

ТИПЫ ДУХОВНОГО СОВЛАДАНИЯ¹

Ф.Е. ВАСИЛЮК

Переживание кризиса охватывает все аспекты человеческой жизни — душевный, телесный, социальный, семейный — и почти всегда ставит человека перед духовными вопросами. Профессионалам и волонтерам, участвующим в социально-психологической помощи людям, находящимся в кризисной ситуации, важно понимать духовное измерение процесса переживания. В западной литературе по клинической психологии, консультированию и душепопечению описан процесс духовного (или религиозного) совладания (spiritual coping, religious coping). Этот процесс рассматривается преимущественно как одно из средств преодоления кризиса, служащее целям адаптации. Однако теоретический анализ эмпирических случаев показывают, что это лишь один из типов духовного совладания, его уместно назвать «инструментальным». Кроме него можно выделить «ценностный», «синергийный», «соборный» типы совладания, которые отличаются от инструментального по своим целям, механизмам, отношению к реальности и другим параметрам. Знание многообразия типов духовного совладания может обогатить практику психологической помощи, консультирования и душепопечения.

Ключевые слова: кризис, совладание, переживание, духовное совладание, утешение, инструментальный тип духовного совладания, ценностное совладание, синергийное совладание, христианская психология.

Душепопечение и переживание

Христианскому психологу, желающему послужить своими профессиональными знаниями и опытом людям, находящимся в кризисной ситуации, необходимо осознавать реальный контекст церковной жизни, в котором он действует. Как только он входит в орбиту приходской жизни, привычная для него профессиональная ситуация радикально меняется. Вне этой орбиты он действовал один на один с пациентом, который сам обращался за психологической помощью. В храме он оказывается в общем поле с другими «помогающими фигурами» — прежде

¹ Исследование выполнено при поддержке РГНФ, проект № 13-06-00590 «Вера как общепсихологическая категория». This work was supported by the Russian Foundation for Humanities, project № 13-06-00590 "The faith as the subject for general psychology".

всего, священником, который чаще всего и выступает инициатором обращения прихожанина к психологу. В этом же поле действует крепнущее в последние годы волонтерское движение — помощь больным и инвалидам, умирающим (в хосписе), сиротам и беспризорным, одиноким старикам и заключенным. Набирает обороты и так называемое «приходское консультирование». Все эти виды духовной, социальной и душевной помощи имеют свое психологическое измерение. Обдумать и описать это психологическое измерение — одна из задач христианского психолога, его вклад в общее дело.

Ключевой вопрос для понимания этого измерения таков: чему именно, какому процессу, какой деятельности самого человека мы оказываем поддержку? Ведь мы не хотим действовать вместо него, без него, мы хотим содействовать ему и со-действовать с ним ради него. Речь идет именно о помогающей позиции. При всем желании невозможно за другого человека совершить некоторые важные вещи — что-то понять, выздороветь, сделать выбор. Так и пережить кризис он должен и может только сам, никто его заменить не в состоянии, но тот, кто хочет его поддержать и утешить, решается не на «монологическую» акцию, а на особое сотрудничество, соработничество и на личностное соприсутствие с ним в его критической ситуации.

Что же человек делает, чтоб справиться с несчастьем, пережить беду? В психологии есть несколько понятий, которые описывают этот процесс, например, понятия компенсации, приспособления, но наибольшее распространение в последнее время получило понятие совладания (coping). В свое время я предложил описывать эту реальность с помощью теории переживания (Василюк, 1984). Далее в пределах этой статьи термины «переживание» и «совладание» будут использоваться как синонимы. Чтобы справиться с потерей, кризисом, разрывом, человек должен проделать большую работу переживания, которая не сводится вовсе к испытыванию и претерпеванию болезненных эмоциональных состояний, а есть в целом душевный труд, требующий и продумывания своего положения, и принятия решений, и выстраивания новых отношений.

Значит, для того, чтобы участвовать в духовном и социальном служении, утешении и помощи, необходимо понять, как устроен внутренний процесс переживания, совладания, которому мы хотим помочь.

Духовное совладание

Первая проблема состоит здесь в том, что процессы совладания могут быть очень разными по своим средствам и общей направленности, и мы отнюдь не со всеми готовы солидаризоваться, даже если они и при-

носят человеку облегчение. Справиться с тоской, избавиться от тягостных мыслей можно ведь и с помощью наркотика, например. Стало быть, первое различие, которое мы интуитивно делаем, основано на духовной оценке процесса совладания.

В западной психологической и медицинской литературе в последние годы все чаще стала обсуждаться проблема «*spiritual coping*» — духовного совладания (иногда используется термин «*religious coping*», религиозное совладание). В публикациях на эту тему обычно речь идет вот о чем. Человек серьезно болен, болезнь наложила много ограничений на его жизнь, и он должен с ними справиться, совершить процесс совладания. В этот процесс входят и физические акты (он, например, заново должен научиться ходить после тяжелой травмы), и акты психические (обдумать свое новое положение, перестроить планы, найти новые смысловые опоры). Кроме того, в целостный процесс совладания могут входить и акты духовные, например, пациент молится или занимается медитацией. Исследователи скрупулезно подсчитывают эффективность лечения и реабилитации в зависимости от того, применял ли данный больной какую-то разновидность медитации или молитву, как часто и в какой форме, составляются исследовательские опросники, шкалы, которые проходят необходимые процедуры валидации, разрабатываются концепции холистического сестринского ухода за пациентами, в которых учитывается необходимость поддержки духовных актов той религии, которую исповедует пациент и т.д. [Pargament, Koenig, Perez, 2000; Baldacchino, Draper, 2001; Koenig, Pargament, Nielsen, 1998; Pargament et al, 1988; Koenig, George, Siegler, 1988].

Общий подход подавляющего большинства этих исследований таков: духовное совладание ставится в один ряд с другими способами преодоления несчастья и получает в этой связи явное инструментальное звучание. Разные методы могут способствовать выздоровлению, приспособлению, выходу из кризиса, в том числе — духовные акты. Нет в этом, кажется, ничего дурного, а все же какое-то философско-методологическое смущение возникает: не слишком ли приземленно-утилитарным становится понятие духовного совладания, если это просто использование, эксплуатация духовных актов, в частности молитвы, пусть для вполне законных человеческих целей?

Чтобы вдуматься в эту интуицию снижения понятия, приведу несколько примеров духовного совладания, которые не вписываются в такую инструментальную логику. Одна католическая монахиня, много потрудившаяся у нас в России, на Севере, тяжело заболела и вынуждена была вернуться на родину. Рассказывая о том, как она справляется со все нарастающим недугом, она упомянула такой эпизод. Монастырь, в

котором она живет, находится в красивом лесу. Раньше она доходила до храма пешком, сейчас для нее это непосильно, ее подвозят на машине. Она выходит на крыльцо и ждет, пока придет машина. Когда-то, рассказывает она, я быстро пробежала к храму, всегда торопилась. А теперь болезнь подарила мне несколько минут, когда я ничего не должна делать. Эти несколько минут каждый день посвящены созерцанию красоты и благодарению за нее... Слушая ее рассказ, понимаешь, что такие вспышки благодарности здесь и там вплетены в ее нынешнюю жизнь, когда она должна ежедневно справляться с болью и множеством ограничений. Сама она не называет это «совладанием с болезнью», она обобщает свой опыт совсем иначе: «Когда выпали такие обстоятельства, их нужно пережить с Богом».

«Пережить с Богом» — в таком переживании есть какое-то важное отличие и от простого совладания, и от использования молитвы для совладания. Духовный акт благодарного созерцания красоты в данном случае имеет не инструментальное, служебное значение, он ощущается как самоценный.

Другой пример. Старушка 86 лет, страдающая от надвигающейся слепоты, бессонной ночью, когда особенно разболелась нога и со всех сторон обступили страхи за близких, начинает про себя шептать: «Пусть у меня еще сильнее будет болеть нога и пусть я еще хуже буду видеть, только бы моей внучке было легче с мужем и только бы внук выздоровел».

Похоже, у нее есть странная идея — но простим ей это, — что страдания распределены в мире так, что на ее семью приходится некий определенный объем. И если она возьмет на себя больше страданий, то ноша ее близких уменьшится. Не важно, насколько это соответствует объективной духовной реальности, важен сам внутренний акт. Этот парадоксальный акт совладания не бежит от страдания, не пытается его смягчить, а напротив — идет навстречу страданию, готов даже его добровольно увеличить, потому что усматривает в усилении страдания важный смысл — помощи близким.

Последним примером я обязан рассказу о Сергия Овсянникова. Человек попал в заключение и уверовал. Ему посчастливилось встретиться там с духовно опытным человеком, по его совету он внутренне преобразил свою камеру в келью, т.е. превратил вынужденное заключение в добровольное отшельничество, в котором он может учиться опыту одинокой молитвы. Это тоже акт духовного совладания. И в этом случае также нет установки на уменьшение страдания, на борьбу с самой эмпирической реальностью, доставляющей страдание, реальность не отменяется и не преодолевается, она преобразуется изнутри.

Два типа духовного совладания

Перед нами два типа духовного совладания. Вдумаемся в различия между ними. Первый, как мы видим, стремясь справиться с несчастьем, использует для этого разные средства, в том числе духовные. Можно назвать этот тип «инструментальным» потому, что духовные акты оказываются здесь в одном ряду с прочими орудиями совладания с ситуацией. Проблема может быть разрешена или нет, но в любом случае она остается в той же плоскости бытия, а именно в плоскости, которую можно обозначить по главной ее цели как *плоскость адаптации*. Известный специалист по проблеме духовного совладания К. Пергамент [K. Pargament et al., 2000] пишет, что религиозное совладание является «значимым средством адаптации», и анализирует с помощью специально разработанной шкалы разные способы духовного совладания с точки зрения их вклада именно в приспособление. Второй тип духовного совладания, к которому относятся все наши примеры, можно назвать «ценностным». У ценностного совладания совсем другое отношение к социальной и физической реальности, где властвует принцип адаптации. Похоже, ценностное совладание не загипнотизировано этой реальностью, не считает ее последним словом бытия, последней его границей. Действия ценностного совладания не совершаются в плоскости адаптации, они дают шанс вывести человеческую ситуацию в другое измерение.

Еще одно отличие — отношение к страданию. В первом случае — неприятие страдания, стремление его уничтожить, устранить, упразднить. Во втором — его принятие, но особое. Монахиня увидела в своей неспособности самостоятельно двигаться открывшийся ей дар красоты. Пожилая женщина готова усилить свою боль, чтобы облегчить тяготы близких. Заключение нашел в одиночной камере возможность уединения и встречи с Богом.

Ограниченность в движении остается ограниченностью, боль — болью, а тюрьма — тюрьмой. Страдание не исчезает, но оно перестает быть врагом, чем-то чуждым, изгоняемым из сознания и жизни. Усилим духовного совладания страдание вводится в горизонт той или иной ценности — благодарности и красоты в первом случае, добра и жертвы во втором, молитвы и веры в третьем, и в этом горизонте не просто получает смысловое оправдание, но оборачивается условием и средством обретения и осуществления этой ценности.

Преобразование страдания из замкнутой на себя, неподвижной, равной себе реальности в средство и условие реализации ценности принципиально меняет и отношение к нему, и его переживание. Когда человек пытается изгнать страдание, отвергнуть его, он парадоксальным об-

разом оказывается заморожен им, привязан к нему. Когда же страдание ставится в позицию средства, эта плененность страданием исчезает, и человек обретает ясность зрения и свободу действия. Монахиня любуется природой, пожилая женщина помогает близким, заключенный углубляется в молитву, — все это свободные, добровольные действия, смысл которых перерастает породившее их страдание. Эти действия не подчинены страданию и не посвящены ему.

Важным психологическим критерием ценностного типа духовного совладания является чувство благодарности. Это не значит, что человек каким-то извращенным образом благодарит за боль или страдание как таковые. Но и неточно считать, что это благодарность за обретенный в результате преодоления страдания позитивный смысл. Благодарность распространяется на весь целостный опыт, куда включено и страдание, и смысл, открывшийся во время страдания. В этом целостном опыте страдание и смысл становятся неотторжимы друг от друга, взаимно пронизывают друг друга, сплавлены между собой, как Крест и Воскресение.

Корневое различие двух типов духовного совладания можно выразить, воспользовавшись введенной Габриелем Марселем оппозицией понятий «*problèmes*» и «*mystères*» (проблемы и тайны), которая позволяет различить две принципиально разные ситуации. Проблема — то, что предстоит мне, требует своего решения, но полностью остается вне меня и что потенциально может быть познано и разрешено рациональными актами. Тайна, напротив, вбирает меня в себя, мое собственное бытие оказывается задетым ею, вовлеченным в нее, и я не могу постичь ее чисто рациональным путем. Можно попытаться выразить эти отношения такой формулой: проблема ставит вопрос передо мной, тайна ставит меня самого под вопрос.

Инструментальное духовное совладание саму кризисную ситуацию рассматривает как *проблему*, как то, что необходимо разрешить, устранить, исправить, преодолеть, ибо она мешает мне продолжить ту жизнь, которой я жил до сих пор. При ценностном духовном совладании ситуация беды воспринимается под знаком *тайны*. Несчастье, боль, болезнь остаются самими собой, но они мыслятся не как нечто случайное, внутренне несвязанное с моей судьбой, а как какой-то геологический разлом бытия, который открывает невидимые до того корни и слои моей жизни, как нечто чреватое глубинным смыслом, новым поворотом в жизни, как вызов и зов. Такое восприятие позволяет человеку в глубине страдания, как бы по ту сторону его, сквозь него усмотреть то, что открывается только через этот узкий путь и что без него не могло быть понято или сделано.

Проблема — препятствие на пути, тайна — дверь в другую реальность. Инструментальное совладание борется с неблагоприятными обстоятельствами как с сопротивлением реальности, ценностное открывает в этих обстоятельствах вход в новую реальность, в которой сами обстоятельства обретают, быть может, и трагичный, но глубокий жизненный смысл.

Различные аспекты духовного совладания

Во всех приведенных примерах духовное совладание предстает как внутренний, индивидуальный акт. Когда мы слышим слова «человек переживает», перед нашим мысленным взором встает картина: он в одиночестве молча склонил голову на руки, погрузился в себя, и там, внутри, в его душе совершается невидимое миру переживание. Действительность заметно отличается от этой воображаемой картины.

Во-первых, в работу переживания включаются отнюдь не одни лишь внутренние, душевные акты, но и внешние действия. Вот студентка, которая совсем не знала отца, неожиданно получает известие, что он недавно умер и похоронен в далеком городе. У девушки начинается работа по переживанию горя. В эту работу входят внутренние чувства и движения души (печаль, чувство осиротелости, вина за то, что не смогла встретиться с ним при жизни...), молитва об упокоении его души, но не только. Она решает отыскать могилу отца. Для этого нужно заработать деньги на поездку, купить билет, разыскать родственников, которые, возможно, там остались, приехать на могилу, привести ее в порядок, заказать и отслужить панихиду. Все это внешние, материальные действия, но очевидно, что они вместе с душевными актами также входят в целостную экономию работы переживания. Без воплощения в реальных делах возникает опасность «спиритуализации» духовного совладания.

Во-вторых, кроме различия внешнего и внутреннего планов осуществления работы переживания, важно отметить и различие монологического и диалогического аспектов. Да, во время тягостного (да и радостного!) переживания человек часто обращен внутрь самого себя, он старается порой скрыть то, что с ним происходит. Однако многие факты свидетельствуют о том, что диалогическое измерение чрезвычайно важно для совершения работы совладания, что диалогизм входит в самую ткань переживания. Мальчик у К.Чуковского («От двух до пяти») плачет не просто *отчего-то*, но и *кому-то*, и не хочет утешиться, если ему сочувствует кто-то другой: «Я плачу не тебе, а тете Симе». Комический эффект возникает от излишней разборчивости маленького страдальца, он ясно осознает и настоятельно требует совершенно определенного адресата для своих слез. Но сама адресованность переживания,

как показывает психотерапевтический опыт, — не частный анекдот, а сущностная черта всякого человеческого переживания. Сама эта диалогичность переживания создает психологическую возможность «прививки» молитвы к переживанию, когда переживание не только разделяется с другими, но и молитвенно открывается Другому [Василиук, 2003]. Молитва не замещает собой переживание, она действует не вместо переживания, а вместе с ним, образуя организм «синергического» совладания.

С оппозицией «монологическое — диалогическое» связано, но не тождественно, другое важное для характеристики духовного совладания различие «одинокое» и «совместное». Следующий пример психотерапевтического случая дает возможность более подробно взглянуть в тему совместности переживания.

Совместность совладания

У моего давнего пациента, которому я периодически оказываю психологическую помощь, обнаружили тяжелое заболевание. Это известие поставило его в острую экзистенциальную ситуацию, и он обратился с просьбой помочь ему в обдумывании тех изменений, к которым его призывает болезнь (так он сам сформулировал свой «клиентский запрос»). В течение года параллельно с его лечением у нас шла психотерапевтическая работа, и я стал свидетелем не только «внутренней картины болезни» (А.Р. Лурия), но и «внутренней картины совладания» с кризисом, порожденным заболеванием.

Узнав о пугающем диагнозе, он, человек воцерковленный, почувствовал потребность в исповеди — не рядовой, обычной, а большой исповеди, за всю жизнь. Мысли о смерти изменили внутреннюю оптику: в фокусе покаянного внимания оказались не отдельные поступки, но вся жизнь в целом. Однако когда он пришел на исповедь, то, к своему удивлению, не стал каяться в своих прегрешениях, а ощутил, что ему важнее всего сейчас выговорить всю благодарность, накопившуюся в его душе за долгие годы: благодарность родителям, близким, друзьям, сотрудникам, которые рядом с ним шли по жизни, своим учителям, многим и многим людям и даже животным, жившим в разное время в его доме. Священник оказался мудр и чуток, он не прервал его и принял это выражение благодарности как «исповедь», как то, что изнутри поведал человек перед Богом, невзирая на то, что покаянного чувства он в тот раз не выражал.

Думается, что благодарность — это первая отличительная черта ценностного духовного переживания, оно «*евхаристично*» по своему внутреннему духу.

Дело, однако, не ограничилось одной благодарностью. Он попросил священника еще об одной встрече и заново, теперь уже именно в пока-

янном залоге продумал всю свою жизнь. Особость этой новой исповеди состояла в том, что она была пронизана реальным желанием изменений. Он, конечно, знал, что идея «метанойи», перемены ума, входит в сердцевинную суть этого таинства. Но обычная практика все-таки далеко не такова, она чаще всего ограничивается локальными, косметическими мерами, инерция потока повседневной жизни по устоявшемуся руслу оказывается слишком большой и легко смывает мечты о переменах. А здесь его исповедь, как он рассказывал, была связана с тем, что он действительно *захотел* изменений. Он с самого начала почувствовал, что болезнь — не просто нечто чуждое и случайное, но что это важное событие, которое не извне привнесло требование перемен, а обнажило давно изнутри назревавший вопрос об изменении жизни. В его сознании сама болезнь предстала не препятствием к продолжению предыдущей жизни, но как бы зазвучавшей трубой, которая звала к чему-то новому, пока непонятно к чему.

Это вторая черта ценностного духовного совладания — *желание метанойи*, изменения образа жизни, преображения, если угодно, желание обновления, серьезных, быть может, фундаментальных перемен в жизни, а не просто временных заплат и текущего ремонта.

Мой пациент попросил настоятеля своего прихода, чтобы его соборовали. Когда он пришел к назначенному времени, то увидел, что в таинстве будут участвовать еще несколько прихожан. Ожидая начала, они узнали об обстоятельствах и недугах друг друга. Мой пациент рассказывал, что это было совершенно особое богослужение, внутренне отличавшееся для него от соборования, в котором он участвовал ежегодно во время Великого Поста. Эти пять человек составили подлинно собор — не собор священников, служил один священник, а собор болящих, страдающих. Мой пациент чувствовал, что в нем ожила молитва не только о себе, но и о каждом, кто стоял рядом, особенно когда священник помазывал кого-то, вся его душа сосредоточивалась на мольбе о ниспослании здоровья этому человеку. После этого, встречаясь в храме, они с теплом, участием и солидарностью узнавали о состоянии другого, предлагали свою помощь, бережно обнимали друг друга, и каждому было ясно, что другой взял его в свою молитву. Они ощущали принадлежность как будто бы к «тайному обществу». Таинство соборования соединило их, породило сообщество поддерживающих друг друга и молящихся друг о друге людей.

Это еще одно качество духовного совладания — его «*соборность*». Не в каком-то величественном богословском смысле, а в простом, но не менее глубоком и важном смысле совместной, солидарной, горячей молитвы, в которой и своя, и чужая беда оказались близки. Кроме того,

несколько человек — близких и друзей — образовали группу совместной молитвы, молитвы по соглашению, и стали каждый день молиться о моем пациенте. Когда он узнал об этом, почувствовал, что ему в ответ захотелось благодарно молиться обо всех тех людях, которые собрались его духовно поддерживать.

Последний момент, который стоит выделить из его рассказов. Что-то стало происходить с некоторыми его знакомыми и родственниками. Например, одна из них, когда ему предстояла важная и болезненная медицинская процедура, по телефону напутствовала его по-студенчески: «Ни пуха, ни пера». Он проглатывал стандартный ответ. Однако постепенно, видя, что ситуация достаточно сложная, она стала говорить в таких случаях: «Ну, с Богом!» Одна из его родственниц, которая в детстве была крещена, но наотрез отказывалась от любых приглашений пойти в храм, вдруг безо всяких миссионерских призывов стала часто молиться о нем, уповая не на врачей, а только на Бога. Это стало абсолютной неожиданностью для него.

Он с удивлением наблюдал начавшийся процесс вовлечения сочувствующих ему людей в церковный организм — не в богослужебном, а в более широком смысле — в «организм любви» (А.С. Хомяков). Никакими проповедями и призывами не удавалось привлечь их к церковной жизни, а через участие в его беде, душевными актами помощи — материальной и молитвенной — они сами начали входить в нее. Можно сказать, стало происходить вырастание этого организма, этого тела, приращение его теми членами, которые еще, может быть, не перешагнули церковную ограду, но сердцем и делом уже оказались внутри самого главного церковного акта.

Какие можно сделать предварительные выводы, продумывая этот случай? Мы видим, что это не была сугубо индивидуальная, одинокая работа по совладанию с кризисом, мой пациент не был единственным субъектом этой работы. Он оказался включенным в сообщество, объединенное вниманием, заботой, материальной помощью, молитвой, любовью. Это сообщество вовсе не подменило его в его личных усилиях, личном переживании, личной борьбе за здоровье и обновление, но оно образовало то душевное и духовное поле, в котором личное совладание стало соборным и синергийным, включенным в оборот совместности, обращенной к Богу.

Можно предполагать, что данный случай выявляет общие черты подобного *соборного* и *синергийного* совладания. Назовем их еще раз. 1) «*Евхаристичность*». Такое духовное переживание содержит в себе импульс благодарности. Независимо от того, будет ли он воплощен в таинстве, и в таинстве Евхаристии в частности, оно пропитано благо-

дарностью, это его неотъемлемая внутренняя черта. 2) *Тенденция к метаноие*. Это переживание, которое несет в себе импульс личностных изменений, оно требует и ждет от человека перемен, метаморфоз или возрождения, а не просто адаптивного совладания с обстоятельствами, мешающими вернуться к прошлой, удобной и привычной жизни. 3) *Собственно «соборность»*. На нашем примере видно, что если в совладание с бедой одного человека вовлекаются и душевно, и материально, и духовно другие люди, переживание перестает быть индивидуальным, замкнутым внутренним делом. А сопереживание, в свою очередь, т.е. сочувствие и соучастие других в его переживании, особенно скрепленное церковным таинством и молитвой, перестает быть просто средой, ландшафтом, фоном, на котором разыгрывается драма индивидуально переживания. Последнее становится как бы точкой кристаллизации, вокруг которой начинает вырастать особая общность. При этом меняется характер самого личного переживания, оно становится опосредованным отношениями с другими людьми, включает в свою структуру диалогические акты сочувствия и благодарности, солидарности и взаимности, причем акты, сами вовлекающие себя в церковные таинства и вовлекающие в себя молитву. Переживание приобретает соборный и синергийный характер. И благодаря этому оно выявляет не только свою способность к смыслопорождению в пространстве внутреннего мира человека, но и обнаруживает потенции к «соборной продуктивности», собиранию, порождению новой общности людей, объединенных деятельной и сострадательной любовью. Такое синергийное совладание рождает клеточку церковного организма.

Во многих евангельских эпизодах виден этот архетип рождения и роста церкви как «организма любви». Когда четверо друзей объединились для помощи заболевшему другу (Мар. 2:4) и были готовы ради него преодолевать любые препятствия, проталкиваться сквозь толпу, взгромоздить носилки с больным на крышу, разбирать кровлю, то Иисус оказывался в буквальном, а не символическом смысле посреди них (Матф. 18:20) и с ними. Евангельское повествование заканчивается исцелением расслабленного, но легко вообразить, что будет с этими людьми после, как объединит их это событие. Их совместное сострадательное участие в беде друга станет закваской, на которой может взойти их новое, подлинно человеческое и подлинно церковное объединение.

От типологии к пространственно-динамической модели совладания

Итак, анализ феномена духовного совладания позволяет выделить несколько его типов — «инструментальное» совладание, «ценностное», «синергийное», «соборное». Это, разумеется, не означает, что конкрет-

ное переживание человеком кризиса, которое началось в одном ключе, не может трансформироваться в переживание другого типа. Более того, в целостную работу по совладанию с кризисом могут одновременно включаться процессы, относящиеся к разным типам, взаимодействуя или противостоя друг другу.

Можно предположить, что более точной моделью для описания этих процессов, является «пространственно-динамическая модель» совладания, а не модель типологическая. Живой процесс совладания можно мыслить как разворачивающийся в многомерном пространстве и приобретающий те или иные характерные типологические черты в зависимости от локализации и направленности движения. Вот основные «оси» указанного пространства, которые наметились в проведенном анализе: «горизонтальное — вертикальное» (движение по этой оси и образует собственно духовное совладание в отличие от «обычного», «горизонтального»), «утилитарное — ценностное» (эта ось позволяет различать инструментальное и ценностное духовное совладание в зависимости от того, служат ли духовные процессы только средством адаптации или участвуют в ценностном целеполагании), «внутренне — внешнее» (чрезмерный сдвиг духовного совладания к полюсу «внутреннего» при игнорировании внешних, деятельных аспектов ведет к его «спиритуализации», напротив, чрезмерное доминирование внешних форм ведет к «ритуализации»), «монологическое — диалогическое» (диалогическая, молитвенная открытость переживания создает возможность «синергического» совладания), «индивидуальное — совместное» (если эта совместность включается в таинства Церкви, то совладание приобретает кроме «синергического» еще и «соборный» характер).

Выделение этих измерений позволяет поставить вопрос об аксиологии совладания, о ценностной иерархии разных его типов. Понятно, что стратегической линией христианской психотерапии является «игра на повышение», духовный поворот души человека, переживающего кризис. Значит ли это, что в реальной практике душепопечения или приходского психологического консультирования нужно отвернуться от «низших» форм совладания и настойчиво стимулировать «высшие»? Нет. В душепопечении должен сохраняться баланс между принципом «икономии» и принципом «акривии». Опасность искусственной «возгонки» переживания, непомерных ожиданий и требований «духовности» от страдающего человека может быть даже выше, чем опасность «попустительства» от избыточной «икономии».

В целом предложенное понимание процесса совладания и переживания, по которому он не сводится к совершаемым в душе одного человека внутренним актам «приспособления к несчастью» (Левитон, Дембо,

2003), пусть даже использующего молитву и другие духовные средства, открывает перед нами совсем другую перспективу христианской психотерапии. Смысл ее не в том, чтобы человеку предлагались библейские образцы поведения, чтобы консультант имел хорошую богословскую подготовку, чтобы консультирование велось в церковных помещениях, словом, смысл не во внешней атрибутике, а во взгляде на совершающийся в ходе терапии процесс совладания и переживания человека как на таинство, которое по своей внутренней природе открыто полноте духовной жизни и может становиться синергичным и соборным.

ЛИТЕРАТУРА

- Василюк Ф.Е. Психология переживания. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984.
- Василюк Ф.Е. Переживание и молитва. М.: Смысл, 2003.
- Левитон Г., Дембо Т. Приспособление к несчастью: проблема социально-психологической реабилитации // Консультативная психология и психотерапия. 2003. № 1. С. 142—175.
- Baldacchino D., Draper P. Spiritual coping strategies: a review of the nursing research literature // Journal of Advanced Nursing. 2001. Vol. 34 (6). P. 833—841.
- Koenig H.G., George L.K., Siegler I.C. The use of religion and other emotion-regulating coping strategies among older adults // The Gerontologist. 1988. Vol. 28. P. 303—310.
- Koenig H.G., Pargament K.I., & Nielsen J. Religious coping in medically ill hospitalized older adults // Journal of Nervous and Mental Diseases. 1998. Vol. 196. P. 513—521.
- Pargament K., Grevengood N., Kennell J., Newman J. Hathaway W., Jones W. Religion and the problem solving process: Three styles of coping // Journal for the Scientific Study of Religion. 1988. Vol. 27. P. 90—104.
- Pargament K.I., Koenig H.G., Perez L.M. The many methods of religious coping: development and initial validation of the RCOPE // Journal of Clinical Psychology. 2000. Vol. 56 (4). P. 519—543.

SPIRITUAL COPING AND ITS TYPES

F.E. VASILYUK

The spectrum of forms of social-psychological help to people that are being in a crisis situation is growing. Experiencing a crisis impacts all sides of human life — mental, bodily, social, familial — and almost always puts a person in front of spiritual questions. For professionals and volunteers that take part in this work it is essential to understand the spiritual dimension of the experiencing process. A process of spiritual or religious coping is described in foreign literature on clinical psychology, counseling and pastoral care as one of the tools for coping with crisis, that among

others serves the goal of adaptation. But theoretical and empirical data shows that it is only one of the types of spiritual coping, which seems to be appropriate to call "instrumental". Aside from it the "value" and "synergetic" types of coping can be singled out — they differ from the instrumental one in their goals, mechanisms, attitude towards reality and other characteristics. The knowledge of different kinds of spiritual coping can enrich the practice of psychological help, counseling and pastoral care.

Keywords: crisis, coping, experiencing, spiritual coping, consolation, instrumental type of spiritual coping, value coping, synergetic coping, Christian psychology.

Vasilyuk F.E. Psihologija perezhivaniya. M.: Izd-vo Mosk. un-ta, 1984.

Vasilyuk F.E. Perezhivanie i molitva. M.: Smysl, 2003.

Leviton G., Dembo T. Prispособlenie k neschast'ju: problema social'no-psihologicheskoy rehabilitacii // Konsul'tativnaya psihologija i psihoterapiya. 2003. № 1. S. 142—175.

Baldacchino D., Draper P. Spiritual coping strategies: a review of the nursing research literature // Journal of Advanced Nursing. 2001. Vol. 34 (6). P. 833—841.

Koenig H.G., George L.K., Siegler I.C. The use of religion and other emotion-regulating coping strategies among older adults // The Gerontologist. 1988. Vol. 28. P. 303—310.

Koenig H.G., Pargament K.I., & Nielsen J. Religious coping in medically ill hospitalized older adults // Journal of Nervous and Mental Diseases. 1998. Vol. 196. P. 513—521.

Pargament K., Grevengoed N., Kennell J., Newman J., Hathaway W., Jones W. Religion and the problem solving process: Three styles of coping // Journal for the Scientific Study of Religion. 1988. Vol. 27. P. 90—104.

Pargament K.I., Koenig H.G., Perez L.M. The many methods of religious coping: development and initial validation of the RCOPE // Journal of Clinical Psychology. 2000. Vol. 56 (4). P. 519—543.