруживается как механизм и как процесс. А во-вторых, она обнаруживается как дар, как то, что присуще человеку. Причем тайну этого априорного бытия личности в человеке, в ребенке, психолог обнаружить не может. То есть, прикоснуться к ней может, а открыть ее, обозначить ее не может. Да, психологу в классической, экспериментальной психологии очень трудно ужиться с таким введением понятия личности, с таинственным. А для христианского понимания это вполне органично вплетается в ткань самой дисциплины.

Категория личности в христианской психологии сопряжена с тем, о чем мы говорили в прошлый раз: в первую очередь, с категориями свободы, ответственности, радости, счастья, энергии, творчества, знания, духа и, конечно, любви и межличностных отношений. Естественно, что в нашей теме любви и зависимости чрезвычайно важно определить и понять, что же из христианского понимания личности здесь уместно и подходит больше всего. Я думаю, что прежде всего мы должны поставить вопрос о том, что личность человека непостижима ни для кого, в том числе и для ученого, но постижима

только для самого человека. То есть, личность открывает сама себя, и открывает не во внешнем поле (изучения, эксперимента), а внутри себя. И для личности ее бытие априорно. И только надо человеку как бы вывернуться наизнанку, спуститься в ад собственного небытия, которое человеку представляется как субъективное, чтобы поставить перед собой вопрос: а вообще, существую ли я? То есть, лишиться того априорного знания своего самотождества, своего бытия. Такое с христианской точки зрения возможно только потому, что человек, впадающий в грех, живущий в грехе, приходит к отрицанию своей

жизни, отрицанию своего бытия. То, с чем нам, пастырям и психологам, приходится очень часто встречаться, когда человек заявляет: “Я не хочу жить, я хочу умереть. И вообще, кто я такой? Почему я имею право на бытие? Может быть, я - червь, я - прах, я - ничто? Может быть, я - самое мерзкое существо, которое только существует?”. И это не красивые фразы, а то, с чем пастырю и психологу приходится часто не только встречаться, но и работать.

Поэтому и сегодняшняя наша тема выходит именно на этот уровень: как связано зависимое отношение между людьми с признанием в себе своего

“ничтожества” или с признанием в себе своего достоинства.

Христианское понимание личности основывается на том, что человек создан по образу и подобию Божию. И в последней инстанции, в пределе, находит обоснование своей личности в Боге. И нет никакой другой инстанции, которая могла бы ему не то чтобы подтвердить или гарантировать, а дать ощущение причастности к такой Личности, которая существует безусловно. Потому что сколько бы мы не искали в себе самих, в своей личности, подтверждения своего бытия, пусть даже условного, мы всегда выходим за пределы в поисках чего-то более

надежного и прочного. В силу своей греховности человек в самом себе не может убедиться и получить это подтверждение. И тогда ему нужно внешнее: либо внешний авторитет, который погибелен, либо самоутверждение через другого, точно так же погибельное для человека, либо самоотрицание, не менее погибельное, либо условное соглашение о том, что личность есть что-то. Это то, против чего выступал Лосский: личность не есть “что-то”, она есть всегда “кто”. Но тогда человек обречен искать внутри себя то, чего не может найти в себе. Есть только одна возможность у человека, и она всегда есть, она многократна -

найти подтверждение бытия своей личности в Боге. И это единственный шанс, который есть у человека. Таково наше представление.

Но проблема заключается в том, что эмпирически это непостижимо. Нельзя провести над собой эксперимент, то есть, конечно, можно провести, но результата он не даст. Нельзя себя вывернуть наизнанку, потому что сколько бы человек ни искал в себе своего “я”, он всегда будет находить “нечто”, а не “я”. А “я” всегда останется сторонним наблюдателем того процесса, который он будет совершать.

И вот тогда человек приходит к

ощущению и переживанию своей пустоты, своего ничтожества, своей никчемности, своего вакуума. Но эта пустота - мнимая, потому что на самом деле душа - живая, и, стало быть, личность там есть. И в поисках относительного самоутверждения он тогда начинает искать опору в других, что ведет к зависимости. То есть то, о чем мы говорили в прошлый раз. И для того, чтобы понять, что есть для человека опора, в психологии уже несколько десятилетий (как минимум два, а то и больше, если брать западную, экзистенциальную, гуманистическую традицию) существует несколько понятий. Прежде всего, это понятия

самоценности и самоотношения, которые в значительной степени опираются на христианскую традицию. Достаточно назвать таких авторов как Боулби, Вирджиния Сатир и многих других, отечественных, о которых Ольга Михайловна будет рассказывать.

То есть в экзистенциальном направлении психологии давно появилась категория самоценности человека, как переживания своей безусловной значимости, своей безусловной ценности и своего достоинства. Но это не мысль, не теорема, это - ощущение и переживание его. Это экзистенциальное событие себя,

самоотношение. И это самоотношение и самооценность в современной психологии уже являются достаточно признанными. Это, с нашей точки зрения, очень хорошо опирается на христианскую традицию, в которой понятие самоотношения обосновано бытием Божиим. Тут можно сослаться на Карсавина, Бердяева, Климента Александрийского, владыку Антония, на нескольких философов и психологов, работавших уже в экзистенциальной и гуманистической традиции, в которой это - фундамент личности, не зависящий от культуры, воспитания и социальных

отношений.

На этом я заканчиваю теоретическое введение и передаю слово Ольге Михайловне, которая расскажет о значении самооценности в психологии и о том, как она понимается на сегодняшний день.

Ольга Михайловна Красникова:

Что такое самооценность? Зачем она нужна и когда она возникает? Как она формируется, формируется она или развивается? Очень много вопросов на эту тему и очень много ответов, сколько авторов, столько и ответов. То есть, понятие одно, но в психологии есть такая проблема, что одно и то же понятие разными

авторами трактуется совершенно по-разному. Мы придерживаемся гуманистической и экзистенциальной школы (Вирджиния Сатир, Карл Роджерс). Но тем не менее, и с ними мы не во всем согласны. В чем наше несогласие? Они считают, что источником самооценности, источником ощущения человеком ценности своей жизни являются другие люди и окружающий мир. То есть человек понимает, что он ценен, только в отношениях с другими. А мы полагаем, что ощущение самооценности появляется гораздо раньше, оно дано человеку изначально в момент его сотворения,

В момент сотворения его души. Как только появляется личность (а личность появляется в момент зачатия), в этот же момент появляется и предрасположенность к ощущению собственной ценности и к ощущению ценности своей жизни. А дальше в зависимости от условий (какая семья, желанный ребенок или нет, какие отношения у папы с мамой, рождается ребенок в полной семье или не в полной, в какие условия он попадает, когда рождается) самооценность будет развиваться в лучшую сторону, или она в своем развитии затормозится.

Давайте сравним традиционный психологический взгляд и взгляд,

который мы предлагаем. В традиционной психологии уровень самооценности у новорожденного равен нулю, и дальше в зависимости от условий самооценность либо развивается, либо не развивается. Здесь имеются в виду такие условия: рада ли мама ребенку (потому что, если ребенок нежеланный или от нелюбимого мужчины, то мама, когда смотрит на этого ребенка, не будет излучать радость, добро и теплоту), либо мама в послеродовой депрессии, либо мама через две недели после родов вышла на работу, и ее нет рядом с ребенком, а есть бабушка или няня. Почему должна быть мама? Потому что с мамой

физиологическая связь, потому что когда мама берет новорожденного ребенка на руки, ребенок слышит то же самое сердцебиение, тот же самый ритм дыхания, который он ощущал в утробе матери. Бабушка, равно как и няня, ему этих физиологических условий обеспечить не может. Поэтому эта связь с матерью очень тонкая, и ее нельзя недооценивать. Бывают и другие варианты неблагоприятного развития: когда мама в депрессии; мама пишет диссертацию; мама конфликтует со свекровью или с мужем. То есть мама отвлечена от ребенка эмоционально. Либо, что очень часто бывает, мама просто

эмоционально закрытая в силу воспитания, своего детства. Сразу хочу сказать, что я ни в коем случае не осуждаю этих матерей, потому что это не их вина, это их беда, так сложилась их жизнь, и они нуждаются в помощи, а не в осуждении. И такая мама рада бы свои чувства ребенку показать, но у нее нет таких умений, навыков.

Так вот, в традиционной психологии считается, что если ребенку с мамой повезло, то у него будет счастливая дальнейшая жизнь, а если не повезло - то он обречен. Но тогда у меня как у христианского психолога возникает вопрос: а где здесь свобода выбора и где здесь

место Богу? И как можно объяснить те факты, что люди с очень тяжелым детством (а мы их знаем достаточное количество) в какой-то момент своей жизни выходят на очень высокий уровень духовного развития и демонстрируют такую любовь к жизни, имеют внутри себя такое мощное ощущение ценности собственной жизни, что они светятся изнутри, и рядом с ними окружающим очень легко, тепло. На мой взгляд, традиционная психология на эти вопросы ответить не может. А мы предполагаем, что самооценность изначально дана, она у ребенка ровно на том уровне, на котором и должна потом находиться.

То есть, ценность жизни человека безусловна и не зависит от того, умный он или глупый, есть у него образование или нет, здоровый он или больной, красивый или некрасивый. И радость от жизни, и благодарность за жизнь - это тоже безусловные вещи. Если у человека тяжелые события в жизни, случилось какое-то горе, несчастье, все равно его жизнь имеет ценность. Вот это ощущение в человеке, ребенке заложено изначально. А далее, в зависимости от условий, в которые ребенок попадает, эта самооценочность будет развиваться на должном уровне либо изменяться в негативную сторону, то есть в

отрицание ценности собственной жизни.

Вирджиния Сатир говорила, что когда к ней приходит человек с какой-либо проблемой, первое, с чего она начинает свою работу с ним, - это работа с самооценностью. Потому что самооценность - это призма, через которую человек воспринимает весь мир, себя в этом мире, других людей, свои взаимоотношения с этим миром и с другими людьми. Соответственно, если эта призма искажена, если она мутная или изогнутая, то и весь мир человеком воспринимается искаженно, и человек не может адекватно реагировать на этот мир,

и, в частности, на себя в этом мире тоже. То есть, человек и на себя смотрит через эту же искаженную призму.

Базовая самооценность формируется у детей приблизительно до полутора лет, причем она формируется именно как ощущение, потому что до полутора лет у ребенка сознание еще не очень включено: он осваивает манипулятивные навыки, чуть-чуть начинает осваивать речь, но мышление у него еще недостаточно развито, чтобы понимать. Но зато все невербальные проявления (мимика, жесты, интонация) он чувствует очень хорошо. И исходя из этой

информации он делает для себя хоть и бессознательные, но выводы. А выводы какие? Если ребенку говорят: “Скушаешь кашку, тогда тебя мама будет любить, а не скушаешь кашку, тогда мама тебя любить не будет и скажет папе, и он тебя еще за это поругает”, то ребенок делает вывод, что любят только тех, кто хорошо кушает. А если ребенку сегодня кушать не хочется, он плохо себя чувствует или просто нет аппетита, то получается, что он уже любви недостоин. Значит, в следующий раз ребенок, чтоб заслужить мамину любовь, будет давиться, но эту кашу съест. Или родители говорят: “У соседского мальчика зубки уже

прорезались, а у нашего еще нет”, и смотрят недовольно на своего ребенка. Ребенок еще не понимает, о чем речь, но чувствует, что он сделал что-то не то, чем-то не угодил. Он еще не знает, но тем не менее это ощущение в нем закрепляется. Я имею в виду сравнение.

Итак, мы назвали условие и сравнение, а еще есть оценка, то есть “хороший-плохой”. Казалось бы, я говорю “хороший мальчик” - ну и замечательно. Почему же это может ранить ребенка? А потому, что он сегодня хороший, а завтра я его могу назвать плохим, так как присваиваю право его оценивать. Но имею ли я право оценивать личность? И почему

я принимаю решения в конкретных случаях “хорошая личность - плохая личность”? На самом деле, я могу оценивать только поступки человека, но не личность.

Таким образом, у нас получается несколько моментов, из-за которых ощущение самооценности ребенка начинает снижаться: условное, оценочное и сравнительное отношение. Если родители оценивают, ставят условия и сравнивают, ощущение самооценности у ребенка, как правило, снижается: “Я сам по себе ничего не значу, а значу при условии, что соблюдаю все эти ожидания, соответствую требованиям”.

Давайте послушаем, как мы с вами говорим: “Чего он добился? Что он из себя представляет? Кем он стал?” На мой взгляд, самая чудовищная из этих фраз - “Что он из себя представляет?” Почему человек, личность богоподобная и Богом созданная, должна что-то из себя представлять? И самое сложное для человека (и в моей личной жизни, и в моем психологическом опыте консультирования) - это быть самим собой. То есть, стать “кем-то”, представлять из себя “что-то” - этому нас учат, и это у нас получается неплохо. Но вот быть самим собой и подтверждать ценность собственной жизни - это

достаточно сложно.

На что влияет базовая самооценność? На то, как будет дальше развиваться ребенок и в плане интеллекта, и в плане личности, и в плане общения. В первую очередь мы должны сказать о самооценке. Чем отличается самооценка от самооценности (самоотношения)? Самооценка появляется позже, когда ребенок уже начинает соображать, то есть где-то около трех лет, и когда ребенок в состоянии оценить и понять оценку другого человека (как оцениваются его действия, поступки, он сам). И самооценка, в зависимости от того самоотношения, которое развилось у

ребенка до полутора лет, может быть адекватной либо неадекватной.

Адекватная самооценка формируется у ребенка, у которого есть ощущение, что он сам, такой, какой он есть, - безусловная ценность. Это внутреннее ощущение позволяет ребенку принимать свои сильные и слабые стороны. Я умышленно говорю “сильные и слабые стороны”, а не “достоинства и недостатки”, так как человек вправе какие-то свои стороны просто не развивать, не иметь к этому склонности, и не расстраиваться от этого. Если у человека есть музыкальный слух - это его сильная сторона, но не достоинство, так как

его заслуги в этом нет. То есть, мы более терпимо относимся к своим слабостям, не “грызем” себя за это, не пытаемся бороться. Например, если склонная к полноте женщина хотела бы стать балериной - нужно учитывать свои слабые стороны, и тогда не возникают ложные цели, которые могут человеку сломать жизнь. Есть еще такой важный момент: когда человек спокойно относится к своим сильным и слабым сторонам, принимает их, он свободен от успеха и неудачи. Если что-то у меня получилось, я конечно рада, но вместо гордыни, гордости возникает чувство благодарности тем, кто мне помог в этом, Богу, за

то, что Он дал мне такие возможности и способности, и возникает чувство ответственности за то, как я потом это буду использовать, что я могу дальше сделать в этой области. А если у меня что-то не получилось, то я не буду сокрушаться и точно не пойду вешаться, для меня это будет очень важный опыт, эта ошибка будет означать, что либо я пошла не в ту сторону и это не мой путь, либо приложила недостаточно усилий и мне нужно подумать, что еще я могу сделать в этой области. В любом случае, мои мысли будут не депрессивного склада, я не буду унывать по этому поводу, а

попытаюсь исправить, если это возможно, либо изменить свое поведение.

Неадекватная самооценка бывает заниженная и завышенная (по отношению к адекватной). Наличие у ребенка заниженной или завышенной самооценки зависит не только от родителей, а еще и от психофизиологических особенностей самого ребенка. Если ребенок слабый, податливый, спокойный, то скорее всего, он примет отношение родителей, что он мешает, не нужен, не соответствует. Он не будет сопротивляться, он будет пытаться *заслужить* любовь. И здесь мы подходим к нашей теме о любви и

зависимости. Если ребенок пытается заслужить любовь, то он уже зависим. С завышенной самооценкой обычно бывают дети более активные, подвижные, у которых много энергии, и они не будут соглашаться, что не заслуживают. Они скажут: “Я вам не нравлюсь таким, какой я есть? А я вам докажу, что я самый лучший, самый успешный, самый добрый, самый веселый!” Или даже ребенок может начать доказывать, что он самый плохой. Отъявленный хулиган может очень гордиться тем, что он самый отъявленный хулиган, и чувствовать себя при этом прекрасно. Ребенок с завышенной самооценкой будет *требовать*

любви, добиваться ее.

Вирджиния Сатир предложила несколько совершенно замечательных скульптур, показывающих те защитные механизмы, которые мы используем, когда для нас взаимоотношения с другими людьми являются очень напряженными. А для людей с неадекватной самооценкой любые отношения с другими людьми являются напряженными.

(просит четверых студентов помочь продемонстрировать эти скульптуры)

Предположим, что есть объект (человек), к которому все четверо стремятся, но не могут к нему

спокойно подойти, потому что боятся, у них не сформировалось базовое доверие, ощущение собственной ценности находится на низком уровне. В данном случае человек назван объектом, а не субъектом, так как людьми с неадекватной самооценкой он воспринимается именно как объект их манипуляций. И они будут пытаться по-разному воздействовать на этого человека, чтобы каким-то образом привлечь его внимание.

Первая скульптура - “обвинитель”. Такие люди говорят: “Пока ты не закончишь институт, замуж за тебя не выйду!”, “Пока ты не заработаешь денег, не получишь

квартиру, разговаривать с тобой не буду!” и т.д. И если потом что-то не ладится в отношениях, не осуществляются мечты, виновата всегда другая сторона - объект. Какие же чувства возникают при таком отношении у объекта? Если в такую ситуацию попадает человек с нормальной самооценностью, он здесь и двух минут не пробудет, сразу убежит. Но если самооценность низкая, он скажет: “Я нашел женщину, которая похожа на мою маму! Наконец-то есть человек, который скажет, как мне себя вести и что мне делать.” У человека возникнет привычное чувство вины, он будет чувствовать себя как дома.

Второй вариант - “жертва”. Заискивающая поза, заниженная самооценка. Это очень часто встречается в семьях с алкогольной зависимостью: жена готова терпеть и может годами ждать, что муж может быть когда-нибудь изменится. Но он не меняется. А дальше происходит вот что. Она ему говорит: “Я тебе всю жизнь отдала, а ты..!” То есть, первая и вторая фигура - перевертыши, в первом случае - завышенная самооценка, во втором - заниженная, но они связаны и очень близки друг к другу.

Третий вариант. Из этой позы очень удобно рассуждать о любви: “А вообще, есть ли любовь? Нужна

ли она? Не перевелись ли настоящие мужчины/женщины? Что думал о любви такой-то писатель или философ?" И вот такой человек будет рассуждать и рассуждать, писать книги о любви. Если объект - девушка, то она будет смотреть и слушать, слушать. Если она с хорошей самооценностью, то она, конечно, убежит, а если с не очень хорошей, будет всячески пытаться привлечь его внимание, может встать на колени и сказать: "Все для тебя милый!", может сказать: "Это все из-за тебя!" То есть тоже могут возникнуть какие-то отношения. Но это это будет не любовь, а опять отношения зависимости.

Четвертый вариант -

“сомневающийся”. “Нужна мне эта любовь или не нужна?”, “С этой девушкой лучше, или с этой?”, “Нужны ли мне вообще девушки?”, “Или лучше сначала заняться учебой, а потом уже девушки?” И вот он будет сомневаться-сомневаться, нормальная девушка на это посмотрит и уйдет. А если у девушки проблемы с самооценностью, она начнет либо требовать от него внимания, если у нее завышенная самооценка, либо будет думать, что с ней что-то не в порядке, и пытаться каким-то образом его завоевать, если самооценка заниженная. А он так и будет сомневаться. Это такой

классический холостяк, как и третий вариант. У первых двух вариантов еще есть шансы быстро выйти замуж, а третьему и четвертому будет сложновато.

Отец Андрей Лоргус:

Очень часто женщины обращаются с вопросом: “Что мне делать с моим мужчиной, который никак не может решиться сделать мне предложение?” Иногда в ходе беседы выясняется, что это сомнение длится годами, даже до десяти лет. Почему женщина не может отказаться от такого мужчины, который сомневается, как четвертый персонаж, почему она не уходит?

Именно потому, что у нее возникает созависимое отношение. Но не в этой ситуации возникает, а человек уже с ним живет и вырастает. Вот то, о чем здесь говорила Ольга Михайловна, и создает условия для возникновения созависимости.

И главная цель сегодняшней встречи - показать нашу, но и не только нашу, точку зрения, которая заключается в следующем. Созависимость начинается тогда, когда личность не имеет внутренней опоры на саму себя. То есть, это как раз низкая самооценнность. Тогда возникает необходимость найти эту опору, и личность ищет эту опору вовне. И в межличностных

отношениях эта опора находится в другом. А вот какие формы принимает эта зависимость, как раз показывают эти фигуры. Вариантов их достаточно много, но главное заключается в том, что избавиться от таких отношений для подобной личности невозможно. Не потому, что человек этого не осознает, как показал наш собственный психотерапевтический опыт работы. Для того, чтобы избавиться от созависимых отношений, нужно найти внутреннюю опору, которая и есть личность, живая душа. Это есть самооценność, основанная на собственном бытии, признании, принятии собственного бытия и

собственной жизни, ценности бытия и ценности жизни.

Все то, о чем мы здесь говорим, давно существует в искусстве, мифологии, философии, современной литературе и литературе средневековья, классической русской литературе. “Быть или не быть?” - это как раз вопрос того существа, которое сомневается в собственном бытии. Гамлет и есть типичный и очень красноречивый пример низкой самооценности, потому что человек, который не убежден в том, что он есть, будет скатываться к нулевой точке самооценности, то есть к самоуничтожению, суициду, или к

поиску смерти. Бывает, что человек не накладывает на себя руки, а ищет гибели в пучине морской, в путешествиях, в экстремальных видах спорта или “загоняет” себя, как трудоголик, желая умереть на работе, но только не возвращаться в подлинную жизнь. Это и есть как раз тот, кто отрицает свою ценность как нечто несуществующее. Он созависимый. И эта созависимость не может быть иным образом исцелена или изменена, кроме как возвращением образа и подобия Божия в то христианское достоинство, о котором проповедует Евангелие.

С нашей точки зрения,

психологические механизмы этого сегодня достаточно хорошо изучены и в экзистенциальной традиции, и в гуманистической традиции, отчасти и в классической психологии. Результаты работ Столина, Вачкова и многих других исследователей самоотношения и самооценности сегодня уже широко известны. Исследования созависимости тоже достаточно хорошо известны, это книга Валентины Дмитриевны Москаленко, на которую я ссылался в прошлый раз, и мы отчасти ссылаемся на нее и сегодня. То есть эти проблемы психологии уже известны. Но в классической психологии в основе этой проблемы

оказывается некая пустота. Наша христианская точка зрения, то есть то, что мы сегодня вам представили (понятие самоценности, понятие личности), дает, на мой взгляд, единственную возможность открытия человеком в себе того самого центра живой души, силы, энергии, любви, радости, огня, который возвращает человека к нему самому.

В одной аудитории недавно был задан вопрос: “А можно ли из созависимых отношений перейти к отношениям любви и партнерства?” Нет, нельзя. Потому что это те отношения, в которых уже есть психическое нездоровье. Если я

правильно помню, американский психолог Дэрил Шарп, который написал несколько книжек о кризисе среднего возраста, переведенных на русский язык, выразился примерно так: заниматься терапией человеческих отношений невозможно, можно заниматься терапией только личности, и тогда новые и здоровые отношения выстроятся сами собой; или не выстроятся, но тогда человек вступит в другие отношения.

Путь к исцелению от созависимости - это путь личностного роста. Этот путь внутренний и только внутренний. Другое дело, что созависимые

отношения, когда один из созависимых, условно говоря, “выздоровливает”, могут просто потом разрушиться. Вот сейчас в живых фигурах Ольга Михайловна показала, что если девушка с самооценностью, то она просто убежит, уйдет. К сожалению, когда один из партнеров такого созависимого поведения “выздоровливает”, он просто уходит, если нет возможности вдвоем пройти этот путь. Поэтому исцеление от созависимости - это возврат к личности, к подлинности своей и по-христиански понятой, то есть к образу и подобию, к достоинству личности.

Здесь возникает очень серьезное духовное и идеологическое препятствие, которое заключается следующем. Многие из нас слишком хорошо знакомы с распространенным христианским утверждением, которое как раз все время удерживает нас, как бы удерживает от признания своей ценности и своего достоинства. Мы же часто встречаем в христианской литературе: “я - червь”, “я - ничто”, “я - самый худший”, и вплоть до “самая великая грешница”, “самое большое ничтожество” и т.д. Почему же возникает этот парадокс? Очень часто христианство и церковь обвиняют в том, что это “церковь

рабов”, “религия униженных и оскорбленных” и т.п. Тут есть две вещи. Есть историческая традиция, которая привела к такому искажению (иначе это и не назовешь) с одной стороны, а с другой стороны есть невежество и неграмотность в подлинном христианстве, которое вытекает из Евангелия, из святоотеческого учения. И я хотел бы сегодня, завершая лекционную часть, прочитать вам несколько цитат святых отцов о том, как они понимали человеческое достоинство.

Начну с цитаты митрополита Антония Сурожского: “Если вы хотите узнать, что такое человек,...

воззрите к престолу Божию, и вы увидите там сидящего одесную Бога, одесную Славы Человека Иисуса Христа... Только так мы можем познать, как велик человек, если только станет свободным от греха.”^[1]

Стало быть, путь такого христианского осмысления себя лежит не через признание своего ничтожества, а через признание своего достоинства, на фоне которого заметен даже маленький грешок.

Филон Александрийский пишет: “Человек есть великолепный отпечаток великолепного образа, изваянного по образу идеального

Первообраза.” Эта фраза достаточно хорошо известна и в богословии часто цитируется.

Святитель Григорий Нисский пишет: “Бог есть Ум, Слово и Любовь, и только человеку даны ум (духовность), слово и любовь. Даже чисто внешнее, физическое отличие человека... свидетельствует о его особом владычественном назначении.” Для святителя Григория Нисского любовь есть признак богоподобия, и я именно поэтому привел здесь эту цитату, так как она подводит к нашему пониманию. Любовь есть признак осознания человеком собственного достоинства, признак достоинства,

признак силы и открытости
человеческой личности,
единственный шанс выхода из
созависимых отношений.

Архимандрит Киприан Керн в исследовании о святителе Григории Паламе пишет: “Ангелам дано быть только отражателями Света, а человеку предустановлено стать Богом... Божественный Логос не стал Богоангелом, а Богочеловеком.” Это к тому вопросу, что означает “я-прах, я-червь, я-ничтожество”.

И еще святитель Григорий Нисский: “Ради этого заповедал Он и божественное крещение, и положил спасительные законы, и возвестил всем покаяние... ибо не просто

вообще естество, но именно личность каждого верующего принимает крещение и проводит жизнь по божественным заповедям...”

Итак, те смыслы, которые вкладывали святые отцы в понятие личности и в понятие ценности и достоинства человека, подводят нас к значимости психологического понятия самооценности, к понятию самооценки. И тогда мы понимаем природу созависимых отношений. Их природа в том, что личность человека, оказывается, была блокирована в какой-то момент, было блокировано ее развитие. Психологический механизм этого

явления мы пытались сегодня немножко подсмотреть, хотя, конечно, это очень большая тема, но она напрямую связана с темой человеческой личности.

По поводу любви к себе. Я думаю, что понятие любви к себе в значительной степени связано с уважением в себе образа и подобия Божия, сознанием своего христианского достоинства. С психологической точки зрения достаточно понятно, что эгоизм и гордыня возникают не там, где есть самоуважение и достоинство, а как раз там, где их нет. Поэтому любовь к себе ведет к смирению, а отсутствие самооценности и любви к

себе ведет к гордыне. Таково наше христианское психологическое понимание того, что происходит с человеком. Стало быть, в любви к себе нет опасности самовозношения и гордыни, потому что любовь к себе, понятая как уважение и христианское достоинство личности, ведет к смирению. Но как этап. О смирении нельзя говорить до тех пор, пока нет понимания самоценности человеческой личности. Там просто его не возникнет, там “место пусто”, там вакуум. Потому что смиряться может только тот, кто есть.

Теперь я бы хотел ответить на вопросы, которые анонсировал

раньше.

“Зависимость от любимого” я немного переформулирую как “зависимость от влюбленности”. Влюбленность как раз и является примером созависимых отношений, потому что здесь происходит идеализация. А идеализация возникает именно тогда, когда человеку не хватает внутренней самооценности и самоотношения. То есть идеализация является механизмом созависимых отношений. Очень часто влюбленность является неким заменителем измененного состояния личности, измененного состояния сознания. Зависимость от

влюбленности имеет место, когда влюбленность нужна человеку постоянно, а поскольку она переменчива, значит надо всегда в кого-то влюбляться. О каком-то великом писателе, который постоянно влюблялся, говорили: “Когда он не был влюблен, он ничего не писал” - вот типичный пример созависимой личности.

И еще в прошлый раз был вопрос, который мне показался очень важным, автор вопроса говорил о том, что зависимость - это здорово. Я хочу процитировать Фромма о значении социально-психологической и идеологической зависимости. Как известно, в 1941

году Эрих Фромм написал работу “Бегство от свободы”, посвященную целиком и полностью анализу нацизма. В этой книге он предостерегает от соблазнительной псевдобезопасности тоталитарного государства. Согласно Фромму, у человека открывается возможность склониться перед авторитетом, отождествиться с обществом и стать механизмом, дегуманизированным инструментом. Эксплуатация, о которой в нашей идеологии часто говорилось, а также паразитизм указывают на неспособность человека выносить факт фундаментального одиночества и чувство своей никчемности. Чувство

никчемности - это как раз тот самый вакуум и та пустота, та заниженная самооценność, о которой мы сегодня так много говорили. Так вот, если человек склоняется перед авторитетом другого, сознавая свою никчемность и неспособность пережить свое одиночество, то создаются замечательные условия для тоталитарной секты, для тоталитарного государства, а далее - для тех преступлений двадцатого века, о которых мы слишком хорошо знаем. Так вот она, цена зависимости, вот к чему это ведет.

Спасибо.

Теперь вопросы, мнения, высказывания - пожалуйста!

Вопрос из зала:

Разъясните слово “есть”. Вот вы говорите, что смириться может только тот, кто есть. Как это понимать?

Отец Андрей Лоргус:

У замечательного американского философа и психолога Ролло Мэя есть книга “Открытие бытия”. Вот там он говорит об этом. Это ответ на вопрос Гамлета: “Быть или не быть?” Как в результате отвечает Гамлет на этот вопрос? Он отвечает: “Не быть.” Так вот, “есть” означает принять бытие и ответить на вопрос Гамлета иначе. “Аз есмь” - слова Божии. Но они и нам указывают путь. До тех пор,

пока человек не признает, что он есть, и благодаря Богу есть, ему трудно принять эту жизнь. Более того, я думаю, что человек должен принять это примерно так. Я не только есть, но это мое бытие я получил от Бога как дар, бесплатно и безвозвратно. Я не должен его отдавать и не должен за него расплачиваться. И никто и никогда с меня не спросит (потому что спросить может только Бог, а Он не спрашивает) как я этим даром воспользовался. Да, разумеется, я пожну плоды своего бытия в вечности, но сам Бог дает мне этот дар именно так. И Он признаёт за мной право быть или не быть. И

потому Гамлет имел право поставить такой вопрос, как и каждый из нас имеет право. Но только человек имеет это право, и только потому, что он есть личность по образу и подобию Божью, так как этот вопрос, вообще говоря, Божий. Мы, люди, ставим этот вопрос, как будто мы создатели бытия. Но мы - не создатели. Однако, мы — причастники бытия. Мы, и только мы (ни ангелы, ни другие существа, сотворенные Богом) можем поставить этот вопрос: “Быть или не быть?” И потому мое бытие начинается с того, что я утверждаю свое бытие, принимаю его и говорю: “Я есть”. И тогда передо мной

открывается перспектива жизни, тогда я могу жить, я могу принимать себя, принимать жизнь, радоваться ей, пользоваться ей, благодарить и т.д.

Ольга Михайловна Красникова:

Я хотела бы добавить, что человеку с низкой самооценностью очень трудно попасть в это “я есть”. У него либо “меня нет”, ощущение, что жизнь проходит мимо, а я на обочине, либо у него ощущение, что “я буду”: вот окончу школу, и тогда..., выйду замуж и тогда..., рожу детей и тогда..., дети вырастут, и тогда..., разведусь, и тогда..., пойду на пенсию, и тогда... Бесконечный горизонт. Либо есть

ощущение “я был”: когда я была маленькая, и небо было голубее, и сахар слаще, а когда я была молодая... и почему же я тогда это не ценила? Очень сложно попасть в “здесь и теперь”. У психологов даже есть такая шутка: “Здесь и теперь” - очень хорошо, но как туда попасть?” И я помню свои собственные ощущения, когда я закончила обучение в МГУ и пошла на курс психотерапии, потому что психологу без собственной проработки очень сложно работать с другими людьми. И я помню, насколько мне было сложно спокойно произнести вслух “я есть” без вызова и без ложного стеснения. На мой взгляд, даже

такой критерий можно выдвинуть, насколько человек произносит это спокойно и достоинством.

Отец Андрей Лоргус:

Еще один вопрос, письменный:

“Ответственность - это ограничение свободы? Как сочетаются ответственность и зависимость?” В зависимости ответственности нет. Мы еще будем говорить об адекватной и неадекватной ответственности, это тема следующей лекции, так что там подробно ответим. Но ответственность возникает только тогда, когда есть свобода. Потому что если человек принял решение, он принимает и его последствия.

Второй письменный вопрос:
”Как отличить зависимость от
угодничества?”

Ольга Михайловна Красникова:

Вот с жертвенностью мы с вами
уже посмотрели одну зарисовку,
когда человек обесценивает себя и
полностью превозносит жизнь
другого человека. Это выглядит
следующим образом: вот есть я,
совершенно недостойная, никчемная,
ненужная, и есть другой человек,
который не просто хорошо, а
божественно хорош. И вот его жизнь
ценная, а моя - нет. И ради него я
сделаю все. Но если вы летали в
самолетах, вспомните, что говорят
стюардессы перед взлетом. Они

предупреждают, что если самолет будет падать, то родители которые летят с детьми, должны надеть маски сначала на себя, потом на ребенка. Я не против жертвенности в хорошем смысле этого слова, когда она оправдана, когда действительно речь идет о жизни другого человека. Но очень часто мы встречаемся с ложной жертвенностью, которая больше похожа на человекоугодие, когда нет достаточной причины, чтобы отказаться от своей жизни и послужить чужой жизни. И вот такая скромность - это ложная скромность, в ней скрыто много гордыни. Об этом свидетельствуют фразы: "Я - самое большое ничтожество, самая

великая грешница, самая недостойная”. И потом человеку, ради которого жертвуют, очень больно будет падать с пьедестала, потому что сейчас его идеализируют, а потом “жертва” устанет это делать, ей захочется чего-нибудь получить за ее жертвы. И если она не получит достаточно для себя взамен (а достаточно ей не будет никогда, потому что она слишком много отдала), то она низвергнет свой идеал и обесценит его. Кстати, вот такое амбивалентное отношение и к себе, и к окружающим - либо обесценивание, либо идеализация - это тоже одно из свойств человека с низкой самооценностью. Такой

человек любит идеализировать, а потом обесценивать, либо наоборот.

Вопрос из зала:

Мне очень многое из сказанного непонятно. Разве Гамлет прожил жизнь бесцельно? И как же жертвенность верующих людей, которые заведомо идут на смерть? И еще, такое впечатление, что сколько психологов, столько и мнений, и каждый несет какую-то свою истину, он как “локальный бог”, который поможет одному человеку и не поможет другому, потому что у другого - другой “бог”.

Отец Андрей Лоргус:

Да, действительно, фигура психолога, особенно признанного

психотерапевта, обладает качеством демиурга, который сам творит свою теорию и своих клиентов, и они потом похожи на него. А он еще получает за это деньги, негодяй (*смеется*). И, конечно, в рамках часовой лекции мы не можем полностью ответить на все вопросы и сделать все ясным и понятным. Мне кажется, нам, преподавателям, не хватило и пяти лет, чтобы внести ясность в головы наших студентов, и я не могу сказать, что им все ясно и понятно. И, самое главное, нам еще не все понятно, потому что нас слишком мало, а начинаний много, и претензии и вызовы к христианской психологии сейчас велики. Поэтому

ваше ощущение путаницы естественно, и оно объективно существует. А по поводу первого вопроса, по поводу жертвенности: действительно, мы иногда оказываемся в ситуации, когда мы всерьез должны, точнее, можем, пожертвовать временем, деньгами, положением, честью, достоинством, здоровьем и даже жизнью. Особенно мать может пожертвовать здоровьем и жизнью ради своего ребенка. Но, слава Богу, Господь нас в эти положения ставит редко. Дважды пожертвовать жизнью нельзя, и это утешительно. Но во все остальные периоды жизни, которых 99,9%, этого от нас не требуется. И так

называемая жертвенность как постоянное качество человека есть нечто преувеличенное и идеологизированное. И самое главное, что каждый из нас на постоянную, ежедневную жертвенность не способен, ему когда-нибудь нужно отдыхать и заботиться о себе. Так вот, когда жертвенность превращается в некий жупел, в идеологическую цель воспитания, когда нас с детства приучают жертвовать, жертвовать, жертвовать и жертвовать, оказывается, что мы пожертвовали в результате этого воспитания самими собою так, что и себя потеряли. Человеку, который не обладает

внутренней самооценностью, и жертвовать-то нечем. Если я - ничтожество, то чем я могу пожертвовать? И кому нужен кусочек моего ничтожества? Да и как я им могу пожертвовать? Я могу пожертвовать только от щедрости, от переполненности своей, когда я действительно обладаю чем-то: дарами, деньгами, знаниями, любовью. Вот тогда я настоящий жертвователь. Это в смысле пожертвования. А в смысле жертвы - кому я нужен, как жертва? Бог за нас принес жертву и нас спас. В деле нашего спасения или в деле спасения ближнего жертвовать мною - противно христианству, потому что

Жертва за нас принесена одна за всех. И поэтому жертвенность в деле спасения - нечто антихристианское. Это постановка себя на место Спасителя. Он спас нас, и в деле спасения никакой жертвенности от нас не требуется. В житейском смысле стать жертвой - ну да, когда нужно спасти ребенка, отдать свою кровь, спинной мозг и т.п. Такая жертвенность вполне понятна и естественна, но она редко когда от нас требуется. Но когда говорится о жертвенности как о постоянном качестве человека, мне кажется, это уже что-то излишнее и патологичное. А Гамлет пожертвовал собою ради смысла

жизни. И у меня нет уверенности в том, что читатель Гамлета эту ценность осознал, почувствовал. Скорее, это трагедия, как она и названа Шекспиром. И трагедия заключается в том, что человек пожертвовал собою и что дальше? Вы хотите сказать, что он неосознанно собой пожертвовал? Я бы не согласился с этим.

Вопрос из зала:

Вы говорили о том, что человек должен развиваться, должен сам стать личностью, чтобы правильно воспринимать других людей, чтобы не было зависимости. И Вы говорили о том, что когда два человека созависимы, они не могут

восстановить свои отношения до нормальных. Каковы основы такого утверждения?

Отец Андрей Лоргус:

Дело в том, что в рамках созависимых отношений всякое изменение одного будет приводить к неизбежному, насильственному изменению другого.

Ольга Михайловна Красникова:

Я сейчас продемонстрирую, что происходит в семьях созависимых, когда один начинает меняться. Созависимость - это настолько тесные взаимоотношения, что люди опираются друг на друга, теряя внутреннюю опору. И если одна сторона меняется, а другая меняться

не хочет, то она будет провоцировать, втягивать первую сторону обратно. Что мы видим в семьях, где есть люди с алкогольной или другими химическими зависимостями? Когда они помещаются в стационар и выходят из зависимого состояния и более или менее приходят в себя, возвращаясь домой, они попадают в привычную ситуацию, где их семья опять пытается их поставить на привычное место. А когда люди с хорошей самооценностью, то они чувствуют друг друга, и хотя и опираются друг на друга, но являются самостоятельными личностями, здесь нет элемента слияния и

созависимости.

Вопрос из зала:

То есть, в таких случаях неизбежен разрыв?

Ольга Михайловна Красникова:

Нет. Про разрыв мы здесь не говорим, потому что если второй человек на самом деле любит первого и готов тоже меняться, то никакого разрыва не будет. Тут вопрос к первому, который хочет меняться и меняется: насколько у него хватит сил потерпеть второго и подождать его. Потому что второй через какое-то время, возможно тоже захочет меняться. Но не всегда силы хватает. Один батюшка привел очень впечатляющий пример про разводы.

Его спросили: “Церковь осуждает разводы, но есть случаи, когда развод все-таки разрешается. И если человек хотя и не пьет, не сидит в тюрьме, не является психически больным, но с ним все равно жить невозможно, то как быть?” И он привел пример, что в Китае была такая казнь, когда преступнику на спину привязывали труп и так оставляли. Это одна из самых страшных казней. Вот если в семье у человека есть такое ощущение, что он просто гибнет, то, вероятно, не стоит жертвовать собой и сохранять эти отношения. Но это вопрос, и каждый его решает по-своему, здесь не может быть ни советов, ни рекомендаций.

Вопрос из зала:

Вот Вы советовали искать в себе личность, созданную по образу и подобию Божию. А как же быть женщине, которая не создана по образу и подобию Божию?

(Громкий продолжительный смех аудитории и преподавателей, аплодисменты)

Отец Андрей Лоргус:

Вы вполне довольны ответом?

Спасибо.

Вопрос из зала:

На прошлой лекции Вы цитировали послание апостола Павла к Коринфянам, в частности о том, что любовь верит. Но как я понимаю нет геройства верить, когда

точно знаешь, что тебя в ответ любят. А если человек любит, но не знает, любят ли его в ответ, можно ли верить в это?

Отец Андрей Лоргус:

Если вы знакомы с предметом своей любви неделю, то трудно, а если три года, то, я думаю, вы уже достаточно хорошо знаете. Поэтому не только церковь, но и традиция предлагает для этого достаточно продолжительный срок. Через неделю или даже через месяц поверить в это действительно трудно. Но это вопрос эмпирический. Первая стадия в любви - это познание друг друга. Когда мы знаем друг друга по

дыханию, по сердцебиению, по мимике - ответ очевиден. Кроме того, замечательным ответом является тело человека - его слова, его речь, его интонация. И тогда сомнений нет. А если, как в пословице, “встречать по одежке”, то, действительно, трудно догадаться, нужно побольше узнать человека. Поэтому так опасны скоропалительные отношения. В них всегда есть какой-то диагноз. Если брак состоялся через неделю, месяц, три месяца после знакомства, в этом уже есть что-то для диагностики.

Вопрос из зала:

Если человеку скучно с самим собой, и он пытается чем-то

заняться, это уже указывает на проблему? Мне кажется, что даже относительно нормальному человеку будет очень трудно, скажем, закрыться в келье и остаться на продолжительное время наедине с самим собой.

Отец Андрей Лоргус:

Да, Вы правы, здесь есть о чем говорить, но это большая серьезная тема. Я думаю, что временами человеку может быть скучно с самим собою, но я понимаю это только как некий этап. И это такой момент, когда мы переживаем проблему поиска. Но само понятие этапа и поиска уже говорит о том, что мы в пути, что мы ищем. И если

внутренняя динамика поиска сохраняется, то этот период, когда скучно и когда нечем заняться, будет всегда очень ограниченным. Наверное, это момент, когда в душе подспудно, неосознанно происходят какие-то важные процессы, происходит накопление. Вот тогда это позитивно. Иногда, как преподобный Максим Исповедник писал об этом, человек переживает моменты богооставленности. Даже Христос это переживал. Но они и для Христа были ограниченными во времени, и для каждого человека так же. Хотя они могут тянуться годами. И тогда можно сказать словами преподобного Силуана Афонского:

“Скучает душа моя по Тебе, Господи!”. Можно сказать: “Господи, мне скучно и тяжело, потому что я никак не могу найти выход”. Это признак движения, пути. А выход всегда найдется. И есть совершенно другое представление скукоты, которое мы встречаем в “Маленьких трагедиях” Пушкина: “Бес, мне скучно!” Это страшное состояние погибели. И тут требуется различение одного от другого. В “Трех разговорах” Владимира Соловьева был такой персонаж - обдорский монашек. Он говорил: “Умному человеку не скучно жить с Богом. Ему каждый день интересно.”

Спасибо.

Лекция 3

Отец Андрей Лоргус:

Добрый вечер, уважаемые коллеги, братья и сестры, дорогие друзья. Позвольте открыть нашу третью встречу, посвящённую теме любви и зависимости и для начала сделать несколько объявлений. (Несколько объявлений о книгах).

Ко мне поступил вопрос: Как преодолеть боль расставания, как справиться с внутренним эмоциональным маятником — от люблю до ненавижу?

Ответ на второй вопрос — это все наши четыре беседы, потому что этот

маятник есть результат
взаимозависимых отношений между
двумя любящими людьми. И более
того те фигуры, которые были
показаны в прошлый раз, как
иллюстрация, есть тоже результат
созависимых отношений, в которых
каждый человек может оказаться в
одной или другой роли, и даже в
третьей и четвёртой. Такое
переменчивое состояние человека в
созависимых отношениях очень
часто как бы меняет наше положение
от одного на другое. Точно также от
люблю до ненавижу. Это тоже смена
неких, как бы ролей, в которых мы
оказываемся. Единственным
способом выхода из этих состояний

является обретение внутреннего человеческого достоинства, личностный рост. Это цель всей нашей жизни, всех кризисов и испытаний, всех событий с нами происходящих. Никаких способов быстренько, коротенько, за два шага или ещё какого-то интенсива не существует, потому что личность человеческая, как и всякое существо, проходит свои этапы роста. И если, например, какому-то растению не дать вырасти вовремя, то потом потребуются точно такое же время, если не большее, для того чтобы оно свой рост продолжило. Если растение держать под колпаком, то оно будет чахлым и бледным. Но

потом под солнцем оно, конечно, наберёт необходимый хлорофилл, но это потребует ещё большего времени. Вот такой ответ на второй вопрос.

А первый вопрос – это, как преодолеть боль расставания? Есть только один способ преодолеть боль – преодолеть её, прожить. С психической болью это особенно важно, потому что если её пытаться не заметить, попытаться её как-то вытеснить, переложить, то она будет потом давать себя знать в гораздо более худших последствиях. И чтобы из неё выйти, нужно будет к ней вернуться и заново её проживать. Никакого другого пути нет.

Один из мифов современного

общества заключается в том, что человек не может вынести боль или страдание. И это не правда. Каждый человек может вынести боль и страдание. Более того, если он отнесётся к боли и страданию с пониманием смысла своей жизни, своего бытия и того, что с ним приключилось, то боль и страдание могут быть ему чрезвычайно полезны и сослужить важную службу его личностному росту. Если же человек будет считать, что его страдание и боль это какой-то артефакт, и ему досталось несчастному, как жертве, от кого-то, от какого-то плохого обстоятельства или человека, то тогда, к сожалению, это ему будет в

убыток, именно в личностный
убыток. Он просто не воспользуется
этим шансом. Всё что с нами
происходит, есть шанс для нашего
следующего шага, для роста и
страдания, тем более.

А теперь я хочу перейти к
сегодняшней теме. Первую часть
нашей сегодняшней встречи, как мы
и говорили, мы хотим посвятить
понятию ответственности. Я
постараюсь ответить на этот вопрос
с точки зрения православной
антропологии и с точки зрения
христианской психологии.

Итак, о свободе и об
ответственности. О свободе я уже
говорил. Это отдельная большая

тема. А то, что возникает проблема ответственности в любви - это каждый из вас понимает. Один из часто встречающихся запросов ко мне, как священнику на исповеди, и к психологам на приёме заключается в том, что между двумя любящими людьми возникает односторонняя ответственность. Чаще обращаются женщины с таким вопросом к батюшке или психологам – как в семейных отношениях, во взаимоотношениях разделить ответственность? Вот я беру на себя ответственность, а он (это чаще всего мужчина) не хочет брать на себя ответственность. И действительно, наши житейские и научные,

психологические наблюдения показывают, что в современном мире, особенно в нашем обществе дисбаланс ответственности в семейных отношениях наблюдается. Этот дисбаланс очевиден и склоняется больше в женскую сторону. Женщина в современном обществе или в семейных отношениях чаще берёт на себя большую ответственность, а мужчина чаще меньшую. Тогда как по природе вещей именно мужчине надлежит брать на себя ответственность.

В следующий раз мы, может быть, рассмотрим вопрос, как возник этот дисбаланс, каковы его

исторические и семейные причины, а сегодня поговорим о самой ответственности.

Во-первых, с христианской точки зрения само понятие ответственности требует два момента. Первое – чтобы тот, кто отвечает, несет, как мы говорим, ответственность, был действительно способен ответить. Потому что отвечать значит быть готовым дать ответ, а это значит быть готовым вступить в диалог. Это означает, что существо отвечающее осознаёт себя и свои поступки и готово за них отвечать, то есть вступать в диалог.

А второе, что должен быть тот, кто спрашивает. С христианской

точки зрения ответственность наступает только тогда, когда человек стоит перед Богом, осознаёт себя перед Богом, или, как в православной христианской традиции говорят, ходит перед Богом. Это одно из самых важных, монашеских, но вовсе не общехристианских, призывов о памяти смертной и хождении перед Богом. Это предельное антропологическое понимание ответственности. Это постоянное трезвенное отношение к своей жизни, когда человек готов за каждый свой день и за каждый свой поступок отвечать перед Богом, сознательно давать оценку своему

поступку, своему прошедшему дню.

Итак, ответственность с христианской точки зрения, прежде всего, предполагает, что есть тот, кто отвечает и тот, кто спрашивает. Но всё то, что с нас спрашивает Бог, всё это мы спрашиваем и сами с себя. И потому второй вопрошающий с нас за наши поступки и за нашу жизнь — это мы сами. Оказывается так, что мы более строгие ответчики перед собой, чем перед Господом. И очень часто наша ответственность перехлёстывает через край, и ответственность перед собой мы воспринимаем, как самую главную, самую важную. Мы не так беспокоимся (не всегда, но часто),

как мы отвечаем перед Богом, а чаще беспокоимся, как мы отвечаем перед самими собой.

Другая крайность этого же самого отношения, когда человек никаким образом вообще не отвечает за самого себя и не отвечает ни за кого. Это представляемая, кажущаяся свобода. Это не реальность, а уход от ответственности, и это сплошь и рядом мы наблюдаем, и это очень серьёзная проблема в наше время. Метафорически это, как страус, который зарывает голову в песок. От того, что человеку представляется, что он не отвечает за свои поступки, его ответственность, реальная, онтологическая, перед Богом

нисколько не уменьшается.

Но за этим стоит и следующий факт, который мы, наблюдая жизнь, можем увидеть и признать. Если мы не желаем брать на себя ответственность, то всё равно, по природе вещей, мы отвечаем перед Богом за своё бытие и за самих себя. И как бы мы не пытались эту ответственность с себя переложить, мы всё равно сохраняем ответственность за себя даже и в том случае, когда кто-то берёт её на себя - мать, отец, начальник, командир, духовный отец, священник или церковь в целом. Мнимость здесь заключается в том, что ни один человек в принципе не способен

свою ответственность переложить на кого-то, потому что она онтологическая, присуща ему как Божию творению. Как Адам не смог переложить ответственность за свой поступок на Еву, а Ева на дьявола – они всё равно отвечали перед Богом и нам сейчас их поступок очевиден. Мы читаем слова Библии – ну, как же они не понимали, что им отвечать за нарушение заповедей и перед Богом? Почему же они вот так сваливают ответственность за свой поступок на кого-то – Адам на Еву, Ева на дьявола? И, более того, Адам даже на Бога ответственность переложил, сказав, что это не я, это жена,

которую Ты мне дал, и она ела и меня соблазнила.

Точно также и в семье, и в отношениях между подчинённым и властью. Когда командир отдаёт преступный приказ, и подчинённые ему солдаты и младшие офицеры выполняют его с надеждой, что с них не спросится, то они глубочайшим образом заблуждаются. И в этом очень серьёзный миф нашего времени, что солдаты, которые расстреливали невинных людей, не отвечают, потому что это был приказ офицера. В двадцатом веке это возникало много раз на открытых процессах по делу преступников в Первой Мировой войне, во Второй

Мировой войне и дальше во всех войнах от Вьетнама, Афганистана, Чечни и до Ирака и Гуантанамо.

С психологической точки зрения это совершенно понятно, но и с Библейской также. Потому что ответственность базируется на нашем внутреннем я, а не на социальных отношениях. С христианской точки зрения ответственность — неотъемлемая часть человеческой личности. Она не связана с социальным статусом, возрастом или состоянием. Другое дело, что эту ответственность человек может не переживать актуально. Он может от неё как бы мифологически отказываться,

перелагать на другого. Есть такие статусные моменты, когда ответственность может, как бы переложена. Скажем в послушании от ученика к старцу, подчинении солдата офицеру, в послушании ребёнка родителям. Но там очень важный момент — какая ответственность переходит к сильному, а какая ответственность остаётся? Если начальник отвечает за то, как его подчинённые выполняют задания, то он не отвечает за то, как они к этому относятся. И если офицер приказывает расстреливать невинных людей, и солдаты это выполняют, то они не отвечают за

существо приказа, за его причины, за его смысл, но отвечают за своё личное участие в этом и отношение к нему. И если они не отвечают, допустим, по суду, по закону, то перед Богом они всё равно отвечают.

И вот тут возникает понимание того, что человек может взять на себя ответственность и осознанно относиться к ней, то есть, он её берёт. Это не означает, что ответственность где-то лежит, что человек её принимает от кого-то, кто-то ему разрешает или не разрешает, что есть некая инстанция, которая ему с этой ответственностью разрешает жить. Взять на себя ответственность — это означает

лично до дорости до того, чтобы быть к этому готовым.

Вот так это с библейской точки зрения. Теперь, что касается нашего понимания любви. Любовь – это такое состояние, которое неминуемо подводит человека к переживанию самого себя. В любви человек, если он даже раньше и никогда не задумывался о том, в какой степени он в этом мире присутствует, в любви он впервые и безоговорочно, и бездоказательно, но целостно начинает ощущать, что он здесь есть, или, как в философии деприсутствие. Любовь даёт человеку переживание реальности своего бытия, причем такое

переживание реальности, которое не нуждается ни в каком подтверждении или доказательстве не извне, не изнутри. Любовь самодоказательна. Это та, может быть, единственная форма бытия человека, в которой самоподтверждение и самодоказательность бытия жизни человека очевидна каждому. И может быть, именно потому, что она самоочевидна для человека, его невозможно никак не переубедить, не внести сомнения, отвлечь от любви, от влюблённости и сказать, да, нет, ты ошибаешься. Именно поэтому, кстати, существует такое понятие, как преступление против

любви, когда человек отказывается от любви, когда он пытается в себе подавить и сделать вид, что её не было в его жизни, и вот что он такой несчастный и обделённый любовью - но там-то, внутри человека, всё свидетельствует о том, что любовь есть, и что она была.

И эта самоочевидность не даёт покоя человеческой совести. Самоочевидность бытия человека в любви, может быть, впервые сталкивается с тем, что он сам есть тот, кто проживает свою любовь. Она его, и он в ней, и он в ней подлинный здесь и сейчас. И в этот момент у него есть возможность осознать себя как центр бытия и

переживания, именно благодаря любви, и как причину своего бытия. Не причина в смысле создания себя, а именно причину автора своего бытия. Вот с этого момента начинается ответственность. Или иначе, ответственность – это когда человек сознаёт себя и не просто сознаёт, но и переживает себя, как автора, как причину своей жизни, причину своих поступков, причину своих слов, действий, мыслей. Как он понимает, что только себе он обязан за то, что он есть и то, что он делает и то, что он выбирает. Ответственность – это, когда я действительно осознаю, что это я выбрал, это я поступил.

В статье Дмитрия Леонтьева, известного психолога, приведены слова Жванецкого, который сказал как раз по этому поводу: спасибо себе за всё. В том смысле, что я – автор всего того, что со мной произошло. Это выглядит, как метафора, но самое-то главное, что это глубокая психологическая правда. Потому что, если человек ответственен за всё, что с ним происходит, он открывает для себя уникальную возможность поблагодарить себя. Потому что, если это не я автор того, что со мной происходит, а это со мной произошло, то кого тогда благодарить. Тогда это случайность,

поток жизни какой-то, а я в нём существую. Но если это я выбрал, если это я так поступил, то какой же я хороший, что я так сделал. Конечно, это немного утрировано, но переход к благодарности – это крайне важная вещь. О благодарности, наверное, надо немного подробнее поговорить, но, наверное, в следующий раз.

Итак, свобода и ответственность – это две важнейшие стороны, по сути дела одной медали. Осознание себя человеком, как причиной своего бытия, не в смысле своего происхождения, а в смысле поступка, в смысле выбора. И здесь очень важный момент, последний, какой я

в своём теоретическом вступлении сделаю и потом передам слово Ольге Михайловне.

В психологии различается такой момент, на мой взгляд очень важный к существованию нашего сегодняшнего разговора – момент выбора. Это та точка, после которой структура нашего отношения к личности и к содержанию меняется. До выбора мы находимся в состоянии поиска, открытости к информации, вариативности. Мы выбираем, мы сомневаемся, мы думаем, мы пробуем. Но после выбора, когда мы решились, допустим, жениться, выйти замуж, структура личности меняется, потому что там все силы

направляются на осуществление задуманного. И тогда у человека открывается удивительное, как говорят психологи, волевое сознание. То есть, раньше это было сознание выбора, а потом уже волевое сознание. И вот это волевое сознание невозможно без двух условий – свободы и ответственности.

Выбор невозможен без свободы, воля невозможна без ответственности, потому что для осуществления некоего действия, я должен сосредоточиться, сконцентрироваться. Это усилие даёт мне реальное ощущение, что я – причина своего поступка. Это и есть ответственность, признание себя,

своего авторства, или, как говорил Бахтин, – не алиби. Это имеет вот какое значение. Когда что-то происходит в моей жизни, и что-то отрицательное произошло, допустим, я допустил какой-то промах, ошибку, то подчеркивая то, что я не несу за это ответственности, я как бы говорю, ну, извините, все так поступают, и я так поступил. То есть, я придумываю себе алиби.

Алиби есть отказ от ответственности, а Бахтин говорит наоборот: отказ от ответственности – не алиби. Вот «не алиби» означает участие в том, что произошло и готовность принять последствие своего поступка, и готовность

принять последствие их отношений. Особенно это важно в отношениях мужчины и женщины, потому что там, где начинаются отношения «я и ты», то такому типу, конформному, как называют психологи, то есть, когда нет ни свободы, ни ответственности, тогда я не принимаю этих отношений, я даже вступить в них не могу. То есть, любовь, как иногда говорят, накатила, или как в песне поётся, «любовь нечаянно нагрянула».

Обратите внимание, как Эрих Фромм назвал свою книгу. Не искусство любви, а искусство любить, подчеркивая тем самым активность человека. Может быть,

самое важное для чего мы призваны на этот свет – научиться любить. Но это ответственная позиция, а «когда любовь нечаянно нагрянет» - это алиби.

Пожалуйста, Ольга Михайловна.

Ольга Михайловна:

Ответственность – важное слово, важное понятие. В психологии есть два понимания ответственности. Ответственность бывает адекватная и неадекватная. Чем они отличаются? Давайте подумаем, за что в принципе мы можем отвечать? Только за то, что мы можем контролировать и изменить. Что мы можем в жизни контролировать и изменить? Свои мысли, свои

поступки, свои желания, свои отношения и, скажу крамольную мысль, свои чувства. Оказывается, за чувства свои мы тоже отвечаем.

Соответственно к неадекватной ответственности, что будет относиться? Когда я беру на себя ответственность за чужие мысли, поступки, желания, отношения и чувства, либо когда я перекладываю ответственность за свои мысли, поступки, желания, отношения и чувства на другого человека. То есть, если я говорю: меня обидели, меня разозлили или меня вывели из себя, то это во мне говорит неадекватная ответственность. То есть, я перекладываю на какое-то третье

лицо ответственность за те чувства, которые я испытываю. Соответственно с адекватной ответственностью я должна сказать: я разозлилась, я обиделась, я вышла из себя.

Если мы посмотрим на нашу жизнь, то как часто мы перекладываем ответственность на окружающих и берём на себя чужую. Есть очень хорошая методика, которая позволяет нам посмотреть, кто входит в наши круги ответственности, контроля и влияния. Вы можете нарисовать на листочке несколько кругов – пять, шесть, восемь – сколько поместится, и пометьте их 1, 2а, 2б, 3, 4, 5 и

дальше. Теперь попробуйте распределить своих близких знакомых (сюда может включаться и ваша работа, и хобби) по этим кругам по степени близости, ответственности, контроля и влияния вас и на вас. И посмотрите, что у вас получается.

Классический пример человека, который приходит на консультацию. В первом круге здесь ребёнок, дочь или сын. Во втором круге работа, мама, ну, можно ещё подругу. Третий круг – ещё несколько подруг, коллеги по работе. У некоторых здесь бывают студенты. Четвертый, пятый круг – муж, если он есть. На вопрос, а где здесь вы – недоумённый взгляд – а

что, я здесь тоже должна быть? И на вопрос, если здесь место Богу, тоже удивление - но Он же везде! Но «везде» - это такое место странное, которое очень трудно определить. Можно также нарисовать такие же круги и там распределить, как бы вам хотелось, чтобы было.

Чтобы вас долго не мучить, расскажу «как надо», если здесь возможно говорить о каких-то правилах.

Первый круг я определяю, как моя душа, моя личность, моё тело, то есть, то, что является мной. Как вы думаете, внутри меня кому есть место? Мне и Богу - больше никому. Там не может быть ни ребёнок, ни

муж, ни какой другой человек. Им там нет места — это физически невозможно.

Круг 2а — это та кровать, на которой я сплю, то есть, то место, где находится моё интимное пространство. Интимное в плане близости, в плане степени доверия, в плане какой-то взаимности. И посмотрите, кто со мной вместе тут. Мало того, что внутри дети, и это значит, что я живу их интересами, их чувствами, их желаниями, а в моей кровати спят и моя мама, и работа тут примостилась, и подруга, и студенты. Обычно, если детей нет, то тут обычно кто-то с работы.

Если мы говорим условно о

норме, то в круге 2а может быть только самый близкий человек, то есть, супруг или супруга – это место для него. Если нет супруга в этом круге, то это место остаётся свободным. Тогда возможно, что он там появится. А если там такая компания, то ему там будет тесновато, вряд ли он захочет туда прийти.

Круг 2б – это моя комната, в которой стоит моя кровать, и в которой я живу. Давайте посмотрим с кем я живу. Тут ещё несколько подруг, тут ещё коллеги, и получается многонаселённая обстановка. И насколько мне там дышится хорошо, как вы думаете?

Ну, я сомневаюсь, что хорошо, потому что комната у нас вот такого размера редко бывает, а тут у нас много человек получилось. То есть, в плане кубатуры воздуха на единицу населения здесь нормы явно нарушаются. И место мужа меня очень радует. И получается, что мы распределяем нашу ответственность и наше влияние по этим кругам таким образом, что ни Богу, ни нам, ни нашим близким места тут не остаётся. Вопрос почему?

Когда мы с вами были маленькими, наши личности развивались следующим образом. Сначала формировалась привязанность. Причем

привязанности могут быть разные. Привязанность может быть спокойная стабильная, когда мама рядом, когда удовлетворяются основные жизненные потребности ребёнка и когда у ребёнка всё-таки есть трудности, с которыми он сам справляется. А бывают привязанности, которые называются невротическими.

Мы проводили очень забавный эксперимент с детьми в возрасте от 10 месяцев до 1,5 лет. Ребёнка с мамой заводили в комнату, в которой стоял стул, сидел ассистент, лежали игрушки и дальше наблюдали реакцию ребёнка на эту ситуацию. Потом мама уходила на три минуты.

Мы смотрели на реакцию ребёнка на уход мамы. И потом мама возвращалась. Тревожные дети демонстрировали следующее поведение. Были так называемые тревожно-амбивалентные дети, которые сразу, как только мама возвращалась в эту комнату, сразу её обнимали, вцеплялись в неё и не хотели её отпускать. Если удавалось их отцепить, и мама выходила, то дети были в истерике, с незнакомым взрослым они играть не хотели, игрушки они кидали в незнакомого взрослого. И когда мама возвращалась, то этот ребёнок бросался на маму и вцеплялся в неё. Что такое амбивалентно? Это когда

и любовь, и ненависть, когда противоположные полярные чувства. Так вот, ребёнок вроде бы маму обнимал, но при этом он её бил, кусал, дергал за волосы. То есть, он ей мстил за то, что она его оставила.

Ещё одна группа детей, которая показывала другое поведение. Они вообще не реагировали на маму. То есть, как только мама заходила, отпускала ребёнка, он тут же шел заниматься игрушками и больше ни на уход мамы, ни на приход мамы внимания не обращал. Причем, если мы вспомним, как нянечки говорят в детских садах, ну, мамочка, у вас такой ребёнок хороший, он даже не замечает — вы пришли, вы ушли.

Очень спокойный замечательный ребенок. А на самом деле, то, чему так радуются нянечки и некоторые мамочки, свидетельствует о том, что у ребёнка уже произошла ломка социальной привязанности. Это очень тяжелая вещь. Почему? У этих детишек измеряли стрессовые показатели: давление, сердцебиение, частоту дыхания и гормон кортизона в слюне. Самый тяжёлый стресс в подобной ситуации был у тех детей, которые внешне не демонстрировали никакого интереса к маме. Причем, в несколько раз! То есть, у того ребёнка, который бился в истерике, стресс был меньше, чем у того ребёнка, который молчал.

И далее на фоне этой привязанности, которая до 1,5 лет формируется, начинается формироваться самостоятельность. Какая будет самостоятельность у детей, которые на маме висят? Никакой. Какая там будет ответственность? Никакой. Там будет зависимость, то есть, ребёнок будет всё время на ком-то висеть, даже когда он станет взрослым. И соответственно мы попадаем в крайность зависимости. А тот ребёнок, который внешне демонстрировал равнодушие к маме, что у него с самостоятельностью будет? Гиперответственность и гиперконтроль. Он будет говорить: я

сам, мне никто не нужен, отстаньте от меня – и попадает в одиночество. И любовь здесь пропала, потому что здесь страх потерять, а не любовь. Здесь страх, что кто-нибудь обратит на меня внимание, подойдет ближе, чем на три метра. И, соответственно, тоже любви нет.

И, кажется, что эти две точки являются полярными. На самом деле это выглядит не совсем так. Вот у нас зависимость, вот у нас одиночество – и то и другое мешает развитию ответственности и любви. И они очень близко, как знаете, от любви до ненависти один шаг, но там не про любовь, в психологическом понимании этого

слова, а про невротическую зависимость. То есть, здесь действительно один шаг, потому что зависимый человек внутри очень одинок. Потому что из-за страха он не может создать доверительных отношений. А в одиночестве человек очень зависим, потому что как только в поле зрения у него появляются люди, он начинает сразу сильно переживать. Поэтому сказать, что он независим мы не можем.

А что же будет тогда в плюсе? И почему нельзя искать между этими точками равновесие? Потому что, если я попадаю в эту точку, то я получаюсь как бы между молотом и наковальней. То есть, я пытаюсь

убежать от одиночества, а так как привязанность у меня нестабильная и самостоятельность у меня зашкаливает, то я попадаю либо в зависимые отношения и там становится ужасно тесно, и я опять ищу одиночества. То есть, грубо говоря, я сижу одна, мне скучно, чувство меры здесь нет, я зову двадцать человек гостей. На недельку. Как вы думаете, двадцать человек гостей недельку погостить? После этого всё – видеть никого не хочу, хочу быть одна. Иду в пустыню, сижу в одиночестве, и опять скучно. И таким образом я бегаю по кругу. Опять зову двадцать человек, опять они мне надоели, и так до

бесконечности.

А где же будет то место, где я наконец-то успокоюсь? А это место там, где у меня в душе нет противоречий между привязанностью и самостоятельностью. То есть, это тот единственный путь здорового развития личности, когда у нас формируется и адекватное ответственность и любовь, когда привязанность и самостоятельность идут рука об руку.

о.Фёдор (Коломейцев) приводит очень хороший пример по поводу ответственности и любви в семье. Он говорит: представьте себе, что вы вскочили на подножку трамвая и там

два поручня. Один поручень — эмоции, другой поручень — ответственность. Если вы долго будете долго держаться за ответственность, то без эмоциональной составляющей скоро станет грустно и захочется поискать ещё чего-нибудь, или другой трамвай. Если вы будете держаться только за эмоциональную составляющую, а ответственности в отношениях не будет, то через какое-то время тоже станет тяжело. И только держась двумя руками — одной за эмоциональную составляющую, другой за ответственность, можно в любви удержаться какое-то время. Я не

скажу, что всю жизнь – это так в идеале, но хотя бы какое-то время.

Несколько ещё примеров я потом приведу про страх, как примеры проявления неадекватной ответственности, но сейчас я передаю микрофон о. Андрею для комментариев.

Отец Андрей Лоргус:

Среди комментариев, которые я хотел бы здесь сказать, прежде всего, напомнить о сути нашего разговора. Мы говорим о зависимости и о любви, и очень часто приходится отвечать на один вопрос. В разных модификациях это звучит так: а, может быть, зависимость это не так плохо? И здесь уже звучал вслух этот

вопрос, что зависимость - это даже хорошо, и другой вариант ответа, что бывают, наверное, счастливые зависимости. Благодаря тому, что мы здесь как механизм рассматриваем, я надеюсь, что возникает такой образ, что зависимость есть либо искажённые отношения, либо это отношения без ответственности, либо без свободы, либо без того и другого вместе. И тогда в этих отношениях либо обоим партнерам (и так чаще всего бывает), либо одному из них, тесно, узко, невозможно. Либо в этих отношениях одному из них невыносимо трудно, потому что он несёт всё на себе. Либо он чувствует

свою полную ненужность и уходит, потому что он остаётся в этих отношениях одиноким.

Тогда возникает другой соблазн, который мы, к сожалению, выбираем — созависимые отношения. Такой выбор, я думаю, у каждого из вас когда-нибудь был. Он заключается в том, чтобы вернуться в созависимые отношения или уйти на свободу. В чем плюсы и минусы и того и другого?

Уйти на свободу из созависимых отношений мешает страх одиночества, полной ответственности за себя. Страх того, что никогда так не жил и не пробовал так жить. Страх того, что

будет невыносимо одиноко, тяжело, скучно, пусто. И в тоже время свободы хочется, и как ни странно, для того чтобы любить, чтобы наконец-то свободно любить. Иногда даже супруги говорят, давай поживём врозь, чтобы подумать и чтобы крепче любить друг друга. Парадокс, который ни к чему не приводит, конечно, в реальности. Но само по себе желание вполне понятное, потому что кажется, что если чуть-чуть отстраниться друг от друга, увидеть всю красоту и содержательность своего партнёра, привязанность к нему, тогда сможешь свободно любить. Это означает только одно — в

созависимых отношениях просто нет пространства, границы нарушены, и человеку крайне трудно в этом смысле.

К сожалению, мы часто выбираем созависимые отношения. В чём плюсы созависимости?

Созависимость избавляет от ответственности и страха. Именно об этом написал Эрих Фромм в 1941 году свою знаменитую книжку, ставшую теперь классической, «Бегство от свободы». Причина бегства от свободы – это страх. Страх одиночества и страх ответственности. Таким образом, что это мнимость, мы уже сказали достаточно много, но беда

заключается вот в чём. Выбирая созависимые отношения, а именно выбирая (я ещё раз подчёркиваю здесь свободу выбора), человек оказывается перед лицом таких внутренних психических обстоятельств, когда ему становится необходимым изменённое состояние сознания, потому что вынести этого нельзя. И тогда является его величество алкоголь. Простите, что я его так называю, но это уже не болезнь, а пандемия нашего общества. Алкоголизм, наркомания и игромания – это результат, именно того, о чём мы здесь так плотно говорим. Алкоголизм, как говорят семейные психологи, – это сигнал,

симптом, прежде всего, нездоровых семейных отношений, в которых нет любви, а есть созависимые отношения.

Беда заключается в том, что очень часто и мы сами, и у других признаём и говорим, как эти люди друг друга любят, они жить друг без друга не могут. А ведь если разобраться, когда люди не могут жить друг без друга, - это печально. Если мы ещё эту фразу проанализируем, что они **жить** не могут. А любовь дарует жизнь, любовь – это дар и награда, и эта награда друг другу. И если я тебя люблю, то я хочу, чтобы ты жил. И если так сложилось, что это

одностороннее чувство, то я выбираю жизнь.

Помните самый знаменитый пример премудрого Соломона, когда две женщины делили младенца? Как Соломон определил, кто мать? Та, для которой жизнь младенца была важнее её материнской любви. В чём премудрость Соломона? В том, что он понял, что подлинная любовь дарует жизнь, а не смерть. Та женщина, которая обманом пыталась завладеть жизнью младенца, не любила его, а та, которая родила его, любила и поэтому отдала его — только чтобы он жил. И Соломон свидетельствовал об этом своим приговором.

Вот также и во всех партнерских отношениях. Если я люблю, то я даю жизнь и пространство жизни. Но если я жить без него не могу, тогда я его присваиваю, делаю своим. И тогда, естественно, не отпущу, потому что умру. На самом деле не умру, конечно, мне только это кажется. И вот в этом суть субъективного понимания созависимости и исходящей отсюда свободы и ответственности.

Для того, чтобы более наглядно говорить об ответственности уже в семейных отношениях, впрочем, и в партнерских тоже, мы приготовили один пример только лишь одной семейной роли, достаточно

наглядной и понятной.

Ольга Михайловна:

В психологии есть понятие «роль». Роли бывают социальные, межличностные и есть роли, которые нам помогают жить, а есть роли, которые мешают. Одна из ролей, которую мы хотим вам представить, роль семейного мужчины. Это член семьи, который отвечает за всё и за всех. Причем, хочу обратить внимание — эту роль может исполнять не только мужчина, но и женщина и даже ребёнок. Это только название роли — «семейный мужчина», исполнителем может быть любой член семьи.

Итак «семейный мужчина»,

который отвечает за всё и за всех. Например, за то, как дети делают уроки и как они учатся в школе. Обязательно надо маме стакан воды подать. Мама же родила его, чтобы он стакан воды подавал. Ещё нужно заплатить за свет, за газ, съездить на рынок, детей не забыть отвезти в детский сад, а то жена утром не выспится, а ей потом на работу. Потом ещё вот секретарша страдает, так как ей тяжело рано утром приходиться офис открывать, то есть, надо самому приехать пораньше. Он такой заботушка –заботы его не только на семью распространяются, но и вообще на всех. Ещё позаботимся о бабушке, о соседях, о

батюшке, духовном отце жены. На самом деле это можно продолжать долго.

Сколько же проживет наш «семейный мужчина»? Ведь он же эмоционально переживает за всё. Это же не просто формальное исполнение обязанностей. Он действительно очень беспокоится. Понятно, что возможен скорый инсульт, инфаркт или язва желудка. И какие у него потом будут чувства к маме, жене, сотрудникам? Понятно, что он либо упадёт под тяжестью забот, либо все бросит и поедет на дачу. Причем, освободиться ему самому от забот будет не просто, и нужна будет помощь психолога.

В этом примере у нас был сильный мужчина, а когда эти функции берет на себя хрупкая женщина, или ребенок из неблагополучной семьи, когда папа пьет, мама болеет? У меня был случай, когда пришла женщина и у неё были панические страхи, что её посадят в тюрьму. При этом она никакого криминала не совершала. Ей казалось, что машина рядом притормаживает – и это значит за ней. Мужчина смотрит – значит за ней следят. Когда стали выяснять, то оказалось, что тюрьма для неё – это санаторий в сравнении с той жизнью, в которой она живет. Потому что в тюрьме задача

человека – позаботиться о своей жизни, а в её жизни настоящей без тюрьмы для неё места не было.

Один из классических вопросов на психотерапии – сколько в вашей жизни вашей жизни? Если взять линейку за 100% и это ваша жизнь, то отметьте, сколько из них принадлежит вам. Но на психотерапию люди обычно приходят, если у них своей жизни от 5% до 15%. А у кого больше 50%, те к нам не приходят, у тех всё в порядке.

Такая перекошенная ответственность очень сильно влияет на подрастающая поколение. Если в семье женщина выполняет такую

роль, то какую маму видят подрастающие дети? Какое отношение будет у сына к девушкам? А у дочери, какой пример будет перед глазами, и как она будет относиться к мужчинам?

А если мужчина исполняет эту роль, и вдруг он умирает. Тогда для семьи это крах, потому что в этой семье никто никогда ни за что не отвечал. Сорокалетняя женщина будет рыдать не потому, что муж умер, а потому, что она не знает как заполнять квитанции за свет, газ и прочее. И для детей это будет ударом, потому что девочка будет искать в муже такого семейного мужчину, а их не так много. В любом

случае ни один мужчина не согласится ей папу заменять. Мужчина хочет быть мужем, а не отцом.

А мальчику будет сложно соревноваться с таким папой, потому что отец – недосыгаемая величина. И мальчику либо придётся отказаться от своих личностных притязаний и уйти в алкоголизм, в асоциальное поведение, либо, если у него есть какой-то талант, которого у папы нет, то у него есть шанс развиваться в какой-то области, где папа бессилен. Например, если у папы есть математические способности, а сын идёт в актеры или изучает языки, то мальчик может развиваться неплохо.

Хотя стереотип поведения брать на себя всю ответственность всё равно останется.

Вот такой показательный пример из жизни, когда ответственность перекашивается, а о любви здесь говорить сложно.

Отец Андрей Лоргус:

Я хотел только добавить то, о чём в начале лекции говорил в связи с семейными отношениями. Цитирую: в ситуации взаимодействия та мера ответственности, которую берет на себя один человек, никак не влияет на меру ответственности, которая остается у другого. Тут двусторонний миф: я отвечаю за всех в моей семье,

я взял все на себя, и поэтому им легко живется. Вы спите подольше, а я пораньше встану, вы не ходите в магазин – я все пойду куплю, я за все заплачу. Короче, я закутаю вас в вату, и вас не будет никаких проблем. Ему кажется, что он снимает ответственность с членов своей семьи, но это не так, потому что они всё равно перед Богом и самим собой интуитивно продолжают чувствовать ответственность. Но только они никак ее не могут реализовать и актуально пережить.

С другой стороны, если с человека снимается ответственность, то у него, как сила у нетренированных мышц,

атрофируется это чувство. Тогда создаются идеальные условия для зависимости, и поэтому очень часто молодой человек, который страдает алкоголизмом или наркоманией – это мальчик, которого родители так любили, что никакой самостоятельной жизни у него не было.

Ольга Михайловна:

У нас в консультации есть такая уже байка. Как-то позвонила женщина и сказала, что у нее проблемы с ребенком. Приходит с ребенком, мужчиной сорока трех лет. Заходят они в консультацию, садятся, и психолог спрашивает, с кем я буду работать? Мама

показывает на сына — с ним. Психолог спрашивает у мужчины, как вас зовут. И дальше гениальная фраза мамы: «Нас зовут Павлик». Вот до такого абсурда доходят иногда детско-родительские отношения. Но это бывает не только с матерью и сыном, это бывает и с дочерьми, то есть, это бывает в принципе в семьях.

Отец Андрей Лоргус:

Время наше завершилось, но пришел важный вопрос: отношения послушания в монашестве не есть ли бегство от свободы? Почему эти отношения послушания нельзя экстраполировать на семейные отношения?

Семейные отношения и аскетические монашеские отношения в принципе очень разные по своей природе. Поэтому экстраполяция никакая не нужна. Как отличить послушание детей родителям и жены мужу, а мужа Богу от созависимых отношений, в которых ответственность в большей степени ложится старших и физически, и психологически, что вообще типично для христианской традиционалистской семьи. Во-первых, традиционалистских семей уже нет. Это миф, о котором нечего и говорить.

Во-вторых, по поводу послушания детей родителям.

Послушание монашеское и послушание детей родителям совершенно разные по природе вещи. Поэтому мне такое сравнение принципиально, как антропологу, не нравится. Послушание ученика старцу есть подвиг и доблесть ученика. Такое послушание совершенно противоречит человеческой природе. Но это сознательный выбор ученика, аскетический приём, добродетель, которая растёт в душе подвижника. Но она дается очень непросто. И послушание надо отличать от подчинения. Подчинение – это власть сверху, послушание – это доверие, почтение и уважение снизу.

Это принципиально разные вещи.

Что касается отношений детей и родителей. Прежде всего, это никакое не послушание, потому что, когда ребенок маленький, то он просто-напросто зависим от родителей по природным своим особенностям, а иначе и быть не может. Даже в 8, 9 и 10 лет ребенок в буквальном смысле психологически зависим от матери и отца. Поэтому, это никакое не послушание.

Но, благо заключается в том что, когда самостоятельность личности ребенка возрастает, то ответственность родителей снижается. Это обратно пропорциональные величины. Чем

старше ребенок, тем меньше ответственность и контроль родителей за ребенком. Динамика может быть разной в зависимости от конституции ребенка, физического, психологического, духовного состояния. Динамика очень индивидуальна, поэтому здесь нет каких-то общих мест. Интуитивно, и мать, и отец должны чувствовать, в какой момент дать ребенку чуть больше свободы, чем вчера.

В психологии существует, введенная П. Я. Гальпериным, так называемая, зона ближайшего развития. Это стало уже золотым правилом в педагогике, которая хоть чему-то у психологии научилась.

Зона ближайшего развития пары взрослый-ребенок заключается в том, какую деятельность разворачивает взрослый, в которую включен ребенок. Эта деятельность чуть сложнее, чем ребенок сегодня может осуществить. Педагог, учитель, отец, мать, могут построить перед ребенком такую игровую, и, может быть, учебную деятельность, в которой ребенок не может справиться один, и поэтому здесь ему нужен взрослый. Но она всегда опережает его сегодняшней интеллектуальный и волевой уровень. И тогда у ребенка возникает, зона ближайшего развития. То, что ребенок может

осуществить, но сегодня ещё не умеет.

Точно также и в отношениях ответственности и свободы. Родитель должен давать чуть-чуть больше ответственности и свободы ребенку, чтобы он двинулся в эту сторону, чтобы ему было, куда шагнуть. Очень хорошо в этом смысле помогает метафора обучения ребенка ходьбе. Что мы делаем для того, чтобы ребенок сделал самостоятельный шаг? Отнимаем руки! У меня сейчас внучка только-только пошла, и я этот вопрос в который раз проходил. Она идет и держится за пальчик, а потом пальчик отнимаешь и отступаешь.

Вот точно также мы должны и в жизни делать и не только с детьми, но и со своими любимыми в партнерских отношениях – чуть-чуть больше свободы, как бы отступить на шагок. Ребенок ещё видит вас и ему не страшно, но он делает этот шаг вперед сам.

И точно также в подростковом возрасте. Чуть-чуть ребенок начинает двигаться самостоятельно в принятии решения, в выборе – чуть-чуть отступите, не договорите фразы до конца, не поставьте точку, дайте ему дописать эту фразу. Итак, всю жизнь.

Пожалуйста, ещё вопросы.

Про книги. Эта книга игумена

Евмения «Аномалия родительской любви». И, хотя игумен Евмений не психолог, тем не менее, это дерзновенно написанная книга, на одном дыхании как написана, так и читается. И мы её рекомендуем именно для родителей, для детей, для мужей, для жен. На самом деле это книга не только о родителях и детях. Книга уже выдержала несколько тиражей и даже переизданий и оказалась очень удачной, доступной и с психологической точки зрения адекватной. Поэтому мы её рекомендуем.

Ольга Михайловна:

Честно говоря, для матерей

читается тяжело. Готовьте платочки, готовьтесь к сопротивлению, будете засыпать, будете её откладывать, забывать про неё, потому что в ней есть достаточно правильные, но жесткие вещи, принять которые сразу для себя, особенно когда вы там себя узнаете, проблематично. Поэтому не у всех это читается на одном дыхании.

И ещё две книги Валентины Дмитриевны Москаленко. Книга «Когда любви слишком много. Профилактика любовной зависимости» написана очень простым и понятным языком. У меня сын 17 лет взял её почитать, и девочка его прочитала. То есть, эта

книга и для подростков, и для людей, которые психологией интересуются немного.

Книга «Зависимость. Семейная болезнь» чуть более сложная, но для думающего читателя в ней поднимается много серьёзных вопросов. Я её читала, как и про себя, и про своих клиентов, и про свою семью. Она затрагивает не только зависимость в семье от алкоголя или наркотиков, и как выжить в этой ситуации тем, кто рядом. То есть, это не только к семьям, в которых есть такие проблемы, но и к обычным нашим семьям, где в той или иной степени присутствует зависимость. Эта

книжка чуть сложнее для восприятия, чем первая.

Отец Андрей Лоргус:

А также здесь есть книжка Эриха Фромма «Искусство любить». Эту книгу мы тоже рекомендуем. Эта замечательная книжка знаменитого психолога и философа. На русском языке уже есть три разных перевода этой книги, и все неплохие.

Ольга Михайловна:

Я хотела бы сделать маленький комментарий по поводу того, что движет нами, родителями, когда мы начинаем слишком беспокоиться, слишком сильно тревожиться и бояться за наших детей. Это можно представить следующим образом.

Есть наши переживания, страх, тревога, беспокойство о детях, если вспомнить наши состояния: ну, что же он не возвращается, ну, где же он ходит? Причем, если есть реальная опасность, когда в 12 часов вечера маленький ребенок ещё не дома, то это действительно реальная почва для беспокойства. А когда ребенок в школе, и я знаю, что он в школе, и я беспокоюсь, как же он будет из школы возвращаться, то здесь реальной угрозы нет, ситуация обычная, а меня охватывает тревога. Так вот, посмотрите, что здесь происходит с нами. Если мы говорим про ответственность – есть я и есть другой. И в этом случае

ответственность другого человека нами отрицается. Здесь есть только я. Я должна всё контролировать, всё предугадать, всё предусмотреть. А если здесь место Богу? Нет, здесь Богу места нет! Здесь есть огромное я, есть недоверие миру, недоверие к Богу. Но слишком долго в этом состоянии мы находиться не можем. Если мы берём не маленького ребёнка, а подростка, который всё время приходит не вовремя, а позже на час и на два (а для подросткового возраста это нормально), а мы всё время беспокоимся и тревожимся, то в какой-то момент мы не выдерживаем и занимаем отстранённую и равнодушную

позицию: ах, ты так, ну, и живи, как знаешь. Всё – моей ответственности здесь нет, сам отвечай за свою жизнь, делай что хочешь! И здесь мы, наоборот, себя убираем и перекладываем всё на другого.

Хотя если мы говорим про подростковый возраст, то родители должны в какой-то мере за детьми следить. Это нормально. Получается, что мы переходим из страха в отстранённость. Но долго ли мама может быть в отстранённой и равнодушной позиции по отношению к своему ребёнку? Конечно, недолго. И через какое-то время она опять начинает бояться и тревожиться.

Как из этого порочного круга

выйти? Есть очень хорошее слово «забота». В заботе нет ни страха, ни тревоги, ни беспокойства и нет там отстранённости и равнодушия. Там есть внимание, уважение, любовь, включенность. Но как попасть в эту заботу?

Вместе со страхами не получится. Из отстраненности попасть сразу в заботу тоже будет сложно. Христианский психолог из Германии Вернер Май, евангелист, говорит: переложите ваши заботы, тревоги и беспокойства на Бога, вспомните, что ни один волос на вашей голове не упадёт без его воли. С точки зрения психологии я вижу в этом глубокий смысл.

Действительно, когда мы перестаём возвышаться в своей гордыне, что мы отвечаем за всё полностью и когда мы не перекладываем свою родительскую ответственность на ребёнка, то мы возвращаемся в эту как бы нулевую точку. Когда мы отпускаем страхи, тревоги и беспокойства, и потом уже из этой нулевой точки мы можем прийти к реальной заботе, когда мы делаем то, что от нас зависит. Адекватная ответственность заключается в том, что наши поступки, мысли, чувства, отношения, должны осуществляться и не из страха, и не из равнодушия.

Отец Андрей Лоргус:

Два вопроса. Неужели мы никак

не отвечаем за реакцию другого человека за свои действия? Ответ очень простой. Если из этого предложения взять в скобки «реакцию другого», тогда вопрос звучит так: неужели мы никак не отвечаем за свои действия? Ответ: мы отвечаем за свои действия, а за реакцию другого не отвечаем. Я за свои действия отвечаю, а за ту реакцию, которую мои действия вызвали у другого – нет. Потому что реакция другого может быть совершенно неожиданной, несоответствующей, и она никаким образом не может быть мною не только угадана, неконтролируема, но даже предугадана. Реакция другого –

это его реакция, его чувства, поступки, слова. А я отвечаю за свои действия.

Второй вопрос. Где граница послушания духовнику? Чем оно отличается от монашеского послушания старцу? На эту тему есть хорошая статья игумена Никона (Воробьёва) в журнале Саратовской Епархии «Православие и современность». Вернее это его письмо, где он пишет, что подлинное послушание ученика старцу возможно только в монастыре, потому что традиция послушания требует особых условий. Не статусных вещей, а условий. Эти условия даже на уровне приходского

отношения между священником и духовным чадом невозможны. Монашеское послушание предполагает, что и послушник, и старец живут вместе. Они живут одною молитвою, одною службою, одним каким-то деланием. В этих условиях такие отношения возможны и благодатны. И если эти отношения лишит таких условий, то они могут быть не благодатны и даже разрушительны и деструктивны.

Где граница послушания ученику? Таких границ не существует. Это всегда по ситуации, всегда зависит от обоих. Конечно, есть границы догматические. Если духовник нарушает каноны церкви,

учения, то всякий слушающий его и остающийся с ним выбирает эти нарушения, выбирает, как бы суть того, что с ним произошло.

Есть, конечно, ограничения этические. Если духовник ведёт не христианский образ жизни, то послушник может от него уйти, сказав, что это для меня не полезно и разрушительно.

Но могут быть и другие границы. Это границы личности каждого. Я не раз на собственном опыте встречался, хотя это нигде в книгах не прописано, когда, так называемый «духовник», своими действиями целенаправленно разрушал личность и даже психику

своего духовного чада, что кончалось, конечно, клиникой неврозов или ещё, чем хуже. Для чего это делал священнослужитель, я не знаю. Поэтому я и говорю в кавычках: «духовник».

Духовник — это тот, кто заботится о духовном росте послушника, а не тот, кто ломает. А этот термин, к сожалению, встречается в православной среде — сломать личность духовного чада. Это преступление со всех точек зрения: с церковной, с религиозной, с психологической и даже с юридической. Никому не дано право никого ломать. И даже страсти нельзя ломать, и грехи нельзя

ломать, потому что это очень тонкие механизмы, с которыми надо как-то бороться, но ломки никакой не может быть.

Так что граница – это всегда вещь ситуативная и личная.

При каких условиях церковь разрешает развод? В документе «Основы социальной концепции Русской Православной Церкви» написано, в каких случаях разрешается развод. По сравнению с предыдущим церковным каноническим законодательством база, как сейчас принято говорить о ситуации, стала гораздо более широкой. В «Основах социальной концепции» введена и такая норма, с

которой многие не согласны, в том числе и я. Для развода достаточно того, если супруг или супруга являются носителями ВИЧ-инфекции или наркоманами. С христианской точки зрения непонятно, почему таких супругов надо бросать. Мне кажется этот момент не очень до конца продуманным. А вообще-то говоря, условием для развода является, во-первых, невозможность исполнять супружеские обязанности, психическое заболевание, серьёзное телесное заболевание. Но чаще всего как раз другая причина, когда супруги живут врозь, у них уже новые семьи или новые партнёрские

отношения и по сути брака между ними уже нет. Тогда церковь признаёт просто де-факто, что этого брака, прежде венчанного уже не существует.

В Московской Епархии сейчас следующая практика. Сейчас никакого развода не дают. Если разведенные вступают в новые отношения, в новый брак, то тогда один из них или оба могут прийти в Епархию и попросить благословение на повторный брак, на второе венчание, на венчание в новом браке. Вот и всё. Другого ничего нет. То есть, как такого развода нет. Выдаётся только разрешение на второе венчание. Предположим, в

первом браке они были венчаны, потом развелись, а потом они составили новый брак, зарегистрировали новый брак и приходят в Патриархию, приносят справку о разводе и просят благословение на венчание в этом втором браке. Вот такова сейчас сегодняшняя практика Московской Епархии.

Ольга Михайловна интересуется, сколько же церковных браков возможно? В отличие от римо-католической церкви у нас разрешается повторное венчание и ещё третье венчание. Четвертого не дано. А у римо-католиков никакого развода не существует. То есть, если

супруги были венчаны и развелись, то они лишаются причащения до последнего своего издыхания. Перед смертью их могут причастить, а так они отлучены от причастия на всю оставшуюся жизнь. Там строгие законы.

Но давайте не будем об этом, а будем говорить о любви.

Есть ли ещё вопросы? Если нет, то тогда скажу, что будет на последней нашей встрече. Мы поговорим про аномалии любви, о том, что такое слепая любовь. Я попробую собрать воедино те исторические, социальные, родовые, индивидуальные факты, которые создают условия для создания

созависимой личности, и попытаюсь это проанализировать. И ещё мы поговорим о благодарности, которая в любви, на мой взгляд, неизбежна и очень для неё желанна.

Спасибо за внимание. Всего вам доброго.

Лекция 4

Дамы и господа, братья и сестры, вы чувствуете, какая разница в русском и во французском подходе? Во французском - дамы сначала, а в православном братья сначала, а потом - сестры. Мы начинаем четвёртую и заключительную встречу, посвящённую теме «Любовь и зависимость» и как это часто бывает с нами, с преподавателями, мы оставили на эту последнюю встречу гораздо больше, чем можно было бы вместить в этот единственный час, оставшийся у нас, но тем не менее мы постараемся все достаточно

ЛОГИЧНО ИЗЛОЖИТЬ И ПОСТАРАТЬСЯ
ПОЯСНИТЬ.

Я хочу начать, во-первых, с того, что попытаться дать небольшой очерк того, какие факторы способствуют возникновению со-зависимого поведения и формированию со-зависимой личности. Их я разделил на несколько категорий: исторические, социальные факторы, семейно-родовые и личные.

Исторические причины всегда и везде во всех народах примерно одинаковые, потому что к со-зависимому поведению ведет то искажение детства ребенка, которое всегда происходит, если общество в

целом постигает какие-то трагедии. Это война, неважно какая, это трагедии стихийного порядка (землетрясения, извержения вулканов, наводнения и всякие прочие вещи), это, конечно, кризисы, социальные перемены, революции и, конечно, такие вещи, которые имели место в судьбе нашего отечества – гонения, преследования, геноцид, репрессии и т.д. Это те исторические факторы, которые, едва ли не всегда, присутствуют в жизни любого народа. Поэтому говорить, что какому-то народу досталось больше, а какому-то меньше, конечно, можно, но, в принципе, это не меняет сути происходящего.

Отсюда очень, на мой взгляд, интересный есть переход к социо-историческому анализу, который, например, существует в работах Сорокина или Льва Николаевича Гумилёва. В понятии «пассионарность», которое введено было в историю Гумилевым, на мой взгляд, может входить именно как фактор, как один из социо-психических факторов, это именно психическое здоровье детства в широком смысле слова. Не одной семьи, не одного ребенка, а именно в целом. Фактор, влияющий на детство, здесь вполне понятный. Если в жизни ребенка существует мать и отец, которые счастливы друг

с другом, причем я не говорю сейчас о том, что значит счастливы, как конкретно это понимается понятие, а так, в общечеловеческом смысле, о котором мы сегодня еще будем говорить, что означает счастье. Если у ребенка мать и отец счастливы, как супруги и их не повергает ни в депрессию, ни в кризисы, страхи и тревоги за свое дитя, за свое ближайшее будущее, за свой дом, за своих родителей, если в той или иной степени супружеская пара чувствует стабильность, радость своего бытия, радость своего супружества и то, что у них есть дети, тогда с социально-исторической точки зрения у

ребенка есть условия для динамичного и радостного развития его личности. Наоборот, как только в обществе разливается тревога, опасения и страх, тогда едва ли можно говорить, что в какой-либо семье, которая будет относиться к этому сообществу, может быть счастливое детство. Счастливое детство не с точки зрения каких-то социо-культурных понятий, а с точки зрения психических понятий.

Тогда понятно, почему среди нашего общества мало кто может сказать о себе, проанализировав свое детство, что в нем таких факторов не было. Едва ли найдется семья, которую не постигла трагедия

потери мужчины на войне, на Великой Отечественной войне. А теперь еще добавились к этому войны Афганская, Чеченская и другие. Едва ли какая семья, как мы в прошедшее воскресенье почувствовали, может сказать, что в ее роду никто не был репрессирован. В некоторых семьях были репрессированы до 90% не только мужчин, но и женщин. В таком роду, в такой семье несколько поколений. Я могу это свидетельствовать о себе сам, я являюсь 4-м поколением после расстрелянного моего прадеда и я чувствую на себе то влияние, которое идет через несколько поколений, негативное влияние, которое я

осознал намного позже, чем ощутил его реально. Едва ли в какой семье у нас не было раскулаченных или еще каким-нибудь образом репрессированных или выселенных людей. Поэтому немудрено, что сам этот фактор исторический сказывается.

Да, мы наследники Советского Союза, мы живем и в каждой семье есть след тревоги и страха, который может как фактор, а не прямая причина, стать фактором такой тревожности матери социальной зависимости, тревоги матери за завтрашний день, тревоги того, что квартиру отнимут или из квартиры выселят. Это же не реальная тревога,

это именно субъективная тревога. Кто у кого отнимал за последние 20 лет? Едва ли таких на 1000 можно найти или каких-то экстремальных обстоятельств, но страх за это есть у многих: есть у моей матери, есть у моей сестры, есть у моей жены. Не дай Бог не заплатить, вдруг что. Что? Кто вас? Это страх. Этот страх передается детям. Я теперь вижу по своей дочери, как и она этого боится, хотя никаких объективных для нет причин. Это тревога, которая передается. Мы ею заражаем своих детей. Вот о чем идет речь, когда я говорю о социо-исторических факторах.

Второй фактор – это родовой.

Мы все различаемся, у нас разные семьи, разные родовые системы и в них разные события происходили, но так или иначе события можно классифицировать. Это, конечно, трагедии, связанные с потерей наших предков: родителей, прародителей и их ближайших родственников. Это могут быть войны, но это могут быть казни, самоубийства, убийства. Это аборт, предательства, уголовно-преследуемые наказания, когда кто-то оказывается в тюрьме, или алкоголизм, или наркомания. Присутствие такого одного члена семьи может оказывать негативное воздействие не как причина, а как фактор, влияющий на развитие

тревожности матери и развития тревожности у ребенка.

Работа Берта Хеллингера показывает, какими сложнейшими переплетениями в судьбе человека могут сказаться такие факты родовой жизни. Но все мы живем в роду, все мы связаны так или иначе невидимыми нитями родовыми со своими предками дальними или не очень дальними. Тем не менее, это очень важный фактор, который тоже может влиять на формирование созависимой личности. Какими механизмами, мы в прошлый раз говорили, и сегодня будем еще немножко об этом говорить. Это вторая категория факторов.

Третья – это та конкретная социальная обстановка вокруг, которая есть у каждого в детстве и отрочестве. Это и состояние семьи, состояние класса, школы. Это те события, которые происходили с нами в детстве. Скажем, дети иммигрантов. Это семья, в которой они живут, мама с папой работает дворниками, они снимают комнатку в подвале или не снимают, их просто там поселили. Дети, вырастающие в этой среде, будут навсегда нести в себе эту печать. Даже взять воспоминания наших русских изгнанников в Париже, когда они работали прачками и таксистами и в какой атмосфере росли дети при

том, что они и в православную церковь ходили, и школы у них были русские, и все-таки при этом иммигранты в первом поколении, даже во втором, живут в особом мире. Это особая проблема. То, что мы сейчас видим, иммиграция, например, у нас в Москве, как живут эти люди и с какими тревогами, с какими чувствами они растут. Мы сейчас не можем предполагать даже, как отзовется их иммигрантское бытие здесь в третьем поколении, когда встретятся их внуки и наши внуки, а они встретятся. В этом нет никакого сомнения. Встретятся в школе, в институте, в семье, может быть. И как эти переплетения вновь

окажут свое влияние.

Наконец, четвертый род факторов, личная жизнь каждого человека столь непредсказуема, причудлива, что в жизни каждого из нас могут и субъективные вещи, но они столь же реалистичные, как и те, которые мы называем объективными вещами. Субъективное восприятие ребенком действительности совершенно никем и никак непредсказуемо. Ребенок может воспринимать события, с ним происходящие, оптимистично и пессимистично. Он может их запомнить навсегда, как свое несчастье, а для другого это вполне будет безоблачное детство. То есть,

личная судьба ребенка совершенно никак непредсказуема и мы можем только постфактум сами в своей жизни говорить о том, что “это на меня повлияло так” и анализировать, каким образом это сказывается в жизни человека.

Механика и переплетения здесь факторы очень сложные, но к чему я все это веду? А к тому, чтобы мы отдавали отчет сами себе, что формирование нас, как со-зависимых личностей, это не только наш грех, не только наше страдание, причина нашего поведения, но это еще наша беда, беда объективная, наша судьба, как мы говорим. Конечно, в этой судьбе есть и промысел Божий, и

собственный выбор. Этот выбор иногда, по сути, выглядит как не выбор. Он выглядит как неизбежная необходимость, которая с нами случается. Мы можем быть очень горько разочарованы, когда приходим к этому выводу о том, что все вело к тому, чтобы я стал таким или я стала такой.

Это я говорю к тому, что мне как пастырю часто приходится заниматься реабилитацией, если так можно сказать, и на исповеди, и в частной беседе, и в психологической консультации. Мне приходится реабилитировать собственное прошлое, которое человек готов проклясть, готов ненавидеть свое

детство, семью, родителей. Моя задача здесь не то чтобы на черное сказать белое, на плохое сказать, что оно было хорошим и радостным. Моя задача заключается, наверное, в том, чтобы у человека достало сил, хватило мужества признать и принять то, что с ним случилось, то, что с ним произошло, включая его собственные поступки, шаги и выборы, свою свободу. Хотя, может быть, тогда он и не думал, что это его свобода, а чувствовал свою включённость в некий поток, из которого он не может вырваться, то есть, не свободу, необходимость. Признать и принять. Это очень сложно.

С духовной точки зрения принять свою судьбу - это мужественный шаг освобождения, потому что вслед за принятием я открываю для себя свободу, потому что как только я с чем-то в жизни соглашаюсь, принимаю это как факт своей жизни, я становлюсь как бы соучастником этого события и я начинаю быть со-обладателем этого события. И тогда я признаю: нет, это не только что со мной случилось, это то, чему я отчасти стал теперь и причиной. Это то, о чем мы в прошлый раз говорили, быть автором своих собственных действий или как говорил Жванецкий: «благодарить за все себя». Когда я принимаю свою

судьбу, я высвобождаюсь из того, что мне казалось прежде пленом и несвободой. Вот для чего нам нужен такой анализ, для чего нам нужно представление о том, от каких множеств самых разных факторов зависит условие формирования в нас со-зависимого или свободного поведения.

Поскольку все-таки мы говорим о любви, как о том образе жизни, о том образе бытования, который дает человеку иной путь, иную возможность, мы должны сказать как бы «плохо» не обошлась судьба с человеком, с христианской точки зрения человек есть всегда душа живая. Потому в нём есть всегда

любовь и потому всегда эту любовь он может обнаружить в себе, присоединиться к ней, он может ею жить, начать ею жить в любую минуту своей жизни. Вспомните примеры, которые дает Лев Николаевич Толстой и в смерти Болконского, и в смерти Каратаева, и в открытии Пьера Безухова. Замечательный пример Обломова, в одном из его размышлений, когда он лежал на диване до знакомства с Ильинской, он вдруг говорит о свете в своей душе. Этот самый, в грязном халате лежащий барин, вдруг говорит о свете, который спрятан в душе. Как многие люди говорят об этом свете. Это свидетельство о том,

что в человеке любовь есть и она есть всегда. Нет такого человека, у которого бы не было. Это означает, что у него есть другой путь. Не путь выстраивания со-зависимых отношений, которые он принимает как некий суррогат, а есть иной путь, путь любви, в котором открывается безграничная щедрость, собственная щедрость и свобода. На этом я пока остановлюсь и передаю слово Ольге Михайловне Красниковой.

Ольга Красникова: Мы часто говорили на прошлых лекциях, что в этой ситуации любви нет. На самом деле, мы говорили не совсем точно. Не бывает такого, чтобы не было

любви совсем. Это то, о чем говорил сейчас отец Андрей, но бывает искаженная любовь или прерванная любовь. Причины разные. Если мы возьмем опять же детство, о котором так много здесь говорим, то в детстве ребенок может получить опыт, что любовь связана с болью. Например, в тот момент, когда он заболел, и его отправили в больницу, а маму отправили домой. Бывает, когда маленьких детей оставляют в больнице и не разрешают родителям остаться. Ребёнок не понимает, что такое “скоро мама придет”, “сейчас мама придет” или “подожди немножко”. Для ребенка мир воспринимается буквально. “В

данный момент мамы со мной нет”. Что для него это значит? Что такое мама для ребенка? Это источник жизни и объект его любви. Получается, что если объект любви для ребенка недоступен, ему кажется, что это теперь навсегда, что мама не придет никогда. Это ощущение тоски, одиночества и боли может остаться в душе, на уровне телесных ощущений. Не обязательно ребенок будет помнить этот момент.

Память тела на самом деле очень сильная. Проводил один из знаменитых нейропсихологов Александр Романович Лурия эксперимент с больным корсаковским синдромом. Это

человек, у которого нет памяти на текущее, то есть, он может с вами поздороваться, отвернуться и он уже забыл, что он с вами поздоровался, и он будет здороваться с вами еще раз. Так вот, эксперимент заключался в следующем: здороваясь, Александр Романович зажимал между пальцами одной руки иголку и тихонечко колот в рукопожатии этого больного. Через несколько минут, когда больной снова пытался с ним поздороваться, Александр Романович протягивал ему руку, больной тоже протягивал ему руку, но инстинктивно одергивал. То есть, у него в мозге отсутствовала зона памяти, которая отвечала за

кратковременную память, то есть, он не мог помнить это, но его тело помнило, что эта протянутая рука чем-то ему опасна, это инстинктивное было движение.

Что происходит с ребенком? У него появляется ассоциация закреплённая: если я люблю, то это может стать для меня настолько болезненным, настолько опасным, что лучше я буду избегать любых ситуаций, связанных с любовью, с эмоциональной сильной привязанностью. Лучше я буду один, чем я опять испытаю этот страх, боль, напряжение. Этим объясняется, что взрослые люди, которые не помнят этого детского опыта, они

ищут любви сознательно. Они хотят, понимают, что им не хватает, но когда они попадают в ситуацию, где возможно завязать теплые отношения эмоциональные, они вдруг ощущают страх, панику, чувствуют напряжение, пытаются убежать, избежать любыми способами таких отношений. Это грустная шутка многих женщин, обращающихся за психологической помощью, “что для меня страшнее, если он на мне женится, чем если он меня бросит, потому что, если он меня бросит, я знаю, как это пережить и что мне с этим делать, но если он на мне женится, то вот с этим что делать я не знаю, как это

пережить. Я не умею разговаривать с другим человеком, я не умею с ним общаться, находить какие-то, помимо бытовых моментов, темы для разговоров, для общения”. Это действительно становится огромной проблемой для взрослых людей.

Также помимо этого страха любить, помимо избегания отрицания, есть еще такое понятие в психологии, как слепая любовь. Что значит слепая любовь? Когда я не могу себе позволить, опять же это происходит бессознательно, я не могу себе позволить жить лучше и быть более счастливой, чем моя мама. Тогда смотрите, мама одинока, значит, мне тоже нужно быть

одинокой, чтобы не чувствовать вину перед своими предками. Казалось бы, логика странная и достаточно страшная. Слепая любовь как раз и отличается отсутствием логики здоровой. Или представьте себе, что перед вами поставлен торт, а перед вашими родителями только корочки хлеба лежат. Скажите, пожалуйста, как вам будет есть этот торт, если вы не можете им поделиться с родителями? Сложно, а иногда и невозможно. При этом вы заранее для себя решите, что родители очень хотят этот торт, он им очень нужен и вы не спросите, а может быть это их решение, их выбор, а может у них на сладкое аллергия или они этого

сладкого в своей жизни переели? Вы не будете уточнять и спрашивать, вы на всякий случай предпочтете корочку хлеба. Это такие метафорические примеры того, как эта слепая любовь срабатывает.

Также здесь есть момент солидарности, что я такая же, как моя мама. Я не могу позволить себе быть лучше, жить лучше, быть более счастливой. В этом смысле самый большой подарок, который мы, родители, можем сделать нашим детям, это как раз жить счастливо, любить жизнь, заботиться о себе и об окружающих тоже. Потому что когда мы о себе позаботились, у нас больше сил для заботы об

окружающих.

Я еще хотела рассказать сегодня о том, какие роли в семьях мы начинаем играть для того, чтобы каким-то образом компенсировать этот недостаток любви. В прошлый раз я рассказывала о роли семейного мужчины, когда мы говорили об ответственности. Сегодня

повторяться не буду. Расскажу о том, какие еще существуют достаточно любопытные, на мой взгляд, роли. Причем эти роли не только в семьях, они могут быть и на работе. Например, самая известная роль, описанная в литературе, это роль козла отпущения. Кто такой козел отпущения? Это тот, кто всегда во

всем виноват. Самое интересное, что эту роль человек не сам выбирает, а его назначают на эту роль. Если вы смотрите телевизор и когда-нибудь попадали на разные реалити-шоу, например, «Фабрика звезд» или «Последний герой», они все построены на том, что каждый раз выбирается новый козел отпущения, от которого группа избавляется. Причем в следующий раз козлом отпущения может стать тот, кто в прошлый раз был лидером или тот, кто в прошлый раз больше всего ратовал за исключение предыдущего козла отпущения. Так продолжается до тех пор, пока не остается один человек. Эти передачи наглядно

показывают, что именно группа инициирует эту роль, а не сам человек ее притягивает.

Зачем нужен такой человек в семье или группе? Он нужен для того, чтобы члены семьи, которые не умеют справляться со своим напряжением, могли это напряжение сбрасывать, снимать благодаря тому, что этот человек всегда делает что-то не то. По поводу этого слова «всегда» есть замечательное упражнение. Это как домашнее задание часто применяется при работе с детско-родительскими отношениями. Когда мама приходит с жалобой на своего ребенка:” Что мне с ним делать, он всегда опаздывает”.

Еще “никогда,” но они приблизительно одинаковый смысл несут. «Никогда не моет посуду», «никогда не делает уроки», «всегда грубит». Такой маме предлагается завести коробок спичек, который она будет носить в кармане и каждый раз, когда ребенок делает это нехорошее действие, откладывает спичку в другой карман. Как правило, в конце недели эти женщины с удивлением обнаруживают, что спичек не так много, что они преувеличивают и благодаря этому преувеличению снимают то напряжение, которое у них накапливается на работе, в отношениях с мужем, в отношениях с

собственной мамой, которая всегда недовольна. Таким образом, роль козла отпущения назначаемая, выбираемая. В норме кто виноват? Тот, кто действительно провинился. Сегодня я забыла выключить свет, значит, я козел отпущения. Завтра кто-то не вынес мусор, значит, он козел отпущения. То есть, эта роль становится переходящей. Она не закрепляется за одним членом семьи. Здесь возмездие есть, если можно так сказать, оно воздается по заслугам не заслужено, как в случае с козлом отпущения.

Есть противоположная роль - это “любимчик семьи”, он же домашний тиран. Это тот человек,

ради которого все всё бросают, все свои дела, все свои интересы, все свои желания и все подчинено только его воле, его потребностям. Тоже роль назначенная. Для чего она нужна? Чтобы переложить ответственность за свою жизнь на другого человека. Если бы не он, я бы пошла в кино или к подруге съездила, но я же не могу, мне же надо ужин приготовить, мне же надо тапочки принести, мне же надо шнурки погладить. По поводу шнурков, я один раз имела случай работать с женщиной, которая реально гладит шнурки своему мужу. Я сначала думала, что она шутит, но это было на самом деле так.

Еще бывают роли семейного больного. Это особенно такая сложная тема, потому что вроде бы болезнь это что-то такое физиологическое, имеющее какие-то органические основания и причем тут психология, причем тут семейная система и почему мы вдруг об этом говорим. Оказывается, что семейного больного можно воспитать. Берете здорового ребенка и когда этот здоровый ребенок чувствует себя хорошо, хорошо себя ведет и более-менее слушается. Вы либо его игнорируете, “нормально же все, что на него обращать внимание”, либо вы разговариваете с ним в форме незаконченных предложений.

Вообще незаконченные предложения это страшная вещь. Смотрите. «Ты сегодня мусор вынес?» - «Ага». «А почему кровать не постелил?» - «Кровать постелил». «А почему посуду не вымыл?» - «Посуду вымыл». «А почему ты уроки не доделал?». Так до бесконечности. То есть, у ребенка создается ощущение, что он никогда не доделает то, что от него ожидают, и никогда не сможет эти ожидания родительские оправдать.

Зато, если ребенок у вас чуть-чуть приболел, тут вы меняете свое поведение на 180 градусов. Папа приходит пораньше с работы, приезжает бабушка с пирожками,

бабушка берет больничный, сидит, читает книжки. Дети не дурачки. Если несколько раз вы так повторите, то через какое-то время ребенок, когда он будет чувствовать нехватку эмоционального внимания к себе, он начнет болеть, вплоть до серьезных хронических заболеваний, таких как астма, например. Уже доказано, что это заболевание имеет психосоматическую природу, это заболевание отношений, как правило, следствие детско-родительских отношений.

Можно язвенника сделать. Научить? Берете здорового ребенка... Не надо? Когда он приходит со школы, сажаете его за

стол, желательно, чтобы вкусно пахло, чтобы было блюдо, которое он любит и когда у него слюнки потекли, вы его спрашиваете: «Как дела в школе?». Можно еще с папой поругаться при ребенке, когда он кушает. Можно кино включить, какие-то ужастики, можно начать мораль ему читать, нравоучения. То есть, любое стрессовое переживание, которое ассоциируется с выделением желудочного сока на уровне физиологии и в следующий раз ребенок, попадая в стрессовую ситуацию, как на неё будет реагировать? Выделением желудочного сока. А если в этот момент в желудке пирожка не будет,

то гастрит через какое-то время вам обеспечен. Таким образом, мы с вами сами формируем такие нездоровые, и в прямом, и в переносном смысле отношения. И нельзя сказать, что в этих семьях нет любви. Она есть, но она извращена, она каким-то образом перевернута, искажена.

Если говорить о том, что родители, раз уж коснулись детско-родительских отношений, самое большое, что могут дать ребенку, это любить друг друга. Папа самое большое, что он может для ребенка сделать – это любить его маму. Тогда мама, чувствуя, что она любима, также будет любить папу, будет

счастлива и от мамы ребенок научится радости в жизни и благодарности за эту жизнь. Даже если ребенку будет не хватать внимания, не будет каких-то дорогих особо игрушек или чего-то еще не будет, все равно это ощущение жизнеутверждающее у него останется из детства.

Отец Андрей: Я бы теперь хотел перейти к теме, которую уже задал в позапрошлый раз, к теме благодарности. Она имеет ту важную глубочайшую связь с нашей темой, с любовью. Потому что благодарность рождается в любви сама, как ее прямое продолжение, как следствие.

В любви очень много благодарности. Благодарности, во-первых, тому, кого мы любим за то, что он есть. Это самое важное. А во-вторых, к тому, кто является причиной того, что он есть, а таких двое – это мать и Господь Бог и отец, конечно, да. В этой благодарности Богу, вообще другой благодарности быть не может, кроме как к Богу, потому что все сводится к первопричине бытия. В этой благодарности к Богу раскрывается, реализуется одна из сильнейших сторон любви, поэтому об этой стороне любви, о благодарности и благодарении стоит поговорить особо.

С христианской точки

зрения для нас благодарность является заповедью, также как и любовь, как и молитва, как и покаяние. Вот благодарность – это вещь, оказывается, на поверку непростой. Вроде бы мы воспитываем это в детях сизмальства, приучая их благодарить за подарок, после еды, еще за что-нибудь. Это входит в норму нашего воспитания, нашей культуры. Мы очень часто говорим всякие разные благодарственные слова: «спасибо», «благодарю» и всякие их производные странные, типа «не за что» или «не надо», хотя это совсем не благодарность, а прямо противоположная вещь, но, тем не

менее, мы широко пользуемся всякими подобными вещами. Казалось бы, наша культура христианская, пост-христианская, (другое дело как мы ее характеризуем), она, вроде бы, достаточно наполнена элементами благодарения. На самом деле, с психологической точки зрения и с духовной точки зрения, это не так. Пытаясь анализировать ее, рассмотрим несколько пунктов из этого добродетельного делания.

То, что я сейчас попытаюсь вам рассказать. Год назад, или даже больше, приехал к нам в нашу школу психологическую, христианскую немецкий христианский психолог,

которого мы сегодня здесь цитировали, Вернер Май. Он живет и преподает в маленьком городке под Вюрцбургом, это недалеко от Мюнхена и Нюрнберга. Он говорил с том, что первое, что необходимо для благодарения- это смирение, потому что смирение ставит человека на его истонное место, законное, лучше сказать, место перед тем, кто может ему принести благо, оказать ему благодеяние и прежде всего, перед Богом. То есть, со смирением человек может стать перед Богом или перед старшим своим, перед родителями, прародителями, начальниками и т.д. Почему здесь необходимо смирение? Потому что

если человек не признает того, кто перед ним, дающий ему, что он человека в этот момент старше, богаче, выше, то тогда человек и не сможет принять от него дар, потому что заранее отрицает его как имеющего что-то дать. Первая позиция человека, который может с любовью благодарить, это позиция смирения. Без смирения благодарность не получается. Напротив, горделивый как раз отрицает необходимость дара. Он говорит как бы «у меня все есть», «спасибо, не надо», «мне никто ничего не должен», «мне от вас ничего не надо» или в мыслях он может думать «да что ты мне

можешь дать», «я все знаю», «я все умею», «подумаешь, эти психологи, чего они знают» или «батюшка опять будет свои проповеди говорить, давайте делать добро, я уже все это знаю» и т.д. Всякий раз, когда мы отрицаем возможность получить что-то, а это позиция ученика, она требует смирения. Мы всякий раз отрицаем и сам этот акт благодарения. В такой горделивой позиции благодарить невозможно. Для того, чтобы сказать по-настоящему «благодарю», нужно как бы чуть-чуть стать ниже того, кого благодаришь. То есть, проявить акт смирения.

Вторая ступень благодарения —

принятие дара. Тоже вещь очень непростая, потому что она ведет к нескольким сложностям в нашей ситуации. Для того чтобы дар принять, нужно сделать над собой усилие, а горделивому такое усилие сделать очень трудно. Один из симптомов гордости - это неумение принимать подарки. Я не любил принимать подарки. Это элемент гордости. Я это понимал всегда, но как с этим что-либо сделать? Приходя в гости к такому человеку на именины, на день рождения все гости мучительно думают:” Что ему подарить?” Он всем будет недоволен, или от всего будет отказываться, или сложит в стопку все подарки, если

это книги особенно, как у нас часто в Москве бывает, то они громоздятся на подоконнике или на краешке стола. Отказ: «да что вы, да не надо мне никакого подарка», «да не беспокойтесь», «да мне ничего не нужно», «да у меня все есть» или какое-то обесценивание: «ой, это та книжка, которую я видел в прошлом году» или что-то подобное. Форм много, но самое сложное – это принять дар.

К принятию дара нас ведет еще одна ступенька – признание потребности в этом даре. То есть, признание того, что “сейчас и здесь перед тобой, Господи, (перед тобой, друг или учитель мой, или встречный

мой, ближний мой), я этого не имею. Сейчас ты богаче меня. Этого я действительно не имел. Вот такой “сырорезки” у меня не было или вот таких кофейных чашечек у меня не было. Как здорово, теперь они у меня будут”. Принять дар я могу тогда, когда я признаю, что я этим беден и это акт смирения, потому что я этим беден и этого у меня нет. Тогда я принимаю. Это тоже выбор мой – принимать или не принимать. Когда я принимаю со смирением то, чего я не имел прежде, я тогда не могу не радоваться дару. Тогда радость и благодарение – неперемные условия, как говорил Вернер Май.

Напротив, человек, который с

гордостью, не признается себе в том, что он действительно этот дар не имел. Он может говорить о том, что “у него книжки этой нет, но есть другая на эту тему”. Что ему “этого не нужно”. Что “это красивые чашки, но зачем, у меня и так 2 сервиза стоит”. Самое главное, что для себя самого он утверждает самодостаточность. У него возникает чувство автономии, что ему ничего не нужно, он сам по себе. Он согласен на аскетическую, скудную, бедную, нищую жизнь. Но главное, что он ни от кого не зависит и ни в ком не нуждается. Сам по себе, автономен. В предельном смысле это натуральное хозяйство: хутор, земля,

дом, свиньи, козы, поля, фруктовые деревья. Всё, ничего не надо, от мира можно отгородиться. Тогда возникает некая фантазия, что можно прожить одному в этом мире, не зависеть ни от кого, ни от импорта, ни от экспорта, ничего не покупать, жить только своим нажитым. Как вы думаете, какой ведущий мотив у такого человека, который мечтает поселиться на хуторе, на своей земле, ходить неважно в чем, но главное ни от кого не зависеть? Что движет этим человеком? Страх, а не любовь. Любовь в нем есть, вне всякого сомнения. Вместо радости от дара, у такого человека будет униженность,

что ему подарили, что его одарили. Унижение и зависть, и жадность и ненасыщаемость, потому что тот, кто не радуется дару, он никогда не принимает его в сердце, никогда этим даром не пользуется. Этот дар ему как кость в горле, вместо радости.

Принимающий дар принимает на себя и ответственность за дар. Благодаря того, кто подарил, Бога, родителей, он несет ответственность за то, что он получил. Жизнь, которая дана человеку родителями, несем ли мы ответственность за эту жизнь? Это дар случайный, дар напрасный? Или я отвечаю за него? А если отвечаю, тогда не напрасно, а

это как богатство данное мне. Конечно, тут рождается чувство ответственности, но оно возникает только тогда, когда я этот дар принимаю. Мы говорили в прошлый раз о том, что я понимаю под словом «принятие». В том числе принятие и ведет к благодарности и ответственности, о которой мы так много говорили. Эта ответственность благодарения остро необходима.

Что же на противоположном полюсе в стане зависимых отношений? Либо равнодушие, «отвечать я за это не буду», «это не мое», «мне подарили, ну и что?», «что я сторож брату моему?» Подарили, например, цветы в

горшках. Цветы всё чувствуют, не цветы как лепесточки, а растения. Если принявший этот дар их не любит и не отвечает за них, они, в конце концов, погибнут. Еще, конечно, отказ от ответственности очень часто продиктован страхом быть обязанным за дар. Ведь часто мы воспринимаем дар, как “ты мне — я тебе”. В нас же живет чувство справедливости, мы же все дети социализма. Вот это понятие “справедливости” в глубине души диктует нам, если мне подарили подарок на 1000, значит, я должен на 1000 + сколько-нибудь. А если на 3000? Разорение! А подарить просто так открытку нет, это унижение. Вот

это быть обязанным, это чудовищное чувство. Лучше пусть вообще никого не приглашу на день рождения, чем они все принесут, а я потом буду им обязан отвечать тем же. Ужасное состояние.

В благодарении есть еще одна очень важная вещь, в благодарении есть встреча. Если я благодарю, я благодарю кого-то. Принимая дар жизни, и принимая его с благоговением, с благодарением, я же ведь не могу после этого ни секунды не быть благодарен тому, кто дал жизнь. Тогда у меня уже в душе чешется сказать: «Господи, благодарю тебя». Даже если я никогда не думал о Боге, но это

невольно возникает. Благодарить Бога за жизнь, за дар и, конечно, родителей. Отсюда возникает первая разгадка той сложной заповеди, о которой мы все гадаем, что же это такое «почитать родителей». А почитать родителей - это благодарить их за то, что они дали мне жизнь. Казалось бы, простая вещь - моя жизнь, это я, это реальность. Ничего тут выдуманного нет. Самое главное, я совершенно взрослый человек, я прекрасно понимаю и другого быть не может, что это их решение было. Они дали мне жизнь. Другого среди нас и во всем мире нет никого, кто был бы рожден иначе. Благодарение это

есть часть, первая ступенька почитания родителей. Когда мы говорим о том, что мы имеем в жизни вообще, в максимальном смысле слова, то тогда, конечно, мы благодарим Бога. Тем, что мы Его благодарим, мы Его признаем.

Тот, кто умеет благодарить, если он неверующий, на пол-дорожки к признанию бытия Божьего. Потому что благодарить надо кого-то. А если яблоко падает ниоткуда, тогда можно вырубить яблоню и думать или складывать миф о том, что яблоки просто падают сверху, яблони здесь не причем. Если жизнь существует, можно делать вид, что она сама по себе произошла и тогда

благодарить никого не надо. Что следует за тем, когда человек перестает благодарить жизнь, чтобы не признавать Бога, признает ее случайной? Он ее обесценивает. Потому что если жизнь мне не дар, тогда это ничего не стоит. Тогда “дар случайный, дар напрасный, жизнь зачем-то мне дана?”. С неизбежностью придет человек к этому выводу. С неизбежностью, если будет отрицать бытие Божье. И наоборот, тот, кто будет благодарить за свою жизнь, он с неизбежностью придет к бытию Божьему и с благодарностью к своим родителям.

Вы скажете «да это тривиальные вещи», «подумаешь, что такого

благодарить за жизнь». Увы, нет. Во-первых, очень часто встречаются и в пасторской практике, в психологической практике люди, которые никак не могут признать, благодарить и любить своих родителей. Никак не могут. Это чрезвычайно трудно бывает для некоторых поблагодарить родителей за то, что они дали жизнь. Чрезвычайно трудно. Даже некоторым из тех, кто здесь находится, тоже знаком этот вопрос и эта проблема, и мне тоже. Я признаюсь в этом. Поэтому то, что я говорю, сердцем собственным прожито. Для того, чтобы дар не принимать, не благодарить дающего

и не признавать его бытие, можно дар обесценить. То, что Пушкин сделал. Почему это задело митрополита Филарета, «дар случайный, дар напрасный», - эти слова просто обесценивания дара жизни. Подумаешь, случайное сцепление клеток, случайное рождение, живое существо.

У Василия Великого, по моему, есть чудовищный просто абзац по этому поводу. Он описывает зачатие человека и рождение. Он пишет, (тогда не представляли себе зачатие как клеточные соединения), он описывает беременность и роды как-то униженно: «и вот это жалкое существо появляется на свет и что

первое оно делает, оно кричит», - это у Василия Великого. Вот действительно такое обесценивание человеческой жизни потом ведет к чему? К непризнанию того, кто этот дар дал и, конечно, отрицание. Поэтому понимаете, какая тут зависимость неотрицания и неверия? Неблагодарения и отрицания Бога? И наоборот.

Часто говорят люди, что забывают поблагодарить Бога после еды, но это полбеда. Но как не забыть поблагодарить Бога за все? Мы действительно забываем. Но когда все хорошо складывается, тогда вспоминаем и благодарственную молебен служим, акафист читаем. Но

как трудно поблагодарить благодарностью Иова, когда трагедия, когда что-то ужасное, разрывающее сердце. Сердце болит, скорбит и кричит. Сердце кричит, конечно, метафорически: “Почему, Господи?” и в этот момент поблагодарить? Невероятно. Тем не менее, в этот момент это трудно сделать, трудно говорить, если это трагедия, посланная Богом, болезнь какая-то тяжелая или утрата ближнего, трудно говорить о потребности в даре, о принятии этого дара. Мы знаем по святительству, пусть даже сейчас применяем не к себе, но мы знаем свидетельства подвижников и

многих праведников, святых, когда человек может принять это. Тогда, как свидетельствовали они, Бог открывается им совершенно иным образом, как Иову некогда. Это есть свидетельство жизни Божьей, это есть свидетельство Царства.

И еще, благодарение в христианском смысле становится молитвой, оно само складывается в молитву и поэтому апостол Павел завещал: «непрестанно молитесь, за все благодарите». Это как бы две связанные между собой вещи. Так вот, я вам должен сказать и по собственному опыту, и по пасторскому опыту, что желающий благодарить складывает сам свои

молитвы Богу, Молитва просто сама из сердца льется, губы сами складываются в какие-то молитвенные фразы. Тому, кому трудно молиться, говорят: «сухая молитва, вот не получается», вот один из многих путей, ведущей к радостной и благодарственной молитве, часто мы у Святых Отцов встречаем, - это именно чувство благодарения Богу и благодарения за все, ведь апостол Павел сказал: «за все благодарите».

Само по себе это уже подвиг – за все благодарить, но я думаю, что он доступен каждому из нас. Как у каждого из нас есть сердце и есть любовь в сердце, так у каждого из

нас есть возможность благодарить, верить и любить.

Поскольку время наше подходит к концу, как и вначале, мне хотелось бы опять в качестве молитвы благодарения за ваше терпение и за ту возможность, которую нам предоставили хозяева этого замечательного культурного центра, еще раз зачитать эту 13-ю главу апостола Павла в первом послании к коринфянам «О любви», если позволите, как молитву.

«Если я говорю языками человеческими и ангельскими, а любви не имею, то я - медь звенящая или кимвал звучащий. Если я имею дар пророчества, и знаю все тайны, и

имею всякое познание и всю веру, так что могу и горы переставлять, а не имею любви,- то я ничто. И если я раздам все имение мое и отдам тело мое на сожжение, а любви не имею, нет мне в том никакой пользы.

Любовь долготерпит, милосердствует, любовь не завидует, любовь не превозносится, не гордится, не бесчинствует, не ищет своего, не раздражается, не мыслит зла, не радуется неправде, а сорадуется истине; все покрывает, всему верит, всего надеется, все переносит. Любовь никогда не перестает, хотя и пророчества прекратятся, и языки умолкнут, и знание упразднится. Ибо мы отчасти

знаем, и отчасти пророчествуем; когда же настанет совершенное, тогда то, что отчасти, прекратится. Когда я был младенцем, то по-младенчески говорил, по-младенчески мыслил, по-младенчески рассуждал; а как стал мужем, то оставил младенческое. Теперь мы видим как бы сквозь тусклое стекло, гадательно, тогда же лицом к лицу; теперь знаю я отчасти, а тогда познаю, подобно, как я познан. А теперь пребывают сии три: вера, надежда, любовь; но любовь из них больше».

Спасибо.

Теперь есть возможность у нас ответить на те вопросы, которые

оказались у нас на столе до начала сегодняшней встречи.

Вопрос: - Стоит ли читать художественную литературу, смотреть спектакли, кино, если они отражают человеческие зависимости и со-зависимые отношения? Если стоит, то почему?

Ответ:- Мне кажется, мы вместе с Ольгой Михайловной на этот вопрос ответили, потому что примеры наши из художественной литературы и кино, конечно. Я думаю, что если художественное произведение подлинное, то в нем отображены все человеческие страдания и любовь, и зависимость – все там есть, поэтому, когда вы

читаете или смотрите, вы это видите. Если вы осознаете в себе нечто, то видите это в героях и это еще раз помогает вам понять механизмы человеческих отношений. Поэтому, конечно, очень назидательно. Тут я должен оговориться: если это художественная литература и художественное кино. Эта оговорка имеет смысл, потому что когда это произведение ремесленное, там этого может не быть, тогда не полезно. Отличайте сами.

Вопрос: -Используются ли термины зависимости и со-зависимости в других направлениях психологии, кроме христианского?

Ответ: -Это во всех

направлениях используется. Это не наше изобретение. Другое дело, что является здесь, собственно, христианским. Прежде всего - представление о личности человека как об образе и подобии Божьем. Во-вторых, утверждение того, что в человеке есть любовь всегда, он есть любовь, также как и есть Любовь, создавший его Господь. Любовь эта не угасает, не исчезает, она всегда в нем есть. Путь к любви в своей душе бывает закрыт, заблокирован, но только самим собой. Мы утверждаем, что выбор любить или не любить – это человеческий выбор. Строить со-зависимые отношения или быть свободным в любви – это

выбор человека. Это христианская позиция. Еще, может быть, она в чем-то отражается. А про зависимости это не только христианская психология. Те книги, которые мы вам предлагали, и сегодня еще предложим, они признаны в психологическом мире.

Вопрос: - В прошлый раз говорили про зону ответственности, что человек может отвечать только за себя. (Это утрирование, не только за себя, конечно). Вот из такой ответственности обращаюсь за помощью в решении личных трудностей к кому? К психологу или священнику? В чем разница?

Ответ: - Конечно, такой вопрос

не очень простой, но можно сказать так, что если вопрос духовный и религиозный, то, конечно, к священнику. Если трудность какая-то, проблема личностная, то, наверное, к психологу. Если эта проблема перерастает уже в какой-то невроз или психоз, но, наверное, к психологу, к клиническому психологу, а может быть и к психиатру. Тут разумение должно быть. Психолог и священник занимаются разными вещами. Священник строит, он строитель тайн Божьих. Он ведет человека к спасению души. Психолог помогает идти человеку путем личности, его роста и развития. Это, согласитесь,

разные вещи.

Вопрос: - Изменение представление об отношениях, получении информации, ведет ли это непосредственно к практическим изменениям? Послушала лекцию, поняла как хорошо, и правильно и все сложилось или тут что-то еще нужно делать? Ответ: - Ответ на этот вопрос непростой. Я бы сказал так, что из всех нас, примерно 89% нужна посторонняя помощь в решении своих личностных проблем. Обращаются, предположим, неважно сколько, пусть половина. Вторая половина пытается самостоятельно справиться. Я вам должен свидетельствовать, что справляются,

но далеко не все. Многие люди просто-напросто, переживая неудачу самостоятельно, как в поиске истины, опускают руки или попадают в какой-то круговорот, все пытаясь найти самостоятельный выход. Большинство людей никогда ни к кому не обращаются. Это их выбор. Это вовсе не означает, что им хорошо живется, но они соглашаются так жить, приспособливаются, находят в этом утешение и это позиция человека.

Посмотрите на наше общество, многие люди приходят в церковь? Мы говорим 60-80% у нас крещенных, хотя этого никто не знает. Но в церковь ходит 3-5%. 5 —

это завышенная планка, 3 – более реалистическая. Значит, остальным церковь не нужна. Я сейчас не говорю в каком-то мистическом смысле, а в практическом. Остальным 97% церковь не столь необходима, если сказать мягче. Точно так же и тут, многим нужна помощь психологическая, но не все ее привлекают.

Теперь по поводу изменений. Можно прослушать лекцию, можно прослушать психотерапию у всех психологов, но до тех пор, пока человек сам не начнет внутри себя что-то делать, никаких изменений не наступит. Изменения наступают только тогда, когда человек сам

встает на некоторый путь, когда он делает шаги, он начинает двигаться, идти, развиваться. Поэтому все метафоры личностного развития связаны с категорией движения: путь, восхождение. В общем - движение вперед, только тогда, когда сам.

Вопрос: - Как совместить заповеди о почитании родителей, утверждение, что дети не наша собственность и что они нам ничего не должны?

Ответ: - Это как раз и важно. Когда уважение, признание и почитание родителей исходит не из чувства долга, не из чувства вины и не из чувства обязанности, а

приходит от любви, благодарности и щедрости, тогда это подлинное почитание, то, о чем говорил пророк Моисей в заповеди «О почитании родителей». Родитель, который дождется от своего чада, может быть, на последних своих минутах жизни, слова искренней любви и благодарности от щедрости души своего сына или дочери, он поистине блаженный, потому что, конечно, от маленького ребенка этого не дождешься. Этого не дождешься от молодого человека, которому 25. Только зрелость, я думаю, приносит человеку ту щедрость и то богатство, когда он может так отнестись к своим родителям и поблагодарить

их, что родитель почувствует так, что доказательств больше быть не может. Поэтому как раз тот, кто почитает родителей и понимает, что никому ничего не должен, с этого момента начинается настоящее почитание, уважение и благодарение родителей.

Вопрос: - Хобби – это зависимость или нет?

Ответ: - Зависимость можно сделать из всего. Поэтому, может быть, и нет. Не знаю. Понимаете, элементы нашего со-зависимого отношения могут быть в самых разных отношениях, и они могут быть как временные, как ситуативные. Например, я заболела. Конечно я, зависю от

того, кто за мной ухаживает. Когда я выздоравливаю – все, это кончается, я уже самостоятельный и т.д. Не надо думать, что это “либо/либо”. В чем-то я зависим, в чем-то я свободен. Мы говорим о главном, о том, что у нас есть иной путь, ведь путь со-зависимости лишает нас многих даров жизни - свободы, щедрости, полноты бытия, счастья, наконец. Счастья в зависимости не бывает. Бывает радость и со-зависимый переживают какую-то, а любовь все это дает без ограничений. Это, собственно говоря, и есть путь, о котором говорит апостол Павел. Серафим Саровский, о котором свидетельствовал, о пути полноты

любви.

То, что я цитировал Ефрема Сирина в самом начале, не нашел перед нашей встречей эту цитату, о том, что любовь – это вино. Кто испил вина сего, тот блажен. Это же действительно, тот, кто испил этого вина, как выражается Сирин, уже другого не захочет никогда. Зависимость и со-зависимые отношения – это ограничение, это скудость, это недостаточность, хотя иногда люди это выбирают.

Пожалуйста, если есть еще вопросы ко мне или к Ольге Михайловне. Смелее. У нас осталось еще несколько минут.

Вопрос: - Вы цитировали Павла, что благодарить можно за все, нужно за всё. Стоит ли благодарить за все, если думаешь, что это может быть просто какое-то стечение обстоятельств? Какие-то незначительные вещи, неужели Бог это будет делать для меня? За все можно благодарить Бога? Даже за всякую мелочь?

Отец Андрей: Во-первых, я не могу сказать так дерзко, но мне очень хочется это сказать: да, конечно, Он делает это для вас. Да, конечно. Я убежден в этом, но это мое убеждение, как мне его передать вам? Это невозможно. Он

действительно делает для вас все. Если Христос говорит о каждом волосе, падающем с нашей головы по воле Божьей, стало быть, все, что Он делает позитивного для вас, конечно, да.

Тут есть другой момент, благодарить не нужно, а можно. Благодарность это то, что в вашем сердце наполняется. В том случае, как вы ставите этот вопрос, я думаю, благодарность появится тогда, когда вы эту каждую мелочь, которая происходит в вашей жизни, осознаете в перспективе смысла жизни вашей. Когда смысл утрачивается, тогда и мелочи обесцениваются. Каждый день

обесценивается и каждое событие обесценивается, но когда вы удерживаете сердцем и интеллектом смысл жизни, тогда для вас нет мелочей. Тогда все выстраивается как в единую цепочку Его промысла, как говорил тот самый обдорский монашек в «Трех разговорах» Соловьева: «умному человеку каждый день с Богом интересно жить». Вот такая позиция. Когда все осмыслено, тогда нет никаких мелочей, тогда хочется благодарить. Она просто сама эта благодарность рождается.

Вопрос: Как просто узнать зависимость? Например, в

отношениях мы ничего не понимаем. Какие симптомы помогут мне понять, что я попал туда?

Ольга Красникова: Когда ваши жизненные потребности начинают отходить на второй план, причем эти потребности – сон, отдых, без которых вы жить не сможете. Вместо этого вы начинаете отдавать силы каким-то прихотям и капризам другого человека. Потому что когда речь идет о жизни и здоровье другого человека, тут вопросов нет, конечно, мы сделаем все и не будем щадить ни себя, ни своих сил. Но если речь идет о прихотях и капризах, а мы жертвуем чем-то очень важным для

себя, то здесь можно уже говорить о зависимости.

Вопрос: Была ситуация, когда человек ушел от какой-то опасности или у него случилось счастливое событие. И часто он обращается к Ангелу Хранителю: «Ангел мой, Хранитель мой» или вы благодарите Бога. Это равнозначно или разделять?

Отец Андрей: Я думаю, что, во всяком случае, благодарение всегда восходит к Богу, к первоначальному бытия. Благодарим ли мы Божью Матерь или Ангела, или благодарим своих родителей или начальника,

или благодетеля, все равно благодарение к Господу Богу. Не будет здесь никому обиды, если мы будем благодарить не всегда Господа, а будем благодарить и Ангела, и человека. Но понимаете, когда сердце раскрывается для благодарности, там уже оно не остановится перед какими-то ступенями, оно все равно туда восходит. Когда апостол говорит: «за все благодарите», он не имеет в виду только благодарение Богу. Это как состояние души, благодарности. Оно очень конструктивно и позитивно, оно учительно, оно ведет душу к очень значимым высотам духа.

Вопрос: [...]

Отец Андрей: Пассионарность, конечно, с любовью. Созависимые отношения род человеческий прекращают. Вырождение наступает, конечно. В созависимых отношениях, как мы знаем, наступает химические зависимости, игровые зависимости и всякие прочие. Это ведет к вырождению рода. Почему пала Римская Империя? Вывод в истории уже давно был виден. От разврата. Разврат – это отнюдь не прихоть любовная, а от созависимых отношений. То же самое с Византийской Империей и с Российской Империей точно так же.

Что происходит с нашим отечеством, демографический так называемый кризис? Это что? Выражаясь простым русским языком, это вымирание. Мы вымираем. От чего? Все от того же самого. Я же говорил, применительно в первую очередь к нашему отечеству.

То, что мы видим, алкоголизм, наркомания — это же и есть зависимость. Откуда берутся алкоголизм и наркомания? Вот вам, пожалуйста, один из лучших современных учебников по созависимости. Зависимость — это семейная болезнь. Откуда наши семьи, почему наши семьи рождаются зависимыми? От всех тех

факторов, о которых я сегодня говорил. В том числе и социально-исторических. Вот вам переход к социо-историческому измерению, к пассионарности. Я ответил на ваш вопрос, да?

Вопрос: [...]

Отец Андрей: Что касается Николая Гумилева, я не могу сказать, а вот Льва, так уж точно невротик. Так что он родился в жутких условиях и то, что он выжил, что он стал гением, это именно Божий Дар, но то, что он был больным психически, больным человеком, пройдя лагеря, у которого отца

расстреляли. Он сам не пассионарий. Лев Николаевич не пассионарий никак. А то, что Ахматова не пассионарий, это точно. Вообще, пассионарии стихов не пишут. Пассионарии не создают учебников по истории и психологии. Пассионарии строят дома, рожают детей, завоевывают территории, строят города. Они не оставляют после себя духовного наследия, они строят дома, создают семьи и рожают множество детей. Вот это пассионарий, они захватывают новые территории. Те, кто этими свойствами не обладают, собираются, чтобы обсуждать проблемы со-зависимости.

Вопрос: Скажите, где и когда можно послушать еще раз вас?

Отец Андрей: На эту тему?

Вопрос: На эту и на все ваши лекции.

Отец Андрей: Спасибо, что напомнили, я забыл о своей должности. Следующий курс лекций, 8 лекций, которые будут называться «Психпатологии религиозной жизни», состоится здесь в понедельник будущий и по 2 раза в месяц, через 2 недели, через одну неделю будет двигаться к своему

завершению до 2-го июня. 8 лекции о «Психпатологии религиозной жизни», читать буду я здесь же. Здесь все условия записаны, но это будет уже цикл платный и места будут ограничены, не как сегодня. Билеты будут продаваться здесь в кассе, начиная с четверга, пока они еще не готовы, а начиная с четверга билеты будут продаваться. Все узнаете тут, будете звонить и будете приходить сюда.

Ту рекламку, которую мы раздавали, там немножко устарели даты. Если кому-то не достанется листочек, можете посмотреть у нас на сайте «Собеседника». 18-е февраля, 25-е февраля, 17-е марта,

31-е марта, 14-е апреля, 21-е апреля, 12-го мая и 2-го июня. Вот, кто не успел записать, тот возьмет листочек и будет в курсе всего.

Вопрос: А можно будет увидеть записи лекций?

Отец Андрей: Потом может быть, да, когда мы это все сведем и когда прослушаем и отредактируем, да. Теперь несколько книжек, на которые мы ссылались. Это Эрих Фромм «Бегство от свободы», это первая его книга, написанная в 41-м году, которая стала давно уже классикой. Это в том числе о том, что мы здесь говорили, касаясь

психологии человека, его свободы, его ответственности.

Ольга Красникова: И еще 2 книги. Это американские авторы. «Брак. Где проходят границы» и «Выбираем счастье», это все книги, которые мы вам показываем, они все есть сейчас в книжном магазине, можно приобрести. Читаем с фильтром, потому что американская литература отличается некоторой наивностью и простотой, но тем не менее идеи, которые авторы высказывают, они, в общем, достаточно полезные на мой взгляд. Сегодня отец Андрей привез опять свои книги, то есть, можно будет...о

свободе, да, можно будет их приобрести, девочки здесь будут распространять.

Отец Андрей: Я хочу сказать еще об авторе этой книги, Джон Таунсенд - это американский христианский психолог, я вам свидетельствую об этом лично, потому что я лично с ним знаком, был у него в Лос-Анджелесе, издательство «Триада» давно его перевела чуть ли не всего, порядка 6-7 книг его авторства продаются. Он действительно христианский психолог, он протестант, он не православный, не католик, но тем не менее, много очень полезного в ЭТИХ

книгах есть. Спасибо. До следующих встреч. Всего доброго.

notes

На самом деле это цитата из Иоанна Златоуста (прим. портала Предание.ру)