

МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ РАО
ИНСТИТУТ СИНЕРГИЙНОЙ АНТРОПОЛОГИИ

Ф.Е. Василюк

ПЕРЕЖИВАНИЕ И МОЛИТВА

ОПЫТ
ОБЩЕПСИХОЛОГИЧЕСКОГО
ИССЛЕДОВАНИЯ

МОСКВА

СМЫСЛ
2005

УДК 159.9
ББК 88
В 194

МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ РАО
ИНСТИТУТ СИНЕРГИЙНОЙ АНТРОПОЛОГИИ



Исследование выполнено при поддержке
Российского гуманитарного научного фонда (РГНФ)
Проект № 96-03-04563

Издание осуществлено при поддержке
Российского гуманитарного научного фонда (РГНФ)
Проект № 04-06-16029д

Василюк Ф.Е.

В 194 Переживание и молитва (опыт общепсихологического исследования). — М.: Смысл, 2005. — 191 с.

Что делать, когда сделать ничего нельзя? В ситуации кризиса, на переломе судьбы человеку предстоит совершить большой душевный труд — принять неизбежное, осмыслить случившееся, нащупать новые опоры существования. Чтобы научиться оказывать человеку психологическую и духовную помощь, важно понять, какую роль в его поисках выхода из кризиса играют процессы переживания и молитвы, каковы их взаимопереходы и взаимовлияния. Поиск ответов на эти вопросы ведется с позиций общепсихологической теории, которая строится на фундаменте синергической антропологии.

Специалистам-гуманитариям и всем, интересующимся вопросами человеческой духовности.

ISBN 5-89357-212-2

© Василюк Ф.Е., 2005.
© Издательство «Смысл», 2005.

ВВЕДЕНИЕ

Вглядываясь в пеструю ленту истории современной психотерапии, за драматическими перипетиями, борьбой идей и людей, калейдоскопической сменой мод, можно заметить и медленные, глубинные тектонические сдвиги. Они знаменуются сменой психотерапевтических «упований»: в психоанализе главная надежда возлагалась на «осознание», и все хитросплетения метода должны были, в конечном счете, подвести к процессу осознания, который-то, как верилось, и обеспечивает психотерапевтический эффект; затем на сцену психотерапии восходят, чтобы сыграть главную роль, совсем другие процессы — спонтанность, научение, коммуникация, и, наконец, переживание.

Вновь появляющиеся «упования» вовсе не отменяют старых, а включают их в свою орбиту, вступают с ними в продуктивные отношения и дают им возможность раскрыть еще не исчерпанный теоретический и практический потенциал.

В синергической психотерапии¹, ради создания которой предпринято настоящее общепсихологическое исследование, таким упованием, центром кристаллизации всей психотерапевтической теории и практики должна стать молитва (см.: Василюк, 1997; 2003, с. 21—55).

Христианский подход в психологическом консультировании и психотерапии на Западе уже достаточно давно и основа-

¹ Синергическая психотерапия — психотерапевтический подход, основывающийся на синергической антропологии (см.: Хоружий, 1991; 1995; 1998; 2000; 2005). Последняя есть философская рефлексия учения о человеке, развитого в православной духовной традиции. Синергическая психотерапия — не сложившаяся система, она находится, скорее, на стадии проектирования.

тельно утвердился, издаются десятки специальных журналов, действуют специализированные центры и т.д. У нас же в стране христианская психотерапия делает лишь первые шаги и только начинает себя опознавать². Процесс этого узнавания себя непростой, ибо должен вестись одновременно в нескольких контекстах, которые к тому же взаимоотражают друг друга: такова попытка рассмотреть себя сразу в нескольких зеркалах. Что это за контексты? Во-первых, православная традиция, включающая в себя и литургическую жизнь, и аскетический опыт, и догматику, и богословскую мысль, и практику социального служения и миссионерства, и опыт пастырского душепопечения (что особенно важно для психотерапии). Во-вторых, традиция современной психотерапии. В-третьих, научная психологическая традиция. В-четвертых, чрезвычайно эклектичная культура психической деятельности современного человека.

Сердце синергийной психотерапии и ее корни — в православной традиции, но формируется она на пересечении духовных, интеллектуальных и организационных влияний всех этих сильнодействующих контекстов, и в своем категориальном строе и методическом арсенале обязана стремиться к обеспечению их конфигурирования. Необходимость такого теоретического и практического конфигурирования определяет и задачу данной работы. Она состоит в том, чтобы попытаться сопоставить между собой два психотерапевтических «упования» — молитву и переживание, но сделать это не на территории религиозной традиции и не на территории профессиональной психотерапии, а на «нейтральной полосе» общей психологии.

Итак, сопоставительный общепсихологический анализ переживания и молитвы — главная цель настоящей работы. Но сначала для полноты теоретической картины придется вовлечь в анализ еще одну важнейшую общепсихологическую категорию — деятельности.

² См., например, специальные выпуски Московского психотерапевтического журнала (2003, № 3; 2004, № 4; 2005, № 3).

ПЕРЕЖИВАНИЕ – МОЛИТВА – ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ: СОПОСТАВЛЕНИЕ КАТЕГОРИЙ

Есть глубинная связь между страданием и познанием. Не только друг познается в беде; в трудную годину человек узнаёт правду и о себе самом — порой открывается жалкое и годы жжет стыдом, но иногда неожиданно для себя самого выпрямляется он в полный рост, и другой жар — жар свободы, достоинства, духа, мужества загорается в душе и преображает всего человека. Благополучие желанно и благодатно, но по-своему опасно и обманчиво. Страдание не менее опасно — оно может сломать и измельчить душу, но менее обманчиво, ибо очищает от наносного, поверхностного, обнажает сердцевину человеческого существа, в нем выговаривается глубокая и простая правда жизни. Страдание испытывает человека. (Не зря слово «испытание» чувствует себя «на месте» как в жизненно-экзистенциальном контексте («испытание судьбы»), так и в контексте научно-познавательном («естествоиспытатель», «испытываемый»), а сам глагол «пытать» в славянских языках означает «спрашивать».) И потому сквозь призму страдания ясно видна бывает и отдельная личность и «человеческая ситуация» вообще.

На человека обрушилась беда. Что у него в душе?.. «Нужно обязательно что-то предпринять, что-то придумать, исправить, этого не должно быть, что-то нужно делать...» — не уставая твердит один голос, побуждая человека к действию. Другой, напротив, призывает принять неизбежное: «Ничего не поделаешь, старого не вернешь, придется смириться, пережить». Но вот, бывает, и сделать ничего нельзя, и примириться невозможно — и вырывается из самых глубин души: «Господи, помоги! Спаси!» «Не верю, — твердит рассудок, — это малодушие, я

должен сам найти выход, нужно что-то придумать». Но сквозь рассудок, мимо него из глубины души в глубину неизвестности несется молитва, и тогда, пусть на мгновение, во тьме отчаянья вспыхивает искра надежды.

Таковы ответы человека на ситуацию беды: **действие — переживание — молитва**. В попытках совладать с бедой эти формы активности могут сменять друг друга, дополнять, конкурировать или взаимодействовать, но каковы бы ни были их взаимоотношения, они не сводимы друг к другу без остатка и в совокупности покрывают собой весь круг возможных типов реагирования на беду. Так — в ситуации несчастья. Однако, похоже, эта ситуация лишь концентрированно выявляет общую истину: деятельность, переживание, молитва — три самобытных, незаменимых, не сводимых друг к другу типа активности, исчерпывающих собою весь экзистенциальный горизонт человеческой жизни.

Если эти три категории образуют единую смысловую целостность, то, прежде чем приступить к решению непосредственной задачи данной работы — рассмотрению различных форм соотношения переживания и молитвы, необходимо попытаться дать хотя бы предварительный анализ всей этой категориальной триады в целом.

Феноменологическая основа

Нам уже приходилось писать, что феноменологической предпосылкой переживания является ситуация *невозможности* (Василюк, 1984). В противоположность этому феноменологическая основа всякой деятельности — чувство *возможности* желаемых изменений. Мы не могли бы действовать без этой феноменологической основы. Мы не стали бы переживать, не будь в жизни невозможности, живи мы в мире абсолютных возможностей. И «невозможность», и «возможность» — простые феноменологические формы, которые непосредственно знакомы сознанию. Эта простота не отменяется ни разнообразием

вариантов и типов этих феноменов¹, ни сложностью психологических процессов, которые создают у человека безотчетное чувство возможности жить и действовать или, напротив, явное ощущение утраченной надежды («невозможно!»), лопнувшей струны терпения («больше не могу, невозможно»).

В отличие от переживания и деятельности, феноменологическая основа молитвы — «*возможность невозможного*». Речь не о субъективном игнорировании реальности, когда объективно невозможное иллюзорно воспринимается как возможное, и не о богословском утверждении Божественного всемогущества², но о феноменологической форме, в которой *невозможное*, не переставая быть таковым, изнутри преодолевается надеждой и верой, пусть на мгновение просвечивается ими, так что взор успевает сквозь казавшуюся последней незыблемую и неумолимую реальность разглядеть чаемое как *возможное*, пусть лишь чудом. Другой вариант феноменологической основы молитвы точнее назвать «*невозможность возможного*». Неслыханное свершается, неожиданное приходит, нечаянное сбывается, сама действительность преодолевает все границы мыслимого, и ощущение неместимости этих избытков бытия буквально взрывается молитвой, так что, кажется, она исторгается не из души, а из самого вдруг переполнившегося, льющегося через край мира³.

¹ Не входя пока в подробности, назовем лишь некоторые феноменологические ряды. «Возможность»: надежда, уверенность, осмысленность, осуществимость, допустимость и др. «Невозможность»: невозвратимость, несбыточность, неизбежность («тройная формула человеческого бытия», по В. Набокову), бессилие, отчаяние, безнадежность, невыносимость и т.п.

² «Бог есть Владыка невозможного» (Магдалена Иисуса, 1993).

³ А душа не выдерживает этого переполнения. Таков, видимо, был молитвенный вскрик ап. Петра: «Выйди от меня, Господи! Потому что я человек грешный» (Лк 5:8). Таково изумление от встречи со свершившимся чудом («Народ дивился, видя немых говорящими, увечных здоровыми, хромых ходящими и слепых видящими; и прославлял Бога Израилева» — Мф 15:31). Таковы многие молитвенные формулы духовного удивления, ликующего недоумения, нечаянной радости. (О духовном значении удивления см.: Грец, 2004.)

Доминирующая направленность

Какова доминирующая направленность каждого из трех процессов — деятельности, переживания и молитвы?

Человек страдает от тяжелой болезни. Он может искать избавления от страдания на путях деятельности, и тогда стремится найти хороших врачей, приобрести лучшие лекарства, изменить образ жизни, режим питания и т.п., словом, производит ряд целенаправленных действий, которые естественным порядком, по его убеждению, приближают его к желанному здоровью. В этой своей активности он весь обращен к миру и надеется, что его собственные действия, действия других людей, воздействие специальных веществ и работа внутренних сил организма приведут к исцелению.

Но вот больной оказывается перед фактом (быть может, мнимым), что восстановить здоровье не удастся. Сознанию начинают открываться целые вереницы «невозможностей». «Неужели я никогда больше не смогу...» — повторяет и повторяет он, примериваясь к возникшим препятствиям, запретам, неосуществимости привычных дел, несбыточности желаний и замыслов. За каждым ограничением, которое болезнь наложила на его будущее, встает особый личностный смысл, лишившийся сейчас своей формы воплощения. Оценить масштабы потерь, вникнуть в их значение, попытаться с чем-то примириться, найти внутренние опоры для жизни, а для этого переосмотреть порой всю жизнь, понять смысл страдания и принять его — такова работа, которую должно выполнить переживание. Переживание обращено на самого человека, на его внутренний мир, мир его смыслов⁴.

⁴ Три выражения «сам человек», «его внутренний мир», «мир его смыслов» включены в единый синонимический ряд потому, что субъект непосредственно идентифицирует себя через смыслы своей жизни. Речь именно о непосредственной самоидентификации, а не о рефлексивном ответе на вопрос «кто я?». Можно сказать: где смыслы ваши, там и душа ваша.

Указанная обращенность переживания на самого человека зримо выявляется в ситуации психотерапевтического консультирования. Когда человек приходит на консультацию по поводу собственных проблем, и мы можем думать, что работа переживания и есть тот продуктивный процесс, который позволит ему переосмыслить свою жизненную ситуацию, то, стоит повести диалог так, что в фокусе сознания клиента окажутся его внутренние переживания, мысли и чувства, он с благодарностью и готовностью вовлекается в психотерапевтический процесс. Его настроенность на переживание находит благоприятную почву. Однако если клиент настроен на деятельность (например, отец обратился по поводу алкоголизма сына), то терапевтические фразы, поворачивающие его к самому себе, своим чувствам (например: «Вас возмущает его поведение. И вам по-настоящему страшно за его судьбу»), в лучшем случае пропускаются клиентом как несущественные, а нередко вызывают раздражение и отпор («При чем тут мое возмущение, страх! — может воскликнуть клиент. — Дело не во мне, а в сыне — как ему помочь!»). Человек в таком «деятельном» состоянии весь обращен к внешнему миру и попытки обернуть его к миру внутреннему, к самому себе воспринимает как досадную помеху, непонимание. Он ждет от консультанта не сопереживания, а содействия. И искусство консультанта состоит в том, чтобы до тех пор, пока это состояние клиента является доминирующим, вести консультативный процесс преимущественно в стилистике содействия, подготавливая, разумеется, благоприятные условия для переключения процесса и на другие регистры. Технически это может быть исполнено репликами такого типа: «Вас неотвязно преследует мысль — “что делать? что делать?”». Но, так ли я понимаю, что пока все меры, которые вы перебираете, бессильны что-то изменить. И от этого возникает чувство растерянности». В подобных репликах терапевт выражает клиенту солидарность с его «деятельным» настроем и в то же время «приглашает» к внутренней работе переживания, ортогональной линии «действие — средство — результат».

Итак, повторим, деятельность человека направлена к миру, переживание — к самому человеку. Какова направленность *молитвы*? Очевидно: к Богу. Болезнь может развернуть человека не к поиску естественных средств излечения, не к поиску внутренних возможностей переосмысления, а к поиску божественной помощи: «И вот, подошел прокаженный и, кланяясь Ему, сказал: Господи! если хочешь, можешь меня очистить» (Мф 8:2). Такая обращенность — не просто существенная характеристика молитвы, она — необходимое и достаточное условие: где есть обращенность человека к Богу — есть молитва, пусть в самой зачаточной форме. «...Обращенность к Богу как живому и личному, — пишет С.С. Хоружий, — ...это уже и есть молитва в своем наиболее общем понимании» (1995, с. 61).

Феноменологическая константа

Как бы разнообразны ни были усилия больного, направленные на борьбу с болезнью, как бы часто ни менялись врачи, клиники, методы лечения, лекарства и пр., есть некая константа, которая собирает все это многообразие действий и целей в одну деятельность — это ее смысл, в данном случае «здоровье». **Смысл** является *феноменологической константой* деятельности, то есть чем-то в пределах данной деятельности самоочевидным, не требующим оправданий, принимаемым за аксиому, по отношению к которой все остальное в этой деятельности как раз нуждается в обоснованиях.

Наличие смысла — не просто желательное условие успешности деятельности, а необходимое условие самого ее существования как отдельной формы. Чтобы деятельность вообще могла состояться как самобытный процесс, у нее должна быть единая смысловая точка отсчета. Без нее деятельность теряет свою самотождественность, перестает быть самой собой.

Действия и операции, реализующие деятельность, обязаны быть гибкими, изменчивыми и подвижными, чтобы быть в

ладах с меняющейся реальностью, но под влиянием центробежных сил они распались бы на многочисленные, не связанные между собой осколки, если бы у всей системы, которую образует отдельная человеческая деятельность, не было бы одного солнца, одного постоянного центра — ее смысла. В какой бы форме ни был дан сознанию человека этот смысл — как внутренняя ценность, ясная цель, смутное желание — он должен быть; стоит ему измениться — изменяется вся система, стоит ему исчезнуть — она распадается, хотя бы все составляющие ее элементы были в полной сохранности.

В переживании феноменологической константой являются **наличные обстоятельства**, неподвластные сознанию и воле, а смысл как раз оказывается *«феноменологической переменной»*, предметом работы переживания, стремящейся его изменить, преобразовать, обрести. «Объективный факт» феноменологически есть то, что вошло в мою жизнь, действует на меня, и что я не могу отменить или изменить. Переживание не изменяет мир, оно плетет свои кружева вокруг фактов мира, стремясь вплести их в ткань жизни, вращать в сознание, ассимилировать, то есть превратить чуждое, что несет в себе факт, в личный опыт. Утрату, например, как свершившееся событие нельзя ни отменить, ни изменить, ее можно только пережить. В этом смысле «обстоятельства» и являются феноменологической константой переживания.

Для молитвы такой константой является **трансцендентное**. Речь в данном случае идет об общем необходимом феноменологическом условии возможности молитвенного опыта, а не о конкретных формах представленности в сознании интуиции существования инобытия и Абсолюта, не о конкретных формах веры. Тем более — не о положительном религиозном содержании и не о силе веры, не о переживаемых верующим благодатных состояниях, не о тех минутах, когда сердце его горит, душа ликует и философского вопроса о существовании Бога просто не возникает, как не возникает вопроса о существовании воды у жаждущего, припавшего к роднику. В самом

деле, ведь и противоположные состояния богооставленности или оскудения веры вовсе не препятствия для молитвы, — Иисус взывал на кресте: «Боже Мой, Боже Мой! для чего Ты Меня оставил?» (Мк 15:34), а отец одержимого отрока молил: «Верую, Господи! помоги моему неверию» (Мк 9:24). Молитва возможна на всем диапазоне состояний от остро переживаемой оставленности, от притупления и онемения веры («окамененного нечувствия») до явного ощущения Божьего присутствия, хотя всякий раз это будет совсем другая по своему типу молитва. Однако речь, повторю, не о категориях «присутствие — отсутствие», «явное — неявное», «смутное — ясное», но о категории трансцендентного: интуиция внемирного, выходящего за пределы чувственного опыта, является необходимым феноменологическим условием, без которого невозможна молитва как личное обращение к Богу⁵. Это условие не является достаточным — даже полная очевидность существования Бога не обязательно порождает молитву, — но является необходимым. Интуиция трансцендентного необходимо присутствует внутри молитвы; когда человек лишается ее, он «выпадает» из молитвы. Неважно, насколько эта интуиция философски проработана человеком, насколько она представляется вероятной или невероятной его рассудку, на каком опыте она основана, — важен сам факт ее присутствия в душе, именно он есть тот стержень, на котором держится молитва, та ось, вокруг которой вращается вся вселенная молитвы.

⁵ Это феноменологическое условие может быть осуществлено не обязательно в модальности действительности, но и в модальности должностования («Ты же должен быть, помоги!»), и в модальности возможности («Если Ты есть, Господи, почему так несправедлив этот мир?!»). Эти модальности — своего рода ступени, поднявшись на которые, сознание может «дотянуться» до открытости опыту встречи с «Ты» не как с условной диалогической фигурой, а как с Живой Личностью. После этого все предварительные модальности — «если», «должен» и пр. — упраздняются как строительные леса, ненужные уже, когда воздвигнут сам дом.

Если добавить к трем названным параметрам сравнения еще один, описывающий то, что подлежит преобразованиям и изменениям в рассматриваемых типах активности (названный «феноменологической переменной»), получим следующую таблицу:

Таблица 1

Сравнительные характеристики категорий деятельности, переживания и молитвы

Параметры сравнения	Тип активности		
	Деятельность	Переживание	Молитва
Направленность	к миру	к человеку	к Богу
Феноменологическая основа	возможность	невозможность	возможность невозможного
Феноменологическая константа	смысл	обстоятельства	трансцендентное
Феноменологические переменные	обстоятельства	смысл	обстоятельства и/или смысл

Эти характеристики не претендуют на ясное и исчерпывающее различение категорий внутри категориальной триады деятельность — переживание — молитва. Такая ясность и полнота и не могут быть предпосланы всему исследованию, будучи одним из искомых его итогов. Однако и достигнутой степени дифференцированности категорий достаточно, чтобы поставить уже не методологическую, а предметную психологическую задачу исследования взаимовлияния и взаимодействия деятельности, переживания и молитвы в реальном жизненном процессе.

Анализируя исходный пример человеческого реагирования на ситуацию беды, мы обращали внимание преимущественно на то, что отличает деятельность, переживание и молитву как

разные формы активности, но эта же ситуация показала, как тесно они между собой связаны. Когда деятельностный, направленный на мир поток жизни остановлен препятствием, в нем сохраняется мощная инерция «горизонтального» устремления к цели, пусть даже препятствие объективно непреодолимо. Это создает в «экзистенциальном теле» столь сильное напряжение, что в нем открываются какие-то поры, через которые жизненная энергия начинает пробиваться в направлениях, ортогональных целенаправленной предметной деятельности, и устремляться по руслам переживания и молитвы. И потому в самом начале, в истоке переживание и молитва мало отличаются друг от друга, а часто и от несмилившейся еще со своей остановкой деятельности. Молитва здесь порой напоминает несовершенные формы переживания и в то же время примитивные формы деятельности — она, подобно такого рода деятельности, прямолинейно стремится одной силою, насилием над ситуацией достичь предметной цели, которой не смогла достичь деятельность, а подобно такого рода переживанию — совладать с ситуацией не объективным смысловым преобразованием, а лишь субъективным перетолкованием ее. Молитва и сама на этой стадии примитивна и носит черты *магического действия*. Это дало Ж.-П. Сартру повод истолковать эмоциональное переживание как магическое действие (1984).

В изначальной недифференцированности переживания, деятельности и молитвы содержится возможность их психологической взаимозаменяемости, взаимоопосредованности, взаимовлияний вплоть до сращивания в единые «функциональные органы», внутри которых они обмениваются энергиями, формами и средствами.

Эти соображения позволяют сформулировать теоретическое представление, согласно которому деятельность, переживание и молитва образуют триаду фундаментальных общепсихологических категорий и задают не сводимые друг к другу, но и нераздельные формы человеческой активности. Внимательный анализ выявит в любом человеческом акте кроме «физи-

ки» деятельности — «лирику» переживания и «метафизику» молитвы: даже в самом прагматичном и приземленном действии существенное участие принимают хотя бы зачаточные или рудиментарные бессознательные формы переживания и молитвы. Равным образом, в каждом переживании содержится компонент деятельностный и молитвенный, и нет молитвы, не содержащей в своем составе моментов переживания и деятельности.

Для систематического общепсихологического освоения генетических, функциональных и динамических отношений в триаде «деятельность — переживание — молитва» необходимо осуществить анализ всех парных категориальных сочетаний — деятельности и переживания, деятельности и молитвы, молитвы и переживания. Предметом исследования в данной работе является последняя пара категорий. Но и она будет рассмотрена не полностью, а только с одной стороны. Полное рассмотрение отношений между переживанием и молитвой предполагает два встречных теоретических движения — «от молитвы к переживанию» и «от переживания к молитве». Первое из них, остающееся за пределами книги, выбирает в качестве основного исследовательского поля мир молитвы и затем пытается определить, какое место в этом мире занимает переживание, как оно живет в мире молитвы, какие функции выполняет и как влияет на молитвенные акты. Второе теоретическое движение, напротив, сосредоточивается на изучении места и роли молитвы в мире переживания. Это и есть непосредственный предмет данной работы.

МОЛИТВА В МИРЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ

Итак, замысел настоящего исследования состоит в том, чтобы, войдя в мир переживания, взглянуть в то, как в нем зарождается молитва, куда она направляет свою активность, в какие связи и взаимодействия вступает она с процессами переживания, какие функции начинает выполнять по отношению к ним, какие влияния оказывает на переживание и через него — на всю жизненную ситуацию, душевное состояние и личность человека.

В пределах этого исследования мы будем смотреть на молитву «снизу», то есть намеренно отвлекаться от мистической, аскетической и догматической стороны вопроса (насколько это будет позволять сам материал), ограничиваясь лишь научно-психологическим подходом. Это ограничение, однако, не означает психологистической редукции, попытки свести действие молитвы к одним лишь естественным психологическим закономерностям. Тем не менее, необходимо попытаться исчерпать, насколько возможно, чисто психологические влияния молитвы на состояние человека. Эта задача и соответствует требованию научной добросовестности, и не оскорбляет религиозного чувства, ибо многочисленные свидетельства о молитвенном опыте и его воздействии на человеческую жизнь показывают, что, если бы даже удалось полностью описать все естественно-психологические закономерности воздействия молитвы, в ней осталось бы еще столько, сколько и не снилось всем психологическим мудрецам. Психология молитвы плодотворна и для психологии, и для религиозного опыта, психологизация же молитвы, попытка сведения ее к разновидности медитативной психотехники бесплодна, ибо, соблазняясь внешним сходством, она проходит мимо сути молитвы, а суть ее — «таинство встречи».

План изложения прост. Сначала мы рассмотрим, как молитва рождается из переживания, а затем — как она влияет на него в зависимости от того, на какой структурный элемент переживания она направлена — на объект переживания, процесс или саму личность.

ПОРОЖДАЮЩИЕ СИТУАЦИИ

Молитва тесно связана с переживанием, и связь между ними начинается с того, что ситуация, порождающая необходимость в переживании, является в то же время максимально предрасполагающей и к молитве.

Ранее мы описали такую ситуацию как ситуацию невозможности (*Василюк*, 1984). В «обычной» ситуации человек верит, что его потребности могут быть удовлетворены, ценности осуществлены, цели достигнуты в результате его собственных действий, действий других или стечения обстоятельств. Но вот складывается положение, где удовлетворение невозможно, утраченного уже не вернуть, нарушенного не исправить, поправленного не возродить, сделать ничего нельзя... Такая «критическая» ситуация и дает начало процессу переживания. Но в ней же создаются условия, подвигающие к молитве: человеку больше нечего ждать от мира, нельзя надеяться ни на других, ни на собственные силы, ни на что здешнее невозможно опереться, и в этот момент, «когда подступает отчаянье», глаза его сами поднимаются к небу: «Господи, помоги!» Эту истину У. Черчилль выразил точной формулой: «В окопах не бывает атеистов».

Переживание есть долгая и сложная работа души в ответ на ситуацию невозможности. В этой работе есть свои ритмы и фазы, взлеты и падения. Вся ситуация невозможности жизни, невозможности деятельности, вызывая переживание, предрасполагает и к молитве, но в особенности естественно молитва вырывается из души в экстремальных точках переживания,

в глубочайших «эмоциональных колодцах», когда и жизнь невозможна, и переживание становится невозможным. Разумеется, здесь нет той строгой натуральной закономерности, при которой мы могли бы сказать: невозможность переживания является необходимым и достаточным условием порождения молитвы. Молитва может возникать и без этого условия, и не обязательно возникает при его наличии. И тем не менее нельзя считать случайностью, что часто именно на самом дне страдания, в точке последнего отчаяния с душой происходит неожиданная метаморфоза и в ней возникает молитвенный порыв. Незря описание состояния «отчаяния» сопровождается чаще всего образами «глубины» и «мрака». Отчаяние само не рождает молитву, но, быть может, «глубина отчаяния» обнажает недоступные в обыденных состояниях внутренние духовные родники, а «мрак отчаяния» становится фоном, на котором душа успевает заметить и мельчайший проблеск надежды — и всею силою отозваться на него не расчетом и планом, а мольбой. Видя, как из пепелища человеческой судьбы вдруг возгорается молитва, даже и у человека вовсе нерелигиозного, трудно удержаться от мысли, что молитва — это не выученное, искусственное действие, а спонтанное проявление духовного организма, такое же естественное, как дыхание. Оно лишь было подавлено искусственными усилиями — и вот на изломе жизни выпархивает из-под корки обыденности, словно дав воздуха чуть было не погибшему организму¹.

¹ Эти общепсихологические гипотезы о рождении молитвы в кризисных состояниях находят свое подтверждение в еврейской религиозной традиции. Хотя в ней существует две линии отношения к молитве — как к обязанности (Маймонид) и как к привилегии (Нахманид), обе они сходятся в том, что «молитва осмысленна лишь тогда, когда возникает из ощущения царя (беды)» (Соловейчик, 1994, с. XXXII). Впрочем, само это понятие «царя» мыслится по-разному. «Маймонид воспринимал саму повседневную жизнь как постоянную экзистенциальную борьбу с несчастьями, вызывающими у восприимчивого человека чувство отчаяния, размышления о бессмысленности жизни, абсурдности происходящего, безрезультатности. Это устойчивое ощущение царя, существующее постоянно. ...Человек воспринимает себя безнадежно запутавшимся в ог-

Однако не только из глубины безысходности, но и с вершин ликования изливается молитва². В провалах и тупиках жизнь лишается необходимого, и человеку невозможно исправить ситуацию прямым действием. Но есть и совсем другие ситуации невозможности, их тоже нельзя разрешить целенаправленным актом деятельности. Это жизненные пики, вершины, нежданные избытки и приливы бытия. Их можно назвать ситуациями «сверхвозможности». Своим масштабом и значением они превосходят обыденную ситуацию задачи, которую можно решить, стимула, на который можно дать ответ. Каким действием можно ответить на радостную встречу, свершившееся открытие, щедрый дар, воцарившийся мир? Что можно *сделать* с немислимым счастьем, нечаянной радостью, несказанной красотой?

Это тоже ситуации кризиса, поворота судьбы, требующие от человека не изменения обстоятельств, а изменения себя и своей жизни³.

ромной безличной вселенной, одиноким, без малейшей надежды на спасение. ...Именно из этого ощущения поражения и возникает молитва. По Нахманиду, кризис вызывается внешними обстоятельствами и возникает независимо от самого человека. Он приходит откуда-то извне и, как правило, обрушивается совершенно неожиданно» (*Там же*, с. XXXII—XXXIII). Мы видим, что кризис может мыслиться как «внешний», вызываемый социальными, экономическими и другими причинами, а может пониматься как «внутренний», экзистенциальный, который «коренится в самой сути человека, в его метафизических началах» (*Там же*, с. XXXIV), но с общепсихологической точки зрения важно, что в обоих случаях традиция усматривает существенную связь между кризисом и молитвой.

² «Воскликните Господу, вся земля! Служите Господу с веселием; идите пред лице Его с восклицанием!» (Пс 99:1-2), «И подойду я к жертвеннику Божию, к Богу радости и веселия моего, и на гуслях буду славить Тебя, Боже, Боже мой!» (Пс 42:4) — не может сдержать молитвенных восклицаний псалмопевец.

³ Таков, например, евангельский призыв к покаянию (= метанойе = перемене ума): «Покайтесь, ибо приблизилось Царство Небесное» (Мф 3:2). Не угроза скорого суда, не бегство от наказания — главный мотив покаяния, а приготовление себя к Встрече, раскрытие в себе способности принять дар, войти в радость.

Можно выдвинуть предположение, что молитва как особый тип человеческой активности спонтанно зарождается в точках «экзистенциальных экстремумов», как отрицательных, так и положительных. Это предположение может быть даже переформулировано в эмпирически верифицируемом виде: у человека, не имеющего навыка регулярной молитвы, вероятность возникновения молитвенных состояний и действий тем больше, чем более значимую ситуацию он переживает и чем в более острой точке находится его переживание.

Впрочем, в рамках данного исследования гораздо важнее наращивание корпуса теоретических гипотез, чем концентрация на проверке одной из них. Поэтому ограничимся лишь литературным примером, наглядно показывающим, как *кризис в переживании кризиса* дает толчок к тому, что душа обращается от переживания к молитве. Кроме возможности проиллюстрировать процесс рождения молитвы из переживания ниже следующий пример дает возможность высказать общие теоретические гипотезы о взаимовлияниях и взаимопереходах между процессами переживания и молитвы, предваряющие систематический анализ проблемы.

Алексей Степанович Багров, герой «Семейной хроники» С.Т. Аксакова, сделал предложение Софье Николаевне Зубиной. «Долго сидела Софья Николаевна одна в гостиной... и думала крепкую думу... омрачились ее живые и блестящие глаза, тяжелые мысли пробегали по душе и отражались, как в зеркале, на ее прекрасном лице... Вопрос, идти или нет за Алексея Степановича — точно оставался не решенным. Наконец, предложение сватовства обратилось в действительность, и надо было решить этот великий, роковой вопрос для всякой девушки. Необыкновенно ясная голова Софьи Николаевны, еще не омраченная страстностью ее натуры, тогда ничем глубоко не возмущаемой, все понимала и все видела в настоящем виде, в настоящем свете... Софья Николаевна хорошо понимала неравенство между ними. ...Противоположные мысли, взгляды и картины ронились, мешались, теснились в воображении молодой девушки. Давно наступили сумерки, она все еще сидела одна в гостиной; наконец, невыразимое смятение тоски, страшное сознание, что ум ничего придумать и решить не может, что для него становится все час от часу

темнее — обратили ее душу к молитве. Она побежала в свою комнату молиться и просить света разума свыше, бросилась на колени перед иконой Смоленской Божьей Матери, некогда чудным знамением озарившей и указавшей ей путь жизни; молилась долго, плакала горячими слезами и мало-помалу почувствовала какое-то облегчение, какую-то силу, способность к решимости; хотя не знала еще, на что она решится, это чувство было уже от-
радно ей» (Аксаков С.Т. Семейная хроника // Собр. соч.: В 5 т. Т. 1. М., 1966. С. 146–148).

Для удобства анализа перенесем это описание в таблицу 2, разделив его на фрагменты, немного изменив их последовательность и выделив ключевые слова.

Таблица 2

Фрагмент	Комментарии и анализ
1. «Вопрос, идти или нет за Алексея Степановича — точно оставался не решенным. Наконец, предложение сватовства обратилось в действительность, и надо было решить этот великий, роковой вопрос для всякой девушки».	1. Кризис. Ситуация выбора, который должен был изменить всю жизнь, радикально повлиять на судьбу (« великий, роковой вопрос »).
2. а) «Необыкновенно ясная голова Софьи Николаевны, еще не омраченная страстностью ее натуры, тогда ничем глубоко не возмущаемой, все понимала и все видела в настоящем виде, в настоящем свете»; «Долго сидела Софья Николаевна одна в гостиной... и думала крепкую думу ...»	2. Работа переживания (совладания⁴). а) Попытка сознательного рационального решения. Вопрос надо было « решить », и за решение взялась « ясная голова », обладавшая способностью « все понимать и все видеть ». Героиня пытается безуспешно решить проблему усилием обдумывания .

⁴ Термин «совладание» здесь и далее мы будем иногда использовать как синоним термина «переживание-работа».

б) «... омрачились ее живые и блестящие глаза, тяжелые мысли пробегали по душе и отражались, как в зеркале, на ее прекрасном лице...»; «...Противоположные мысли, взгляды и картины роились, мешались, теснились в воображении молодой девушки».	б) Непроизвольные процессы переживания. Неуспешное произвольное совладание сменяют произвольные процессы переживания. Объем и глубина « рокового вопроса » оказались неподвластны рассудку. Мысли становятся « тяжелыми », глаза — « омрачившими », а значит « все понимать и все видеть » уже нельзя, но главное, что меняется центр активности, феноменологический субъект: уже не героиня « думает думу », а мысли « пробегают » по душе, « роются, мешаются, теснятся », т.е. утрачивается произвольность и доминирующими становятся процессы непосредственного переживания.
3. «Давно наступили сумерки, она все еще сидела одна в гостиной; наконец, невыразимое смятение тоски , страшное сознание, что ум ничего придумать и решить не может , что для него становится все час от часу	3. Кризис совладания. Толчок к молитве. На уровне непосредственного переживания ⁵ возникает « смятение тоски », на уровне сознания, где преимущественно действует способность рассуждения, затемняется

⁵ Напомним читателю типологию уровней сознания, которую мы здесь и далее будем активно использовать (подр. см.: Василюк, 1984, 1988). В каждом акте сознания можно выделить фигуры Наблюдателя и Наблюдаемого. И Наблюдатель, и Наблюдаемое могут находиться либо в активном, субъектном состоянии, либо в пассивном, объектном. Пересечение этих категориальных оппозиций дает типологию уровней, или режимов функционирования сознания:



темнее — обратили ее душу к молитве».	феноменальное пространство, на уровне рефлексии осознается беспомощность и бессилие ума (« ум ничего придумать и решить не может »). Это кризис кризиса, ощущаемая невозможность пережить ситуацию. Реакцией на это состояние могла быть попытка бегства от страдания. Но душа обернулась к молитве.
4. «Она побежала в свою комнату молиться и просить света разума свыше , бросилась на колени перед иконой Смоленской Божьей Матери, некогда чудным знаменем озарившей и указавшей ей путь жизни; молилась долго, плакала горючими слезами и...»	4. Молитва. Молитва героини не отступила от задач совладания, но приступила к ним по-своему. Молитвенная просьба простирается в плане той способности, на которую героиня полагалась с самого начала — способности ума, но меняется адресат упования — она испрашивает «света разума свыше », уже опытно убедившись, что ее собственный разум подошел к своим границам. Характерны два момента: во-первых, героиня молится не о готовом решении, но о восстановлении возможности решать; во-вторых, ее просьба точно называет именно то перцептивное измерение, которое более всего поражено — из темноты и омраченности она взывает о свете .
5. «...мало-помалу почувствовала какое-то облегчение , какую-то силу, способность к решимости ; хотя не знала еще, на что она решится, это чувство было уже отрадно ей».	5. Плоды молитвы показывают, что молитва решила задачу переживания, вывела героиню из кризиса. Молитва не подменила собою решения, но преодолела «неразрешимость» ситуации. « Облегчение » приходит на смену тяжести, « сила » — на смену бессилию, « способность к решимости » — на смену состоянию, когда «ум... ничего решить не может»; и вместо «смятения тоски» героиня испытывает « отраду ».

Что дает этот литературный пример для предварительного анализа соотношения переживания и молитвы? Ситуация значимого жизненного выбора всегда есть ситуация кризисная, потому что человек, чувствуя судьбоносность своего решения, хотел бы принять его на ясных и разумных основаниях, но в то же время у него нет и не может быть рациональных средств рассчитать жизнь наперед. Способность ума, на которую, как сначала кажется героине, можно опереться, на деле недостаточна и неадекватна ситуации: глобальные жизненные вопросы рассудком не решаются. Это обнаруживается уже в том, что с самого начала весь процесс разрешения проблемы идет с большой долей эмоциональных и произвольных включений («тяжелые мысли пробегали по душе»). Затем он вовсе выходит из-под управления воли. Уровень непосредственного, произвольного переживания становится доминирующим, и весь процесс перестает даже внешне напоминать *решение задачи*, а становится *переживанием кризиса*. Тут-то и обнаруживается полная несостоятельность избранных интеллектуальных средств, но не только ясный ум героини отступает, но и переживания запутываются, выходят из подчинения волевому центру, начинают «роиться, мешаться и тесниться», и вся эта тотальная несостоятельность способностей души справиться с ситуацией приводит к кризисной точке — к «смятению тоски» и к осознанию, что «ум ничего придумать и решить не может». И именно этот кризис переживания кризиса и обращает душу героини к молитве.

Что же, вся эта работа души, работа переживания, пытавшаяся совладать с ситуацией выбора, прекращается, отменяется в молитве и заменяется ею? Нет, она продолжается в форме молитвы, не теряя ни своей задачи, ни всех своих интеллектуальных и эмоциональных возможностей, но обогащаясь новым простором, новыми средствами, и осуществляясь в новом состоянии всего душевного организма.

Это новое молитвенное состояние души не отбрасывает за негодностью те состояния, в которых душа пребывала в ходе безуспешных попыток совладания, не подменяет их собою, а

сохраняет их, соединяя в новую форму. А именно: работа ума (первая фаза совладания) уповает на произвольные, сознательные процессы; в сменивших ее процессах непосредственного переживания (вторая фаза), напротив, доминирует уровень непроизвольности. Но и он оказывается несостоятельным. В молитве же (с точки зрения ее психологической структуры) устанавливается продуктивное соподчинение этих уровней: молитва есть произвольная непроизвольность, активная пассивность⁶. Лучший образ ее — вслушивание. Когда нужно узнать глубину расщелины, турист бросает в нее камешек и весь превращается в слух. Он замирает, взгляд его останавливается, затормаживаются почти все внутренние мыслительные процессы, сдерживается дыхание — никакие им самим создаваемые «шумы» не должны помешать расслышать звук удара камешка о далекое дно. Человек активно создает в себе состояние полной пассивности. Так и в молитве. Ее кульминация — не воссылаемые прошения, мольбы, призывания, но — ожидание ответа из неведомых глубин, куда наша произвольность и намеренность не может по своей прихоти заглянуть и, стоя перед которыми, необходимо произвольно сдерживать свою произвольность.

Итак, анализ литературного примера позволяет высказать первые предварительные соображения о соотношении переживания и молитвы. Работа переживания начинается в ситуации невозможности или сверхвозможности. Но внутри самого переживания есть свои невозможности или сверхвозможности, свои тупики и свои пики, свои экстремальные точки, где явно ощущается принципиальная недостаточность собственных душевных сил или необъяснимая избыточность их, несводимость души к самой себе и невыводимость из себя, ее несубстанциональность, и вот эти-то экстремальные точки переживания и

⁶ С точки зрения организации состояний сознания молитва противоположна пляске, где культивируется «пассивная активность». «Отсюда культовое значение пляски в религиях бытия. Пляска — это крайний предел моей пассивной активности...» (Бахтин, 1979, с. 120).

создают готовность к трансцендированию, предрасполагают к молитве. Но вот молитва родилась из переживания, прекращается ли в этот момент работа переживания? Нет, молитва не приходит вместо переживания — она становится «местом» переживания, его формой, его носителем, его пространством.

Теперь нам предстоит систематически рассмотреть влияния молитвы на переживание. «Системой» рассмотрения послужит общая формально-деятельностная структура переживания: субъект — процесс — объект. Молитва может быть направлена на каждый из этих структурных элементов. Сначала мы кратко остановимся на случае, когда темой молитвы становится *объект*, т.е. переживаемые обстоятельства, затем намного более подробно проанализируем случаи, когда молитва направляется на сам *процесс* переживания и, наконец, рассмотрим ситуацию, когда в фокусе молитвы оказывается *личность* переживающего человека.

ФОКУСИРОВКА МОЛИТВЫ НА ПЕРЕЖИВАЕМЫХ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАХ

Вероятно, самый распространенный способ включения молитвы в дело переживания состоит в том, что человек взывает о божественном вмешательстве в сами предметные обстоятельства, породившие переживание.

Например, мать переживает тревогу по поводу ребенка, находящегося где-то вдалеке от нее. Феноменологическая «технология» этой тревоги обычно такова: мать живо воображает ребенка, представляет опасность, которая ему грозит, инстинктивно «бросается» ему на помощь и в этот момент «обнаруживает», что он — «там», в опасности, а она — «здесь», в бессилии, и эта невозможность повлиять на ситуацию и вызывает, собственно, приступ тревоги.

Если она начинает молиться и просить небесные силы о заступничестве, защите и спасении ее ребенка, то молитва **преоб-**

разует само ее переживание. К работе воображения, участвующей в «производстве» приступов тревоги, присоединяется процесс молитвы, который тоже сопровождается своими образными представлениями, и они вступают в психологическое взаимодействие. Погружаясь воображением в опасную для ее ребенка ситуацию и обнаруживая в момент своего спонтанного порыва «помочь», что ее-то «там» нет, мать в этот самый отчаянный момент, который раньше запускал паническую реакцию, может отдать всю энергию своего отчаяния горячей мольбе, обращенной, скажем, к Ангелу-хранителю, чтобы он уберег ребенка от опасности и исполнил то, что она сама исполнить не может. При этом сама по себе молитвенная активность начинает «нормализовать» душевное состояние матери. Каким образом?

А. Молится она о том, что «там», но сама молитва осуществляется «здесь», укрепляя тем самым чувство присутствия «здесь», что целительно, ибо ее телесные и психические реакции становятся адекватны реальному окружению. Одно дело совершать произвольные настроечные микродвижения, подготавливающие тело к тому, чтобы броситься наперерез воображаемой опасности, и совсем другое — совершать, например, крестное знамение, адекватное реальной ситуации молитвы. Б. Пугающая неизвестность того, что «там» с ребенком, перестает быть источником для раскручивания маховика воображения хотя бы потому, что молитва есть произвольная активность, которая самим фактом своего осуществления блокирует до известной степени произвольные процессы. Остановка лавинообразно развивающихся панических реакций дает возможность трезвой оценки ситуации и высвобождает силы ума, воли, расчета, так что в результате критическая ситуация может быть локализована и тем уже частично пережита. В. На пиках переживания человек сталкивается с базовым экзистенциальным одиночеством. Молитвенная обращенность к Богу размыкает круг одиночества и тем придает сил и уверенности.

Итак, молитва может опосредствовать переживание, делая своей темой обстоятельства, породившие переживание. Молитва как бы перенимает на время у переживания его предмет,

вносит в него свои преобразования, чтобы затем вновь вернуть его переживанию⁷. И сам факт такого соработничества молитвы с переживанием, и вносимые молитвой в предмет переживания изменения его содержания и формы способны существенно повлиять на процесс переживания. Эти влияния могут быть самыми разными. Так, молитва может вовсе лишить переживание предмета и повода, полностью устранив проблематичность ситуации; может снизить эту проблематичность и дать субъекту короткую передышку, во время которой он соберет душевные силы, сделает свое участие в ситуации более произвольным и управляемым; может дать ощущение поддержки и тем вдохнуть веру в благополучное разрешение ситуации и т.д.

Характерная черта описываемого способа соединения процессов переживания и молитвы состоит в том, что молитва здесь с психологической точки зрения выступает как функцио-

⁷ Речь в данном случае идет о преобразованиях внутреннего образа тех реальных обстоятельств, которые породили переживание, а не об изменении их самих. Напомню еще раз, что, описывая психологические влияния молитвы на переживание, мы намеренно не затрагиваем мистическую сторону дела, т.е. реальную таинственную помощь, объективно меняющую обстоятельства. Однако это не означает, что мы считаем, будто «мистическое» и «психологическое» онтологически параллельны и независимы, так что в психологии молитвы все можно свести к психологии. Напротив, свидетельства о молитвенном опыте показывают, что духовные процессы могут иногда становиться настолько определяющими, что душевное состояние явно иногда начинает подчиняться им. Например, в случае тревоги в нашем примере, мать в молитве может получать явный ответ о благодатном исполнении просимого и сразу же успокоиться. Причем качество этого «покая», судя по многим описаниям, отличается от аналогичных состояний, достигаемых благодаря психотехническим приемам или фармакологическим средствам: по сравнению с ними он ощущается как более «глубокий», «полный», «надежный», «объективный», «живой», т.е. вносящий умиротворение не только в локальную область жизненного пространства, а захватывающий весь внутренний горизонт жизни. Эти различия могут стать предметом специального эмпирического исследования.

Во всяком случае, психологическое исследование молитвы, оставаясь научным исследованием, именно из научно-методологических соображений должно избегать опасности психологизации молитвы, редукции ее к психологическому уровню.

нальный аналог и заменитель деятельности, поскольку акт молитвы направлен на преобразование самого предмета или обстоятельств, так же как обычный акт предметной деятельности, который в данном случае невозможен.

Этот способ энергийного соединения переживания и молитвы — самый простой из тех, которые будут рассматриваться в данной работе, но именно он всегда находил широкое распространение в народной религиозно-психологической культуре. Существуют многочисленные молитвы, составленные на самые разнообразные случаи, поводы, нужды, искушения: «При нападении грабителей», «От нарывов», «От головной боли», «О потерянных детях», «От укушения гада» и пр. Иногда эта «низовая»⁸ молитвенная практика вплотную подходит к границам языческой магии, и, тем не менее, ее непреходящая духовная ценность — в общем мироощущении пронизанности всего бытия духовными энергиями, в немудреной связи молитвы с живыми человеческими нуждами, с непосредственной тканью жизни.

⁸ Слово «низовая» взято в кавычки, предостерегающие от высокомерного отношения к простоте подобных молитв. Митрополит Антоний Сурожский, один из глубочайших мыслителей XX столетия, рассказывает забавный эпизод, в котором он прибег к такой «простецкой» молитве, составленной столпом восточно-христианского богословия — св. Василием Великим: «У нас в церковном доме завелись целые отряды мышей, и я хотел их сбить. Я вспомнил, что в Большом Требнике есть молитва, вернее, увещание, кажется, святого Василия Великого, всем вредным тварям, целая страница, где перечислены все возможные звери, которые, в общем, портят нам жизнь. Я подумал: ну, Василий Великий писал, значит, должно быть, правда. Хотя я не верю, что что-нибудь может получиться, но раз Василий Великий в это верит, пусть он и чудо творит!.. И сказал ему: “Святой Василий, я не верю, будто что бы то ни было может получиться, но раз ты писал эту молитву, ты верил. Так вот, я эту молитву прочту, а ты ею молись, и увидим, что получится”. Я надел епитрахиль, сел на кровать, передо мной был камин, и стал ждать. Вышла мышь; я ей говорю: “Сядь и слушай!”. Она села на задние лапы, усами движет: видно слушает. Я тогда прочел эту молитву, мышь перекрестил и говорю: “А теперь иди с миром и Расскажи другим”. И после этого ни одной мыши не было. И меня это особенно обрадовало, потому что это было уж никак не по моей вере. Это было чистое чудо, неоскверненное мной, если можно так сказать...» (1999, с. 275–276).

ФОКУСИРОВКА МОЛИТВЫ НА ПРОЦЕССЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ

Темой молитвенного обращения могут становиться не предметные обстоятельства, не «о чем» переживания, а сам процесс переживания, входящие в его состав душевные акты и состояния.

В целостном процессе переживания можно различить три слоя, или плана протекания: а) **план непосредственного переживания**, в котором происходит *испытывание* душевных состояний, проживание чувственного опыта, б) **план выражения**, в котором осуществляются разные формы экспликации внутренних состояний и процессов, и в) **план осмысления**, в котором разворачивается внутренняя работа самосознания по осмыслению душевных состояний и всей экзистенциальной ситуации.

Становясь темой молитвенного обращения, переживание входит в такой контекст и такое «силовое поле», которые радикально отличаются от контекста и поля зарождения этого переживания. Здесь меняются все три плана переживания — а) формы чувствования душевных процессов и состояний, б) формы и способы их выражения, а также в) формы и способы внутренней смысловой работы переживания.

План непосредственного переживания

Структура переживания такова, что предметом сознания является переживаемое содержание, а само непосредственное испытывание выступает как феноменологический фон. Например, при переживании страха душа направлена на что-то страшное, а само переживание, само испытывание страха — есть «поза» души (по выражению М.М. Бахтина). Уже один лишь факт обращения внимания на «позу», превращения ее из фона в фигуру, в предмет внутреннего восприятия оказывает на нее сильное влияние.

Поэтому одно дело страх, ревность, раздражение как самопроизвольные, самодействующие формы, другое — они же, включенные в круг молитвы как предмет обращения к Богу. Называя в молитве то или иное свое душевное состояние, человек как бы кладет его перед Богом, призывая Его к участию в происходящем в душе и в жизни. Это *пред-ложение* душевного состояния перед Богом влечет за собой многие серьезные последствия для всего процесса переживания, которые мы будем подробно рассматривать. Однако уже и сам акт «предложения» производит свои изменения в переживании данного душевного состояния. Какие же?

Во-первых, превращение душевного состояния из незамечаемой «позы» в «предмет» внимания повышает его осознаваемость. Во-вторых, душевное состояние как-то именуется или обозначается, и это означивание очерчивает его границы и тем проявляет его «принадлежность» личности, так что человек может назвать это состояние «своим». В-третьих, как раз благодаря *«о-предмечиванию»* состояния и *«о-своению»* его личность получает возможность *«разотождествления»* с данным душевным состоянием, возможность известного дистанцирования от него. Эти три момента — *«о-предмечивание»*, *«о-своение»* и *«разотождествление»* — взаимосвязаны и все вместе заметно меняют феноменологический «статус» состояния.

Разумеется, указанная перемена статуса душевного состояния, вызванная включением его в контекст молитвы, прямо скажется на качестве его испытывания. Меняется динамика душевного состояния, его эмоциональная окраска, атмосфера, степень и формы участия в его чувственном проживании разных психологических процессов, начиная от игры мышечных напряжений и заканчивая стилистикой сновидений. Какие именно изменения привносит молитва в план испытывания душевных состояний и благодаря каким механизмам, об этом мы будем говорить по ходу анализа планов выражения и осмысления. Отсрочка обсуждения связана с тем, что именно в этих двух планах разворачиваются специальные и разнообразные виды внутренней активности целостного процесса переживания, процессы же

плана непосредственного переживания протекают, по определению, в «страдательном залоге»⁹. Эта страдательность, впрочем, вовсе не означает пассивности и безучастности, напротив, процессы непосредственного переживания чутко откликаются на мельчайшие нюансы игры всех планов целостного процесса переживания. Их тонкая чувственная отзывчивость и обладает самостоятельным целительным потенциалом, и является конечным синтезирующим органом всей работы переживания. Именно поэтому в нашем исследовании потребуется постоянный возврат к теме изменений самого качества испытываемых душевных состояний, т.е. изменений в плане «непосредственного переживания», привносимых молитвой.

План выражения

Пространство выразительности

Выражение чувств становится проблемой в ситуациях, когда человек хочет, но не может сдержать то или другое проявление или, напротив, хочет, но не может выразить состояние в силу тех или иных причин. Эти столь непохожие ситуации обладают топологическим сходством: и там, и здесь чувство оказывается «стеснено», «зажато»¹⁰, хотя и по-разному. В первом случае (например, при переживании гнева) оно быстро разрастается, заполняет собой почти весь объем души, не оставляя места уму, воле, памяти и пр., что грозит в конце концов неуправляемым аффективным взрывом. Во втором случае различные душевные силы (ответственность, вина, страх и т.д.) начинают теснить зародившееся чувство, мешая его проявлению и не оставляя для него «места» в сознании, что, как известно, чревато психосоматическими расстройствами.

⁹ Имеется в виду, что в «непосредственном переживании» феноменологический «Наблюдатель» пассивен. См. сноску 5 в этой главе (с. 22).

¹⁰ У М.Ю. Лермонтова в «Молитве» читаем: «В минуту жизни трудную / Теснитесь ль в сердце грусть». Именно «теснятся», глагол совершенно не случаен.

тическими расстройствами. Случайно ли, что в антропологии Фрейда источником всех зол, которые только могут приключиться с душой, объявляется механизм, названный не иначе, как «в ы т е с н е н и е м»? Такова психологическая значимость метафоры пространственных ограничений переживания.

Молитва — дом, двери которого открыты для всякого человеческого чувства. Подчеркнем — всякого (!): в молитве «обителй много», нет такого человеческого чувства, которого в пространстве молитвы не нашлось бы места¹¹. Вбирая в

¹¹ Анализируя на примере православного обряда отпевания отношения между аффектом и культом, о. Павел Флоренский писал: «Назначение культа — именно претворять естественное рыдание, естественный крик радости, естественный плач и сожаление — в священную песнь, в священное слово, в священный жест. Не запрещать естественные движения, не стеснять их, не урезывать богатство внутренней жизни, а напротив — утверждать это богатство в его полноте, закреплять, возвращать. Случайное возводится культом в должное, субъективное просветляется в объективное. Культ претворяет естественную данность в идеальное. Можно было бы постараться подавить аффект. Но задержанный аффект сгноит душу и тело. Да и где граница допустимого и недопустимого? Кто устанавливал ее? — Что значит она, условная? По какому праву навязана она будет мне, потрясаемому аффектом? И если вступить на путь борьбы с аффектами, то придется в корне отринуть самую природу человека — бездну, аффекто-порождающую и в себе самой ничего кроме аффектов не содержащую. Вступить в борьбу с аффектами значит одно из двух: если она неуспешна — отравить человечество «загнанными внутрь страстями», если же удачна — оскотить и умертвить человечество, лишив жизненности, силы, и наконец — и жизни самой. Культ действует иначе; он утверждает всю человеческую природу, со всеми аффектами; он доводит каждый аффект до его наибольшего возможного размаха, — открывая ему беспредельный простор выхода; он приводит его к благодетельному кризису, очищая и целая тем *τὰς τῆς ψυχῆς* [раны души]. Он не только позволяет выйти аффекту всецело, но и требует наибольшего его напряжения, вытягивает его, обостряет, как бы подсказывает, подстрекает на аффект. И, давая ему полное признание, утверждая аффект в правде его, культ преображает его. <...> Гнев ли, ярость ли, скука ли... — все берет на себя культ и все преобразует и до конца удовлетворяет: — до дна в культе испиваем мы самую эссенцию своего волнения, всецело насыщаемся, без малейшего оставшегося неудовлетворенного желания, — ибо культ дает всегда более, чем мы просим, и даже больше, чем мы можем хотеть...» (Флоренский, 1977, с. 136—138).

себя переживание, молитва как бы обнимает его, давая ему, прежде всего, место, свободу и принятие. Принятие переживания в его реальности вовсе не тождественно солидарности с его ценностями: так монах, впустивший в келью беглого каторжника, не выражает этим согласие с его взглядами и не превращается в сообщника. Сколько-нибудь длительная жизнь переживания внутри молитвы может радикально преобразить его, но еще до этих преобразований, самим фактом включения переживания в молитву ему дается новый душевный объем, явно ощущаемое расширение душевного пространства. Внутри молитвы переживание получает поле свободы и уже от одного этого чувство, готовое взорваться сметая преграды, снижает свой накал, а чувство стесненное и зажатое как бы расправляет затекшие члены и оживает, получая право и вообще быть, и быть самим собой.

Душевный объем, в который попадает тягостное чувство, в ряде молитвословий именуется «пространством в скорбях»¹². Когда молитва настоялась и окрепла, объем этот ощущается человеком как окружающая его оболочка покоя, мягкого, мирного духа, ясности ума. Душа при этом открыта всем впечатлениям как внешним, так и внутренним. Появляющееся в этом объеме переживание, как бы оно ни противоречило мирному и благодатному духу всего состояния, ничем ему не грозит. Оно сразу замечается человеком и развивается на его глазах, в замедленном темпе, будто движения в воде, так что он успевает спокойно обдумать, прояснить его ядерный смысл и занять по отношению к нему личностную позицию, и, если нужно, отклонить притязания переживания на реализацию задолго до того,

¹² Отметим, что «теснота» и «скорбь» семантически и этимологически связаны. Например, в русском переводе 117 псалма используется слово «теснота» («Из тесноты воззвал я к Господу, и услышал меня, и на странное место вывел меня Господь» — Пс 117:5) там, где славянский перевод дает «скорбь» («От скорби призвахъ Господа, и услыша мя въ пространство»). Этимологический словарь указывает на связь слова «скорбь» с древне-исландским «skorþinn» — сжавшийся, сморщившийся (см.: Черных, 1999, т. 2, с. 171).

как оно начнет переходить в стадию намерения или импульса к действию. Пространство, предоставляемое переживанию молитвой, дает ему свободу роста и внутреннего проявления, а личности — свободу и время отнестись к переживанию, воспользовавшись другими душевными силами — умом, сознанием, совестью, волей.

Такие возможности создает молитва даже на первых ступенях аскетического опыта; подвижник, похоже, отличается от новоначального лишь полнотой использования этих возможностей. В аскетической литературе можно встретить тончайшие психологические наблюдения о зарождении страсти, скрупулезные описания переходов от *прилога* — к *сочетанию* — далее к *сложению* — *пленению* и к собственно *страсти*¹³, снабженные точными указаниями для подвизающихся по «диагностике» и «лечению» этого процесса.

Напряжение произвольного внимания к смене душевных состояний и управление этими состояниями кажутся настолько изощренными, что трудно поверить в реальную исполнимость человеком такого виртуозного душевно-духовного акта. А уж то, что такая внутренняя работа может протекать над всеми помыслами и переживаниями (как это предполагается, по-видимому, в случае стяжания подвижником «непрестанной молитвы») с научно-психологической точки зрения представляется совершенно не реалистичным.

Между тем многочисленные свидетельства показывают, что на вершинах аскетического искусства достигаются такие состояния души, такая степень внутренней молитвенной сосредоточенности и такая устойчивость этого сосредоточения, что именно **каждое** появляющееся в душе переживание оказывается в поле внимания молитвы и над ним совершается духовная работа. При этом сознание освобождается от присущих более ранним ступеням колебаний внимания между молитвенной активностью и произвольными помыслами. Между молитвой и

¹³ См., напр., преп. Иоанн Лествичник (1991), преп. Нил Сорский (1991).

переживанием устанавливается совсем другое отношение, при котором непрерывно поддерживаемое молитвенное горение получает в каждом переживании топливо, но переживание при этом не уничтожается, а лишь очищается и просвещается, как может загрязненный и заржавевший кусок металла очищаться в огне от наносного и поверхностного, прокаливаться и светиться, не сгорая при этом¹⁴. Все переживания входят в молитву, и сама молитва становится не только особенным актом, но и **образом переживания жизни**.

Для выяснения особенностей психологических отношений между процессами переживания и молитвы чрезвычайно важно осмыслить этот многократно засвидетельствованный факт стяжания подвижниками *непрестанной молитвы*. Как психологически возможен этот феномен? Если под непрестанной молитвой понимать непрекращающееся не часами, но годами (!) произвольное и целенаправленное сосредоточение внимания на молитвенном усилии, то мы имеем дело с явлением, которое противоречит фундаментальным законам психологии внимания, а именно экспериментально установленному

¹⁴ Вот что пишет об образе подобного соединения митрополит Антоний Сурожский: «Вы, вероятно, помните образ, который дает святой Максим Исповедник. Он говорит, что человечество и Божество во Христе соединены так, как огонь и железо соединяются в мече, который положен в огонь. Мы вкладываем в огонь холодное, серое, мертвое железо, — мы его вынимаем сияющим огнем. Огонь и железо пронизали друг друга, мы уже не можем их отделить, хотя железо осталось железом, огонь остался огнем. Но они так соединены, что — говорит Максим — теперь можно резать огнем и жечь железом. Таким же образом Дух Святой пронизывает и нас; опять-таки, не со всей полнотой, потому что мы должны открыться Ему, должны дать Ему волю, свободу, — но Он присутствует и постепенно нас как бы согревает, пронизывает. И если мы отвечаем на Его действия, отзываемся на Его зов, Он все больше и больше нас пронизывает, так что в конечном итоге мы можем стать, должны стать подобными Христу или, если хотите другой образ, подобными купине неопалимой, которую Моисей видел в пустыне (Исх. 3:2), куст, который горел Божественным огнем, весь стал огнем, не переставая быть кустом, — потому что Божественный огонь не уничтожает то, что приобщает своей Божественной природе» (1994, с. 40).

закону устойчивости внимания, указывающему на ограниченность времени удержания объекта в поле внимания. С одной стороны — непреложные факты, с другой — не менее непреложные законы.

Для того, чтобы попытаться разрешить это противоречие, придется сделать небольшое отступление и еще раз вдуматься в категорию переживания.

О единой категории переживания

Необходимо прежде всего объяснить по поводу двойственности термина переживания. Мы употребляем его и для обозначения *внутренней работы*, направленной на совладание с ситуацией невозможности, и для обозначения одного из режимов (или уровней) функционирования сознания — уровня непосредственного чувствования, *испытывания* тех или иных содержаний и состояний. Понятия «переживание-работа» и «переживание-испытывание» задаются через две разные системы категориальных координат — «Деятельности» и «Сознания» соответственно. Переживание-работа в рамках своей системы определяется как специфическая *деятельность* через со- и противопоставление целенаправленной предметной деятельности, а переживание-испытывание идентифицируется как особый *режим функционирования сознания* через со- и противопоставление другим режимам — рефлексии, сознанию и бессознательному (см.: *Василук*, 1988).

Логическая разнородность этих понятий не только не отменяет, а даже требует постановки вопроса об онтологических отношениях данных процессов. Такой авторитетный теоретик в этой области как Ю. Джэндлин (*Gendlin*, 1982) полагает, что переживание-испытывание (*experiencing*) есть первичная психологическая субстанция, т.е. самобытная, через самое себя определяемая и для себя существующая реальность, реализующая в ходе своего самоосуществления ряд побочных для себя, хоть и очень важных для всей жизни субъекта функций, и среди них функцию смысловой переработки, т.е. функцию переживания-работы.

Мы придерживаемся противоположной точки зрения: в отношениях между собой этих двух процессов именно переживание-работа является первичной субстанцией¹⁵, а переживание-испытывание при всей своей феноменологической красочности обладает лишь кажущейся самостоятельностью и есть только один из органов, средств и уровней осуществления переживания-работы. Подобно этому при ботаническом рассмотрении дерева цветок является просто одним из биологических органов, который вместе с другими органами — корнем, стволом, листом, корой — обеспечивает жизнь всего дерева, хотя с эстетической точки зрения именно цветение может оставить главное впечатление.

В самом деле, из-за того, что наша жизнь почти всегда протекает в непрерывной смене деятельностей, она представляется нам почти полностью из деятельностей и состоящей, а между тем деятельность как форма жизненной активности составляет лишь верхушку всего объема жизни. Когда я осуществляю одну деятельность, другие я тем самым отклоняю (откладываю, отвергаю, забываю и т.д.). Однако мотивы других моих деятельностей в это время никуда не исчезают, не уничтожаются, и, следовательно, каждая из этих деятельностей продолжает стремиться к реализации и, не получая такой возможности, оказывается в состоянии фрустрации. А раз так, то, естественно, разворачивается работа переживания-совладания с каждой из этих фрустраций. Отложенных деятельностей

¹⁵ Подчеркнем терминологический нюанс: переживание-работа названо субстанцией именно по отношению к переживанию-испытыванию, хотя как раз одно из принципиальных отличий нашего понятия «переживание» от понятия «*experiencing*» у Ю. Джендлина в том и состоит, что он мыслит его субстанциально, как процесс, существующий сам собою, а мы мыслим его энергично, т.е. как деятельностный процесс, совершаемый личностью. Эти, казалось бы, схоластические тонкости терминологии имеют принципиальное значение для психотерапевтической практики — от того, будем ли мы в терапевтическом процессе делать ставку на переживание как активность личности или на переживание как самодействующий процесс, зависят и методы терапии, и ее стиль, и терапевтические отношения, и результаты.

много — это, строго говоря, все мои отношения к миру, кроме актуализированных в текущей деятельности. Поэтому легко предположить, что все постоянно ощущаемые нами переживания, вся эта подвижная динамическая материя душевной жизни — есть не некая первичная субстанция субъективности, существующая до и независимо от внутренней смысловой работы (но иногда согласная в ней участвовать), а — сама эта непрерывно ведущаяся душевная работа, которая умиряет, утишает, сдерживает всё напряжение фрустрированных жизненных отношений, в то время как только одно из них реализуется в деятельности. В кризисных ситуациях сама работа переживания становится особой деятельностью, отчасти вполне осознанной и произвольной. Осуществляя эту работу, личность рекрутирует для решения ее задач все имеющиеся ресурсы и из резервов предметной деятельности, и из арсенала процессов сознания, разумеется, вовлекая в это дело среди прочего и процессы переживания-испытывания.

Следовательно, в переживании-работе не всё есть переживание-испытывание, но в переживании-испытывании всё подчинено переживанию-работе. Переживание-испытывание есть непроизвольно осуществляемая переживание-работа. Поэтому внутренние, интимнейшие процессы переживания-испытывания только кажутся первичными природными, спонтанными процессами; на деле они большей частью вторичные, так или иначе социо-культурно сформированные фрагменты и отпрыски осуществлявшейся ранее или подспудно продолжающейся работы переживания. Это означает, что мятущаяся внутренняя душевная стихия переживаний, так сказать, не совсем *стихия*: она стала тем, что она есть, и такой, какова она есть у данного человека, не сама собою, — он сам и значимые другие приняли активнейшее участие в ее формировании.

Подытожим. Мир переживания-испытывания обладает несколькими феноменологическими характеристиками — непрерывностью, стихийностью, непроизвольностью. Своей непрерывностью, не прекращающимся ни на секунду «кипени-

ем» он обязан противоречию между сложностью жизни и линейностью актуальной реализации: жизненных отношений много, а реализуется в каждый данный момент в предметной деятельности лишь небольшая их часть. ***Все те жизненные отношения, которые актуально не реализуются сейчас в целенаправленной деятельности, существуют в моей жизни в виде переживания.*** Поэтому мы все время переживаем и в каком-то смысле переживаем намного больше, чем действуем. Неудивительно, что, стоит нам прислушаться к своему душевному состоянию, мы тут же обнаруживаем подвижную, меняющуюся, неостановимую стихию переживания. Максимально упрощая: переживание-испытывание непрерывно не потому, что оно — первичная стихия, но потому, что оно — работа. А работы в человеческой душе все время много, пока сохраняется сложность жизни.

Стихийность и произвольность переживания-испытывания тоже не свидетельство его первичной природности, а следствие неумения управлять слишком большим и противоречивым массивом процессов. Отсюда следует, что можно говорить о *мере* стихийности процессов переживания в зависимости от степени указанной сложности жизни и противостоящей ей личностной активности по «самособиранию». Разумеется, ни в коем случае нельзя переоценивать возможность и необходимость всем и всегда в своей душе управлять, но нельзя и не замечать, что личность вносит немалый вклад в степень и характер воцарившейся в душе стихийности, а порой эту стихийность и недобросовестно эксплуатирует для бегства от ответственности. Поэтому натуралистическому и эссенциалистскому взгляду на стихию душевной жизни необходимо противопоставить рассмотрение ее под углом зрения категорий «культуры», «энергии»¹⁶ и «личности».

¹⁶ Здесь и в большинстве других мест, где слово «энергия» используется терминологически, за ним закреплено центральное понятие синергической антропологии, ближайшими «родственниками» которому в научной психологической лексике являются понятия «деятельности» (в концепции

Итак, общая картина такова: с психологической точки зрения жизнь за исключением одного своего функционального органа (деятельности), а еще точнее — за исключением одного органа этого органа (целенаправленного акта действия), сплошь страдательна. Но страдательность у человека — это не пассивное претерпевание, а активная работа переживания. В кризисных ситуациях эта работа становится самостоятельной, а то и «ведущей деятельностью» личности; вне этих ситуаций она осуществляется преимущественно в форме произвольных процессов непосредственного переживания, непрерывно трудящихся надо всеми жизненными отношениями человека, не вовлеченными сейчас в его актуальную деятельность.

Что эти выкладки дают нам для решения вопроса, как психологически возможен описываемый у подвижников феномен непрестанной молитвы? Стяжание непрестанной молитвы — это не превращение молитвы в постоянное занятие, когда под-

А.Н. Леонтьева, 1975) и «установки» (в концепции Д.Н. Узнадзе, 1966). С.С. Хоружий в «Аналитическом словаре исихастской антропологии» определяет категорию «энергии» следующим образом: «Энергия — ключевое понятие исихастской антропологии и энергичность, примат энергичных категорий и отношений — главная определяющая черта всего православного мистико-аскетического мировосприятия. ...Понятие энергии как таковой сохраняет в Православии классический аристотелевский смысл: это — актуализация потенций (*dýnaxis*) сущего, причем именно — сам процесс, движение, деятельность актуализации, а не её результат (актуализованность, осуществленность: энтелехия Аристотеля, не вошедшая в словарь патристики)... Здесь энергии называют также многими другими терминами, приближенно синонимичными: “действования”, “выступления”, “порывы”, даже “воления”. В семантике этих терминов есть явный элемент начинательности, они все выражают не столько акт как таковой или же некоторое развившееся движение, сколько почин, начаток, толчок, “росток” акта или движения. Вместе с тем, это все же актуальный, свершившийся почин и толчок: несколько более отделившийся от завершенности, энтелехии, энергия остается четко отличной от чистой возможности, потенции...

Человек — (само)деятельный центр, энергии — разнонаправленные, разнородные, а также и взаимосвязанные, взаимодействующие выступления, “ростки деятельности” этого центра...» (Хоружий, 1995, с. 53–54).

вижник только и творит молитву, не осуществляя кроме нее никакой другой целенаправленной деятельности. При всей длительности ежедневных молитв, психологическая и духовная суть дела не в том, что подвижник молитву превращает в единственную свою деятельность, а в том, что всякую свою деятельность он превращает в молитву. Выяснение отношений между категориями деятельности и молитвы — самостоятельная общепсихологическая задача, но и без специального анализа вполне понятно, как предметная деятельность может осуществлять в смысловом отношении молитву, быть носительницей и исполнительницей богообщения (наиболее очевидные примеры — иконопись как «богословие в красках» (*Трубецкой*, 1998), вообще религиозное искусство, да и всякое дело, исполняемое «ради Бога» не риторически, а фактически). Намного менее очевидно, каким образом переживание может быть носителем и исполнителем молитвы. Факты обретения непрестанной молитвы, с психологической точки зрения, могут быть возможны как раз лишь при условии претворения душевной стихии переживаний в живую молитву. Почему? Целенаправленная деятельность не может быть непрерывной, это непреложный психофизиологический факт. А вот переживание, как мы показали выше, по существу не может быть прерывным. Следовательно, основным носителем непрестанной молитвы становится именно переживание. (Кстати заметим, что этим могут объясняться психологические механизмы специфических телесных преобразований, наблюдаемых у подвижников, поскольку переживание есть прежде всего телесный процесс.)

Суммируем: аскетический опыт являет особый тип отношений между тремя жизненными процессами — деятельностью, переживанием и молитвой. В феномене непрестанной молитвы эти отношения складываются не так, что подвижник только молится, а не действует и не переживает, т.е. что молитва становится для него единственным жизненным процессом, а так, что любой жизненный процесс — и специальная молит-

венная активность, и всякая предметная деятельность, и любое переживание становятся молитвой (в буквальном смысле осуществляя воззвание «всякое дыхание да славит Господа»).

Но как именно, за счет каких процессов переживание претворяется в молитву? И каким образом произвольная молитва, не переставая быть молитвой, начинает осуществляться на уровне непосредственного переживания? — Вот вопросы, которые ставит перед психологическим анализом аскетический опыт.

Обсуждаемая нами тема — влияние молитвы на способы выражения переживания — достаточно обширна. Мы коснулись пока лишь формально-топического ее аспекта, а именно того обстоятельства, что плодом молитвы может являться «пространство в скорбях», т.е. некий духовный объем, в котором живы и действенны воля и ум человека, и потому переживание не переходит в страсть, застилающую собой весь феноменологический горизонт и движущую человеком по своей слепой логике.

Средства выразительности

Когда переживание подхватывается молитвой, оно обретает не только новое пространство, но, кроме того, новые средства и формы выражения.

В обычной молитвенной практике человек молится как «своими» словами, так и с помощью усвоенных молитв, отобранных религиозной традицией. С психологической точки зрения они выступают в качестве знаковых средств, символических орудий, опосредствующих его молитвенную деятельность.

Эти молитвословия способны давать форму неясным, размытым чувствам, собирая растекшиеся воды переживания в одно полноводное русло. И здесь вовсе нет подмены естественного выражения живого человеческого чувства некой нормативной религиозной формулой, потому что лучшие молитвы есть плод вдохновенного поэтического выражения душевно-ду-

ховных состояний, когда-то впервые пережитых святым, т.е. духовно-гениальным человеком, и вылившихся в прекрасную форму. Как в пушкинской строке «Я помню чудное мгновенье», сколько раз ее ни повторяй, живет, не увядая, трепет изумления влюбленного взгляда, так в словах молитвы кристаллизовалось живое молитвенное чувство святого, и, стоит человеку отогреть эту молитву своим дыханием, своей искренностью, как она начинает пульсировать и откликаться. Стремясь посредством этой молитвы выразить свое, личное, преодолевая, как во всяком творчестве, «сопротивление материала» (а материал здесь двойной — и собственная душа, и слова молитвы), человек обретает возможность впитывать из слов и образов молитвы духовный и душевный опыт святости, смирения, покаяния, открытости и пр., включать его в свое переживание, усваивать, обогащать переживание теми духовно-творческими движениями, которые когда-то под действием благодати и молитвенного порыва совершила душа святого.

Как художник, копируя произведения великих мастеров, постигает тайны их искусства, так через отборные молитвословия человек осваивает богатейший язык культуры переживания и культуры внутренней жизни вообще. Средства этого языка обучают тончайшим дифференцировкам душевных состояний, способам внутреннего наблюдения за ними и влияния на них, опытно найденным законам динамики душевных состояний и их развития и пр. и пр. Есть в этой «школе переживания» даже такая дисциплина, как «культура желания». Современной секуляризированной культуре, где моделированием желаний занимается в основном реклама и где этот «модельный ряд» крайне скуден и примитивен, просто не ведомы многие предметы желаний, каким обучает молитва. Вот только один пример молитвенного прошения, который дает богатейший спектр желаемых и, стало быть, уже опытно известных душевных состояний: «...И подаждь ми неизреченною благодатию сердца очищение, уст хранение, правоту деяний, мудрование смиренное, мир помыслов, тишину душевных моих сил,

радость духовную, любовь истинную, долготерпение, благодать, кротость, веру нелицемерную, воздержание...» (Псалтирь. Молитва после 16 кафизмы). Большинство из упомянутых в этой молитве желанных состояний не просто отсутствуют в репертуаре желаний современного секуляризированного сознания, а даже и не понятны ему ни по содержанию, ни по тому, что же в этих состояниях столь привлекательно.

Поэтические средства молитвенного выражения переживания не просто включают в емкую форму то, что уже содержится в самом переживании, засеивая душевную почву именами новых, еще только зарождающихся душевных состояний, они способствуют их формированию, учат тонкому различению различных состояний и процессов, одним словом, развивают культуру переживания личности.

Однако молитвенная форма переживания может не только открывать человеку кристаллизованный в молитве духовный опыт, не только указывать ему духовные ориентиры для движения по пути, который уже раньше был кем-то пройден, и теперь должен быть пройден вновь. Не только, ибо, становясь на молитвенный путь, переживание человека может оказаться не одиноким индивидуальным повторением опасных и трудных маршрутов душевной жизни, но подлинно *встречей*, совместным движением молящегося сегодня и молившегося сотни лет назад, молящегося и Того, к Кому молитва обращена¹⁷. И тогда значимость молитвы как средства выражения переживания отступает на второй план, главным же становится ее способность быть средством соединения и общения.

Конечно же, и одиночество — ценность. Нельзя усомниться в величайшем духовном значении опыта одиночества вообще и, в особенности, опыта одиночества в глубине страдания, где боль человек должен перенести только сам, где его никто

¹⁷ По приводящимся в духовной литературе многочисленным описаниям таких встреч, святой или Сам Господь «спутешествуют» молящемуся, что свидетельствуется для него и внешней помощью, и характерным «горением сердца» (Лк 24:32).

не может подменить. Без этих страшных одиноких мук и одиноких усилий невозможно, наверное, расслышать последние духовные истины¹⁸. Но не все неизбежное и даже духовно плодотворное хорошо и желанно, не все, приносящее истину, — истинно. Для страдающего нет ничего важнее сострадающего присутствия Другого, нет ничего страшнее оставленности. Самая большая мука и самая большая горечь, которые выпали на земную долю Иисуса, Голгофа и Гефсимань, были мукой оставленности Богом в страдании («Боже Мой, Боже Мой! для чего Ты Меня оставил?» (Мф 27:46) и горечью оставленности друзьями в страдании. Гефсиманская скорбь и тоска, просьба к ученикам «Побудьте здесь и бодрствуйте со Мною» (Мф 26:38), кажется, единственное место в Евангелии, где Иисус обращается к ученикам не из силы, а из Своей человеческой слабости, прося даже не о защите и поддержке, не об утешении и помощи, а лишь об одном — чтобы в минуту смертельной скорби они «побыли» с Ним, бодрствовали рядом, душевно присутствовали.

Итак, в молитве человек может находить отборные символические формы для выражения и осуществления своих переживаний, осваивая тем самым *опыт переживания* духовно просветленных и жизненно умудренных людей, и, сверх того, обретая порой реальное душевно-духовное *соединение* с ними или с Самим Богом, которое хотя и не избавляет его от страдания, но избавляет от муки оставленности в страдании.

Переживание находит свое выражение не только в индивидуальных, но и в общественных формах молитвы. Всякая религиозная традиция вырабатывает общинные формы молитвенного участия в переживании кризисных поворотов человеческой жизни. Например, обряд отпевания с точки зрения

¹⁸ Ибо странник — Дух
И идет один,
До начальных глин
Потупляя слух...
М. Цветаева

психологии переживания и психологии утешения может быть понят как коллективное символическое действо, позволяющее членам общины молитвенно включиться в переживание близких усопшего, создавая полноценную душевно-духовную среду, в которой горюющие получают опору для плодотворного совершения работы страдания.

Общественное богослужение становится формой душевно-духовной солидарности в переживании, символическим средством, способным объединять переживания и сопереживания многих людей в единый целостный акт. При этом церковная молитва — не просто духовный «инструмент», на котором исполняется уже сложившаяся мелодия совместного переживания. Культ активен, он идет навстречу возникшему переживанию, а часто и берет на себя инициативу, вызывая, пробуждая, актуализируя переживание (например, повторяющиеся в годовом цикле дни общецерковного поминовения умерших). Культ впитывает, вбирает в себя индивидуальные переживания и дает им общую структуру, язык, ритмику, образность, сюжет. Благодаря такому опосредствованию переживания культом, личность становится сопричастна общей скорби и радости семьи, рода, общины, народа и, в пределе, всей твари. Однако культ не только собирает и объединяет переживания, он преобразует их, сублимирует, возносит из горизонтального времени истории в вертикальное измерение вечности.

На эти три способности культа по отношению к переживанию — *вбирать в себя, собирать и возносить* — указал Л.С. Выготский, анализируя значение «Дня 9 ава» в иудейской религиозной традиции. День 9 ава считается роковым в истории еврейского народа, именно в этот день дважды разрушался Храм. Но зачем нужен повторяющийся из года в год траур, — задается вопросом Л.С. Выготский, — в чем его смысл? Сводится ли он к долгу памяти?

«Не только печаль воспоминаний, исторический траур видел и сохраняло еврейство в этом дне. Вечную скорбь свою, вечный плач о болезни и немощи своей вложил в него народ... Не

временное и преходящее, а надвременное и вечное видело еврейство и берегло и хранило в этой немощи, болезни, ране; не исторический траур, а надысторическое, изначально, предопределенное... Вот почему так запечатлело еврейство этот день, вырвав его из круга времен и раз и навеки отметивши его черным знаком, черной чертой траура. Вот почему обратило в исторический символ, в собиратель скорби. Обращаясь в кругу времен, этот день всасывает, впитывает, вбирает в себя скорбь отдельных мелькающих дней и возносит ее к неувядаемому и вечному... Надо претворить свою боль — живую боль этих дней — в неувядаемую скорбь этого великого дня, слить ее с его скорбью и вознести к вечной, неумирающей печали... “Печалью в вышине отмечена звезда моя”» (Выгодский, 1916).

От личного переживания — к общему (в котором личное не растворяется, а в полную меру осуществляется), от душевного процесса — к его духовной сублимации, — таковы направления преобразования переживания при его опосредствовании общественной, церковной молитвой. Но если переживание человека способно вступать в соединения с переживаниями других людей, если возможно *соборное переживание*, то надо полагать, что индивидуальное переживание не является процессом исключительно «монологическим» и в своем внутреннем составе содержит валентности общности и общения. Так тема молитвенных средств выражения переживания непосредственно подводит нас к важнейшей проблеме диалогичности переживания.

Диалогичность переживания

О диалогичности переживания можно говорить не только в том смысле, что переживающий человек живет среди людей и они пытаются влиять на его переживание — утешать, поддерживать, сочувствовать, запрещать или поощрять какие-то формы переживания и т.д.; не только в том смысле, что и сам человек включает переживание в общую «экономию» своих отношений с другими людьми, скажем, использует его для усиления влияния, подтверждения ценностной солидарности, эмоциональной близости или, напротив, отчужденности, для получения приви-

легий и пр. Это все внешние, социальные аспекты диалогичности переживания. Но переживание диалогично и внутренне. Анализ внутренней структуры процесса переживания может выделить в нем кроме «Почему», «Что» и «Как» (т.е. кроме причины, предмета и средств) еще и «Кому» переживания.

«Я плачу не тебе, а тете Симе», — эта знаменитая формула, подслушанная К.И. Чуковским («От двух до пяти»), имеет глубокий психологический смысл. Детская непосредственность явно обнаруживает то, что более или менее скрыто существует и в сознании взрослого. Человеческое переживание — диалогично, адресовано, оно внутренне обращено к кому-то, и всегда можно с той или другой степенью точности обнаружить и адресат переживания, и его жанр — жалоба ли это, крик о помощи, отпущение, благодарность, обвинение и т.д. И адресат, и жанр переживания не обязательно однозначны и четко оформлены, но, во всяком случае, они существенны для хода и судьбы конкретного переживания. (Не имея возможности подробно остановиться на этой теме, отметим лишь ее чрезвычайную продуктивность для теории переживания. Практика психотерапии в данном пункте уже давно обогнала теорию переживания, научившись слышать в эмоциональных состояниях и даже симптомах пациента скрытые диалогические высказывания, которые могут быть с помощью психотерапевта эксплицированы, драматизированы, что предоставляет возможность пациенту в новой продуктивной форме пережить старые проблемы и выйти из кризиса. Теоретическое осмысление переживания как общения могло бы быть не менее плодотворным, чем осмысление его как деятельности.)

Что происходит с этим аспектом переживания, когда оно становится предметом молитвы? Два главных изменения состоят в том, что диалогическая обращенность переживания становится явной, а его адресность — определенной. Однако само по себе молитвенное обращение переживающего *человека* к Богу автоматически не приводит к обращенности его *переживания* к Богу.

Открытие переживания в молитве

Чтобы в ходе молитвы такая обращенность осуществилась, человек должен открыть перед Богом и Богу свое сердце, т.е. открыть свои подлинные внутренние желания, чувства и мысли. Эту задачу очень просто сформулировать и очень сложно исполнить. Две основные причины препятствуют полноте ее исполнения.

Одну из них можно назвать «поэтической» трудностью. Отнюдь не все в переживании дано самому человеку в понятном и оформленном виде, так, чтобы для полноценного выражения своего переживания достаточно было одной готовности открыть его другому. Но «поэтическая» трудность вызвана вовсе не некой «сокровенностью» и «эфемерностью» переживания. Переживание — не зыбкий мираж, в действительности которого можно сомневаться, оно захватывающе очевидно, но очевидность эта не облегчает, а затрудняет открытие и выражение переживания. И потому, что очевидные вещи вообще трудно различимы и выразимы, и потому, что очевидность переживания совсем другого рода, чем очевидность «вещей». Кроме того, в переживании такое множество сложных переплетений различных чувств и мыслей, такое множество взаимных рефлексов разных состояний, так много оттенков и обертонов, туманного или вовсе невидимого, так много внутренней текучести и переливчатости, что описание своего собственного переживания для человека дело уж не менее сложное, чем превращение художником живого впечатления от ветреной погоды в живописную композицию. Поэтому открытие *Другому* своего подлинного переживания не есть акт простого информирования об однозначном факте; такое открытие ставит человека перед творческой задачей поэтического постижения и выражения своего переживания.

Разумеется, в повседневной молитвенной практике от человека не ожидается специальной поэтической одаренности и тем более риторических ухищрений, напротив, многословие отвергается («..Молясь, не говорите лишнего, как язычники;

ибо они думают, что в многословии своем будут услышаны» (Мф 6:7) и высшие образцы молитв вполне обходятся без изысков (Иисусова молитва: «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешного», молитва мытаря: «Боже, милостив буди мне грешному»). Однако необязательность поэтической искушенности и желательность немногословности вовсе не означают, что молитва может вовсе обойтись без слова и без поэзии. Не случайно ведь литургическое творчество насквозь поэтично, а, по свидетельству С.С. Аверинцева (1998), имеющий опыт реконструкции возможного звучания Евангелий на арамейском языке показывает явную поэтическую окраску речи Иисуса.

Чтобы переживание как реальность души смогло войти в молитву, оно должно быть познано, названо и тем вызвано из немолитвенной стихии. Для этого человек вступает в особое *лирическое* соприкосновение со своей душой. Он как бы прикасается к ней, вчувствуется в нее и ищет слово, которым можно было бы назвать то, что он ощущает. Рожденное при этом слово может идти от особого молитвенно-поэтического вдохновения, от ума и рассудка, может быть своим и чужим, важно другое — сохранение такого контакта с душой, такого вслушивания в нее и внимания ей, чтобы душа могла откликнуться и либо отвергнуть слово, либо признать его своим и о себе, узнать свое переживание в этом слове. Человеческое слово обладает таинственной возможностью быть формой, способной впитать в себя переживание и хранить его без искажения и без потери его жизненности, быть «живоносной» формой переживания. В этой форме переживание переносится в молитву.

Ниже¹⁹ нам еще представится возможность подробнее обсудить вопрос о выражении переживания в слове. Здесь же важно подчеркнуть, что хотя молитву в отличие от литературы больше заботит содержание, искренность и глубина пережи-

¹⁹ См.: «Фаза вникания».

вания, чем форма его выражения, но сама *лирическая* установка на вхождение в такой контакт с душою, где от нее ожидается рождение слова из стихии переживания, сама эта установка входит в интимную суть дела. Как лирическая поэзия всегда на грани молитвы, будто вот-вот оторвется от земли («Религии небесной сестра земная»²⁰), так и молитва имманентно поэтична.

Всякий поступок нужно не только *уметь* совершить, но еще и *сметь* совершить. Если человек уже решил открыть свое переживание Другому, ему важно *уметь* это сделать, но начнется ли вообще акт открытия, зависит от того, *посмеет* ли человек раскрыть перед Другим сокровенные движения своего сердца. Поэтому «поэтическая трудность» открытия переживания в молитве — не единственная и даже не первая, «первая» и большая трудность создается страхом откровенности.

Страх этот имеет разнообразные ответвления, но общие корни его ясны. Внутри переживания переплетены линии множества отношений человека с другими людьми, с самим собой, в нем присутствуют воспоминания, чувства, желания, замыслы, которые могут вступать в противоречия друг с другом и главное — с ценностями, долгом, с представлением человека о себе, о Боге, о своих отношениях с Богом и с людьми.

Чтобы обратить переживание к Богу, открыть его Богу, человеку нужны решимость и мужество, мужество признать правду о себе, причем порой такую, которая несовместима не только с его мнением о себе, но и с религиозной истиной, заветом, обетом. От него требуется порой назвать Богу то, за что по справедливости он должен быть осужден и отвергнут Самим Богом. Мужество состоит в том, что верующий тем самым лишает себя последнего основания бытия — Бога, Которым он живет и в руках Которого вся его настоящая и будущая жизнь. Это мужество предстать перед Богом без каких бы то ни было оправданий, мужество стоять, не имея под ногами точки опоры.

²⁰ В.А. Жуковский.

Доверие требует мужества, но само мужество невозможно без доверия и переходит в него, питается им и питает его. По своему собственному суду и по своему знанию Божьей правды человек должен быть осужден («...яко недостоин есмь человеколюбия Твоего, но достоин есмь всякого осуждения и муки», — как молится св. Иоанн Дамаскин), но он предстоит, взывая к милосердию, надеясь на милость Божью и только на нее, доверяя Богу пусть неправедную, но — реальность своего сердца, реальность переживания. Доверяет такой, как она есть, без прикрас, без оправданий или торопливых обещаний исправления, которые могли бы смягчить вину и дать основания и поводы для помилования. Не из чистоты и праведности, а из темноты и злобы, беззакония и греха, предательства и падения может вызывать человек. Покаяние, *метанойа* (греч. «перемена ума»), постепенное преобразование души и жизни, — все это еще впереди, первое же, что нужно — открыть реальность переживания, поведать о нем. До покаяния должно совершиться **исповедание**.

Это соединение мужества и доверия Богу и создает, собственно, в человеке опору, которая делает возможным его благодатное преобразование. Главный грех Адама, по некоторым богословским трактовкам, вовсе не в том, что он ослушался Бога, и даже не в том, что он пожелал вещь вне Бога, а в том, что он попытался спрятаться от Бога сначала телесно («И скрылся Адам и жена его от лица Господа Бога между деревьями рая» [Быт 3:8]), а затем душевно, пытаясь скрыть за ссылками на Еву («Жена, которую Ты мне дал, она дала мне от дерева, и я ел» [Быт 3:12]) свою свободную волю. Психологическая трактовка этого библейского сюжета может состоять в том, что главный грех человека — это грех **закрытости**, который одновременно отвергает Бога как реальную всевидящую Личность, обращая в субъективный мираж (в мысль о Боге, в «бога философов»), и упраздняет человека как свободное, вольное, реально ответственное существо.

Молитвенное открытие переживания возможно только в свободной атмосфере доверительной *встречи* человека и

Бога. Чтобы войти в эту атмосферу, человеку нужно совершить творческий подвиг преодоления, превосхождения устоявшихся, застывших представлений о себе, о других людях, о Боге и об отношениях человека и Бога.

Причем это нельзя сделать раз и навсегда, успокоившись умом на окончательных «правильных» образах. Эти образы нуждаются в постоянном творческом обновлении, оживлении и... преодолении, прорыве за них.

Человек должен быть готов взломать корку привычного образа себя, например, как «честного человека», «благочестивого христианина» или, напротив, «неисправимого атеиста» или «беспобудного пьяницы». Доверить истину своего сердца невозможно образу, хотя бы и образу Бога, но можно лишь личности или Личности, Богу Живому, и потому в этом открытии себя человек должен быть готов пройти за пределы удобных, правильных, готовых катафатических определений Бога, иначе он рискует просто не встретиться с Ним. Обращаясь к Справедливому Судье и упорствуя в этом определении, можно не услышать ответ Любящего Отца: «Принесите лучшую одежду и оденьте его, и дайте перстень на руку его и обувь на ноги; и приведите откормленного теленка и заколите: станем есть и веселиться» (Лк 15:22–23)²¹.

И еще один род образов требует преодоления для полного открытия своего переживания в молитве — чинный образ самой молитвы, когда он внешней нормативностью сковывает

²¹ Предостерегая от подмены Личности образом, митрополит Антоний Сурожский учит, что во время молитвы нужно: «... собрав все наше знание о Боге для того, чтобы предстать в Его присутствие, помнить затем, что все мое знание о Нем — это мое прошлое, оно как бы за моей спиной, а я сам стою лицом к лицу с Богом во всей Его сложности, во всей Его простоте, таким близким и таким непостижимым. Только если мы стоим совершенно распахнутыми к неизвестному, это неизвестное, Этот Неизвестный сможет открыться нам, как Сам захочет, — нам, таким, какие мы есть сегодня. В такой открытости сердца, в такой открытости ума мы должны стоять перед Богом, не стараясь придать Ему какую-то форму или втиснуть Его в понятия и образы, — и тогда постучаться» (2000, с. 132).

правду души. Искренность и глубина исповедания (ис-поведания, из-вещения — *поведания* о себе *из* сердечной глубины) оправдывает отказ от всяких церемоний — и тогда любое обращение, даже возмущение против Бога, укорение Его, требование у Него отчета становятся не дерзостью, а дерзновением: «Не буду же я удерживать уст моих; буду говорить в стеснении духа моего; буду жаловаться в горести души моей» (Иов 7:11). «... Если я согрешил, то что я сделаю Тебе, страж человеков! Зачем Ты поставил меня противником Себе, так что я стал самому себе в тягость?» (Иов 7:20). «...Опротивела душе моей жизнь моя; предамся печали моей; буду говорить в горести души моей. Скажу Богу: не обвиняй меня; объяви мне, за что Ты со мною борешься? Хорошо ли для Тебя, что Ты угнетаешь, что презираешь дело рук Твоих, а на совет нечестивых посылаешь свет?» (Иов 10:1–3).

Итак, открытость требует от человека, кроме творчества, мужества и доверчивости, еще и дерзания, без этого ей не достичь абсолютной искренности.

Помимо *откровенности* и *искренности* в раскрытии своего переживания другому есть еще измерение *глубины*. Оно сопряжено с ответственностью и волей. Когда мы слышим даже чрезвычайно искреннюю и откровенную исповедь человека, если в ней не ощущается его готовности изменить свою жизнь в соответствии с тем, что он постиг, неизбежно возникает впечатление поверхностности, в сколь бы потаенные слои своего сознания ему ни удалось проникнуть. Настоящая человеческая глубина открывается не в канализационных колодцах бессознательного, а в глубоководных течениях *воли*, изменяющей жизнь.

Поэтому открытие своего переживания в молитве — это не только его обнаружение, познание и выражение, не только его *ис-поведание*, не только готовность услышать и принять ответ, каким бы неожиданным он ни был, но и готовность ответить на ответ, откликнуться жизнью, готовность к ответственности, к принесению своей жизнью плодов этого откровения.

Ответственность эта не должна мыслиться исключительно под знаком справедливости, с помощью одних лишь юридических и нравственно-этических категорий, лишь в логике преступления и наказания, прегрешения и отпущения, вины и исправления. В притче о блудном сыне (Лк 15:11–32) полнота и вершина ответственности сына состояла не в том, чтобы сокрушаться о своей вине и быть готовым принять заслуженное наказание, не в том, чтобы, сознавая свое недостойство, стать добросовестным наемником в доме отца, а в том, чтобы суметь принять дар незаслуженно возвращенного сыновства. Как просто было бы перестрадавшему и осознавшему вину сыну ответить на соразмерное вине наказание, но ему дается совсем иное — не наказание, и даже не отпущение долга — а превосходящий все законы справедливости дар любви. Откликнуться на такой дар неизмеримо сложнее, но именно в этом и состоит вершина (и глубина) покаянной ответственности. Прощение отца не равно вине сына, оно вовсе не «выравнивает», не «сглаживает» вину, а действует совсем иначе — заново рождает, возрождает сына. Отец прощает с таким творческим вдохновляющим избытком, что соразмерным ответом на этот дар прощения не могут быть ни потупленные очи, ни постное самобичевание, ни инфантильные обещания («больше не буду»), ни сцепленные зубы («оправдаю доверие»), а может быть только радостное участие в пире, по-сыновьи свободное и творческое участие в новой, распахнувшейся жизни с Отцом.

Поэтому мужество открытия переживания перед Богом включает в себя не только преодоление стыда, чтобы открыть Богу позорные помыслы, чувства и поступки. Гораздо глубже и болезненнее страха морального осуждения и отвержения, какой можно испытать перед лицом людей и общества, — стыд бесталанности и лени. В такие минуты ясно открывается, как много нам дано, какие повсюду россыпи благ и радости, как щедро отмерено дарований и возможностей, какая назначена высота задания, какая предложена захватывающая игра с Самим Богом, а мы уныло отвернулись, раскапризничались, на-

дулись и не только не пустили в творческий оборот данный нам талант и даже не сохранили его подобно евангельскому негодному рабу, убоявшемуся господина и названному «лукавым» и «ленивым» (Мф 25:26), но погубили и его, да еще и наделали вдобавок долгов. В грехе преступления есть хоть какая-то извращенная, но жизнь, в грехе отказа от творчества, от приглашения на пир — одно лишь землистое дыхание смерти. Открыть это Богу труднее, чем изворачивающуюся и прячущуюся в складках бессознательного порочную страсть. Но все же и это, все до дна, открыть Богу, довериться Ему, положиться на Его милосердие и волю — единственный путь впустить в умирающее бытие жизнь, в тусклые сумерки свет, в засыхающую пустыню — воды реки жизни.

По отношению к самой по себе задаче открытия переживания в молитве это означает, что, хотя переживание могло возникнуть и протекать в контексте человеческой связанности и зависимости, но открываться полно и глубоко оно может лишь в контексте человеческой свободы. Такое открытие своего переживания требует от человека принятия всего объема своей человеческой свободы.

Говоря об «объеме человеческой свободы», можно попасть в круг привычных экзистенциалистских ассоциаций, где свобода мыслится как естественная данность единичного человеческого существа; человек обречен на свободу, хочет он того или нет. Он может мужественно осуществлять свою свободу, а может трусливо бежать от нее, и тем не менее и в этом бегстве он остается свободен (в том смысле, что избрал рабство как бегство от свободы) и одинок (в том смысле, что он принципиально не может ни с кем разделить ответственность за свой выбор и получить помощь в его осуществлении). Таков алгоритм мысли атеистического экзистенциализма. Источником этой трагической концепции свободы является экзистенциал смерти — сознание неустранимой конечности личного существования. А онтологический контекст концепции задается в конечном итоге категорией природы.

В молитве человеку открывается совсем другой опыт свободы. В практике покаяния выкристаллизовалась следующая глубочайшая формула: «Остави нам грехи вольные и невольные, ведомые и неведомые...» Как это ни парадоксально с точки зрения рационального сознания, молящийся берет на себя покаянную ответственность не только за поступки, но за все чувства, мысли и помышления, все мельчайшие движения души, которые случились в нем без его ведома и согласия. Этим молитвенным актом, в той мере, в какой он обращен не к Богу, а к своей собственной душе, человек делает попытку расширить объем своей свободы на область, которая ему принципиально, по определению, да и по его же признанию, недоступна — на зону «неведомого» и «невольного». Что это? Блеф? Самообман? Нереалистичность? Инфантильное отрицание неудобной реальности, нежелание считаться с очевидным? Благочестивая фальшь? Попытки постичь этот феномен извне духовного опыта обязаны ставить именно такие жесткие и нелюбимые вопросы. Но молитвенная практика вновь и вновь свидетельствует о возможности невозможного, упрямо переходит границы рационально возможного (хотя нередко на этих границах и на подступах к ним терпит сокрушительное поражение, и тогда порой справедливо заслуживает все перечисленные выше обвинения).

Логика этого превозможения, трансцендирования, перехода границы — прежде всего логика открытости, открытия, откровения: я чувствую, — говорит покаянное сознание, — что не все еще в себе раскрыло перед Тобой, Господи. Я знаю, — говорит покаянная воля, — что не все сделала, чтобы «уклониться от зла и сотворить благо» (Пс 33:15). Я хочу, — говорит кающаяся душа, — полностью, во всем своем составе, без остатка встретиться с Тобою, и потому изо всех сил пытаюсь открыть, осознать и отвергнуть все, что во мне этой встрече мешает, но чувствую, что до конца сама дойти не могу, не могу до встречи с Тобой и без Тебя подготовиться к встрече с Тобой, помоги мне

и в этом, встретиться со мною, не приготовленной до конца. Я, — продолжает сам кающийся человек, — дошел до границы своего понимания и своей решимости, и теперь зову Тебя, прими мое несовершенство, восполни мое усилие Твоей силою, мой разум Твоей мудростью, и дай мне с Тобою понять и победить в себе то, что без Тебя не могу ни вспомнить, ни осознать, ни принять как акт моей совести.

Рационализм прав: человек не может сам открыть в себе неведомое и невольное. Но из этой правоты следует не только трагический пессимизм натуралистического индивидуализма, но и мистический оптимизм духовного синергизма.

Если в «натуралистической метафизике» (Бердяев, 1994) свобода есть природная данность, которую обречен нести брошенный в наличное бытие одинокий человек, то в духовной молитвенной практике свобода ощущается как драгоценный дар Другого. В атеистическом экзистенциализме горизонт существования свободы раз и навсегда задан, вырваться из него невозможно, отвергнуть свободу нельзя, и свобода оборачивается неизбывной принадлежностью приговоренного к смерти узника одиночной камеры наличного бытия. Свобода, которую знает молитвенная практика, совсем иная — *не безличный окончательный приговор, а личный возобновляемый дар*. Онтологическую статику сменяет онтологическая динамика. Свобода способна постоянно обновляться. Свобода даруется человеку не единожды и навсегда, а много раз — столько, сколько он этот дар теряет. Доходя в личном усилии личностной обращенности к Богу до своих пределов и границ, открываясь и обращаясь к Нему, человек получает свободу как дар, всякий раз новый, трепещущий, ждущий своего радостного применения с тем же «настроением», с каким сверкающий велосипед ждет, пока проснется счастливый именинник. Экзистенциализм хотел приучить нас к героическому, но тоскливому восприятию свободы перед пастью смерти. Конечно, свобода имеет глубоко трагическое звучание. Но первая и главная

нота свободы — это ликующая радость немислимых возможностей. Свобода — это распахнутая радость, — вот первичная психологическая формула молитвенного опыта.

Открытость переживания, стремясь к своей полноте, в молитве получает возможность не просто дойти до своих границ; если она не останавливается здесь, а дерзает устремиться за их пределы, становится возможен духовный и психологический переворот, когда молитвенное усилие по открытию души Богу венчается благодатным «претворением» чувств. При этом одновременно образуется две открытости — «вершинная» и «глубинная», душа оказывается раскрытой сразу и навстречу *вышнему*, и перед самою собой во всей полноте жизненного состава. Это не сумма двух открытостей, а их встреча: глубина открывается высоте²².

Само переживание, с которого начался этот процесс, по мере постепенного раскрытия его в молитве могло так или иначе меняться и преобразовываться, но, войдя в полноту открытия, оно преображается, иногда радикально меняя свой знак и дух, превращаясь порой из реакции на неприемлемые обстоятельства в смысл, движущий жизнью. Таково предельное состояние, к которому стремится молитвенное открытие переживания.

Открытость и закрытость переживания

Обсуждение вопроса об открытости переживания в молитве показывает, что его влияние на само переживание, а вслед за ним и на все сознание человека, потенциально может быть чрезвычайно значительным. Это заставляет более пристально взглянуть в казавшуюся самоочевидною вещь и выяснить, что есть открытие переживания вообще, каковы его формы и виды, среди которых открытие переживания в молитве — лишь одна из типологических возможностей.

²² О топике антропологических границ см.: *Хоружий*, 2000, с. 353–421.

Во всяком переживании есть интровертивная и экстравертивная²³ тенденции. Первая стремится замкнуть переживание на самое себя, свернуть его в «напряженную спираль»²⁴. Вторая тенденция, напротив, стремится во что бы то ни стало отреагировать переживание, выплеснуть его вовне. Во взаимодействии этих тенденций есть ряд опасностей. При резком преобладании интровертивной тенденции высока вероятность соматизации переживания, когда работу переживания вынуждены брать на себя физиологические функции и системы. В конечном итоге такое переживание воплощается в симптоме и протекает в этой «превращенной форме» (*Мамардашвили*, 1970). При выраженном доминировании экстравертивной тенденции переживанию грозит превращение в совокупность непосредственных поведенческих реакций. Смена обеих тенденций в динамике переживания также не гарантирует его благоприятного течения: например, закручивающаяся под действием интровертивной тенденции спираль переживания может в одно мгновение сорваться в импульсивную поведенческую разрядку, зачастую с разрушительными последствиями для социальных отношений человека. При этом слишком дорогой ценой достигаются в лучшем случае лишь сиюминутные результаты сбивания зашкаливающих напряжений, но не происходит никаких структурных преобразований — «выстрелившая» пружина остается пружиной.

Где же на этой шкале интроверсии—экстраверсии располагается продуктивное, творческое человеческое переживание? Несмотря на противоположность данных модусов экспрессивности переживания, их сближает одно: при сдвиге переживания как в сторону интровертивности, так и в сторону экстравертивности, из него изгоняется «логос», наступает смысловое истощение переживания, оно становится бессловесным, немым, не

²³ В данном случае мы используем эту терминологию не в заданном К. Юнгом значении.

²⁴ С такими невротическими кругами чувств и мыслей часто приходится встречаться в психотерапевтической практике.

знающим самоё себя — соматической функцией или почти рефлексорным двигательным актом. Поэтому поиск локализации «хорошего» переживания требует кроме измерения «внутреннее — внешнее» ввести еще одно измерение — «смысловой глубины».

Переживание может быть уплощенным, поверхностным, и глубоким. **Поверхностное** переживание обеднено смыслом. По своему содержанию оно локально, ограничено, у него узкое поле зрения, в которое попадает лишь то, что связано с этим переживанием и с данной ситуацией. Оно «эгоцентрично», не замечает других аспектов жизни и души в их самостоятельном значении, а может замечать их лишь по отношению к себе, не обменивается с ними смыслами, и потому либо замыкается на самом себе (типологически — интровертивное поверхностное переживание), либо переходит в прямолинейное действие, которое совершается без учета других смысловых задач и целостной жизненной ситуации человека (экстравертивное поверхностное переживание). Кроме того, поверхностное переживание осуществляется как бы само собою, без участия личности²⁵. **Глубокое** переживание отличается двумя

²⁵ Не в том смысле, что личность безучастно и бесстрастно наблюдает за своим переживанием, а в том, что она поглощена, одержима своим переживанием, не отличает себя от него. Собственно, психологическое понятие эмоции (волнения) и выражает такое самодействующее состояние процесса переживания. Психологическая категория эмоции в соответствии с натуралистическим духом, которым она порождена, научно (безоценочно) фиксирует факт самодействующих душевных феноменов. Самодействующая по собственным естественным законам душа и есть, вообще говоря, психика. А вот сквозь призму аскетического понятия страсти тот же факт отщепления переживания от личности воспринимается как психопатологический (точнее, «ноопатологический»), ибо это не просто безобидное дистанцирование двух фигур — «переживания» и «личности», а искажение здоровых отношений между ними, в которых личность оказывается поработанной, теряющей сущностную характеристику свободы сознания и воли и перестающей быть собой. В этом смысле духовная психология, психология души есть психология, главный предмет которой отношения «личность — душа», и в этой психологии отдельная самочинно

главными чертами — смысловой интегральностью и личностной включенностью. Первая состоит в том, что в содержании переживания различные стороны и пласты жизни полифонически перекликаются, вступая в смысловое взаимодействие между собой. Вторая черта, личностная включенность, выражается в том, что личность, с одной стороны, отличает себя от переживания, а с другой — активно участвует в осуществлении переживания, принимая его как реальность, но не как окончательный твердый факт, а как находящийся в становлении смысловой процесс. Личность формирует свое отношение к этому процессу, оценивает и переосмысливает его, поддерживает в нем одни тенденции, смиряется с другими, борется с третьими, ищет формы, средства и пути его осуществления.

По тенденции к смысловой интеграции глубокое переживание стремится найти и определить себя в широком горизонте жизне- и мироустройства, и потому оно — *философично*. По тенденции к личностной включенности глубокое переживание *поэтично* (если поэзию мыслить как дар творческой личностной откликаемости на жизнь).

Суммируем попутные общие соображения о топике переживания. В нем различается два измерения: «внутреннее — внешнее» и «глубокое — поверхностное». Первому соответствует интро- и экстравертивная тенденции в динамике переживания. Второму — тенденции к углублению и уплощению²⁶. В рамках этих представлений всякое открытие переживания оказывается ценным не само по себе, а лишь постольку, поскольку оно способствует его углублению.

функционирующая «психика» есть феномен патологический — это совокупность механизмов, вырвавшихся на волю вследствие расщепления исходной целостности.

²⁶ Хотя мы используем здесь и далее термин «поверхностное» (а не «уплощенное») переживание и соответствующую метафорику, но точности и справедливости ради нужно сказать, что «поверхность» ничем не провинилась перед переживанием. Дело не в локализации, а в объемах. На «поверхность» могут выходить объемные, глубокие переживания. И наоборот, в глубине вполне могут размещаться переживания мелкие и плоские.

Неразборчивое культивирование всякой экспрессивности в современной психологической практике нечувствительно к измерению глубины и потому может вести к самым разным результатам. Колотить ли резиновую куклу начальника или научиться выражать свое негодование в виде «Я-сообщения»²⁷ — в проекции на отдельно взятую шкалу «интро-экстравертивности» эти техники могут оказаться совсем рядом, поскольку примерно в одинаковой степени выводят вовне внутреннее. Но на шкале смысловой глубины они репрезентируют прямо противоположные тенденции. Начинаясь от одной эмоциональной точки, предположим, обиды и негодования, вызванных несправедливым замечанием начальника, эти два способа выражения приведут к принципиально различным психологическим последствиям. Выражение чувства с помощью ударов по резиновой кукле ведет не просто к выплескиванию, излиянию избытков напряжения; исходное чувство отливается при этом в определенную культурно-психологическую форму, а именно в форму лишенной смысла злобы. «Бессмысленная злоба» со временем превращается в относительно самостоятельный психологический организм, который будет периодически требовать механической разрядки. Выражение этого же чувства в виде Я-сообщения может привести к совсем другим последствиям. Я-сообщение требует от человека рефлексивного и волевого контроля своего аффективного состояния и способа

²⁷ Столь популярный в нашей практической психологии термин «Я-сообщение» ввел Томас Гордон в ставшей бестселлером книге «Тренинг родительской эффективности» (Gordon, 1975). Этот термин изначально относился к классу «эффективных» способов родительской коммуникации с ребенком, который противопоставляется «Ты-сообщению». Например, вместо восклицания «Ты когда-нибудь прекратишь шуметь?!» родитель может сказать «Я устал, мне хочется отдохнуть в тишине». Т. Гордон обсуждает в основном влияние такой коммуникации на детей и на детско-родительские отношения, хотя, на наш взгляд, главное, что происходит при освоении этой модели в ходе групповой психотерапии, — это изменение самих родителей, а именно перестройка их отношения к внутреннему опыту, к собственным переживаниям, и восстановление душевной открытости в общении с детьми.

его выражения. Чтобы осуществить Я-сообщение, необходимо задержать непосредственное реагирование, осознать свое чувство, найти адекватное ему словесное описание, нащупать подходящую диалогическую форму выражения и, наконец, осуществить этот диалогический акт. Понятно, что влияние этого типа выражения на партнера по общению и социальную ситуацию будет радикально отличаться от влияния непосредственного отреагирования того же чувства. Но для нас в данном контексте важнее другое — обратное влияние способа выражения переживания на само это исходное переживание. Я-сообщение «воспитывает» переживание, делая его более прозрачным для сознания, управляемым для воли, более личностным, делает его *говорящим личностным опытом*.

В поисках критериев качества переживания необходимо обращать внимание не только на краткосрочные психогигиенические эффекты, но и на отдаленные антропологические следствия. Каждая психотехника есть одновременно и антропотехника, она формирует культуру душевной жизни, проторяет пути и создает формы, которыми и в которых личность начинает чувствовать, думать и действовать. И с этой точки зрения Я-сообщение, хотя и содержит в себе замечательные психологические потенции, о которых было только что сказано, может, однако, приводить и к плачевным результатам. Как показывают наблюдения над завсегдатаями психологических групп, Я-сообщение может превращаться в формальный коммуникативный штамп. Из него исчезает риск доверчивости, связанной с открытием своей души другому, исчезает напряженное этическое отношение к открываемому содержанию, и само Я-сообщение становится тогда не выявлением личностной глубины, а витриной, фасадом, маской.

Разумеется, и молитва не застрахована от вырождения. Но в молитвенном открытии переживания измерение смысловой глубины становится главным потому, что сам контекст требует от человека а) полной личностной включенности, б) формирования ясной аксиологической позиции по отношению к откры-

ваемым душевным содержанием²⁸, в) ответственности перед Ты. Если в самом деле «хорошее» переживание — это «глубокое» и «личностное» переживание, то молитвенное открытие переживания создает благоприятные условия для позитивной трансформации переживания, превращения его в творческое, продуктивное, личностное, глубокое. В молитвенном открытии переживания упраздняется борьба между тенденцией к отреагированию и тенденцией к сдерживанию и вытеснению, а само измерение «экстравертивности-интровертивности» перестает монополюльно определять динамику переживания.

Молитвенное открытие переживания связано не с торопливым изведением *внутреннего* — *вовне*, а совсем с другой магистральной ориентацией душевного движения — от *поверхности в глубину*. Как это ни парадоксально с точки зрения привычных пространственных метафор, но только при движении в этом измерении и возможно подлинное открытие своего переживания, только оттуда, из глубины²⁹, и только туда — в глубину³⁰, и возможно настоящее, сердечное молитвенное воззвание. В этом «глубоководном» измерении есть свои аналоги внешнего и внутреннего, интро- и экстравертивной установки. Интровертированное глубинное переживание в пределе становится таинственным молчанием, безмолвным соприсутствием перед лицом Ты, а экстравертированное — доверчивым открытием последних глубин Другому. В таком молитвенном открытии переживание избавляется от двух главных препятствий выражения — неумения сказать себя и страха; на место немоты приходит полное смысла молчание, на место страха — полное надежды доверие.

²⁸ «Но да будет слово ваше: “да, да”; “нет, нет”; а что сверх этого, то от лукавого» (Мф 5:37).

²⁹ «Из глубины взываю к Тебе, Господи» (Пс 129:1).

³⁰ Человеческая глубина, — пишет митрополит Антоний Сурожский, — и есть, собственно, место, где возможна Встреча. Бессмысленно искать Бога «где-то перед нами, или над нами, или вокруг нас», в своем воображении или эмоциях (1996, с. 57–58).

* * *

В данном параграфе мы пытались проанализировать условия, при которых формой выражения переживания становится молитва, и влияние этой формы выражения на само переживание, а через него на сознание и личность человека. Суммируем вкратце итоги этого анализа.

Чтобы переживание полноценно вошло в молитву, человек должен посметь его открыть и суметь его открыть. «Суметь» — значит решить поэтическую по смыслу задачу — в искреннем слове выразить правду своего сердца. «Посметь» — значит решить задачу «предстояния» — найти в себе достаточно мужества и доверия, чтобы предстать перед Богом без прикрас и оправданий — как есть. Но с этого предстояние только начинается; продолжаясь и углубляясь, оно требует большой душевной работы, а именно творческого преодоления стереотипных образов (себя, мира, Бога, молитвы), и главное — «поворота воли» и связанного с ним ответственного принятия полноты свободы в Боге.

Открытость переживания в молитве, таким образом, начинается с искусства и мужества быть³¹, а венчается мужеством и искусством меняться. Подлинное открытие переживания в молитве ведет не только и не столько к душевному «облегчению» (хотя это и важный аспект), сколько к духовному освобождению и вдохновению на перемены. Открытие переживания по своим предельным плодам есть сумма исповедания и метанойи, перемены ума (и жизни) в контексте синергийной свободы, т.е. человеческой свободы, предельно расширенной благодатными энергиями.

Адресованность переживания

Сможет ли человек открыть кому-то, что у него на душе — от этого факта зависит очень многое в развитии его пережива-

³¹ О «мужестве быть» см.: Тиллих, 1995. В данном случае речь о присутствии в бытии и установке на принятие бытия как такового, независимо от его соответствия должному и желанному, об «утверждении бытия помимо смысла, за одно бытие» (Бахтин, 1979, с. 119).

ния. Главным предметом анализа предыдущего параграфа было влияние на переживание его специфического, молитвенного открытия. Но состоится или не состоится сам факт открытия переживания, каковы будут его глубина и форма, следствия и плоды — все это, в свою очередь, существенно зависит от того, **кому** переживание открывается. Каким образом переживание внутри молитвы ищет и находит своего адресата и как такая адресованность отражается на самом процессе переживания — вот вопросы данного параграфа.

Понятие адресованности переживания

Для того чтобы ответить на эти вопросы, нужно предварительно прояснить само понятие адресованности переживания.

Вспомним снова классическое:

«— Ну, Нюра, довольно, не плачь!..

— Я плачу не тебе, а тете Симе».

Подслушанная К.И. Чуковским Нюра по наивности высказала, похоже, общую истину о всяком человеческом переживании: человек всегда плачет «кому-то», всякое переживание адресовано. Думать так заставляют и наблюдения над развитием переживания в младенчестве (когда контакт со взрослым «замыкает» ту или иную аффективную инициативу младенца, поначалу, видимо, безадресно экспрессивную), и факты коллективной организации переживания значимых событий жизни у «примитивных» народов, и общие представления о диалогической «природе» человека (М.М. Бахтин, М. Бубер, Ж. Лакан).

К.И. Чуковский в знаменитой книге «От двух до пяти» приводит целый ряд хорошо узнаваемых описаний явной и определенной адресованности переживания. «Часто случается видеть, как ребенок несет свой плач какому-нибудь определенному адресату. Его, скажем, обидели в далеком конце парка, и он бежит к отцу или матери по длинной тропинке и при этом нисколько не плачет, а разве чуть-чуть подвывает — он бережет всю энергию плача до той минуты, когда добежит до

сочувственных слушателей, а покуда тратит эту энергию скупой, минимальными порциями, хорошо понимая, что расходовать ее зря не годится» (Чуковский, 1958, с.163).

У взрослого человека адресованность переживания редко бывает столь очевидной, она может быть и латентной, может быть неопределенной и определенной, положительной и отрицательной, сознательной и бессознательной.

Вспользуемся еще раз примером плачущего ребенка, чтобы пояснить эти характеристики. Ребенок в слезах. Ему больно, плохо, его обидели. Он, кажется, поглощен своими слезами и ни к кому не обращается. Но вот участливый взрослый пытается его утешить, и по тому, как быстро он «выныривает» из океана слез, понимаешь, что адресованность его переживания не отсутствовала, а лишь была скрытой, *латентной*. Но была ли она при этом определенной или неопределенной? «Я плачу не тебе, а тете Симе», — успевает он отмахнуться от сочувствия прежде, чем снова погрузится в пучину скорбных песнопений. Оказывается, адресат его в этом случае вполне *определенный* — тетя Сима и никто другой, хотя смеховой эффект, создающийся этим ответом, как раз и показывает, что мы склонны ожидать от маленького страдальца куда меньшей разборчивости, т.е. ожидать, что адресатом его переживания является «НУ-ХОТЬ-КТО-НИБУДЬ-КТО-ГОТОВ-ПОСОЧУВСТВОВАТЬ-БЕДНОМУ-РЕБЕНКУ». Далее, *положительная* адресованность переживания означает стремление открыть переживание данному адресату, а *отрицательная* — именно от него утаять («Только не говори папе, что я плакал!»). Что касается *бессознательной* адресованности переживания, то ее примеры мы в изобилии находим в феноменах переноса, например, когда чувство, обращенное к родителям или другим значимым персонажам жизни пациента, ошибается адресом и направляется на психотерапевта, хотя сам пациент воспринимает это чувство как новое, а не заблудившееся старое.

Правда, ссылка на феномен переноса может показаться двусмысленной из-за того, что обычно при анализе этого феномена не делается одно важнейшее для нашей темы различие-

ние — *направленности* и *адресованности* переживания. Проясим разницу между ними.

«Мама! Этот Колька опять съел мою грушу! Он плохой, плохой, плохой». Злость, обида, негодование направлены на «Кольку», Колька — предмет этих чувств, но их адресат — мама.

Конечно, эмпирически предмет и адресат могут совпадать. Признание в любви — пример такого совпадения: предмет моего чувства и тот, кому я о нем говорю, — одно и то же лицо. Но и в этих случаях психологически предмет и адресат не сливаются между собой, от них разного ждут, за разное ценят, они включены в разные системы отношений. От «предмета» неразделенной любви влюбленный может ждать перемены чувств, но от того же человека как «адресата» этого переживания, перед которым он раскрывает горечь своего сердца, он будет ждать уважения, сочувствия и понимания.

Вслед за различием «предмета» и «адресата» переживания можно различить внутри личности и субъектов соответствующих установок: «Я-переживающее» вовсе не равно «Я-рассказывающему» о переживании. Не равно, но и не отделено непроходимой стеной: «Я-рассказчик» со-переживает или нарочито отстраняется от «Я-переживающего», принимает или отвергает его, ставит перед ним вопросы на смысл («Почему ты так обрадовался?», «Что в тебе заставляет так огорчаться?»), дает то или другое истолкование и изображение переживанию (в частности, включая его в разные эстетические рамки и этические оправы — трагедии или водевиля, долга или преступления), словом, совершает работу над переживанием, которая не отделена от работы самого переживания, а составляет с ним единый процесс, два потока которого взаимно влияют друг на друга.

Этот последний вывод особенно важно подчеркнуть. Адресованное выражение переживания нельзя считать факультативной добавкой к самому процессу переживания; это необходимый, внутренне присущий переживанию компонент, органично включенный в общую систему работы переживания. Поэтому от того, кто будет адресатом переживания, зависят не только особенности процесса выражения, но и сами процессы

испытывания и общего течения переживания. Попытаемся схематично изобразить обсуждаемые отношения.

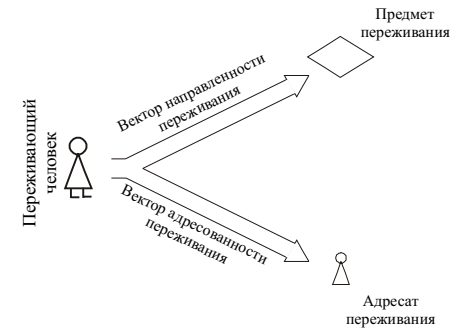


Схема 1. Направленность и адресованность переживания

Вдоль каждого из векторов «направленности» и «адресованности» формируется своя функциональная подсистема. Обозначим одну из них, подсистему «переживания-процесса», как А, а вторую — подсистему «переживания-рассказа» — как Б. В каждой из них, как уже сказано, появляется своя «субличность» — Я-переживающее и Я-рассказчик, соответственно.

Эти различия приводят к усложнению исходной схемы.

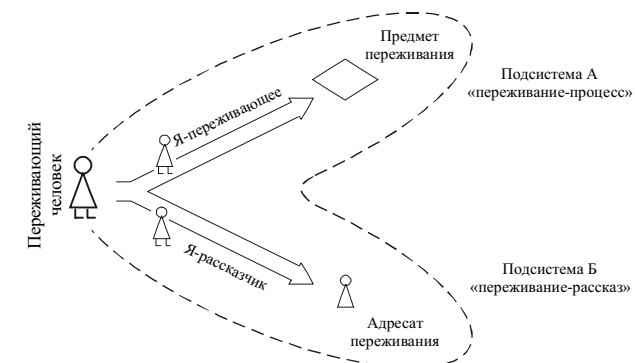


Схема 2. Переживание-процесс и переживание-рассказ

Сделаем еще три уточнения. Первое. Когда человек рассказывает другому о своем переживании, всегда существует зазор между реальным эмпирическим *другим* и идеальной фигурой Адресата, к которому обращен рассказ. Они отличаются друг от друга так же, как эмпирический зритель (слушатель, читатель) от зрителя как конструктивного элемента художественного произведения.

Второе. Аналогичным образом следует дифференцировать предмет переживания, как он дан сознанию переживающего человека (на схеме 3 — ромб П), и тот же предмет в его самобытном существовании (на схеме — заштрихованный ромб П', которое не сводится, разумеется, к циркуляции его образа в сознании переживающего человека. Реальный Колька, на которого так рассердилась сестра в нашем примере, вовсе не равен демонизированному «Кольке Пожирателю Чужих Груш» — главному герою драматического аффекта девочки. Этот реальный Колька всегда может, так сказать, удивить сестру, совершив поступок не из отведенной ему переживанием роли, и тогда сам сценарий переживания и даже его жанр должны будут претерпеть радикальные изменения, совершенно не вытекающие из логики этого переживания.

Третье. В рамках «целостной динамической системы переживания» две подсистемы А (переживание-процесс) и Б (переживание-рассказ) вовсе не ведут параллельного и независимого существования. Они вступают в сложные отношения друг с другом, в частности, в отношении включения. Уже сам процесс моего переживания зависит от предвосхищаемого рассказа о нем, от того, с кем я намерен им поделиться, и наоборот, в ходе рассказа переживание не приостанавливается, а продолжает осуществляться в лоне рассказа, испытывая на себе сильные ритмические, эстетические, диалогические и прочие влияния всей ситуации рассказывания.

На схеме 3 изображен один из вариантов отношений между подсистемами А и Б, при котором подсистема Б (переживание-рассказ) включает в себя подсистему А (переживание-процесс) как тему рассказа (на схеме — А').

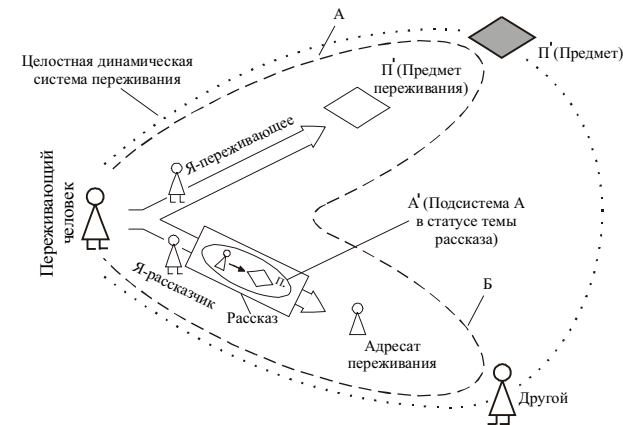


Схема 3. Вариант конфигурации подсистем «переживания-процесса» и «переживания-рассказа» в целостной динамической системе переживания

На схеме 3 появился еще один новый графический элемент — точечный контур, обозначающий целостную динамическую систему переживания. Контур этот проходит через фигуры «Переживающего человека», «Другого» и «П'», не включая их полностью в себя. Это попытка графической фиксации высказанной выше мысли, что все эти сущности, реально участвуя в переживании, не являются персонажами, подчиненными его внутренней логике, и способны создавать «удивляющие» переживание события и положения. Это «окна», через которые в переживание врывается обогащающая непредсказуемость жизни. Сам переживающий человек — не исключение, он-то как раз чаще всего и удивляет самого себя, заранее никогда по-настоящему не зная, что и как он способен пережить.

Не станем далее углубляться в эти изыскания, хотя введенные различия сулят множество интересных возможностей для разработки теории переживания.

Общепсихологическое развитие темы потребовало бы анализа всей совокупности отношений и связей, обозначенных на схемах, обсуждения различных вариантов сочетания переживания-процесса и переживания-рассказа, анализа динамики обеих подсистем в целостной динамической системе переживания. Скажем лишь, что судя по опыту психотерапии, успешной оказывается часто такая целостная работа переживания, в которой переживание-рассказ эстетически и этически полноценно включает в себя переживание-процесс. Феноменологическим достоинством автора и «подлинного Я» начинает обладать «Я-рассказчик», а чувства и отношения «Я-переживающего» (героя) становятся подчиненными, снятыми и тем самым преодоленными в рассказе. Например, человек, открывающий в таинстве исповеди духовно неприемлемые, греховные чувства, в процессе исповеди обретает возможность этического и эстетического разотождествления с «собой-грешником» и идентификации с «собой-кающимся». Этих предварительных соображений достаточно для того, чтобы обратиться к обсуждению вопроса о влиянии адресованности на переживание.

Влияние адресованности на переживание

Во внутреннюю картину переживания человека часто вовлечено несколько персонажей, как реальных, так и воображаемых, которым он жалуется, мстит, доказывает, перед которыми испытывает вину, гордость, страх и т.д. В тяжелых, отягощенных внутренними конфликтами переживаниях эти диалогические нити наполовину скрыты от сознания, переплетены между собой, завязаны в узлы, что препятствует свободно току мыслей и чувств, участвующих в работе переживания. Возникающая при этом душевная скованность доставляет человеку дополнительные страдания. Потому-то так утешительно бывает выговорить свое переживание кому-то. Вся внутренняя душевная путаница попадает тогда в «магнитное поле» явной и определенной диалогической обращенности к другому, отдельные фрагменты мыслей и чувств выстраиваются на ма-

нер металлических опилок из школьного учебника по определенным силовым линиям, — и все переживание получает возможность освобождающей реорганизации. Но так бывает не всегда, не всякий рассказ и не всякому другому оказывает это выпрямляющее и освобождающее действие.

Каково будет «магнитное» диалогическое поле и как оно реорганизует токи переживания, существенно зависит от адресата и системы отношений с ним.

Функциональные характеристики адресата

Достаточно представить несколько конкретных ситуаций рассказа человека о своем чувстве другому, чтобы явственно ощутить, как рассказ будет меняться в зависимости от особенностей этого другого.

Вот девочка-подросток шепчется с новой подружкой в летнем лагере о своей влюбленности в одноклассника. Вот та же девочка рассказывает о своих чувствах соседке по парте, которая и сама вовлечена в переплетение взаимных симпатий и антипатий подростков в классе. Вот она, подражая пушкинской героине, решает и пишет своему избраннику письмо-признание. Вот она же на исповеди, склонив голову и сжимая пальцы за спиной, говорит что-то о своих чувствах священнику.

Понятно, насколько разные моменты будут выделяться в этих рассказах, разная лексика использоваться для описания чувств, разное отношение высказываться и к себе, и к своим переживаниям, и ко всем участникам ситуации; разными, скорее всего, окажутся и последовательность событий, и их объяснение, и представление о желаемом будущем.

Создаваемая таким рассказом внутренняя картина реальности всякий раз входит в сложные семиотические отношения с переживанием-процессом, послужившим материалом для рассказа. Рассказ о переживании влияет на само переживание, он создает динамическую форму, намечает сеть внутренних маршрутов, по которым начинают протекать процессы переживания.

На особенности создаваемых человеком рассказов влияют характеристики слушателя, причем не только присущие ему «по природе» (как самобытному «другому» — см. схему 3), но и «функциональные», свойственные ему как адресату именно в данной системе отношений с человеком-рассказчиком. Назовем некоторые из этих характеристик.

1. **Вовлеченность — невовлеченность.** В одном случае слушатель рассказа не включен в отношения, о которых идет речь, не является их участником и поэтому способен сохранять нейтралитет и склонен к большему доверию, поскольку не может сопоставить рассказ со своим независимым мнением о реальности. В другом — он непосредственный участник ситуации, о которой идет речь, порой очень заинтересованный, ангажированный, осведомленный и эмоционально вовлеченный в нее; сам рассказ тогда будет не просто изображением ситуации, на нее не влияющим, а одновременно — сильным социальным действием, вплетенным в саму ткань ситуации и воздействующим на всю систему отношений участников событий, и прежде всего самого говорящего и слушающего³².

Характеристика вовлеченности прямо связана с возможностью (хотя бы потенциальной), что слушатель отреагирует на рассказ действием, попыткой вмешаться в саму ситуацию и что-то изменить в ней.

2. **Зависимость — независимость** слушателя от говорящего (и наоборот, говорящего от слушающего). Одно дело — рассказ нашей девочки-подростка, обращенный к матери или учительнице, фигурам, наделенным авторитетом и социальной властью, другое — своей младшей сестре, которая будет горда самым фактом доверия ей «взрослых секретов».

³² Такой рассказ не просто извещает слушателя, а задевает его, ибо прямо или косвенно говорит о нем самом или о том, что для него значимо, требует от него принятия решений — с чем-то или кем-то солидаризоваться и объединиться, с кем-то размежеваться, во всяком случае — занять позицию. Именно поэтому так трудна психотерапевтическая помощь близким: сохранение позиции «внеаходимости» в ней практически невозможно.

3. **Объективность.** Речь не о научной объективности, а об этической, выражающейся в справедливости, независимости ценностных суждений от текущей ситуации, в нелицеприятности оценок. Такая объективность слушателя — вовсе не альтернатива его способности понимать субъективность говорящего и сопереживать ему, она не тождественна холодности, черствости и непреклонному следованию правилу «Платон мне друг, но истина дороже». Порой человек, который решил поделиться своими чувствами с другим, сам ищет справедливости больше, чем сочувствия, порой, напротив, ждет солидарности и милости больше, чем правды, но в обоих случаях эта характеристика слушающего — его способность к этической объективности — значима для говорящего.

4. **Эмоциональная отзывчивость.** То, насколько значима для рассказа о своем переживании способность слушателя к живому эмоциональному сопереживанию, отклику — очевидно и в комментариях не нуждается.

5. **Принятие.** Базовое отношение слушателя к личности говорящего, способность или неспособность принимать его, ценить, верить в него независимо от оценки отдельных переживаний, поступков и реакций говорящего — все это, как показывает житейский, религиозный и психотерапевтический (Роджерс, 2002) опыт, может оказать кардинальное влияние на то, как переживание будет представлено в рассказе.

Перечисление характеристик адресата, оказывающих влияние на рассказ человека о своем переживании, можно было бы продолжить, но здесь нет нужды стремиться к полноте списка. Гораздо важнее обратить внимание на то, как именно адресат оказывает свое влияние на рассказ о переживании.

Жанр выражения переживания

Влияние адресата на переживание опосредствовано жанром выражения переживания. Эти жанры можно определить как сложившиеся в личном опыте композиционно-стилистические структуры, служащие формой выражения пережива-

ния. Они отличаются друг от друга типом отношения «автора» рассказа к «герою» переживания, оценкой породивших переживание событий, целями и, конечно же, образом адресата.

Вот для примера два жанра выражения переживания — жалоба и покаяние. Если в жалобе автор почти отождествлен с героем, и в образе автора акцентированы черты слабости и беспомощности, то в покаянии автор ценностно противопоставлен герою и в его образе подчеркнуты черты ответственности и ценностного порыва к правде и добру. Если в жалобе источник переживания рассматривается экстрапунитивно (виноваты — он, она, они), то в покаянии — интропунитивно (виновен я сам). Если цель жалобы — получение помощи и поддержки, утешение, восстановление справедливости, то цель покаяния — получение прощения, очищение, восстановление отношений. Соответственно, доминанта образа адресата жалобы — сила и защита, а образа адресата покаяния — правда и милосердие.

Одно и то же объективное событие может послужить поводом и для жалобы, и для покаяния. Понятно, насколько разными будут при этом внешние формы выражения — интонация, жестикация, поза, лексика. Самое важное, что эти формы, заданные жанром, будут не только выражать внутренние аспекты переживания, они будут еще и структурировать, формировать само переживание, будут в известном смысле подсказывать сюжетные линии и повороты в движении переживания.

Между адресатом переживания и жанром его выражения также существует взаимная связь. С одной стороны, нащупываемый жанр переживания диктует образ адресата, с другой — сам образ адресата (конкретного или воображаемого) задает ограниченный набор жанров выражения переживания. Видя перед собой бодрого весельчака, человек вряд ли захочет рассказывать об элегическом переживании. А тот, кто в жанре идиллии мечтает о будущей семейной жизни, явно ожидает, что его слушателю не чужд романтизм. Торжественные чувства требуют от адресата склонности к пафосу и возвышенности.

Напротив, склонный к цинизму слушатель будет «подсказывать» тому, кто захочет поделиться с ним своим переживанием, иронические интонации.

Разумеется, жанр выражения переживания может входить в диссонанс с исходным содержанием переживания. Реальный собеседник может резко отличаться от идеального адресата, которому хотелось бы излить душу. В результате этих несовпадений создается сложная диалектика динамических отношений между «переживанием-процессом» и «переживанием-рассказом».

Проведенный анализ общепсихологических аспектов адресованности переживания подготовил возможность непосредственно обратиться к главному вопросу данного параграфа: как складываются взаимоотношения между переживанием и его адресатом, когда переживание выражает себя в форме молитвы.

Молитвенная адресованность переживания

Возьмем почти наугад две молитвы, в которых переживание является главным импульсом и основной темой, и попытаемся на их примере проследить психологическое влияние адресата на переживание³³.

Пример первый. Фрагмент 68-го псалма

(18) Не скрывай лица Твоего от раба Твоего, ибо я скорблю; скоро услышь меня.

(19) Приблизься к душе моей, избавь ее <...>

³³ Здесь вновь стоит подчеркнуть, что в данном тексте мы уклоняемся от обсуждения мистических благодатных влияний, которые из психологических не выводимы и к ним не сводимы. Эта нередуцируемость мистического к психологическому вовсе не означает ни их абсолютной отгороженности, ни недооценки роли психологического. Пожалуй, ни в одной из известных сфер человеческой деятельности психологическому не уделялось столь большого и пристального внимания, как в аскетике. Аскет относится к психологическому, к крупным и мельчайшим движениям души с таким же тщанием, с каким иконописец — к краскам.

(20) Ты знаешь поношение мое, стыд мой и посрамление мое <...>

(21) Поношение сокрушило сердце мое, и я изнемог; ждал сострадания, но нет его, — утешителей, но не нахожу.

Центральный нерв этой молитвы — страдание и одиночество. Скорбь, поношение, посрамление, сокрушение сердца — вот чем переполнена душа молящегося. У него нет надежд на свои силы («я изнемог»), и горечь усиливается обманутыми ожиданиями помощи от других («ждал сострадания, но нет его, — утешителей, но не нахожу»). Бездна, бессилие, брошенность.

Как в этой молитве описывается адресат?

Когда человек тонет и зовет на помощь, у него нет времени на церемонные приветствия того, кто может помочь. «Погибаю! Спасите!» — вот два глагола, которые сами выкрикиваются в ситуации смертельной опасности и которыми вся ситуация существенно и характеризуется. Не случайно начинается рассматриваемый псалом именно со слова «спаси»: «Спаси меня, Боже; ибо воды дошли до души моей» (Пс 68:1). Острота страдания предопределяет, что Тот, к Кому адресуется молящийся, характеризуется в молитве не номинативно, а, так сказать, функционально. Каковы же эти прямо не названные, но явно имеющиеся в виду характеристики адресата молитвы? *Спаситель* («Спаси меня, Боже...»); *Утешитель* (бесплодно ждал сострадания и утешителей, — и вот обращаюсь к Тебе); *Избавитель* и *Близкий* («Приблизься к душе моей, избавь ее...») — тот, чье приближение воспринимается как спасительное; так заболевший или испуганный ребенок ждет прихода матери; *Доверенный, Друг* («Ты знаешь... стыд мой...» — тот, кто знает обо мне все, и хорошее, и дурное, и тем не менее принимает меня — так говорят о ближайшем друге).

Каким образом эти характеристики адресата могут сказаться на душевном состоянии молящегося? В целом можно сказать, что они дают и поддерживают в человеке надежду. Эта надежда не туманна и не абстрактна, она имеет в молитве

вполне конкретные и ощутимые опоры. Он — *Спаситель* и *Избавитель*: значит, хоть сам я изнемог, и нет у меня сил самому спастись, а отчаяние заставляет и вовсе опустить руки, но раз есть Спаситель, то я могу и должен напрячь последние свои силы, чтобы дозваться и продержаться, пока помощь придет. Он — *Утешитель*: значит, я в своей боли не брошен, не одинок, и потому душа моя в ожидании утешения может набраться мужества, чтобы терпеливо и трезво удерживать всю степень нынешней безутешности, скорби и страдания³⁴. Он — *Доверенный друг*. «Ты знаешь стыд мой»... Я ведь и сам знаю «стыд мой»: «...беззакония мои я сознаю, и грех мой всегда предо мною» (Пс 50:5). Но если я в этом своем знании одинок, мне либо предстоит еще глубже погрузиться в свое одиночество, чтобы утаить «стыд мой», либо открыть его другому, рискуя, что он отшатнется и отвергнет меня. Сказать в молитве «Ты знаешь стыд мой» — значит не просто констатировать богословское убеждение о «всеведении Бога», это значит совершить акт личного доверия, в котором адресат молитвы раскрывается как Тот, к Кому я могу доверчиво прийти не в своей праведности, а в своем «стыде», веря, что Он не сочтет «мой стыд» последней и главной правдой обо мне, но сможет сквозь «мой стыд» поверить в меня. *Доверенный* — тот, в ком я обретаю веру в себя.

Это важнейший компонент переживания. В самой глубине всякого кризиса, глубже, чем ощущение безнадежности и отчаяния, лежит утрата веры в себя, глубинная онтологическая неуверенность. Чувствуя эту угрозу, человек пытается защититься от нее компенсаторным успехом, достижением, свершением в любой деятельности, которые дадут ему хоть кратко-

³⁴ Это антиномическое душевное состояние прямо противоположно психологической защите. Психологическая защита бежит от безнадежности и ложно подменяет безнадежность мнимым благополучием. Молитва же в данном случае силою надежды и упования делает душу способной выдерживать реальность страдания и безнадежности, способной пребывать в огне страдания и не сгорать.

временное личностное подтверждение и хоть минимальный прирост веры в себя. В удачных случаях такие компенсации дают душевную поддержку, хоть и краткосрочную, в неудачных грозят тяжелым душевным срывом, но так или иначе — духовная опасность такого рода компенсаций заключается в том, что даже при успехе человек подтверждает себя на поверхностном уровне, лишь в каком-то одном качестве, причем подтверждает условно — «Я успешен, следовательно, я существую», — впадая таким образом в зависимость от своего успеха.

В отличие от подобного *поверхностного* и *условного* подтверждения, подтверждение, которое получает молящийся в разбираемой молитве, — *глубокое* и *безусловное*. Неожиданно для себя он находит желанную опору личностного бытия не на зыбком гребне удачи, а на дне своей собственной неуверенности, самоотвержения и стыда. Вера в себя, обретенная в этой точке, может быть надежной основой душевного укрепления и духовного восхождения.

Итак, первый из наших примеров помогает увидеть, что характеристики адресата молитвы, явно называемые или только подразумеваемые, влияют на переживание, не столько прямо меняя те или иные чувства, сколько оказывая глубинное воздействие на душевный фундамент работы переживания, укрепляя такие краеугольные камни этого фундамента, как общее чувство **надежды, мужества, доверчивости, веры в себя**.

Пример второй. Молитва Пресвятой Богородице

Второй пример — одна из красивейших православных молитв, обращенных к Богородице, — для нашей темы ценен развернутыми описаниями адресата молитвы.

«Царице моя преблагая, надеждо моя Богородице, приятелище сирых и странных предстательнице, скорбящих радости, обидимых покровительнице! Зриши мою беду, зриши мою скорбь, помози ми яко немощну, окорми мя яко странна. Обиду мою веси, разреши ту, яко волиши: яко не имам инья помощи

разве Тебе, ни инья предстательницы, ни благия утешительницы, токмо Тебе, о Богомати, яко да сохраниши мя и покрыеши во веки веков. Аминь».

Выделим для удобства анализа разные смысловые части молитвы, немного меняя их последовательность.

(1) **Призыв**

Царице моя преблагая,
надеждо моя Богородице.
О Богомати.

(2) **Обращение**

Приятелище сирых³⁵,
Странных³⁶ предстательница,
Скорбящих радости,
Обидимых покровительнице.
(Единственная моя) помощница³⁷,
(единственная моя) предстательница,
(единственная моя) благая утешительница

(3) **Предъявление нужды**

Зриши мою беду,
Зриши мою скорбь,
Обиду мою веси³⁸.

(4) **Прошение**

Помози ми яко немощну,
Окорми мя яко странна.
Разреши ту (обиду), яко волиши.
Сохраниши мя и покроеши.

(5) **«Аминь»**

Во веки веков. Аминь.

³⁵ Сирот.

³⁶ Странников, находящихся в чужой стороне.

³⁷ «Яко не имам инья помощи разве Тебе» — Ибо не от кого мне ждать помощи, кроме Тебя.

³⁸ Знаешь.

В каждой фазе молитвы по мере ее разворачивания выявляются разные черты адресата молитвы и его отношений с молящимся, которые оказывают разнообразные влияния на развитие переживания молящегося.

(1) Призыв

«Царице моя», — так обращаясь к Богородице, молящийся признает Ее власть над собою, свободно исповедуя себя Ее подданным, готовым служить Ей. Уже само такое обращение, будучи не просто произнесено, а внутренне прожито, дает, с одной стороны, ощущение личной принадлежности осмысленному целому (Царству), а с другой — чувство защищенности, нахождения под покровительством.

«Надеждо моя, Богородице». Такая адресация уже с самого начала создает установку надежды.

(2) Обращение

Все характеристики этого пункта, по сути, раскрывают именование «преблагая» из первого призыва, но раскрывают конкретно, т.е. выделяют в образе Богородицы известное из опыта воплощение благости, где она выступала как помощница именно в тех состояниях, которые заставляют страдать и самого молящегося.

Влияние этих характеристик адресата молитвы на переживание молящегося состоит в том, что общая установка надежды получает разнообразные конкретизации и тем укрепляется по такой примерно логике: раз Ты «приятельнице сирых», то я могу надеяться, что и меня примешь в моем сиротстве — оставленности, одиночестве и незащищенности; раз Ты «скорбящих радости», то мне можно надеяться, что и мою скорбь Ты поможешь претворить в радость.

Хотя в следующих фазах этой молитвы адресат прямо не именуется и не характеризуется, его образ все более уточняется и, соответственно, все более специфичным становится его влияние на переживание.

(3) Предъявление нужды

Молящемуся мало напомнить себе, внутренним взором увидеть, что Богородица есть «радость скорбящих» и «покровительница обиженных», нужно еще самому быть увиденным, нужно, чтобы Она увидела его самого и его личную обиду и скорбь. «Зриши мою беду, зриши мою скорбь», — здесь средоточием, фокусом молитвы становится МОЯ личная нужда, МОЕ страдание. Но вот что важно. Так названное, ставшее предметом взора Богородицы, страдание уже отчасти перестает быть тем, чем оно было до молитвы, ибо оно дано теперь в «обратной перспективе», а именно не с моей точки зрения, а глазами Той, кто только что исповедан «надеждой моей», «предстательницей», «покровительницей», словом, избавительницей от страдания.

Такой переворот во взгляде на боль сам по себе психологически целителен. Когда ребенок, разбивший коленку, показывает ссдину маме, боль не проходит, но переживание боли изменяется: то я был один на один с болью — теперь мы вместе, то казалось, что боль никогда не кончится, — теперь появляется надежда.

Кроме перемены перспективы взгляда (до молитвы я сам смотрел на беду, в молитве — глазами Богородицы, вместе с Нею), в этом доверчивом раскрытии («зриши мою беду») важен и сам предмет взгляда — «моя беда». Адресат молитвы — Богородица — характеризуется здесь как готовая к заботливому конкретно-личному вниманию, вниманию именно к моей нужде, боли, обиде и скорби. Влияние такой адресации глубоко: я получаю личное избрание и любовное подтверждение моего персонального бытия как раз тогда, когда само это бытие не может себя подтвердить, когда почва выбита у меня из-под ног — в скорби, беде, обиде.

(4) Прошение

Молитва уже с первых своих фаз — призыва, обращения, предъявления нужды — оказывает на переживание целитель-

ное воздействие, но одновременно совершается еще более важное дело. Душевное состояние готовится к главному акту молитвы — прощению. Прощение есть кульминация молитвы³⁹. Именно в этой фазе решается судьба переживания, соединяющегося с молитвой, именно здесь максимальная концентрация всех влияний молитвы на переживание, в том числе и специфических влияний адресата.

Но почему, собственно говоря, к просьбе нужно готовить, разве просьба — это не простое, естественное дело, не требующее никаких специальных приготовлений? Да, непростое. Наблюдая за детско-родительскими отношениями, нередко видишь сценку, где взрослый буквально «тренирует» ребенка, обучая его «правильной» просьбе: «Нет, ты попроси!.. Ну разве таким тоном просят!.. А волшебное слово забыл?!».

Просьба — тончайший психологический «организм», требующий в детстве долгой и тонкой педагогической настройки. В этом организме соединяются в смысловое единство *надежда и доверие, смирение и достоинство, честность и самопознание, уважение и вера, внутренняя необходимость и свобода*.

Стоит одному из этих «органов» просьбы выйти из строя, и она превращается в свою противоположность. Без надежды

³⁹ Порой приходится сталкиваться с несправедливо низкой оценкой значения и роли просьбы в молитвенной жизни. Подоплека этой недооценки такова: рассматривая свои возможные просьбы при свете совести, я не могу счесть их абсолютно оправданными, поэтому лучше я буду просить о Божьей воле. Бог лучше рассудит, что мне нужно, и даст, когда сочтет нужным. В таком движении души есть, безусловно, благочестивый смиренный порыв, но он слишком быстро обращается в автоматизм, который можно назвать «молитвенной безучастностью». Раз мое желание вряд ли приемлемо Богом до конца, и раз мой ум не может постичь Божью волю обо мне, лучше мне отказаться от своего желания, отказаться от напряженного поиска конкретного и уникального воплощения Божьей воли, а просто наперед сказать гарантированную формулу: да будет воля Твоя. Не отказывается ли молящийся в этот момент от соработничества, от своей доли труда духовного самопознания, без коего и Бог не может ничего совершить, будучи верен завету свободы?

человек вовсе не просит; без доверия не просит другого, а испытывает его; без смирения не просит, а требует; без достоинства не просит, а кланится; без осознания внутренней необходимости просимого, сущности своей нужды не просит, а капризничает; без веры в бескорыстие другого — предлагает сделку; без уважения к его честности — идет на подкуп; без признания его свободы — хитро манипулирует или грубо шантажирует.

Чем больше вдумываешься в психологическую сущность просьбы, тем больше понимаешь, что этот, такой привычный, такой повседневный феномен — есть настоящее чудо, одна из вершин, на которые способна подниматься человеческая душа. В просьбе человек превосходит самого себя и создает один из высших типов отношений с *другим*.

В молитве духовное величие просьбы особенно зримо. Чтобы попросить, человек должен подойти к границе своих возможностей, подойти и остановиться на самом краю — за которым простирается безысходность и беспомощность. Ему требуются мужество и смирение, чтобы дойти до края этой пропасти и удерживаться на нем. Он может из страха или из гордости остановиться раньше, не исчерпав своих сил и возможностей, и оттягивать приближающийся кризис иллюзорными надеждами или подавлением своих желаний. И тогда просьба — невозможна. Может безвольно скатиться в эту пропасть — и тогда не сможет просить из-за уныния и безнадежности или из-за утраты достоинства. Все дело в том, чтобы удержаться на краю, и именно оттуда воззвать «Помоги!», «Спаси!», «Защити!»:

«Помози ми яко немощну,
окорми мя яко странна.
разреши ту (обиду), яко волиши
...Да сохраниши мя и покрыеши».

С этого края просьба прозвучит со всей силой, которая есть в человеческом смирении, со всей убедительностью, которая заключена в истинном человеческом желании, со всей ве-

рой и надеждой, которые сокрыты в последнем человеческом уповании.

Каково же влияние адресата молитвы на переживание в акте молитвенного прошения? Прежде всего, по своему характеру это влияние в отличие от других фаз молитвы становится практическим, витальным, онтологическим. До акта прошения молящийся пребывал с Богородицей на некоем расстоянии, пытаясь приблизиться к ней, желая обратить ее взор на себя, но как бы сохраняя свою автономию, отдельность и целостность (пусть и поврежденную). Так человек звонит по телефону, вызывая «Скорую помощь»: ему может быть и вовсе плохо, а все же он действует как самодостаточное существо, формулирует свои жалобы, называет фамилию и адрес, но когда врач приезжает, «центр тяжести» отношений смещается с обсуждения жалоб к практическим медицинским мерам. Так и в молитве, когда наступает акт прошения — время «разговора» заканчивается, прошение распаивает навстречу Богородице не одну только душу, но саму жизнь, само существование. Тонущий совершил последнее отчаянное усилие, чтобы крикнуть и схватиться за край подоспевшей лодки — самому подняться в лодку у него уже сил нет. Подобно этому в прошении человек признается в своей принципиальной, глубинной онтологической неполноте и утверждает, что его жизнь, его цельность — лишь в реальном витальном соединении с Богом, в соединении тупиков существования, где он задыхается, с Божьим воздухом, его голода с хлебом, который Бог «произрастил из земли», его изможденности с силой, которую дает Бог. Прощение в молитве — это падение. Но падение в руки Бога Живого.

В самой сердцевине прошения переживание человека, пытающегося всегда отвоевать смысл и надежду, терпит полное поражение: в себе и своей жизни человек не находит ни сил, ни смысла, ни радости, ни утешения, ни надежды, ни мудрости — ничего. Окончательная капитуляция. Но это именно капитуляция, т.е. прежде всего честный акт, признание правды поражения, а не позорное бегство, не фальшивое бодрчество, не пир

во время чумы. Даже во время войны, когда на поверхность поднимается злоба, ненависть, бесчеловечность, акт капитуляции принципиально меняет духовный уровень отношений воюющих сторон. Сдаются «на милость победителя». В противнике, который только что воспринимался как средоточие зла, капитуляция вдруг открывает милость. И в самом деле победитель бывает милосерден и жалостлив, будто бы накопив запасы добра за время царствования стихии ненависти и насилия.

В молитве акт прошения взаимодействует с переживанием парадоксально, он интенсивно сгущает как раз то, против чего переживание, казалось бы, боролось — чувство бессилия, невозможности, неспособности на что-то в жизни повлиять, неумения найти разумный выход из ситуации и т.д. Прощение до предела обостряет ситуацию переживания. И вот, именно в тот момент, когда переживание окончательно капитулирует, когда оно признает свою неспособность внутренними человеческими ресурсами спасти смысл жизни и самое жизнь и вкладывает последнюю свою энергию, последнюю безнадежную надежду в прошение — вдруг происходит чудо благодатного возрождения. Возрождение это должно быть названо чудесным⁴⁰ потому, что в нем человек получает такой ответ на просьбу, который превосходит и саму просьбу, и все мыслимое просителем. До просьбы человек находился в состоянии невозможности и обостренного одиночества: я один, лишен необходимого, ничто не может мне помочь. В пришедшем возрождении он получает не просто подкрепление, чтобы еще продержаться своими силами, не просто заплату на прореху в его бытии, а новое бытие, новую жизнь. До прошения — невозможность как концентрированная недостаточность, после прошения — невозможность как немыслимый избыток. По эту сторону просьбы, до акта прошения, — поражение и Твоя ожидаемая помощь, по ту сторону — совсем другое: я оказываюсь принят в союз, где мое бессилие не просто компенсируется, но

⁴⁰ Чудо феноменологически есть то, что изумляет, убедительно являя сбывшимся невозможное.

оборачивается немислимой мощью, моя скорбь не просто утишается, а загорается сверкающей радостью. Я молил о корке хлеба, а попал на пир, просился в рабы, а принят в объятия царя как сын.

Итак, можно сказать, что влияние адресата молитвы на переживание в акте молитвенного прошения носит радикальный характер, но этот радикальный переворот в судьбе переживания объясняется не столько тем, каков образ адресата, сколько тем, каковы отношения с адресатом. До прошения эти отношения были *собеседованием*, после прошения они становятся *со-бытиём*.

Акт прошения так меняет саму ситуацию переживания, что она перестает быть ситуацией невозможности. Просьба — пограничный феномен, пробивающий в глухой стене невозможности окно в иной мир, а в нем открываются иные возможности. И потому переживание, будучи по своей сущности душевной борьбой с невозможностью и бессмысленностью, просто упраздняется: переживание умирает в просьбе.

Просьба в корне меняет не только ситуацию переживания, но и субъекта переживания. Капитулировав, т.е. признав в акте прошения свое бессилие и поражение своей автономии, казавшееся ему равнозначным смерти, он неожиданно открывает для себя силу синергичного со-бытия, а в нем из нищеты произрастает богатство, из отчаяния — надежда, из скорби — радость.

Но если меняется ситуация переживания и его субъект, то, естественно, меняется и само переживание. Оно, повторю, умирает в прошении, но умирает, чтобы возродиться в переживании другого типа (назовем его «евхаристическим») — переживании благодарности и «нечаянной радости». Это переживание порождено, как и всякое переживание, невозможностью, но не невозможностью-недостатком, а невозможностью-избытком.

Мы наблюдаем здесь разрыв психологически понятной логики процесса переживания. Этот парадоксальный сдвиг напоминает поведение функции $y = 1/x$, которая при переходе «х» от отрицательных значений через ноль к положительным «ныряет» в минус-бесконечность, чтобы затем объявиться совсем

не там, где ее «ждут», а «спуститься» из плюс-бесконечности. Математические метафоры в данном случае только еще одно подспорье для попытки осмыслить странности динамики душевных состояний, возникающих в молитвенном опыте многих людей. Находясь в тяжелейших жизненных обстоятельствах и тяжело их переживая, они получали в молитве такое утешение, благодатное умиротворение и радость, которые они описывают как явно не вытекающие ни из объективного развития событий, ни из субъективно-психологической логики их переживания, и в то же время не посторонние и не случайные по отношению к этим внешним и внутренним жизненным процессам, а содержащие в себе глубочайший и целостный ответ на них. Молитва «удивляет» переживание.

Сконцентрировав всю свою боль и нужду в молитвенном прошении и молитвенном вопрошании, человек получает порой ответ совсем на другой вопрос, но, странное дело, этот вопрос оказывается куда более существенным, глубоким и насущным, чем тот, который фактически был задан.

Разумеется, это чудесное воскрешение переживания в молитве, этот прыжок переживания через пропасть вовсе не гарантированно наступает по совершении молитвенного прошения. Переживание умерло в прошении, но еще не возродилось в обновленном виде, в «нечаянной радости». Чем заполнен этот разрыв?

(5) «Аминь»

Молитвословия завершаются восклицанием «Аминь» («да будет», «истинно», «подтверждаю»), которое о. Павел Флоренский назвал «скрепой» молитвы⁴¹. Каков психологический смысл «скрепы» и какова ее функция применительно к ана-

⁴¹ Объединенность различных частей молитвы, пишет о. Павел Флоренский, «т.е. неслучайное поставление рядом, свидетельствуется особым актом утверждения молитвы как целого, — скрепляется Аминем, что в вольной передаче значит: “слово мое твердо” или: “сказанное подтверждаю”» (1977, с. 183).

лизируемой теме влияния молитвы на переживание и, в частности, влияния адресата молитвы на переживание?

После того, как человек высказал другому важную для себя просьбу, ему остается ждать решения. Так и в молитве после акта прошения наступает фаза ожидания. Она открывается венчающим молитвословием возгласом «Аминь». Молитвословие завершено, но молитва продолжается за пределами молитвословия. В каком-то смысле здесь-то и начинается самое главное (для приговоренного к смертной казни написание прошения о помиловании вовсе не венец дела) — именно поэтому тот душевно-духовный акт, который стоит за кратким словом «аминь», имеет такое большое значение для судьбы молитвы и судьбы переживания. Что это за акт?

«Аминь» — есть внутреннее действие, которое стягивает в один узел всю душевно-духовную работу переживания и молитвы. По своим динамическим характеристикам «аминь» напоминает выдох без вдоха; последним душевным усилием в этот выдох вложено, впессовано все, что продумывалось и прочувствовывалось в молитве — и подлинное искреннее человеческое желание, и истощенность человеческих возможностей, и упование на Бога. «Аминь» соединяет надежду и веру и пропитывает ими ожидание. «Аминь» решительно запечатывает молитву, закрывая доступ в нее для сомнений и колебаний, блуждающих помыслов, страха и неверия. Эта замкнутость, отгороженность от внешних влияний не только не страшна для благодатных энергий (ибо они могут входить и «дверью затворенной»), но, напротив, даже увеличивает способность человека к их восприятию, создавая интенсивную установку на их ожидание. Такое ожидание есть плотнейшая концентрация всех душевных сил, ограждающая человека от «стихий мира сего» (от рассудочных расчетов, мелких надежд, плоских планов и пр.) и открывающая только одно окно, в сокровенную глубину человеческого существа — к Богу.

Переживание, ход которого был приостановлен молитвенным прошением, как бы замирает в ожидании. Замирает потому, что переживание, вообще говоря, есть ответ души на не-

возможность, а молитвенное прошение и акт «аминь» открыли перед внутренним взором молящегося новую возможность и надежду. И пока усилием ожидания сосредоточенность души удерживается на надежде, пока сохраняется устремленность к чаемому как доминанта внутренней жизни, переживанию как таковому нет в душе повода и места.

Разумеется, «стихии мира» (под которыми в данном контексте понимаются происходящие в жизненном пространстве человека события как внешние, так и внутренние, имеющие свою динамику, логику и свои права) настолько сильны, что молитвенная концентрация на ожидании может оказаться недостаточной или прерваться, так и не успев дожидаться отклика, и тогда душа вновь оказывается перед невозможностью бытия. Ее нельзя преодолеть, но с ней и смириться нельзя, и вновь оживает и разворачивается новый виток переживания. Он может теперь пойти и по иным, немолитвенным путям, и тогда человек бывает склонен рассматривать молитву как один из испробованных им путей разрешения ситуации, оказавшийся неудачным. Но для нашей темы важнее другая возможность — в ней человек снова совершает усилие собирания своего переживания в молитву, снова оказывается рано или поздно на краю, откуда звучит молитвенное прошение, и снова актом «аминь» вводит себя в состояние духовного ожидания. Циклы эти могут повторяться многократно, внося попутно новые частицы внутреннего, духовного познания и новые попытки решений воли.

Указанные возвратные циклы переходов *переживание — прошение — ожидание — переживание* разворачиваются в порядке эмпирическом, в порядке же логическом открываемая актом «аминь» фаза молитвенного ожидания является завершающей⁴². Теперь уже слово не за человеком, он ждет...

⁴² Завершающей, но не последней. Там, по ту сторону ожидания, после ответа, начнется совсем другая эпоха в жизни молитвы, но здесь, по эту сторону, «аминь» завершает человеческую активность. Не точкой — многообразием.

Попытаемся заглянуть в это ожидание, взглядеться в замершее в нем переживание. Как удалось молитвенному прошению остановить ход переживания, а акту «аминь» заморозить его в этом состоянии молчаливого ожидания, несмотря на то, что задача его не только не решена, но даже обострена, ведь рана невозможности жизни, породившая переживание, еще не затянулась, напротив — она открыта, обнажена и тот горизонт бытия, в котором она возникла и в котором велся поиск средств ее исцеления, — исчерпан, в нем распахнулась пропасть безнадежности? Как же переживание позволило загипнотизировать себя надеждой и верой в нереальное, несбыточное чудо и остановиться, прекратить свою работу вместо того, чтобы продолжать свой поиск смысла?

Отвечая уже на подобный вопрос выше, мы пришли к выводу, что в фазе ожидания потому отступает невозможность и замирает переживание, что душа силою веры удерживает высочайшую концентрацию на чаемом. Но здесь нужно внести одно принципиальное уточнение. Если под «чаемым» понимать лишь интенсивный образ желаемого, но недоступного сейчас предмета или состояния (здоровья, справедливости, покоя, благополучия и пр.), то полностью заморозиться им (образом) может лишь инфантильное сознание и, следовательно, мы будем иметь дело не с остановкой переживания, а с примитивным, инфантильным переживанием, иллюзорно в фантазиях и грезах подменяющим недоступное желанным. Более же зрелое сознание неизбежно будет испытывать колебания между образом чаемого (хоть и признаваемого верой возможным, но все же еще актуально не свершившимся) и фактическим состоянием невозможности и, соответственно, в нем будет продолжаться напряженный процесс переживания, каждую минуту проверяющий на прочность силу веры. Значит дело не просто в интенсивной концентрации на чаемом, должно существовать еще какое-то условие, которое объясняет эту непонятную остановку переживания.

Подобное замирание переживания наступает, если в фазе ожидания, после произнесения «аминь», душа переходит не-

кую грань и ее сосредоточение на *чем-то* чаемом сменяется сосредоточением на *ком-то* чаемом, устремленность смещается с желания дара — к Дарителю, с мечты об исцелении — к Врачу, с жажды утешения — к Утешителю. Это удивительный сдвиг сознания от надежды — к упованию.

В самой фазе ожидания глобальное значение этого сдвига до конца не может быть выяснено, ибо он знаменует собой начало настоящего переворота не в одном лишь сознании, а во всей человеческой жизни. Но предвестники этого переворота различимы уже и в фазе ожидания, и сами они достаточно сильны, чтобы благотворно остановить переживание. Интенсивная концентрация на чаемом, напоминающая движение по узкому проходу, когда душа всеми силами только и ждет завершения пути, незаметно сменяется сначала душевным расширением внутреннего пространства, а затем открывающимся простором, который начинает восприниматься сознанием не как долгожданный конец пути, а, напротив, как неожиданное начало новых возможностей. Это первое изменение.

Второе — исчезает острое чувство одиночества, гнездящееся в глубине всякой боли и кардинальной неудовлетворенности, и из этого пока неведомого открывающегося пространства проступает еле заметное, но глубоко успокоительное веяние заботы, тепла и уверенности. В жизни ничего не изменилось, нет никаких оснований для благодушного успокоения, но эта уверенность сильнее всех логических оснований⁴³. И за этой заботой, теплом и уверенностью угадывается *личное присутствие*. Нет, это еще не встреча, но уже ее обещание, уже надежда на встречу с Тем, к Кому зывала молитва. И вместе с этой надеждой в душе происходит третья и самая главная перемена.

⁴³ Так на малыша действуют материнское объятие, отцовская ладонь на голове: «Все будет хорошо». «Как?! Ведь все ужасно и неисправимо! Не может быть». И все же это «все будет хорошо» оказывается сильнее всех доводов рассудка маленького человека, душа его утешается, а ум успокаивается в простом доверии — «папа сказал».

До этого мгновения переживание боролось с болью, страхом, безутешностью, бессмысленностью, невозвратимостью, несбыточностью, а молитва взялась помогать переживанию, обращаясь к Богу как помощнику в удовлетворении человеческих нужд и прося о желанном утешении, безопасности, освобождении и т.д. Но неожиданно происходит смена всей внутренней логики ситуации. Логика удовлетворения сменяется логикой любви. Я ждал встречи, потому что в ней была последняя моя надежда на удовлетворение важнейшего моего желания, а во мне вдруг открылось наиважнейшее — именно желание самой встречи как цели, а не средства⁴⁴.

Согласно логике удовлетворения, события развивались так: я лишился чего-то важного в моей жизни, пытался своими силами вернуть утраченное, убедился, что это невозможно, пытался как-то пережить ситуацию, но пришлось смириться с тем, что и это невозможно, что сам я ничего не могу сделать, и тогда стал вызывать о помощи в безнадежной надежде, что каким-то чудом все устроится и я снова стану собой, заживу своей жизнью, ибо без утраченного я сам не свой и жизнь — не жизнь. Ни о чем другом я и помыслить не могу. И вдруг... Все меняется. Откуда мне, готовому к смерти, было знать, что тут, уже по эту сторону молитвы, в фазе ожидания на меня дохнет такое благодатное, такое животворящее дыхание, что в одно мгновение изменится глубинная логика моих чувств и мыслей, более того, сама основа моего существования. Уже ясно ощутимо, что только здесь, только с этим дыханием я, собственно, и существую в подлинном смысле слова, только в нем и вместе с ним я и обретаю полноту бытия, полноту жизни, полноту смысла. И тогда-то начинает открываться, что опасность, от которой я бежал и просил убежища, жажда, в которой я просил воды, голод, в котором просил хлеба, что все это — и жажда, и опасность, и голод, и вода, и убе-

⁴⁴ В некоторых молитвословиях Христос именуется «истинным желанием». Например: «Ты бо еси истинное желание и неизреченное веселие любящих Тебя, Христе Боже наш» (Благодарственные молитвы по святом причащении. Молитва 1-я).

жище, и хлеб, при всей их неотъемлемой существенности — лишь предвестники, лишь поводы, лишь глашатаи ВСТРЕЧИ. Вместе с ней придет и утоление моих нужд, но тогда окажется, что оно — лишь частное проявление того главного, что меня ожидает — ВОСПОЛНЕНИЯ В БЫТИИ.

Ощутив истину и радость этого восполнения, человек не перестает, конечно, хотеть и просить в голоде — хлеба, защиты в опасности, утешения в утратах, облегчения болей, но теперь он уже не хочет всего этого отдельно, самого по себе, по той старой логике удовлетворения, ибо не верит уже, что все богатство и благополучие мира могут утолить истинную и глубочайшую его жажду, дать корень его жизни, могут подарить ему ту хоть и не вполне еще вкусенную, но уже слишком явно ощутимую полноту бытия и истину, которые открылись ему и объяли его там, по ту сторону его отчаяния и надежды.

* * *

В этом-то **восполнении в бытии** и состоит главное влияние адресата молитвы на переживание. Вот что открывает нам анализ двух выбранных молитв. Вчитываясь еще и еще раз в них, видишь: когда человек обращает свое переживание к Богу, все его состояние уже по мере этого обращения начинает меняться под действием адресата молитвы. Все больше и больше проступает картина не двух изолированных существ — человека и Бога, а образ синергичного восполнения человека в бытии Богом. В этом восполненном бытии адресат молитв опознается как Защитник, Утешитель, Покровитель, в союзе с Которым (и даже в одной лишь надежде на этот союз) человеку возможно без искажений и самообманов удерживать всю невыносимую правду слабости, стыда, незащитности, боли и одиночества, с Которым возможно смирение без самоуничижения и утраты достоинства и с Которым переживание способно дойти до самого последнего края боли и бессмыслицы, сделав все, что возможно человеку, и оттуда последним усилием доверить себя Богу, вступить в глубокую воду молчания, замерев в ожидании ответа и уповании.

План осмысления

Мы различили три плана протекания процесса переживания — план непосредственного переживания, план выражения и план осмысления. До сих пор обсуждалось влияние молитвы на первые два плана, а через них на всю работу переживания. В данном разделе речь пойдет о том, какие преобразования вносятся молитвой в план осмысления и как это сказывается на целостном процессе переживания.

Что, собственно, представляет собой «план осмысления» переживания в отличие от планов «выражения» и «непосредственного переживания»? В целостном переживании бывают моменты, когда доминантой процесса становится попытка выразить, высказать чувства и состояния другому:

Друг мой, друг мой,
Я очень и очень болен.
Сам не знаю, откуда взялась эта боль⁴⁵.

В другие минуты доминирующим оказывается не план выражения, а план непосредственного переживания, и тогда внимание концентрируется на самих испытываемых чувствах и состояниях:

И скучно, и грустно, и некому руку подать
В минуту душевной невзгоды...⁴⁶

Наконец, бывают периоды, когда доминантой переживания становятся процессы поиска смысла. Одно дело испытывать тоску и одиночество («И скучно, и грустно, и некому руку подать»), и совсем другое — пытаться осмыслить истоки этой тоски, искать спасительные источники смысла и проверять их на наличие смыслообразующих потенций:

⁴⁵ С.А. Есенин, «Черный человек».

⁴⁶ М.Ю. Лермонтов, «И скучно, и грустно...».

Желанья!.. что пользы напрасно и вечно желать?..
А годы проходят — все лучшие годы!
Любить... но кого же?.. на время — не стоит труда,
А вечно любить невозможно⁴⁷.

В динамике переживания все три плана сопричастствуют и взаимодействуют друг с другом, у каждого из них есть свое предназначение, своя незаменимая роль в целостной работе переживания. В плане непосредственного переживания человек должен чувственно испытать всю полноту выпавшей на его долю реальности, в плане выражения — выразить (в действии и общении, словесно и телесно) правду своего внутреннего опыта. Миссия же плана осмысления состоит в решении задачи на смысл.

Задача эта двуедина — она состоит и в выявлении смысла уже свершившихся событий жизни, и в поиске источников жизненного смысла, в наполнении бытия смыслом. Такой двойственности соответствует и сам термин «осмысление», который может пониматься, во-первых, как процесс постижения смысла событий и обстоятельств; во-вторых, — как осмысление — активность по приданию обстоятельствам смысла, обогащению их смыслом (так же, как в словах «о-зеленение», «о-свещение» и т.п. приставка «о» указывает на придание некоего качества, до того отсутствовавшего). Анализируя далее процессы плана осмысления, мы будем иметь в виду это его двуединое значение.

Хотя каждый из трех планов переживания может в тот или иной момент становиться доминирующим, но все же именно процессам осмысления принадлежит право ставить генеральные задачи и удерживать главную целевую установку, подчиняясь и служа которой, все другие планы и процессы переживания только и могут осуществить вполне свои особые цели. Когда эта динамическая иерархия искажается или извращается, возникают болезненные, патологические формы переживания.

⁴⁷ М.Ю. Лермонтов, «И скучно, и грустно...».

Персонологическая трактовка переживания

Признание иерархического превосходства плана осмысления на уровне стратегии процесса связано с персонологически-энергийной трактовкой переживания. Переживает не переживание, а личность. Хотя мы ради стилистических удобств в данном тексте часто допускаем речевые обороты, в которых переживание субстантивируется, тем не менее и с философско-антропологической, и с теоретико-психологической, и с психотерапевтической точки зрения нет ничего важнее подчеркивания энергийного и личностного характера переживания. Переживание есть деятельность личности, именно деятельность и именно личности. Наша языковая интуиция «знает» это: о двухлетнем ребенке мы не говорим «переживает», хотя видим, какие он порой испытывает сильные эмоции. Сказать о некоем субъекте «он переживает» значит признать за ним достоинство личности, которая не просто «эмоционально реагирует», не просто «претерпевает страдание», а активно **участвует** в переживании.

Не стоит, конечно, преувеличивать возможности сознательного и волевого влияния человека на многие процессы, входящие в состав его целостного переживания, но более опасная психологическая и психотерапевтическая ошибка состоит в игнорировании активного участия личности в переживании. Из признания реальности этого участия вытекает важное следствие: личность в ответе за свое переживание. Разумеется, ответственность эта не может быть абсолютной и зависит от уникальных обстоятельств, но само ее наличие, — и соответственно принятие или уклонение от нее, — существенный имманентный момент переживания. В реальной жизненной практике (юридической, религиозной, семейной, педагогической и пр.) этическая «вменяемость» человека, его ответственность за свое переживание хорошо осознается, культивируется и порой нормативно закрепляется.

В развитых духовных практиках душевные состояния становятся предметом специальной заботы подвизающегося и его духовных учителей, там разработаны тончайшие приемы наблюдения и влияния на душевные состояния, но эти области лишь

рельефно выявляют то, что является реальностью и обыденного опыта. От вдовы общественное мнение ожидает, что горе ее не будет слишком кратким, но и не будет длиться дольше одного-двух лет; напроказивший ребенок будет прощен быстрее, если родители видят, что он чувствует себя виноватым; жених должен отчитаться перед невестой, почему у него грустный вид; на дискотеке от молодого человека ожидают раскованности, на ринге — «спортивной злости». Примеры предписаний, запретов, поощрений и прочих видов социально-нормативного управления сферой переживания можно множить и множить. Все это свидетельствует, о том, что социальная жизнь мало напоминает классического психолога, который мыслит переживание как **«психическую функцию»**, то есть самодействующий натуральный процесс, а вполне разделяет тезис об ответственном участии личности в своем переживании.

Личностно-энергийный характер переживания не есть автоматически реализующая себя в позитивном виде данность, но антропологическая заданность. Во многих культурах и субкультурах естественность и спонтанность процесса переживания особо ценятся, безыскусственность его порой очень искусно культивируется (например, из духовных традиций — в даосизме, из психотерапевтических систем — в психодраме и гештальт-терапии). Для самой же личности реальная интенсивность непроизвольных, спонтанных компонентов переживания часто является соблазнительным поводом для алиби. Поскольку в переживании очень немного поддается прямому сознательному и произвольному управлению, так удобно бывает полностью элиминировать ответственность за свое переживание⁴⁸.

⁴⁸ Православная аскетическая практика выработала гибкие и надежные понятия (например, понятия «прилога», «сочетания» и «сложения»), которые позволяют подвижнику проводить реалистическую границу зоны духовной ответственности и тем оберегать душу как от опасности самооправдания за якобы естественные чувства, так и от тотальной (психиатр сказал бы — «мегаломанической») вины за всякий помысел, вины, за которой стоит не высокая ответственность, а грех гордыни, и которая ведет к развитию страсти уныния (см.: *Преп. Нил Сорский*, 1993).

Поэтому дело не только в теоретических трактовках — считать ли переживание личностным актом или стихийным самодвигающимся процессом, но и — в самой реальности, в действительной тенденции процессов переживания сходиться с личностной орбиты, превращаться в стихийный самодействующий процесс. Личность может противостоять этой тенденции, а может и примириться с ней и даже поддержать ее, отчасти по вполне объяснимой слабости, отчасти по стремлению к «психологическим выгодам». Следствием этой победы стихийности является патология самого переживания и угроза невротизации или психопатизации личности⁴⁹.

Но как бы то ни было в форме ли отвержения, принятия или смеси того и другого, не только социум, а и сам переживающий человек в той или другой мере признает свою ответственность и свободу по отношению к переживанию. Из обыденного внутреннего опыта каждому известно, что мы пытаемся сознательно управлять собственными переживани-

⁴⁹ Нормализация, исцеление самого процесса переживания, заблудившегося, заболевшего, и оттого становящегося опасным (для здоровья, отношений, развития), состоит в возвращении ему личностного характера. Личность призвана участвовать в своем переживании. Наблюдения за больными неврозом убедительно показывают, что — перефразируя известный афоризм — если личность не займется своим переживанием, то переживание займется личностью. Поэтому тезис о личностно-энергетическом характере переживания имеет фундаментальное значение для психотерапии. Психотерапия способна ведь поддерживать и культивировать разные тенденции, по-разному добиваться зримых результатов. При отсутствии у психотерапии однозначной аксиологии и антропологической критериологии она может считать своим успехом и такие преобразования переживания, которые ведут как к снижению личностного «тонуса» самого переживания, так и к нравственному снижению пациента. Примером такого «позитивного» результата может быть успокоение пациента сначала на мысли, что все естественное не стыдно, затем, что все естественное позволено, и наконец, что оно похвально, — в сочетании с поощрением к беспредельному расширению зоны «естественного». В психотерапии нельзя, впрочем, впадать и в другую крайность — непосильного персоналогического экстремизма, заигрывающегося идеалом героической воли и сквозной сознательности и с пренебрежением относящегося к природным стихийным аспектам переживания.

ями, чаще — безуспешно, порой относительно успешно, но, во всяком случае, ищем средства для того, чтобы что-то изменить не только в обстоятельствах жизни, но и в собственных душевных состояниях.

Эти попытки влияния на переживание выражают собой и опираются на то или иное отношение личности к своему переживанию. Личность не только испытывает душевные состояния и процессы, но и относится к ним, оценивает и истолковывает их, стремится понять их истоки и сущность, старается изменить и направить их и т.д. Вся эта активность личности не является чем-то внешним по отношению к самому процессу переживания, она и составляет ту плоскость целостного процесса переживания, которую мы назвали *планом осмысления* переживания.

Главная задача данного раздела — описать изменения, которые претерпевает этот план переживания, когда переживание перетекает в молитву. Как в молитвенном контексте изменяется личностное отношение, оценка, осмысление своих душевных актов и состояний, и как это сказывается на всем целостном процессе переживания?

Акт предложения

Входом из стихии переживания в пространство молитвы часто служит специфическая жалоба, в которой человек как бы выкладывает перед Богом наиболее сильные, мучительные и неподвластные душевные состояния. «Унывает во мне душа моя» (Пс 41:7); «Помилуй меня, Господи, ибо тесно мне; иссохло от горести око мое, душа моя и утроба моя» (Пс 30:10); «Скорби сердца моего умножились... призри на страдание мое и на изнеможение мое...» (Пс 24:17–18) — вот примеры такого рода молитвенных воззваний. Выше мы закрепили за ними термин «акты предложения».

Акт предложения, как видно из примеров, включает в себя следующие внутренние действия: обращение к Ты, постановку своей души под взор Ты, поименование душевных состояний.

Первое психологическое следствие акта предложения состоит в том, что из стихии переживания выходит субъект молитвы. Он отделяется от стихии, но не порывает с нею связь. Сам факт такого рождения субъекта молитвы сопряжен с одновременной актуализацией четырех феноменологических фигур: «Я», «Ты», «душевное состояние» и «отношение Я к душевному состоянию».

Одна из этих фигур — *душевное состояние*, рождается в этот момент второй раз. Первый раз оно родилось как непосредственная реакция душевного организма на возникшую ситуацию. В качестве такой непосредственной реакции состояние носит черты субстанциональности. Субстанция, по одному из определений Гегеля, есть в-себе-и-для-себя пребывающее бытие. Так и непосредственное эмоциональное состояние изнутри ощущает себя как самодостаточную, довлеющую себе, в себе имеющую свое основание и определение реальность.

Но вот в молитвенном акте предложения происходит «нарекание имени» этого состояния, и, ограниченное и удерживаемое теперь своим именем, оно приобретает статус третьего лица — *того, о чем идет речь* между первыми двумя лицами — Я и Ты, личностью и Богом. Это бытие душевного состояния в третьем лице хотя и не преобразует автоматически всю его сильную душевную стихию, но, тем не менее, начинает оказывать на нее постоянное влияние (как влияет порой на человека новый статус, новое социальное положение), способное в конечном счете определить течение и судьбу душевного состояния.

Самое же существенное именно для процессов плана осмысления событие состоит в том, что акт предложения порождает здесь *отношение Я к переживанию*. Общая задача плана осмысления, задача на смысл, в том и заключается, чтобы формировать, развивать и преобразовывать личностное отношение ко всем моментам бытия, вовлеченным в переживание. Вся эта работа еще впереди, личности еще только предстоит понять истоки и вникнуть во внутренний смысл случившегося, оценить опыт, занять позицию, предстоит ставить

перед собой вопросы и искать на них ответы, но зачатки, почки всех этих будущих действий можно заметить уже в акте предложения. В частности, здесь начинается характерное личностно-смысловое познание своей души, которое затем будет продолжено особыми *актами вникания*. Оно различимо уже в акте «нарекания имени» душевного состояния.

«Имя» душевного состояния есть ответ на два вопроса — *что* испытывается (уныние, скорбь, горесть и т.д.) и *кем*, кто, собственно, феноменологический субъект переживания. Поэтому имя состояния обычно двусоставно: «Душа скорбит», «Тесно мне», «Иссохло от горести око мое» и т.п. При этом в качестве феноменологического субъекта переживания может выступать не только целое *Я*, снабженное порой сильными эпитетами («блудный аз», «окаянный человец» и т.п.), но и отдельные его «функциональные органы» (сердце, душа, око, утроба и пр.). Такого рода именованья являются актами познавательными в том смысле, что недифференцированную стихию непосредственного переживания они структурируют в терминах «анатомии» и «психологии» «внутреннего человека» (2Кор 4:16). Тем самым «внутренний человек» феноменологически актуализируется, и появляется возможность его участия как особого лица⁵⁰ в молитвенном диалоге. Именно в диалогической молитвенной атмосфере после первичного именованья

⁵⁰ В грамматическом смысле это может быть и первое, и второе, и третье лицо, что чрезвычайно важно для динамичного разворачивания молитвенного диалога. Вот соответствующие примеры. Первое лицо: «Аз окаянный к Тебе прибегаю...». К феноменологическому субъекту, находящемуся во втором лице, может обращаться и сам молящийся («Душа моя, душа моя, восстань, что спиши, конец приближается...», «Душе моя грешная, того ли восхотела еси?»), и Бог, что в молитвословиях выражается такими, например, призывами, исходящими как бы от Него («О безумный человец, доколе углубаюши [вязнешь], яко пчела, собираюши богатство твое? Вскоре бо погибнет, яко прах и пепел, но более взыщи Царствия Божия»). О пребывании душевного состояния в третьем лице мы уже выше упоминали. Когда молящийся, обращаясь к Богу, произносит, например: «Душе бо моя грешная того восхоте [пожелала]...», то субъект желания, «душа моя грешная» ставится как раз в позицию третьего лица.

душевного состояния и ставится задача на смысл, решать которую призваны процессы плана осмысления переживания.

Фаза вопрошания

Будучи введенной актом предложения в молитву, душевное состояние попадает в новую систему отношений. Раньше оно было самоочевидной непосредственной данностью, теперь же оказывается в положении «*подвопросности*», становится предметом напряженной осмысляющей активности. Она разворачивается в следующей фазе молитвы, которую по смыслу главного ее акта можно назвать фазой вопрошания.

Стоит предварить теоретический анализ наблюдением-метафорой. Двухгодовалый мальчик влез на скамейку и, раскачивая ее, что-то кричит. Неподалеку сидят его родители. Вдруг скамейка теряет равновесие и вот-вот упадет. Лицо малыша рывком обращается к матери и искажается гримасой страха, но в этом страхе явно читается изумление, недоумение: «Что случилось?! Мир рушится, как же так?!». Страх не ведет к попытке спастись или закрыть глаза, замереть, ни к каким потенциально адаптивным или защитным реакциям, он обращается в **вопрос**. Мама, мгновенно оказавшаяся рядом, берет малыша на руки, и отсюда, из надежной и безопасной позиции дает ему рассмотреть скамейку, на которой он стоял, что-то успокоительно-разъяснительное говорит. Вся эта ситуация — живой символ фазы вопрошания. Вопрошание — это не любопытство, не исследование, это обращенное к *другому* фундаментальное, глубинное, экзистенциальное недоумение перед **иным**. И мать это интуитивно чувствует: она не утешает, не защищает, не наказывает, а — *объясняет*, понимая, конечно, что на интеллектуальном уровне ребенок не поймет всего объяснения, но сама объясняющая интонация передаст ему спокойное отношение к случившемуся и тем поможет включить неведомое в картину жизни.

Три операции образуют структуру акта вопрошания. Называя перед Богом свое душевное состояние или просто внут-

ренне указывая на него, человек: а) *ставит вопрос о его смысле* (зачем? за что? почему?)⁵¹. Затем, сохраняя напряжение этой вопросительной установки, он должен совершить еще два усилия: б) *удерживать это подвопросное душевное состояние*, не давать ему ускользнуть из поля внимания, но и не позволять своевольно занимать весь объем души собой ли или произвольными мыслями, пытающимися «обрабатывать» его, а то и отвечать на заданный Богу вопрос; в) *удерживать духовную открытость*, обращенность к Богу и ожидание ответа.

Само по себе это тройное усилие — удержание вопроса, удержание состояния и удержание открытости — превращает душевное состояние в воплощенный вопрос, в неотступное алкание смысла — и уже одним этим психологически преобразует его. Как же именно? Такое усилие **сублимирует** душевное состояние, **энергизирует** и **синергизирует** его.

Поясним эти утверждения. В ситуации беды у человека есть разные стратегии. Он может отказаться от борьбы за смысл. «Похули Бога и умри», — так жена Иова отвергает саму мысль о возможности поиска смысла и правды в случившейся катастрофе. Человек может принять готовый, шаблонный смысл. «...Наказания Вседержителя не отвергай» (Иов 5:17), — так друзья Иова убеждают его признать, что обрушившиеся на него бедствия — справедливое воздаяние за грех и нужно только применить эту общую истину к себе («Вспомни же, погибал ли кто невинный, и где праведные бывали искореняемы?» — Иов 4:7). Наконец, он может встать на путь поиска смысла, жажды смысла, требования смысла.

⁵¹ Это вовсе не рассудительно-философские вопросы, в них кричит боль, отчаяние, протест, но все же это вопросы на смысл, ибо недоумение доминирует в них над страданием. «На это сказал я: лучше было бы нам вовсе не быть, нежели жить в нечестиях и страдать, не зная, почему» (3Езд 4:12). Не просто страдать, а страдать, не зная почему — вот главная мука. Не избавление, а понимание смысла — вот главная мольба: «И отвечал я, и сказал: молю Тебя, Господи, да дастся мне смысл разумения» (3Езд 4:22).

В первой реакции есть своя трагическая правда, но метафизически — это всегда правда смерти, и потому в реальности переживания — это путь к общему его снижению, утрате личностного и смыслового начала в нем. Переживание становится темным, мутным, как пересыхающее озерцо, и начинает все время повторять самое себя, превращаясь в пределе в нескончаемую, беспросветную и неподвижную муку⁵².

Второй путь хоть и пытается внести в переживание смысл, но в своей шаблонной правильности проходит мимо конкретной живой души, игнорирует уникальную жизненную правду, хочет заменить нормой творческую работу личности и тем самым тоже предоставляет реальное переживание самому себе, оставляет его без просветляющего и оживляю-

⁵² Есть чувство и есть смысл чувства. Единое душевное состояние содержит в себе эти оба компонента в разной пропорции. Например, одна и та же по интенсивности и характеру боль может иметь разный смысл и, соответственно, по-разному переноситься. В недавней работе (*Василюк, 1997б*) мне довелось описать случай психотерапевтического купирования зубной боли, где был использован тот факт, что болевые ощущения до и после посещения зубного врача разительно отличаются по переносимости (хотя могут быть равными по интенсивности) вследствие различий в их смысле. После стоматологических манипуляций боль сравнительно легко переносима из-за того, что ее смысл — «все уже позади». На уровне ощущения боли (вне ее смысла) человек испытывает мучения, на уровне смысла боли он страдает. Мучение — это переживание бессмысленной боли, или бессмысленное переживание боли, в мучении умерщвляются сознание и воля, стирается личность; страдание же, напротив, — это взыскующее смысла переживание боли, душевный труд, выстаивая в котором, личность таинственным образом возрождается и растет. С точки зрения этих определений мученичество как духовный подвиг в своей психологической сути есть не количество и интенсивность перенесенных мук, а — победа над мукой, в качественном отношении высший тип страдания, который характеризуется предельным **доминированием смысла над силой боли**, победой смысла над силой. Эти различия позволяют предложить формулу сверхзадачи психотерапии: психотерапия не призвана избавлять человека от страдания, ее миссия в том, чтобы помочь ему превратить муку в страдание и — перестрадать. (Схожего понимания придерживается Т.П. Гаврилова, беседа с которой помогла уточнить эти формулировки.)

щего влияния. Обе эти стратегии замыкают человека внутри своего переживания, а в самом переживании приостанавливают живой ток внутренней смысловой работы, обе — мертвят переживание.

Молитвенное же вопрошание о смысле, реализуя третью стратегию, во-первых, **сублимирует** переживание, то есть совершает «возгонку» отвердевающих чувств уже одним тем, что душа возгревается ожиданием смысла, взысканием его; во-вторых, **энергизирует** переживание, то есть стимулирует его деятельную, активную природу, и, в-третьих, **синергизирует** переживание, то есть освобождает его от самозамкнутости, от самодовления и открывает навстречу со-работничеству, совместному смысловому поиску, со-переживанию, возбуждает в нем готовность к встрече с новыми, неизвестными смыслами.

Фаза замирания-прислушивания

В молитвенном вопрошании есть растущее напряжение, требующее своего разрешения. Оно создается двумя разнонаправленными динамическими тенденциями. Одна направлена внутрь, стремится все глубже уяснить смысловое ядро вопроса, о чем же именно я хочу спросить, вторая тянется к Адресату вопрошания, напряженно ждет ответа. Эти тенденции реализуются в следующей фазе молитвы особыми актами — «актом вникания» и «актом замирания-прислушивания». В акте «вникания» человек стремится вчувствоваться в жизненный смысл происходящего, вникнуть в свое душевное состояние и экзистенциальную ситуацию, нащупать ту смысловую реальность, от которой и по поводу которой он задает свои молитвенные вопросы. Но в определенный момент этот внутренний поиск смысла доходит до своего предела, и на пике недоумения и отчаяния замирает от невозможности найти удовлетворение в своем замкнутом контуре. И тогда вся энергия процесса переживания смещается и концентрируется на другом полюсе, так что это замирание оказывается не опусканием рук, а напротив, высшей точкой напряжения.

В этот напряженный момент возникает особая душевно-духовная задача — различения Божьего ответа, поскольку есть опасность не расслышать вовсе, расслышать не то, принять собственные умственные и чувственные «шумы» за ответ и т.д.

Внутренняя активность по решению этой задачи направлена парадоксальным образом против всякой внутренней активности, на создание душевной тишины. Один из евангельских образов уподобляет молитву стоянию перед закрытой дверью (Лк 11:9). Стоящий обычно не знает, слышат ли его, и чередует стук в дверь с характерными паузами, когда он замирает и весь превращается в *обращенный-туда-слух*. Эти паузы — точная психотехническая метафора для внутреннего поведения в фазе замирания-прислушивания. Молящийся должен мягко отклонять посторонние помыслы (мягко, — чтобы энергичной борьбой не поднять излишний шум) или уводить от них внимание, осаживать внутреннюю спешку с получением ответа (из которой может вытекать непроизвольное стремление «подсказывать» Богу), терпеть безответность без отчаяния, а, напротив, с усилием и усилением чаяния, т.е. с сохранением обращенности, открытости, чуткого ожидания и желания ответа. Усилие по созданию и сохранению внутренней тишины в молитве — главная задача фазы замирания.

В этой фазе происходит переструктурирование способа переживания, в результате которого душевное состояние, бывшее центральным предметом внимания, феноменологической фигурой, превращается в фон, а фокусом внимания становится тишина, и молитва обретает апофатический характер в том смысле, что отступают, уходя в тень все идущие от человека положительные определения, именованья и даже просьбы и вопрошания, а остается лишь «трансцендирующее ожидание», что *оттуда*, из тишины и молчания проступит ответ. Душевая тишина становится иконой трансцендентного, в которой оно может явить себя⁵³.

⁵³ В том понимании семиотики иконы, по которому она есть символ, не изображающий, а являющий собою иную реальность (см.: *Трубецкой*, 1998; *Языкова*, 1994).

Какое влияние оказывает акт замирания-прислушивания на работу процессов осмысления и на все переживание в целом? В этой фазе молитвы радикально меняется режим всего переживания и метод решения задачи на смысл. Становясь фоном, а не фигурой, уходя в тень, переживание перестает быть активным поиском смысла, но оно вовсе не превращается в пассивное, безразличное претерпевание. «Трансцендирующее ожидание» — это пассивность, но пассивность чрезвычайно активная, живая, бодрствующая. Из переживания уходит всякая рассудочность, всякая суетливость, всякая озабоченность и «многопопечительность», словом, всякий активизм, пытающийся так или иначе исхитриться и добиться своего своими силами и своим умом. Воцаряется чуткая внутренняя тишина⁵⁴.

И что же это дает переживанию? Не предает ли сам акт замирания главную цель работы переживания, коль скоро в нем затухает активность по поиску смысла? Нет, потому что в глубинной своей сути всякое продуктивное переживание есть таинство творчества. В кризисной ситуации человек от безысходности пытается, конечно, конструировать смыслы и целенаправленно искать смысловые опоры жизни, и без этой части работы переживанию не обойтись, но парадоксальным образом живые смыслы никогда не оказываются планомерным продуктом сознательной и произвольной активности, они не конструируются и не отыскиваются, они рождаются. Обретение смысла в каком-то отношении всегда неожиданно, нечаянно, — как научное открытие, поэтическое слово, художественное озарение. Культивируемая актом замирания тишина создает в душе не опустошенность, а освобожденность — характерную чуткость, творческую отзывчивость, свободную от штампа и заданности, от цели и предубеждения, натянутую струну, молчащую, но готовую откликнуться на любой звук. Итак, созда-

⁵⁴ В развитых формах, на вершинах аскетического опыта подвижнику даруются состояния *священнобезмолвия*, но в каком-то генетически первичном виде эти состояния входят как необходимый момент и в новоначальную молитву.

ние состояния творческой откликаемости — вот главный вклад акта замирания в целостную работу переживания, совершающуюся внутри молитвы.

Фаза принятия ответа

Самое большое духовное напряжение в молитве совершенно не гарантирует получения ответа. Молитвенное вопрошание о смысле может так и остаться без ответа, или же молящийся, заметив некие изменения, может пребывать в сомнении, являются ли они ответом, но иногда он с очевидностью, превышающей обычное чувственное восприятие, ощущает их как ответ. Какова бы ни была объективная мистическая сторона дела, феноменологически ответ (или его отсутствие) есть факт, на который человек должен отреагировать особым актом *принятия ответа*.

О принятии здесь стоит говорить в трех значениях, которые в совокупности описывают полную операциональную структуру этого акта. Во-первых, принять в смысле «получить» — расслышать, зафиксировать сам факт ответа; во-вторых, принять в смысле «понять» — ассимилировать содержание ответа, включить его во внутреннюю структуру сознания; в-третьих, принять в смысле «согласиться» — утвердить, признать, сказать полученному ответу «да». Подобным образом, для офицера одно дело принять от нарочного пакет с приказом и расписаться в получении, другое — вникнуть и осмыслить суть приказа, третье — принять его к исполнению. Рассмотрим эти операции акта принятия.

Принятие-получение

Принятие-получение ответа может происходить в самых разнообразных формах. По многочисленным свидетельствам, это могут быть и события внутренние — появление особых мыслей, чувств, воспоминаний, намерений, и события внешние — неожиданная встреча, известие, изменение состояния здоровья, перемена обстоятельств и т.д. Всех их объединяет

то, что молящийся ощущает удивляющую его, часто непрямую, но *явную связь* события со своим молитвенным вопрошанием. Это звучит как тавтология — ведь указанная связь и дает, собственно, возможность квалифицировать возникшие изменения как «ответ». Но так — на логическом уровне, на уровне же феноменологическом свойство «быть ответом» не выводится рассудком из какой-то, например временной, связи (помолился — и сразу отклик), а свидетельствуется самими «говорящими» вещами, событиями или состояниями, они самопредставляются в качестве ответа: «вот я!» (так примерно ведет себя подосиновик в лесу: не грибник выслеживает и находит его, а сам он заявляет о себе красной шляпкой — «вот я!»). Это — первый феноменологический признак «ответа».

Второй его часто указываемый в свидетельствах признак — особое переживание душевного покоя, умиротворенности, утешенности, примиренности, ясности, всего того, что объединяется понятием *благодатных состояний*⁵⁵. Характерно, что и эти благодатные состояния возникают не вследствие наступивших изменений, а как бы поверх них, а то и вопреки им, и тоже ощущаются как самостоятельное и самоценное качество самого ответа. Читатель может вернуться к данному в начале нашей работы описанию подобного благодатного чувства у героини

⁵⁵ О благодатных явлениях в духовной литературе написано немало. Но стараясь по возможности избегать в этом тексте анализа свидетельств даже и вполне «житейских», но относящихся к высоким ступеням духовного опыта (таких, например, как знаменитая беседа Н.А. Мотовилова с преподобным Серафимом Саровским, — см.: *Мотовилов*, 1993), мы предпочитаем держаться тех первичных слоев опыта, которые пусть и в обрывочном виде знакомы всякому непредвзятому наблюдателю, даже считающему себя человеком «нерелигиозным», «неверующим». Такой человек, если речь идет не о философских прениях о Боге, но о трагических поворотах личной судьбы, может вспомнить хотя бы один-два эпизода, когда ему было не до мировоззренческих диспутов, а душа сама неожиданно обращалась не к «богу философов», а к Кому-то Неведомому, моля о чудесном избавлении себя самого или близких. И сердце хоть на миг согревалось благодатной успокоенностью, необъяснимой уверенностью — «все будет хорошо».

С.Т. Аксакова (см. с. 20—21). Софья Николаевна «мало-помалу почувствовала какое-то облегчение, какую-то силу, способность к решимости; хотя не знала еще, на что она решится, это чувство было уже отрадно ей».

Это возникшее неожиданно чувство «отрады» еще можно истолковать как психологически связанное с обретенными «силой» и «решимостью», но нетрудно привести примеры, которые еще более явно обнажают третий характерный признак получения «ответа» — его *психологическую невыводимость* из ситуации вопрошания.

Предлагаю читателю в качестве отдыха и отвлечения провести небольшой психологический эксперимент, призванный послужить иллюстрацией этой непредсказуемости и психологической невыводимости ответа, получаемого в молитве. (К сожалению, в эксперименте не смогут принять участие те, кто твердо помнит текст шекспировского «Гамлета».) Инструкция такова: прочитайте, пожалуйста, приведенный ниже монолог короля Клавдия, из которого исключена одна, последняя строка, и попробуйте предугадать ее смысл.

О, мерзок грех мой, к небу он смердит;
На нем старейшее из всех проклятий —
Братоубийство! Не могу молиться,
Хотя остра и склонность, как и воля;
Вина сильнее, чем сильное желанье,
И, словно тот, кто призван к двум делам,
Я медлю и в бездействии колеблюсь.
Будь эта вот проклятая рука
Плотней самой себя от братской крови,
Ужели у небес дождя не хватит
Омыть ее, как снег? На что и милость,
Как не на то, чтоб стать лицом к вине?
И что в молитве, как не власть двойная —
Стеречь наш путь и снискивать прощенье
Тому, кто пал? Вот, я подымаю взор —
Вина отпущена. Но что скажу я?
«Прости мне это гнусное убийство»?

Тому не быть, раз я владею всем,
Из-за чего я совершил убийство:
Венцом, и торжеством, и королевой.
Как быть прощенным и хранить свой грех?
В порочном мире золотой рукой
Неправда отстраняет правосудье
И часто покупается закон
Ценой греха; но наверху не так:
Там кривды нет, там дело предлежит
Воистине, и мы принуждены
На очной ставке с нашею виной
Свидетельствовать. Что же остается?
Раскаянье? Оно так много может.
Но что оно тому, кто нераскаян?
О жалкий жребий! Грудь чернее смерти!
Увязший дух, который, вырываясь,
Лишь глубже вязнет! Ангелы, спасите!
Гнишь, жесткое колено! Жилы сердца!
Смягчитесь, как у малого младенца!
... ..

Последняя строка помещена в сноске 69 на с. 124. Читатель, надеюсь, сможет оценить, как неожиданна, нелогична, ничем не обоснована *такая* концовка *такого* монолога, как она непонятна и как в то же время... глубоко понятна, какую правду выговорил художественный гений Шекспира, правду, превосходящую всякую психологическую и характерологическую логику.

Ответ на молитву всегда удивляет, он находится не на той же линии, что вопрос, а совсем в другой плоскости, от других оснований отталкивается; по смысловому богатству он многократно превосходит вопрос, но при этом не игнорирует его как незначимый и малоосмысленный, а преображает и развивает.

Таковы три субъективных признака получения ответа на молитву: а) ощущение несомненной связанности события ответа с молитвенным вопрошанием, б) сопровождающее это событие благодатное чувство, не зависящее от содержания события, в) удивляющая психологическая и логическая невыводимость ответа из всей экзистенциальной ситуации молящегося.

Как уже говорилось, у него могут возникнуть сомнения, считать ли ту или иную перемену ответом, или даже уверенность, что он не услышан. Эти ситуации становятся поводом для новых витков переживания и предметом особых молитвенных усилий. Например, молящийся может вернуться к акту обращения и призывания⁵⁶, может выразить в молитве горькие чувства, вызванные самим фактом молчания и безответности — чувства одиночества, покинутости; может обернуться к покаянному регистру переживания своего недостойнства и т.д.⁵⁷ Словом, отсутствие ответа или сомнение в том, что он дан, не обрывают молитву, а могут, напротив, дополнительно активировать ее, обогатить новыми вовлекаемыми в молитвенный круг содержаниями, стимулировать новые молитвенные усилия.

Принятие-понимание и принятие-признание

Но коль скоро ответ на молитвенное вопрошание о смысле все же получен, независимо от формы, в которой он пришел, независимо от того, понятен он или не понятен, был ли он желанным или нет, человек становится перед проблемой принятия его

⁵⁶ «Не скрывай лица Твоего от меня, в день скорби моей приклони ко мне ухо Твое... скоро услышь меня» (Пс 101:3).

⁵⁷ Книга Псалмов полна таких горьких минут богооставленности. «Боже мой! Боже мой! Для чего Ты оставил меня? Далеки от спасения моего слова вопля моего. Боже мой! я вопию днем, — и Ты не внемлешь мне, ночью, — и нет мне успокоения» (Пс 21: 2–3). Но вот пример из современной поэзии, выражающий ту же тоску с детской безоглядностью:

Глаза мои засыпают пески —
барханы тоски.
.....
Боже!
Взываю к Тебе с самого дна!
Я одна!
Я не слышу Тебя!
Вселенская пустота
Заграждает Твои уста!
Крикни мне в ухо, полужасыпанное песком!
Взгляни на меня
Хоть одним глазком!

(Котляр Э. В руки твои. М.: Московский Парнас, 1999).

в свое сознание и в свою жизнь. Это две разные задачи — задача сознания и задача воли, два разных, но связанных между собой акта. Они исполнены настоящего драматизма, потому что ответ, получаемый в молитве, не эквивалентен вопросу, он с избытком превышает его и потому преобразует сам исходный вопрос, переворачивает его, показывает, каким он по сути должен был быть. Во многих областях жизни, а особенно в науке, критически важно точно ставить вопрос, без этого познание идет по ложному следу и почти невероятно найти истину. В молитве же человеку может быть дан истинный ответ на неточный, а то и ложный вопрос. И этот ответ ставит человека в новую, очень требовательную ситуацию, в которой он и не собирался оказываться. Он шел просить милостыню и был бы рад поданной копейке, а вдруг — получил царство, шел проситься в наемники, а получил сыновство (Лк 15:11–32). Дело не в количестве благ, царство — вовсе не большая-большая копейка, дело в особом качестве обретаемого, требующем от просящего внутренней активности по «выпусканию» в себя ответа, его духовной ассимиляции⁵⁸, и целостного отклика на дар ответа, отклика, который по конечному своему смыслу является рождением в себе нового человека. Он ставил вопрос и ждал, а то и требовал ответа, но вот ответ дан ему, и перед лицом ответа сам человек оказался весь под вопросом, ибо, будучи получен, ответ обернулся призывом...

⁵⁸ «Мы окружены благоуханием, но для восприятия его необходимо вдохнуть в себя благоуханный воздух; мы облиты светом, но чтобы увидеть его — необходимо открыть глаза. Всё данное нам должно быть активно взято, чтобы войти в состав духовного организма; и именно как живое целое он не воспринимает ничего, что не было бы им самостоятельно усвоено: данность, покуда она вне, может раздавить духовный организм, но не может внедриться в его состав без его соизволения. И Божественная энергия, та самая, которая создала нас и дала нам единство и самоопределение, которая дала нам иметь собственную энергию, она еще менее, чем условные данности чувственного мира, насилует нас и вторгается в нас без нас. Пучина несозданного Божественного Света — всегда вокруг нас, всегда с нами; но энергия Божия содействует нам лишь тогда, когда мы открываемся такому действию, устранив средостение своей самости» (Флоренский, 1977, с.184).

Таков общий смысл ситуации, но рассмотрим порознь две взаимосвязанные задачи, которые ему предстоит решить: задачу сознания и задачу воли.

Задача сознания

Задача сознания состоит в необходимой перемене ума, метанойе. Когда в молитвенном вопрошании человек ставил вопрос на смысл, он исходил из установки самоидентичности: в мире, в моей жизни и в моей душе что-то не то и не так, я хочу это понять, осмыслить, исправить, об этом «что-то» мой вопрос и недоумение, о *чем-то моем*, но не обо *мне*. А ответ может прийти обо мне, о моем личностном ядре, о корне моего Я. Вопрос был о том, как спасти оказавшуюся под угрозой форму или образ жизни, а ответ может быть о том, как спасти жизнь. Ответ показывает, что воистину почти каждому молящемуся может быть сказано «не знаете, чего просите» (Мф 20:22). Законник спрашивает у Иисуса, как мне *понять*, кто из людей *мне ближний*, а ответ, который он получил в виде притчи о добром самарянине (Лк 10:30–37), переиначивает сам вопрос — что ему *делать*, чтобы *самому стать им ближним*.

Это-то превосходство ответа над вопросом и требует порой труднейшей внутренней работы, чтобы освободить в душе место, причем место центральное, почетное для нового полученного содержания. Два основных условия, два душевных качества, на которые многократно указывает духовная литература, облегчают и делают возможным такое принятие — смирение и доверие Богу, — «духовная нищета», освобожденность от своего, желание получить вразумление и смысл от Бога, доверчивое отношение к полученному, пусть неожиданному, непонятному, трудному, но тем не менее принимаемому, причем принимаемому не на основе расчета, взвешивания и оценки, а на основе одного лишь всеми силами удерживаемого доверия Богу.

Задача воли

Искавшийся переживанием и пришедший через молитву смысл вовсе не останавливает автоматически работу пережи-

вания, подобно тому, как полученный ответ завершает решение арифметической задачи. Напротив, обретенный в молитве смысл распаивает перед переживанием перспективу включиться в жизнедеятельность. Отсутствие смысла — тупик, смысл — открытая дверь. Смысл — не вещь, он существует лишь энергично, как установка и возможность действия. Смысл не просто нечто проясняет, но и призывает к действию, дает ему силу и указывает путь. Поэтому получение ответа на вопрошание о смысле предполагает не только перемену ума, перемену образа мысли, но и перемену образа действий, это не только задача сознания, но и задача воли, требующая решимости и мужества. Одно дело понять и даже принять ответ и согласиться с ним, и совсем другое — решиться на его воплощение, осуществление. Внутри молитвы эта задача осуществляется актом «Аминь», венчающим ее⁵⁹. «Аминь» сжимает в одну точку человеческой решимости развитые всем ходом молитвы энергии и смыслы.

«Аминь» является актом собирания воли, итожащим все внутренние решения, к которым подступал человек в ходе молитвы, и поворачивающим его от переживания и молитвы к миру, жизни и действию. Если смысл, продолжая метафору, — распахнутая из тупика дверь, то «аминь» — это шаг в дверь и одновременно акт впускания в пространство жизнедеятельности благодатных энергий, снятие последних внутренних преград, акт согласия на вселение Духа в сами процессы человеческой жизни и действия⁶⁰.

⁵⁹ Выше (см. п. «Молитвенная адресованность переживания») мы уже касались других аспектов акта «аминь», связанных более с задачами сознания, а не воли внутри молитвы.

⁶⁰ В молитве Святому Духу есть характерная антиномия. К Нему, наполняющему Собой все («Иже везде сый и вся исполняя»), молящиеся обращаются со странным, казалось бы, прошением и приглашением **вселись** в них («Прииди и вселись в ны...»). «Дух дышит, где хочет» (Ин 3:8), но есть, выходит, одна онтологически выделенная область, в которой Он действует и пребывает лишь с чьего-то согласия, — область человеческой свободы.

«Аминь» как завершающий молитву акт не обрывает ее, а включает обретенный в ней смысл в мотивационное сердце будущей деятельности. Это акт, который устремлен изобразить молитву в материале жизненного процесса, процесса предметной деятельности, а саму деятельность сделать воплощенной молитвой, священнодействием⁶¹.

Влияние молитвы в фазе принятия на работу осмысления

Суммируем предыдущее обсуждение применительно к главному предмету анализа: каково в целом влияние молитвы в фазе принятия на решение стоящей перед переживанием задачи на смысл? Отвечая на этот вопрос, оставим в стороне все неопределенные, смутные, сомнительные случаи откликов на молитву. Хотя они, конечно, составляют эмпирическое большинство, но вовсе не они выявляют суть отношений между переживанием и молитвой в этой ее фазе.

Суть же эта открывается именно тогда, когда ответ на молитвенное вопрошание о смысле разрешает всю муку бессмысленности, с которой пыталось справиться переживание, и разрешает совершенно. Каковы черты этого совершенства? Во-первых, молитва восполняет дефицит или утрату смысла, породившие переживание, не по принципу необходимой доста-

⁶¹ Поскольку логика текста вернула нас к теме общепсихологического сопоставления категорий переживания, молитвы и деятельности, уместно сказать, что в этом теоретическом контексте появляется продуктивная возможность описания вертикальной иерархии предметной деятельности, на нижней ступени которой (ступени смысловой обедненности) деятельность становится «суею», а на верхней (ступени смысловой наполненности) — «священнодействием». **Суета — обычное осмысленное действие — священнодействие** — вот три ступени этой иерархии. Под «священнодействием» здесь имеются в виду не специальные обрядовые акты, а знакомые из обыденного опыта ситуации, когда наполненная смыслом работа, т.е. работа объективно значимая и в то же время любимая, исполняется человеком как таинство, благоговейно, сосредоточенно, тщательно, любовно. Это бывает видно даже со стороны, так и говорят о мастере своего дела — «он буквально священнодействует».

точности, а по принципу избытка⁶². Во-вторых, в молитве ответ асимметричен вопросу, точнее, он семантически более многомерен, так что вопрос оказывается всего лишь гранью ответа. Вследствие такого смыслового превосходства — и это третье, — ответ ставит под вопрос сам вопрос. Ответ переструктурирует глубинные основания, из которых выросал вопрос и которыми он держался. Так что порой он и вовсе отменяется, снимается⁶³.

В целом при всем желании проследить нить смысловой логики, протянувшейся от вопроса, поставленного переживанием, к ответу, полученному в молитве, приходится констатировать, что в окрестностях точки ответа происходит обрыв,

⁶² «Я пришел для того, чтоб имели жизнь и имели с избытком» (Ин 10:10).

⁶³ Таковы очень распространенные свидетельства о духовных беседах со старцами. Человек ехал к старцу с «вопросом», с мучительно затянувшимся (в обоих смыслах) жизненным узлом, не развязав который, казалось ему, он не может дальше жить, а выходит из кельи — и с удивлением обнаруживает, что не может по-настоящему понять, почему, собственно, это его так мучительно тревожило. И не в том дело, что «вопрос» распутался и разложился по полочкам в беседе со старцем (сам предмет тревоги мог остаться в прежнем состоянии), а в том, что появилась другая жизнь, другой дух, новое мироощущение, в котором вопрос этот не может занимать такого места, какое занимал до сих пор, место камня, загораживающего выход из темной пещеры. Каков, вообще говоря, методологический статус такого рода свидетельств для научной психологии? Статус психологического документа. Анализ таких документов с научных позиций, конечно, должен учитывать весь жанровый контекст этих записей. Но при необходимой научной обработке они могут дать ценнейший материал. Психолог-исследователь, изучая такие свидетельства, может не ставить вопрос в богословской плоскости, это, собственно, не его дело. Но он не может отмахнуться от этого реального, многократно зафиксированного, воспроизводимого опыта. Можно вслед за У. Джеймсом (1993) удивляться «многообразию религиозного опыта», но не меньшего удивления и научного внимания заслуживает *единообразие и повторяемость* его. При этом если богослова интересует прежде всего аскетический опыт, рафинированный и артикулированный, то психолога и психотерапевта — как раз опыт из «низких», обыденных слоев, духовно-практический «фольклор», ибо именно с такой реальностью приходится иметь дело в психотерапевтической практике.

скачок, сдвиг, так сказать, семантическое возмущение, логическая аномалия. (Но, странное дело, она совершенно не смущает самого «потерпевшего».) В результате этого сдвига человек оказывается в новой экзистенциальной ситуации. Ответ не становится закономерным результатом серии последовательных шагов, не является финальным эпизодом старой проблемной ситуации, он переносит человека по ту сторону ее, ставит в новую ситуацию, которая своим смысловым избытком порождает новое переживание⁶⁴. Оно-то, собственно, и исцеляет муку и рану прежнего переживания. Переживание завершается и исцеляется новым переживанием.

Эта новая ситуация и новое переживание обретенного смысла характеризуется целым ансамблем признаков. Не все они обязательно вступают в игру одновременно, но все являются различными аспектами смысла. Человек (а) ощущает общее повышение жизненной энергии, радостное «играние»⁶⁵ в нем жизни, витальности как таковой; (б) кроме нового самоощущения ему дается в такие минуты и новое мироощущение, общее чувство объективной правды, красоты и благодати всего бытия, просвечивающей в каждой мелочи сквозь зло, уродство и поврежденность мира⁶⁶. Свет правды обнимает и его личную жизнь, вызывая чувство *оправданности* жизни. Тот же свет проливается и на план предстоящих жизненных действий, давая ощущение *ясности* пути. (в) Перед ним встают осмысленные, значимые цели и задачи, открывается перспектива деятельности и появляются *вдохновение* и *силы* на исполнение этих задач.

⁶⁴ Поскольку, вообще говоря, психологическим механизмом запуска переживания является не обязательно потеря смысла, а всякое его значимое изменение, в том числе и возрастание.

⁶⁵ В Библии не раз встречается образ такой играющей и «скачущей» радости (см. 2Цар 6:14,16; Деян 3:8).

⁶⁶ «Ибо праведен Ты во всем, что соделал с нами, и все дела Твои истинны и пути Твои правы, и все суды Твои истинны» (Дан 3:27).

Эти три аспекта феноменологии смысла могут быть для наглядности схематизированы с помощью евангельской триады категорий «Жизнь — Истина — Путь» (Ин 14:6).

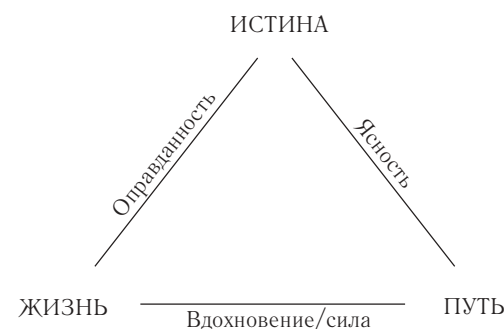


Схема 4. Феноменология позитивного смысла

Смысл в своей позитивной осуществленности уже перестает быть всего лишь смыслом, а становится *жизнью — истиной — путем*. И только поражение, раненность экзистенции в любом члене этой триады опознается в сознании как смыслоутрата. Можно сказать, что идея смысла появляется в сознании лишь тогда, когда смысл утрачен и перед человеком встает задача на смысл⁶⁷.

Итак, если фаза принятия ответа завершается обретением смысла, то задача переживания, с которого, собственно, началась молитва, оказывается тем самым решенной. Но так, разумеется, бывает отнюдь не всегда. Что происходит в этом случае?

⁶⁷ Не потому ли З. Фрейд считал проблему смысла жизни симптомом невроза? Ср. также с формулировкой О.И. Генисаретского, согласно которой «смысл есть дух в его омертвленном, безотносительном к жизни движении» (1979, с. 17).

Нужно сказать, что не существует жесткой линейной связи между различными фазами молитвы (обращение-призывание-предложение-вопрошание-прислушивание-аминь-принятие ответа). Получение ответа вовсе не обязательно следует за актом произнесения «аминь». Молящийся не знает «ни дня, ни часа», поэтому должен всегда внутренне бодрствовать, желать, ждать и быть готовым к событию ответа⁶⁸, так что акт принятия не стоит на постоянном месте в конце шеренги молитвенных фаз. Но и произнесенное и внутренним усилием осуществленное «аминь», как уже говорилось, вовсе не обязательно подводит итог молитве и переживанию. Отсутствие ответа на молитву может становиться событием, которое дает толчок следующим виткам молитвы и переживания. При этом молитва может входить в любую из своих фаз, а ее доминантой может становиться любой из соответствующих актов, живых органов молитвенного организма. Молящийся может усилить призыв и обращение, может попытаться истончить внутренний слух, может переосмыслить само первичное вопрошание, может заново углубиться в себя, попытаться вникнуть в смысловое ядро своего душевного состояния. Этот акт вникания, который уже не раз упоминался при анализе фаз и актов молитвенного переживания, является, так сказать, самым «психологическим» из них и с точки зрения нашей основной темы влияния молитвы на переживание заслуживает отдельного подробного обсуждения.

⁶⁸ Аскетические поучения призывают молящегося даже «остановить» молитву, когда он почувствует, что его коснулась благодать. Так внутри непосредственного молитвенного предстояния. Но ожидание продлевается и за его пределы, становится душевным фоном и вне молитвы. Так же примерно влюбленный может с радостным предвкушением ожидать скорого ответа на свое письмо, посреди повседневных забот втайне от окружающих «прикасясь» в душе к этому чувству.

⁶⁹ Текст к странице 115: «Все может быть еще и хорошо» — такова концовка монолога Клавдия (В. Шекспир. «Гамлет, принц Датский». Пер. М. Лозинского).

Фаза вникания

Понятие вникания

Уточним, что подразумевается под «актом вникания».

«Что же мне так больно и так трудно?» — спросит себя человек. Пройдет несколько мгновений и откуда-то из глубины души он поднимет на поверхность первый, неуверенный в своей правоте ответ: «Жду ль чего? Жалею ли о чем?». Что произошло в промежутке между вопросом и ответом? Что делал человек в эти секунды, когда случайный наблюдатель мог бы подумать, что он «ушел в себя»? Он совершал характерное внутреннее усилие, стремясь вникнуть в смысл своего душевного состояния, всей жизненной ситуации, образно говоря, вслушивался в пульс своей души, и затем попробовал назвать для себя то, порой смутное, что удалось расслышать. Весь этот процесс и будет называться здесь актом вникания.

Предметом этого акта является конкретная реальность душевного состояния с уходящими вглубь души и жизни корнями.

Акт «вникания» участвует в решении задачи на смысл не путем анализа, обдумывания, рассуждения, а путем вживания, вчувствования в смысловое измерение бытия. Это вовсе не непосредственное эмоциональное переживание, ощущение или чувство, а именно *вчувствование в экзистенцию*. В сфере внешнего восприятия можно смотреть и слушать, а можно всматриваться и вслушиваться, т.е. совершать апперцептивное усилие, и тогда открывается новое, качественное восприятие, когда, смотря — видим, слушая — слышим. Так и в области смыслового внутреннего восприятия можно специфическим усилием войти в самого себя, в сердцевину своего существа, и из этой сердцевины охватить вниманием весь внутренний горизонт жизненной ситуации и внимать ему. Вникать — это апперцептивно «в-смысливаться» в жизнь.

Несмотря на то, что акт вникания — процесс по-настоящему интимный, он носит диалогический характер. Во-первых, потому, что он разворачивается обычно в атмосфере внутреннего диалога, в ответ на внутренние вопрошания самого себя. А во-вторых, — по своим отношениям с предметом своего познания. Вникание мало напоминает неплодотворное и болезненное психологическое самокопание. Самокопание — иссушающее механическое отношение к своей душе, рассматривающее ее как объект, в третьем лице, по модусу «оно» и монологически, насильственно анализирующее ее. Вникание же относится к душе с характерным трепетом, если и не прямо как к «ты», то как к чему-то живому и откликающемуся. Собственно только на этот отклик и уповает вникание в своем познании души, ибо смысл по природе своей обретается лишь самооткровением и не может быть взят насильственным захватом.

Но даже когда смысл уже дан, его еще надо суметь принять. Если первая фаза вникания — это усилие апперцептивного смыслового прислушивания к экзистенции, вторая — получение смыслового отклика, то третья фаза — усилие по символизации смысла. Символ, вбирающий в себя усмотренный смысл, есть продукт вникания. Этим символом может быть слово, но может быть и жест, впечатление, мелодия и т.д., которые на время налились всем прочувствованным смыслом. Символ не просто обозначает смысловую реальность, а полностью являет ее собой. Поэтому, каков будет символ — вопрос очень важный, определяющий успех акта вникания. Поэтическое коварство этого процесса состоит в том, что на глубине «вдоха» акта вникания, в самый момент смыслового прилива, смысл кажется так надежно данным сам собою, что любой ярлычок представляется вполне достаточным для его символизации. Но извлеченный из родной стихии, смысл начинает задыхаться и блекнуть. Поэтому символ должен быть смыслом, просторным и родным. Больше — символ должен стать живым телом смысла.

И в этой своей фазе, на «выдохе», акт вникания носит диалогический характер. Поскольку весь этот акт — не спонтанный выброс смыслового гейзера, а ответ на вопрос о смысле, то и символизация внутренне диалогична, так или иначе ориентирована на *«кого-то»* и адресована *«кому-то»*, пусть даже этот *«кто-то»* — внутренний персонаж.

Символизация завершает один акт вникания и тут же открывает возможность и даже требует нового акта, поскольку только тогда, когда смысл назван, символизирован, появляются две возможности — а) проверки символа на смысловую точность и емкость и б) нового апперцептивного взглядывания в экзистенцию. Первый ответ может обернуться вторым вопросом (*«Жду ль чего?»*, *«Жалею ли о чем?»*), и весь процесс может пойти по пути спиралеобразного послойного углубления, когда новый поворот и новый слой создает новую ситуацию вопрошания и вникания. Динамизм процесса усиливается еще и тем, что подвижно меняются не только вопросы, ответы и символы, но и сама экзистенция и внутренние адресаты, вовлекающиеся в процесс. И тем не менее вникание — не безостановочный вихрь, не знающий своего пристанища, в нем есть явный внутренний критерий истинности и завершенности, — это некий резонанс смысла и символа, минута их радостного узнавания друг друга. Сигналом и свидетельством удачи акта вникания служит характерное внутреннее чувство — *«да, да, вот оно!»*, которое может быть названо *«вот-реакцией»* по аналогии с *«ага-реакцией»*, инсайтом.

Эти описания можно попытаться суммировать в дефиниции. **Вникание есть смысловая апперцепция и символизация экзистенции.**

Роль акта вникания в переживании

Каково значение акта вникания для целостного переживания? Вникание занимает ключевое место в решении главной задачи переживания — задачи на смысл. Одна из возможных формул смысла — отношение реального к идеальному (чем

больше фактическое положение дел приближается к желанному благу, тем более осмысленной становится ситуация). Однако ни реальность, ни идеальное благо не являются простыми данностями сознания; в процессе переживания они выступают скорее как динамические тенденции, которые можно назвать «тенденцией истины» и «тенденцией блага». Между ними нет принципиального противоречия, но их текущие интересы могут входить в острое противостояние, и потому процесс переживания всегда внутренне драматичен. Обе тенденции могут иметь как положительные, так и отрицательные значения и появляться в сознании в разных формах. Представленные как две оси, эти тенденции задают динамическое смысловое поле, в котором и действует акт вникания.

Основное предназначение акта вникания в том, чтобы постигать подлинный личностный смысл реальной жизненной ситуации. Но реальность бывает невыносима, правда о себе и своей жизни может настолько противоречить представлению человека о желанном, о должном, о добре, об идеалах, что сознание становится на грань отчаяния и отшатывается от этого готового открыться ему смысла. Бегство от смысла, стремление снизить невыносимое напряжение подлинного смысла может реализовываться двумя стратегиями — назовем их «невротизмом» и «цинизмом». В случае противоборства тенденции истины и тенденции блага, противостояния правды и добра невроти́зм выбирает мишенью правду, а цинизм — добро.

Тактика цинизма состоит в дискредитации идеалов добра, разоблачении их пафоса как ложного. На этом основании сначала истинное добро объявляется фикцией, чем-то несуществующим, а затем следует отказ от добра как ценности, попытка утвердиться в истине без добра, которая оборачивается «злой правдой».

При этом цинизм не чужд моралистической позы борьбы за правду и свободу от иллюзий. Но освобождается человек от императива добра, сбрасывая с себя бремя долженствования.

«Арифметический» расчет цинизма в том, что, уменьшая знаменатель формулы смысла «реальное/идеальное», он повышает значение всего выражения⁷⁰.

Невроти́зм, напротив, снижает значение числителя. Арсенал невротизма — легион защитных механизмов, которые ополчаются против реального под флагом борьбы за добро, идеалы, ценности. «Этого *не должно* быть, следовательно, этого не существует» — вот общий силлогизм невротизма, в каких бы формах он ни реализовывался — «отрицания», «самооправдания», «проекции» и т.д. Цинизм — истина без добра, жертва добром ради истины. Невротизм — добро без истины, жертва истиной ради добра. Но жертвы эти напрасны, победы эфемерны, они вызывают гоголевскую «грусть от того, что не видишь в добре добра» и в истине — правды.

Задача акта вникания состоит в открытии и мужественном удерживании **подлинного** отношения «реальное/идеальное» без попыток подмен и искажений обеих частей этого отношения. Трудность акта вникания — в том, что нужно выносить порой огромное напряжение, не поддаваться понятным и вполне доступным соблазнам обойти его, а доблесть этого акта — в том, чтобы «не терять отчаяния»⁷¹. Только когда человеку удастся совершить это мужественное открытие подлинного смысла ситуации и удерживать его, появляется шанс на то, что он сможет осуществить работу переживания, не подменяя собственной души и реального кризиса фантомами.

⁷⁰ Но цинизм обманывается в своих расчетах, ибо и «числитель» его по законам духовной психологии превращается в ноль. Цинизм демонстрирует искренность, но искренность его неискренна, она служебна, выгодна; он ищет в искренности оправдания и санкционирования зла. «Да, я таков, но ЗАТО я хоть не лгу», — лжет цинизм. Поэтому правда цинизма есть правда выявившей себя лжи, требующей себе права на существование на том только основании, что она не скрывается. Правдивая ложь цинизма есть ложная правда, т.е. все равно ноль.

⁷¹ Выражение Н.Н. Пунина, подхваченное Анной Ахматовой.

От вникания во многом зависит судьба всего целостного, разворачивающегося процесса переживания: побеждают тенденции «невротизма» и «цинизма» — и процесс переживания направляется в «релаксационную» сторону, достигая порой быстрого эмоционального равновесия, но дорогой ценой личного регресса; побеждает тенденция к подлинности — и переживание берет курс в сторону продуктивного, творческого человеческого роста. Оттого на «графике» переживания каждый акт вникания потенциально может становиться экстремумом, точкой, где изменяется направленность процесса.

Итак, акт вникания осуществляет смысловую апперцепцию экзистенциальной ситуации. Эта апперцепция состоит в попытках ухватить и удержать смысл в виде символов, всегда диалогически обращенных к кому-то. Главная функция акта вникания по отношению к целостному переживанию заключается в том, что он изменяет направленность этого процесса в системе координат «идеальное — реальное» и тем существенно определяет «успешность» или «неуспешность» процесса переживания.

Роль акта вникания в молитвенном переживании

Каково место акта вникания в молитвенном переживании и каково его значение для тех процессов, когда молитва подхватывает работу переживания?

Все описываемые фазы молитвенного осмысления душевного состояния не выстроены в одну линию, где они сменяли бы друг друга в строгой последовательности, как на конвейере; скорее они соединены в некую энергичную симфонию, где многие акты соприсутствуют, входят друг в друга, содействуют, играя по очереди то ведущую, то подчиненную роль.

Акт вникания в той или иной степени включается во внутренний состав всех фаз молитвы. Одна из возможностей гра-

фически представить эти отношения состоит в том, чтобы изобразить вникание как спираль, на каждом витке по-новому подходящую к тем же темам, а фазы процесса молитвенного осмысления — как контуры, оси которых ортогональны оси этой спирали. Контуры этих актов молитвы соединяются со спиралью вникания на разных ее витках так, что соответствующая часть спирали вникания составляет обязательный элемент того или другого акта.

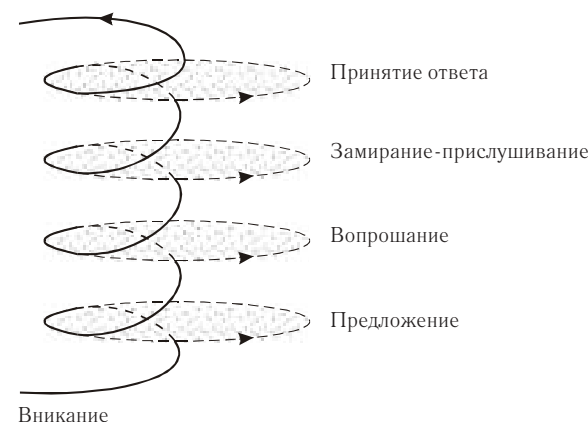


Схема 5. Графическая модель отношений акта вникания с другими актами молитвы

В «симфонии» актов молитвенного переживания у вникания есть особая роль. Во-первых, оно призвано обеспечивать **подлинность** переживания, подлинность человеческого присутствия в молитве, иначе — искренность молитвы. Во-вторых, акт вникания заботится о **преемственности** переживаемого состояния в молитве, что важно по той же причине, по которой важна последовательность и упорство пациента при

лечения. Коль скоро переживание прибегло к помощи молитвы, оно должно удерживаться в ней, давая себе шанс получить помощь и укрепление. Преемственность требует специальной заботы потому, что ей угрожает как динамика самого переживания, так и динамика молитвы. В динамике процесса переживания есть внутренние силы и тенденции, которые отвлекают сознание от душевных состояний, особенно полных боли, тяжести, стыда, т.е. именно тех, которые более всего нуждаются в исцелении. Но и молитва сама по себе сильный, полный своих энергий и содержаний процесс, который, раз возникнув, может уйти далеко, оставив исходное переживание лишь в качестве своего повода и стимула. Вникание вопреки этим тенденциям пытается удерживать данное душевное состояние, тем создавая базовое условие, необходимое для его преобразования молитвой — *актуальное присутствие* переживания в поле молитвы.

Удерживать душевное состояние вовсе не значит зафиксировать и обездвижить его. Это динамическое удерживание, так удерживает равновесие велосипедист, так мастер виндсерфинга удерживает контакт с волной и ветром. Контакт личности с изменяющимся душевным состоянием сохраняется благодаря *динамической символизации*.

Душевное состояние входит в молитву со своим именем. Но всегда существует семантическая дистанция между состоянием и именем. Эта дистанция вовсе не есть постоянная величина. На нее оказывает влияние а) характер имени (например, имя может быть конкретным обозначением состояния — уныние, скорбь, скука, а может не столько именовать и обозначать его, сколько лишь указывать и выражать: «Плохо мне!»), б) его адекватность (тоска может быть ложно названа скукой, раздражение — гневом и т.д.), в) динамика самого состояния, как спонтанная, так и вызванная его участием в молитве (в результате чего даже точное вначале имя состояния перестает быть адекватным из-за того, что изменилось само состояние).

Поэтому для молящегося существует постоянная поэтическая задача — стремиться сознанием и словом быть там, где пребывает душа, следить за тем, возникает ли характерный резонанс между именем, данным состоянию, и самим состоянием, не ложно ли изреченное слово, выражает ли оно то, что у него на сердце, в уме и в душе.

Из этого описания ясно, что вникание — процесс очень хрупкий, негарантированный. Поэтому человек, желая в скорбных обстоятельствах излить свое чувство в молитве, часто сталкивается с разными внутренними препятствиями, которые можно истолковать как следствия неудач акта вникания. Одно из этих препятствий введению в молитву переживаемого душевного состояния в аскетике именуется «окаменением сердца». Это нечувствие, онемение души, внутренняя оглушенность, не дающая человеку включиться в молитву не словами, не умом, а пульсирующим жизненным смыслом, душевным средоточием личности. Противоположный случай неудачи акта вникания наступает, когда сознание проваливается в эмоциональную стихию, пленяется аффективным потоком и уносится им вдаль от молитвы, так что молитвенные слова если и произносятся, то механически, потеряв всякую связь с реальным душевным состоянием, и требуются особые усилия для возвращения душевного состояния в лоно молитвы.

Эти примеры нарушения, патологии молитвы еще раз подтверждают предположение о главной функции акта вникания по отношению к молитве. Вникание обеспечивает *присутствие переживания в молитве*, без чего она не может быть живой, теплой, сердечной, искренней. Присутствие переживания не гарантирует этих желанных качеств молитвы, но оторванность молитвы от переживания однозначно определяет их невозможность. Функция вникания — наполнять молитву переживанием, делать ее персональным экзистенциальным актом, молитвой вот этого живого конкретного человека, душа

которого сейчас в этом конкретном состоянии. Связь молитвы с душою — вот чему служит вникание⁷².

Влияние молитвы на вникание и на процессы плана осмысления в целом

Мы обсудили, в чем значимость акта вникания для немолитвенного переживания и для молитвы. Теперь можно обернуть вопрос: что дает молитва акту вникания? Что меняется в этом акте, когда он действует в молитвенном контексте, и как это влияет на решение задачи на смысл, которое продолжается переживанием внутри молитвы и вместе с нею?

Во-первых, молитва активизирует, стимулирует вникание. Речь в данном случае о всякой молитве, не обязательно инициированной переживанием: в молитвенном ли испрашивании Божьего благословения на какое-то дело, в покаянной ли молитве или молитве благодарственной молящийся должен вникнуть в духовный смысл предстоящего дела, совершенного проступка или свершившегося события. Востребованность акта вникания со стороны молитвы, его нужность молитве, призванность придают ему энергию, серьезность, ответственность и **волю к смыслу**. Это характерный волевой импульс —

⁷² Не в этом ли вникании как вживании в смысл, вчувствовании в смысл, «в-смысливании» — главное дело поэзии? Не призвана ли она все претворить в переживаемый смысл, все — и природу, и чувства, и человеческие отношения, и даже веру. Может быть, именно поэтому так явственно ощущается глубинная связь молитвы и поэзии. Поэзия обнажает душу от корост отжитого, от струпов ложных сомнений, в поэзии выговаривается истина души. Из этого-то состояния оживленной, обнаженной души и возможно только начало истинной молитвы, желанной встречи человека и Бога. Поэзия по природе молитвенна, молитва по природе поэтична. Думается, что вслед за Р. Якобсоном (1975), выделившим поэтическую функцию речи, можно ввести представление о «лирической функции сознания». Это присущая сознанию установка, направленная на ощущение и выражение личностного смысла экзистенциальной ситуации. Лирическая функция сознания реализуется актами вникания.

«дойти до самой сути»⁷³, который концентрирует и заостряет акт вникания в молитве и которого так часто не достает расслабленному, пугающемуся своей тени или раздраженно-торопливому немолитвенному переживанию.

Во-вторых, молитва обеспечивает вниканию диалогическую атмосферу, тем самым актуализируя, проявляя и укрепляя собственные диалогические потенции акта вникания. Внутренние диалоги с самим собой и со своей душой не прекращаются и молитвой как попыткой «собеседования с Богом», но дополняются и раскрываются навстречу ожидаемому Собеседнику. Одно дело вникание в смысл жизненной ситуации в пустом и одиноком мире, и совсем другое — при свете хотя бы ожидаемого, чаемого, если не прямо ощущаемого Божьего взгляда на душу, взгляда взыскательного, т.е. ищущего истину души⁷⁴, и милосердного, долготерпеливого, готового прощать и исцелять.

Этот поляризованный свет молитвы, эта антиномия взыскательности и милосердия, требовательности и прощения, эта Божья вера в человека, превышающая любые его сомнения и любые самобичевания, дает человеку шанс дойти в акте вникания до такой правды, которую он без этого не смог бы вынести⁷⁵. Еще на подступах к ней он неизбежно бы уклонился в «невротизм» или «цинизм». Например, стремясь осмыслить свое человеческое падение, он неизбежно пришел бы либо к разрушительному чувству вины, либо к не менее разруши-

⁷³ Импульс этот относится не только к переживанию, а ко всему, что входит в круг экзистенциальной ситуации. Волевой порыв к смыслу не хочет оставить в жизненном пространстве ничего безразлично внешнего, он **всякую** предметность видит как чреватую смыслом, как смысловой вызов: «Во всем мне хочется дойти / До самой сути. / В работе, в поисках пути, / В сердечной смуте» (Б. Пастернак).

⁷⁴ «Сын мой! отдай сердце твое мне» (Притч 23:26).

⁷⁵ Это может быть не обязательно «ужасная» правда человеческого падения, но и, например, правда призвания, тоже страшная видимой неполнотой.

тельной бессовестности. Это две стороны одной медали, опасные своей замкнутостью на самих себе и своей самоутверждающей энергетикой. Альтернативой обоим, доступной молитвенному сознанию, является покаяние.

И здесь мы подходим к еще одному важному дару, который получает от молитвы акт вникания и вместе с ним вся работа переживания. Молитва создает для вникания полноценную символическую среду.

В структуру акта вникания операция символизации смыслов входит как важнейшее звено. Каковы будут плоды акта символизации зависит, естественно, не только от «означаемого», но и от «означающего», не только от того, **что** сможет слышать в душе акт апперцептивного вчувствования, но и от того, каким символом это содержание будет названо и удержано⁷⁶. Символизм определяет траекторию и судьбу всего переживания.

Всякая молитва, сколь бы индивидуальной и интимной она ни была, в плане историческом остается клеточкой духовной культуры, а в плане мистическом — живым семенем культа. «Гены» молитвословия сохраняют в себе отборный духовный опыт, способный заново оживать, попав на добрую душевную почву, оживать и оживлять, обогащать, направлять внутреннюю смысловую работу переживания.

Рассмотрим влияние молитвы на всю работу осмысления на примере символизмов «вины» и «греха».

Одни и те же события могут осмысляться человеком в терминах вины или в терминах греха, что принципиально влияет на общий сценарий разворачивающегося процесса переживания. Когда человек видит в случившемся свою вину и сквозь идею

⁷⁶ Понятно, что здесь действуют и обратные семиотические связи: сначала смысловая апперцепция усматривает некоторый первичный смысл, который может довольно разборчиво требовать определенного символа для своей фиксации, но, коль скоро символизация произошла, то утвердившийся символ на следующем витке акта вникания начинает «форматировать» саму смысловую апперцепцию, настраивать ее «слуш».

вины вглядывается в себя, свои действия и в обстоятельства своей жизни, его переживание может идти по существу лишь двумя путями. Один путь — бегство от вины через поиск самооправданий, обвинений других людей, через то или иное вытеснение самого чувства вины или отрицание событий, его породивших. Другой путь — признание вины; такое, «интропунитивное» переживание запускает либо процессы самоосуждения с идеями самонаказания, либо желание исправления себя, либо намерение компенсации принесенного ущерба⁷⁷.

Если в какой-то момент переживания вина будет переосмыслена как грех, то такое переименование может радикально изменить весь процесс. Чем отличается переживание греховности от переживания виновности? В виновности мы одиноки, причем в двух смыслах: во-первых, при прояснении причин свершившегося: я либо объявляю себя такой причиной и тем отделяю себя от других, либо переносу ответственность за случившееся на них и тем отделяю их от себя. Во-вторых, при попытке позитивно преодолеть вину перед другими, испрашивая у них прощение и пытаясь загладить случившееся или компенсировать ущерб, я сталкиваюсь с тем, что объективные последствия моей вины уже вошли в мир (вспомним из монолога Клавдия: «Но что скажу я? / “Прости мне это гнусное убийство”?») и не могут быть отменены и исправлены моими компенсациями, а прощение со стороны других слишком редко может быть полным, и даже в этих редчайших случаях это прощение субъективно успокаивает меня и примиряет нас, но объективно оно не упраздняет мою вину, оставляя меня в глубине души один на один с нею.

И потому вина невыносима и в каком-то смысле даже путь признания вины есть тоже способ бегства от нее, конечно, намного более честного, чем самооправдание, но все же бегства.

⁷⁷ Тема эта многократно под разными углами зрения обсуждалась в психологии (см. например: *Столин*, 1983), в том числе и в психодиагностике, пусть и в несколько упрощенном виде (тест Розенцвейга с ключевыми понятиями экстра-, интро- и импунитивности).

Можно сдаться в плен или беспорядочно бежать с поля боя, можно с боями отступать, но в любом случае объективно позиция сдается.

Все три названные способа интропунитивного переживания вины в конечном счете желают от нее отделиться: в *са-монаказании* человек отождествляется с собой-эксекутором и отвергает себя провинившегося; в *исправлении себя* он отождествляется с внутренним воспитателем и дистанцируется с собой-провинившимся; наконец, в *компенсации* ущерба при всей объективной и моральной ценности этого действия присутствует оттенок магической отмены прошлого и попытка изобразить его как *не-бывшее*, как небытие или бытие, не имеющее силы, коль скоро ущерб устранен.

Совсем иначе выглядит внутренняя картина переживания греховности. Это переживание феноменологически возможно лишь как зачаток и фрагмент покаянной молитвы. Конечно же, покаяние может не совершиться, это очень хрупкий процесс, не поддающийся вполне волевому управлению личности, но независимо от успешности или неуспешности покаяния переживание греховности как таковое мыслимо лишь в контексте покаянной молитвы. В греховности есть опасность страшного, последнего одиночества, но в этом отрицательном пределе, в этом окончательном неуспехе покаяния уже грех феноменологически перестает быть грехом, а пожирает самое себя как змея, заглатывающая свой хвост, и превращается в смерть (см.: *Флоренский*, 1914).

Пока же греховность существует как таковая в своей феноменологической данности, человек, хотя и остро чувствует свою ответственность и в этом смысле свою вину за случившееся, но в то же время понимает, что сам он, один, без Бога, не мог бы и противостоять этой стихии греха; и если вина его в том, что он совершил, то грех — в том, что понадеялся лишь на себя, хотел сам от себя и собою все совершить, а потом все оправдать. В момент этого понимания он чувствует, что положение его отчаянное и сам он безнадёжен, что исправить

жизнь и себя он не может, — словом, что он погибает, и тут же, тем же ходом души, последним взмахом руки утопающего все его упование переносится на Бога, и грех воспринимается как то последнее и единственное, что у него есть, что он может дать Богу. Так прокаженный, отчаявшийся и не надеющийся уже на исцеление, зовет к себе врача, не имея ничего другого, что он мог бы ему предложить, кроме своей проказы.

И вот в глубине покаяния происходит чудо встречи человека и Бога, глубже — чудо смерти и рождения человека в Боге, не просто омывание греха, но обновление всего существа и оживление всей жизни. В человеческих отношениях подобные чудесные превращения в малой степени, но знакомы все же по детскому опыту. Мучающийся своей виной, отверженный, фантазирующий о смерти ребенок («Вот я умру, и вы все пожалеете»), думающий, что жизнь его закончилась, вдруг получает родительское прощение, полное, любящее, исправляющее совершенно то, что он натворил, и в этот момент он как бы заново рождается. Из темного чуланчика детской вины прощением вдруг распаивается дверь, за нею открывается радость нового соединения с родителями и врывается обновленная, манящая, веселая жизнь.

Встреча-обновление-оживление — это вершина и плод покаяния, указывающая на основной смысл покаянного пути. В покаянии человек занят не поисками грехов как корректор, вылавливающий опечатки, и даже не поисками исправления, а **поисками себя реального** за грехом, скрытого грехом от себя самого, от людей и от Бога.

Переименовать в душе, вникающей в смысл событий, вину в грех — значит изменить весь контекст переживания: вина переживается в системе «я — они», грех — в отношении «я — Ты» («я — Бог»). Покаянное переживание греховности намного более бескомпромиссно, бесстрашно и ответственно, чем переживание вины. Всматриваться во что-то как в «мой грех» — значит, последовательно отметить любую внешнюю детерминацию, любые причины, идущие от мира и других лю-

дей, которые подталкивали меня, вынуждали, искушали и т.п., и соглашаться удерживать в фокусе сознания то, что обнаружили **во мне** все эти внешние воздействия, то, что они во мне проявили, ту струну, которая на них отозвалась, ту страсть, гнездящуюся в моей душе, которую разбудили эти внешние импульсы и которой я позволил проявиться, захватив мое сознание и волю.

И вот из этой точки, где уже нет никаких оправданий и никаких объяснений, где смешны любые компенсации и невозможны исправления, из этого душевного ада взывая к Богу, молящийся не ждет замазывания своей вины, не просит оправдать себя из-за наличия смягчающих обстоятельств или оттого, что случившееся случайно, произвольно и больше не повторится. Он просит его помиловать не от точки «на самом деле я хорош», а выдерживая сознание объективной греховности и переживание «я реально плох», «это мой грех». Причем помиловать не потому, что он сколько-нибудь заслуживал бы этого помилования и не авансом за то, что он исправится, и не потому, что, мол, «я слаб и немощен, какой с меня спрос», и вообще — не по чему и не за что, а лишь по движению души: «люби меня и спаси меня по Своему милосердию». И только когда молящийся испытывает благодатное прикосновение и вновь дарованную ему возможность жизни, психологически оправданными становятся прошения о даровании сил не повторить грех в будущем, возместить делом причиненное зло, и Божьей волей претворить вошедшие в мир по его греху последствия в благо.

Так переживание греха в отличие от переживания вины разворачивается в молитвенном отношении к Богу, ведет к Встрече, удерживает бескомпромиссную внутреннюю правду и рассчитывает на объективное, безусловное исправление и преображение.

Обсуждение влияния символизма греха на переживание было бы намного более полным при привлечении для анализа мистериального и литургического контекстов. Но даже и такое

редуцированное рассмотрение в достаточной мере показывает, насколько могут отличаться «символические среды» в близких по видимости случаях переживания. Для нас эта тема важна как пример того, что молитва способна вводить переживание в насыщенную, обогащенную символическую среду. Акту вникания даруются этой средой формы, методы и пути осмысления, схемы наблюдения, ориентиры смысловой интроспекции, маршруты, карты и «минные поля» внутренних перемещений, — все, что способно поставить акт вникания на путь развития искусства «наблюдения за собой» (Лк 17:3), «внимания себе» (Деян 20:28), искусства, роль которого в аскетике, понимаемой широко как «художество строительства личности» (см.: *Флоренский*, 1914), так же значима, как роль штурмана в судовождении.

Итак, молитва призывает и тем стимулирует вникание, присущее и немолитвенному переживанию, придает ему «волю к смыслу». Молитва выявляет и распрямляет диалогические потенции акта вникания, создавая диалогическую атмосферу бескомпромиссной взыскательности и, одновременно, безусловного принятия человека, в которой он обретает мужество быть собой настоящим. И, наконец, молитва помещает вникание в полноценную символическую среду, где возможности акта вникания как в аспекте смысловой апперцепции, так и в аспекте символизации внутреннего опыта многократно возрастают и качественно обогащаются.

* * *

Мы обсуждали вникание как особый акт, но, практикуемое систематически, оно может становиться особым человеческим качеством, способностью удерживать стихию души под знаком смысла. Такой человек пребывает в смысловом бодрствовании, он личностно присутствует в ситуации, сосредоточен на ее смысловой сути, сердцевине, не дает себе и другим подменять этот центр слишком ситуативными, полевыми, пе-

риферическими фокусировками. Вникание выражает и во многом осуществляет *лично-центрированное бытие*, стремление личности к выстраиванию цельной жизни вокруг безусловного центра⁷⁸.

Анализ же вникания как особого акта смысловой апперцепции и символизации экзистенции показывает, что он занимает ключевую позицию и в обычном переживании, и в молитве, и в молитвенном переживании. Для нашей темы особенно важно последнее. Акт вникания — соединительное звено между переживанием и молитвой, от качества и глубины этого акта зависит, развернется ли переживание в сторону молитвы, повернется ли молитва, начавшаяся рутинно-привычно или по волевому решению, а не по сердечному движению, повернется ли такая молитва к живому человеческому переживанию. Словом, именно от акта вникания во многом зависит факт и способ соединения переживания и молитвы, зависит то, останутся ли они параллельными и в этой параллельности раздваивающими душу процессами или смогут соединиться своими кровеносными системами в единый организм переживания-молитвы.

План осмысления: итоги

Попытаемся суммировать в таблице полученные нами ответы на главный вопрос этого раздела — какое влияние оказывает молитва в разных своих фазах на процессы плана осмысления переживания (см. табл. 3).

Остается еще раз повторить, что описанные фазы молитвы не следуют друг за другом в одной и той же жестко закрепленной последовательности, а образуют «симфоническую» структуру, где каждый акт взаимодействует с каждым, содержится в нем и содержит в себе все другие, и реальные смысловые преобразования, которые приносит переживанию молитва, вовсе

⁷⁸ О категории личностного центрирования много глубоких страниц можно прочесть у И.А. Ильина (1993).

Таблица 3

Влияние молитвы на процессы плана осмысления

Фаза молитвы	Главная фокусировка внимания	Влияния, значимые для плана осмысления переживания
Предложение	На всей ситуации	- Выделение субъекта молитвы из стихии переживания - Первичное именование душевного состояния - Становление отношения «Я» к переживанию - Постановка переживания в положение «третьего лица» в молитвенном диалоге
Вопрошание	На чаемом смысле	Постановка вопроса о смысле, удержание его и удержание духовной открытости оказывают сублимирующее, энергизирующее и синергизирующее влияние на переживание
Замирание — прислушивание	На тишине как иконе трансцендентного	- Усилия по созданию душевной тишины, которые ведут к росту внутренней чуткости - Состояния «трансцендирующего ожидания» и творческой откликаемости приходят на смену активизму и рассудочности
Принятие ответа	На соответствии жизни полученному ответу	- Расширяется сфера возможных форм обретения смысла — ответ может прийти через любые события, внешние и внутренние - Смысловое превосходство ответа над вопросом избавляет от установки на самождественность, создавая возможность личностных изменений - Акт «аминь» сжимает в точку волевой решимости накопленные в молитве энергии и смыслы, открывая возможность воплощения их в жизни
Вникание	На смысловом измерении экзистенциальной ситуации	Молитва стимулирует вникание, придает ему «волно к смыслу», выявляет и распрямляет диалогические потенции акта вникания, создает для него благоприятную диалогическую атмосферу, помещает в полноценную символическую среду

не производятся по принципу «отдельная операция — отдельный результат», а рождаются посредством целостного исполнения этой симфонии.

ФОКУСИРОВКА МОЛИТВЫ НА ЛИЧНОСТИ

В тот или другой момент переживания молитва может концентрироваться на обстоятельствах, вызвавших переживание, может делать своим предметом процесс переживания, но может фокусироваться и на самом субъекте переживания. Предметом и темой молитвы становится тогда личность, характер, душа — все то, что человек может включать в свое Я. Каково влияние такой фокусировки молитвы на разворачивающийся процесс переживания — вот главный вопрос данного раздела.

Оборот сознания человека на самого себя — очень важный, иногда решающий пункт и обычного процесса переживания, идущего своим чередом без молитвы. Напряженная, сложная работа переживания рано или поздно подводит человека к вопросу «кто я?» и от ответа на этот вопрос существенно зависит дальнейший ход переживания.

Это общая закономерность. Подходя к драматическому вопросу «кто я?» («каков я?», «каким я считал себя, думая, что это со мной не может случиться?», «каким я могу быть или должен быть в новых условиях изменившейся реальности?» и т.п.), человек оказывается в самой сердцевине работы переживания, где решается судьба всего процесса. Это не случайно: суть критической ситуации как ситуации невозможности в том и состоит, что она ставит человека перед необходимостью измениться. И основной результат работы переживания это не столько перемена в душе, сколько перемена души, изменение личности. Это может быть и метаморфоза личности, перерождение ее, но может — и удостоверение своей идентичности, самотождественности. Впрочем, прошедший через испытание и

устоявший, удостоверивший собственную неизменность и верность своей позиции человек тоже изменился и отличается от себя прежнего как закаленная сталь от незакаленной.

Но этот же вопрос «кто я?», «каков я?» есть важнейший вопрос молитвы, ее необходимая структурная часть. «Боже! милостив буди мне грешнику!» (Лк 18:13) — молится мытарь. Молитва, возносящаяся из такого состояния и из такого самоопределения («мне грешнику»), конечно же, принципиально отличается от молитвы, исходящей из удовлетворенности своим благочестием: «Фарисей став молился сам в себе так: Боже! благодарю Тебя, что я не таков, как прочие люди, грабители, обидчики, прелюбодей, или как этот мытарь» (Лк 18:11). Внутри всякой молитвы человек явно или неявно должен ответить на этот вопрос — кто он, молящийся? — именно с этим ответом он войдет в общение с Богом и от него зависит полнота и правда его присутствия в молитве, и значит — ее плоды.

Итак, акты самосознания личности являются важнейшим пунктом и переживания, и молитвы. Поэтому для общего анализа влияния молитвы на переживание особенно важно ответить на уже поставленный выше вопрос, — каковы особенности этого влияния в тех случаях, когда молитва, включившись в разворачивающийся процесс переживания, фокусируется на личности молящегося?

Имя

В глубоком жизненном кризисе человек проходит через целый комплекс душевных состояний, которые в ослабленном и неполном виде есть и во всяком не столь тяжелом переживании. Это а) мучительная внутренняя раздвоенность, раздробленность всего внутреннего мира; б) прерванность преемственности самосознания и самоузнавания («я ли это?», «со мной такого не могло быть» и пр. деперсонализационные ощущения); в) потеря опоры для жизни, действия и восприятия мира: в мире и во мне нет ничего незыблемого, надежной точ-

ки отсчета⁷⁹; г) утрата чувства существования, когда человек лишается привычной самоочевидности собственного существования и порой совершает рискованные поступки с одной лишь целью почувствовать, что существует (этот симптом кризиса отличается от деперсонализации тем, что под вопросом оказывается не *Я*, а экзистенция, и потому может быть

⁷⁹ Одна моя собеседница, детский психолог, вспоминая о том, как на уроках физкультуры ей страшно было решиться выполнить кувырок, сделала очень тонкое феноменологическое наблюдение: когда кувырок все-таки был сделан и позади остался секундный ужас, мир показался обновленным. Размышляя в трудные минуты о смерти, она вспоминала это ощущение, и кувырок стал для нее метафорой прохождения через точку смерти. Кувырок как символ смерти потому, на мой взгляд, является очень емкой метафорой, что во время этого упражнения происходит обрыв перцептивной последовательности, когда заново нужно установить незыблемые координаты мира и, опираясь на них, заново воссоздать мир. Еще больше это ощущается, когда человек делает сальто, кувырок в воздухе, где вовсе теряется последний незыблемый ориентир, тактильные ощущения от неподвижного пола.

Мне пришлось в детстве заниматься спортивной акробатикой, и хорошо помню, как при внутренней подготовке к акробатической комбинации, в которую входили такие элементы как сальто, нельзя было продумывать намечающиеся движения из внутренней позиции исполнителя. При таком продумывании наступал момент, когда воображение сталкивалось с невозможностью включить в непрерывную цепь образов то, что будет происходить при вращении тела в воздухе. Психотехнически более эффективно было продумывать предстоящую комбинацию из позиции внешнего наблюдателя, и во время этого «внутреннего фильма» приходилось отторгивать рефлекс самосознания, требующие внутренне понятного и непрерывного проживания цепочки действий.

Эти наблюдения выявляют психологический механизм описываемого аспекта переживания кризиса. Кризис есть поворотный пункт жизни, но его нужно мыслить не как поворот речного русла, пусть и самый крутой, а все же не прерывающий течения реки. Кризис не столько поворот, сколько переворот, кувырок, сальто, а уж лучше по-цирковому — «сальто мортале», когда человеку приходится проходить через этап полной утраты привычных и надежных опор и ориентиров восприятия жизни, проходить через «маленькую смерть» и возрождаться к жизни. Моря и материк старой жизни могут при этом остаться на месте, но словно бы изменилась ее привычная ось вращения, и началась другая эпоха, пусть даже и с тем же, почти не изменившимся материальным составом.

назван «деэкзистенциализацией»); д) чувство утраты «права на бытие»⁸⁰; е) снижение уровня сознательности жизни, бодрствования, трезвости, уход в полусонные, туманные пласты существования; ж) невладение собой, утрата чувства «хозяина» самому себе.

Факт молитвенного обращения и призывания Божьего внимания к себе, называния в этом еще только начинающемся духовном диалоге своего положения и своего имени («Боже, воззри на мя, грешного раба Твоего Иоанна») оказывает «*ощельняющее*» и «*персонализирующее*» влияние. Здесь одновременно действуют две причины: собственно акт обращения и акт самоназывания, произнесение своего личного имени перед лицом Божиим.

Акт обращения. Полноценное общение требует взаимной сосредоточенности. Человек должен своим «личностным центром» сконцентрироваться на «личностном центре» другого и от него он ожидает подобной сосредоточенности⁸¹. Всякое отвлечение такого внимания даже при сохранении его на общей теме или деле воспринимается как личностное «отсутствие», сразу же замечаемое другим и побуждающее «разбудить» и призвать собеседника («Где ты?», «О чем ты думаешь?»). Так — в процессе уже идущего общения, но в инициальной фазе общения эта энергетика личностной сосредоточенности должна быть на порядок выше. Акт обращения подобен первоначальному ускорению ракеты, без которого нельзя выйти на заданную орбиту. Для инициатора общения сосредоточенность эта двойная — на другом и на себе. Без предварительного собирания себя акт обращения немошен и непродуктивен⁸².

⁸⁰ Например, люди, переживающие острое горе, нередко ощущают, что у них нет теперь права есть, заботиться о себе, получать удовольствие, — вообще жить.

⁸¹ О существенной духовной связи подлинного общения с искренностью и сосредоточенностью см.: *Ильин*, 1993, с. 311–313.

⁸² Вот многократно проверенный мной в психотерапии детско-родительских отношений факт. Родителя, жалующегося на утомительное не-

Молитвенное обращение, конечно же, требует не меньшего предварительного самособирания, личностной концентрации, усилий по созданию «энергийного образа», главной доминантой которого было бы стремление к Богу (см.: *Хоружий*, 1995, с. 57). В таком приготовлении есть три такта: во-первых, собственно собирание — необходимо «объявить сбор» всех душевных сил и интересов, во-вторых, нужно стянуть их к одному центру, плотно сконцентрировать, в-третьих, повернуть все их разнонаправленные вектора в одну сторону, сосредоточить на адресате обращения.

Собранность, концентрация и сосредоточенность прямо требуются от молящегося, причем не только как психотехническое условие молитвенного действия, но и как предупреждение о духовной опасности его несоблюдения. Поэтому они входят в круг важнейших заповедей. Запрет на произнесение имени Бога всуе⁸³ есть, с психологической точки зрения, требование предельной серьезности, сознательной личностной включенности в акт обращения. Он не должен совершаться попутно, мимоходом, по случайным периферическим поводам, а должен идти от душевного центра, сердца. Это требование личностной концентрации как позиции, из которой должен совершаться молитвенный акт.

Много раз повторяющийся в Священном Писании призыв обращаться к Богу и служить Ему «всем сердцем», «всею ду-

послушание ребенка и необходимость бесконечно повторять свои требования, я прошу провести эксперимент, в первой серии которого он должен отдавать распоряжение ребенку из положения лежа, во второй — сидя, в третьей — стоя, в четвертой — снова стоя и с предварительной паузой в несколько секунд, в ходе которой родитель должен сконцентрироваться, собрать себя в точке своего намерения и затем сосредоточиться на ребенке. Эффективность родительских распоряжений во всех сериях вполне предсказуема. Результаты этой простенькой рекомендации в большинстве случаев оказывались очень вдохновляющими (по крайней мере, для родителей, уж не знаю как для детей, принужденных слушаться).

⁸³ Третья из десяти заповедей гласит: «Не произноси имени Господа, Бога твоего, напрасно; ибо Господь не оставит без наказания того, кто произносит имя Его напрасно» (Исх 20:7).

шею», «всею крепостью», «всем помышлением» — есть призыв к собранности, к полноте включения всего объема жизни в молитву.

Дело, разумеется, обстоит не так, будто бы молящийся должен и может приступить к молитве, лишь достигнув предварительно полной собранности, концентрации и сосредоточенности, но их «первичный капитал» накапливается именно к началу акта обращения, чтобы в дальнейшем, на следующих этапах молитвы, он мог постепенно наращиваться. Растущая молитва, как упругий воздушный шар, еще будет наполняться каждым молитвенным вздохом, усилием, внутренним движением, но уже само появление молитвы как энергийной формы, включающей в себя задание полноты самособирания, тонуса концентрации и вектора сосредоточения, оказывает на личность оцеляющее и мобилизующее влияние.

Акт самоназывания. Каково значение называния себя по имени при переходе от переживания к молитве? В переживании человек тоже может вспоминать свое имя в разыгрывающихся внутренних диалогах. Подбадривая себя, утешая или осуждая («Да, опростоволосился ты, Иван Никифорович!», «Ничего, Машенька, до свадьбы заживет!»), он привлекает к работе переживания энергии тех реальных или воображаемых отношений, которые существуют между персонажами подобных диалогов. Даже такое полуигровое называние себя создает некоторое «самообъективирование личности» (*Флоренский*, 2000), укрепляющее и трезвящее. Но во всей полноте значение личного имени для переживания открывается в молитвенном произнесении его перед лицом Божиим.

Значение имени для переживания связано с его значением для всей жизни личности. Опишем кратко некоторые аспекты этого значения, опираясь преимущественно на известный труд о. Павла Флоренского «Ономатология» (2000).

В плане онтологическом имя есть ядро личности, вокруг и по форме которого происходит кристаллизация всего «тела» личности. Имя — то последнее, что не может быть со-

влечено с человека без утраты его личности⁸⁴. Именем держится цельность личности — и структурное единство, и диахроническая самотождественность. Имя в этом отношении есть «твердая точка нашей текучести» (Флоренский, 2000, с. 46).

В плане сознания имя сохраняет эту онтологическую неразстворимость⁸⁵ и потому, будучи самым интимным, является и самым реальным, внутренней «твердью», точкой опоры для чувства реальности личного существования («Меня зовут Иван, следовательно, я существую»). Именем в историческом аспекте держится непрерывность самосознания. Именем же в функциональном аспекте поддерживается высокий уровень вмняемости и экзистенциального бодрствования⁸⁶.

В плане волевым имя есть опора и рычаг для самоуправления и самомотивирования. Равно и **в плане социальном**

⁸⁴ «Имя есть последняя выразимость в слове начала личного (как *число* — безличного), нежнейшая, а потому наиболее адекватная *плоть* личности. <...> Мысленно совлекая последовательные наслоения тела — гражданское и имущественное состояние, общественные отношения, знакомых, родственников, друзей, семью, жилище, творчество в разных отраслях культуры, ряд одежды, сложившиеся привычки и т.д. и т.д., мы разоблачаем личность от роскоши ее проявлений и постепенно подходим к ее самосвидетельствам, менее богатым, но более прорисованным и мону-ментальным. Пределом всех разоблачений окажется то самое внутреннее из наслоений тела, без которого личность уже немыслима, ибо она фактически не может мыслиться и как призрак ускользает из объятий мысли. Имя есть этот предел» (Флоренский, 2000, с. 52—53).

⁸⁵ «Самый пристальный дневной взгляд не рассеивает имени. А между тем, каких переживаний, заведомо реальных, ни удастся этому взгляду расторгнуть и, убив собственную их форму, привести к ничтожеству» (Флоренский, 2000, с. 46).

⁸⁶ «...Кажется необходимым прибегнуть к именованию имени, порой многократному и настойчивому, когда мы видим, что человек уходит от нас, уходит из объективного мира или из той части его, где находимся мы, свивается в себя: рассеянность, сонливость, опьянение, дурнота, сон, обморок, потеря сознания — более упорное, летаргия, наконец, смерть — все это побуждает окружающих взывать в таких случаях к уходящему по имени. Они убеждены, что имя, только имя, есть та нить, которою можно удерживать уходящего из объективного в субъективное...» (Флоренский, 2000, с. 50).

оно служит управлению и мотивированию. Но важно — как. Во-первых, «путем царя»: имя есть источник власти и средство управления («Именем короля!»). Во-вторых, «путем священника»: имя есть орудие призыва и вдохновения, психологически выражаясь, средство мотивационного смыслообразования («Во имя дружбы!»). В третьих, «путем судьбы»: имя дает личности социальное право. Многими отмечалось: лагерный номер, лишаящий человека имени и выводящий за пределы правового пространства, есть символическое орудие социальной деперсонализации, превращения лица в исчисляемую вещь.

В биографическом плане имя есть особая отдельная жизнь, судьба. Начало новой жизни знаменуется наречением имени (при рождении, крещении, пострижении и пр.), но и наоборот, изменение имени развязывает новую линию судьбы.

И, наконец, **в плане мистическом** имя есть место прививки благодати, канал для вхождения благодатных энергий («канал» в том же примерно смысле, в каком можно говорить о канале слухового восприятия, имея в виду и перцептивную функцию, и анатомический орган). В кульминационный момент церковного таинства, когда все собрание приуготовлено к восприятию благодатного действия, звучат тайносовершительные формулы, включающие в себя личные имена («Крещается раб Божий Иоанн...», «Венчается раб Божий Иоанн рабе Божией Анне...» и т.д.).

Литургические формулы рельефно обнажают фундаментальное значение имени человека как формы его соединения и связи с Богом, поскольку никак иначе, а по имени зовет всякого человека Бог: Адам, где ты? (Быт 3:9). Личностное *Я* мыслится часто как первоисточник действия, как подлежащее всех сказуемых о человеке, как субстанция всех предикатов, и имени в частности, так что вроде бы онтологически первично *Я*, а вторично имя: «Я — Иван». На деле же и онтогенетически, и онтологически имя предшествует *Я*. Ребенок намного раньше узнает свое имя, чем свое *Я*. По существу, «*Я*» есть отклик, вторичный ответ на призыв: «Иван!» — «Я!». *Я* — не

субстанция, не точка взора, а — «ответная энергия», реакция на зов: *Я* — шаг из безликого строя, состояние мобилизованности. И в этом отношении *Я* предшествует действию, но не как его субстанциальный источник, а как готовность и установка (в смысле теории Д.Н. Узнадзе). Этот «ответный» статус *Я* как отклика на призыв вполне ощутим и в развитых формах феномена личности. Стоит оглянуться на людей, по отношению к которым мы со специфическим чувством восхищенного уважения произносим: «Личность!», чтобы убедиться, что в судьбе каждого из них различимо это движение всего существа навстречу какому-то зову, вызову, призыву. Быть личностью значит расслышать и принять свое призвание.

Из этого краткого экскурса понятно и значение молитвенного произнесения имени, и его влияние на переживание. Когда человек возносит молитву из глубины страдания и называет себя по имени, то имя образует емкую и сильную символическую форму, которой кризисная раздробленность личности начинает собираться в цельность, обрывы самосознания срастаются в восстанавливаемую непрерывность, неуверенность получает точку опоры, а растерянность — точку отсчета, из неясной и темной стихии чувствований пробуждается самопомощие и самосознание, возрождается внутреннее ощущение «права на бытие» и чувство личного существования. Утверждение *существа* личности и ее *существования* — таково творческое значение имени, и в этом смысле оно всегда есть имя «*существительное*».

Ценности и мотивы

Кроме имени, есть еще две инстанции, посредством которых личность идентифицирует себя и фиксирует либо произошедшую с ней в ходе переживания метаморфозу, либо удостоверяющую самоидентичность, — это ценности и мотивы.

Когда терзающийся болезненным переживанием человек подходит к одному из важнейших вопросов самопознания —

«что же такое есть во мне, что оказалось так сильно задето случившимся?», то отвечая на этот вопрос, он может открыть в себе сильный мотив или желание, которые были ранены в сложившейся критической ситуации. Молитвенная постановка таких вопросов создает условия для ценностной сублимации мотивов, а последняя, в свою очередь, открывает возможность нравственных изменений личности.

Возьмем самый приземленный пример. Человек обеспокоен своей финансовой ситуацией. Неважно, нищий это или миллионер, но он не видит возможности разрешения жизненно значимой для него проблемы. Если он попытается из этого переживания вознести молитву, то для того, чтобы произошло переключение внимания на духовную вертикаль с житейской горизонтали, но при этом чтобы сама эта горизонталь не была оставлена, ибо о ней-то и речь, необходима постановка вопроса о том, каков в конечном итоге смысл желаемого изменения своего финансового положения, ради чего оно нужно, какими средствами оно может быть достигнуто и какова проекция этих целей и средств на ценностную вертикаль. Разговор должен быть переведен с языка рублей на язык смыслов и ценностей. Молиться просто о быстром удвоении капитала или просто о том, чтобы найти на улице рубль, психологически невозможно без осмысления и оценки того, для чего нужны эти деньги.

Всякое желание и намерение, перед тем как войти в молитву, на пороге хоть на мгновение приостанавливается. В этот момент «смысловая аура», окружающая желание, попадает в фокус внутреннего внимания и становится видимой даже без специального самоанализа. И вот человеку открывается в одном случае, что его желание связано с давней мечтой построить дом для своей семьи, в другом — что он просто голоден, в третьем он понимает, что стремится во что бы то ни стало обойти конкурента, в четвертом — из головы не идут беспризорные дети, которым надо бы помочь. За рублями открывается смысл дома, хлеба, успеха, жалости, милосердия. Такая «сублимация» мотива получения денег, т.е. появление его в сознании не

в виде непосредственного желания, а обретение им смысловой и ценностной формы, делает молитву о них возможной и естественной⁸⁷. В ценностно-смысловых формах обыденное может превращаться в духовное. Ценности, следовательно, становятся средством, языком, символом, увязывающим житейскую горизонталь с духовной вертикалью, душевное с духовным.

В современной психологии ценность мыслится чаще всего как высший регулятивный принцип, она как бы венчает антропологический небосвод⁸⁸. В синергийной же психологии цен-

⁸⁷ Понятно, что в зависимости от ценностно-смысловой квалификации само направление изначального прошения и даже его предмет могут измениться. Вместо испрашивания благословения задуманному делу молящийся может начать просить об избавлении его от искушения, о помощи в преодолении мотива, который теперь, после открытия его ценностного смысла, понимается, быть может, как греховная страсть. Такой духовный акт зафиксирован в иконе «Нечаянная радость».

⁸⁸ В этом просматривается подспудное влияние на психологическое мышление кантовского принципа моральной автономии личности. Вспомним классическую формулировку категорического императива: «Поступай так, как если бы максима твоего поступка посредством твоей воли должна была стать всеобщим законом природы» (Кант, 1965, с. 261). «Максима твоего поступка» и есть с психологической точки зрения мотив, возведенный в форму ценности и правила. Возможность или невозможность быть «всеобщим законом природы» — формальный критерий моральной оправданности данного правила. Нравственная воля не может соглашаться ни на что ниже «всеобщего закона природы», а ничего выше этого закона она не знает (в соответствии с принципом автономии). Принцип автономии отклоняет возможность прорваться по ту сторону закона и получить более высокое, религиозное оправдание поступка, но отклоняет вовсе не потому, что реализует атеистическую установку. Причины в другом. Если религиозное обоснование будет исходить из страха и слепого подчинения Богу, поступок перестанет быть «моральным». Если же оно будет исходить из внутреннего согласия личности с Божественной волей, то, следовательно, в сознании личности есть та же самая идея (иначе откуда же согласие), которая предлагается Божественной волей, и значит «теологическое обоснование является лишь кажущимся» (Виндельбанд, 1998, с. 124). Выражая дело совсем просто, можно сказать: в нравственной области Бог не может человека ничем удивить, равно как и человек — Бога.

Но Библия насыщена такими удивлениями. Осмотреть купленную землю или испытать волов вместо того, чтобы праздно ходить по пирам (Лк

ность — не конечная инстанция, не последнее слово, а просто слово, язык, на котором человек в молитве может говорить с Богом о мотивах своих желаний и поступков. Этот язык позволяет из сложной сумятицы побуждений и причин действия выделить очищенный и в обобщенном виде представленный смысл настоящего мотива поступка. В молитве важно не «о чем», а «как»: человек может говорить Богу обо всем, о любой бытовой мелочи, но в ее смысловом измерении. Ценность помогает любую вещь поставить в вертикальное положение. Она позволяет усматривать в сиюминутном надситуативное, в том, что кажется сплошь объективно обусловленным — свободное и личное, а уже в личном — надличное. В нашем примере человек может быть склонен рассматривать свои действия по заработку как вынужденные обстоятельствами, но, делая их темой молитвы, он должен будет вглядеться в себя сквозь призму ценности, одновременно открывая душу Божьему взгляду, чтобы понять те мотивы, которые делают его поступок не вынужденным фактом внешней социальной жизни, но внутренним актом душевной жизни и актом личных отношений с Богом («Тебе, Тебе единому согрешил...» — Пс 50: 6).

Молитвенная фокусировка внимания на ценности, с одной стороны, делает возможным обращение к Богу по поводу любых обстоятельств жизни, а с другой — открывает «дверь покаяния», т.е. в данном случае трезвого ответа на вопрос о том, что мною движет в данных обстоятельствах. Так, вещное, объективное, внеличное превращается в душевное, личное и в этом качестве входит в духовный молитвенный диалог.

14:18,19); похоронить отца, прежде чем отправиться в путь за бродячим проповедником (Мф 8:22); помочь сестре обслужить гостей вместо того, чтобы сесть к ногам одного из них и слушать их разговоры (Лк 10:38-42), — все это вполне законосообразно, все это могло бы претендовать на правило «всеобщего законодательства». Всеобщего, но... Сам Бог рассудил иначе по отношению к конкретным личностям в конкретный момент жизни. Синергийная антропология как в онтологическом, так и в этическом отношении есть антропология открытая (Хоружий, 1992), диалогическая, так что до и вне диалога с Ты нравственные вопросы не могут быть разрешены.

Анализ мотивов, т.е. того, что мною движет, есть и в обычном переживании, не опосредованном молитвой. Не найдя в мире возможности что-нибудь изменить, переделать, исправить, человек обращается к внутренним истокам действия, к мотивам, в поисках возможностей внутренних перемен, которые освободили бы его от страдания и позволили найти источники смысла в обстоятельствах, воспринимаемых сейчас как бессмысленные. И без молитвы есть разнообразные возможности влияния на свои мотивы, частью сознательные и произвольные, частью бессознательные и непроизвольные. С этой точки зрения многие защитные механизмы, например, могут быть поняты как попытка влияния на мотивы хотя бы путем выведения их из сферы психологически «легального», т.е. лишения статуса санкционированности личностью. Могут быть и вполне сознательные аутокоммуникативные действия (укоры, подбадривания, умирения и т.п.), цель которых — повлиять на состав или силу собственной мотивации и тем самым осуществить часть работы переживания. Скажем, переживание фрустрации, выражающееся в агрессивных или депрессивных чувствах, может сделать большой шаг, если человеку удастся отказаться от изначального желания, которое оказалось фрустрированным, или хотя бы изменить модальность своих ожиданий (одно дело, например, — считать и чувствовать, что «то, что я хочу, обязательно должно исполниться», и совсем другое — «есть шанс, что желаемое мною исполнится»). Это только отдельные моменты целой сферы психологических процессов влияния на собственную мотивацию.

Что вносит в подобного рода процессы молитва, когда в ходе переживания она фокусируется на том, что движет человеком, на его мотивах? Молитва способна радикально изменить и восприятие своих мотивов, и воздействие на них, так сказать — и «диагностику» мотивов, и их «терапию». Восприятию мотивов придается в молитве новый масштаб и новое измерение, они рассматриваются не в узком локальном сиюминутном аспекте, а в глобальной перспективе жизни и смерти, в измерении вертикальном, вневременном — это во-первых.

Во-вторых, молитвой создается *принципиальность* взгляда на мотив, позволяющая сквозь замутняющие оговорки, рационализации, оправдания («так требуют интересы дела», «такой шанс!», «выбора нет» и т.п.) усмотреть корень мотива в личном желании. Наконец, молитва создает условия для последней и предельной честности, ибо верит, что ее Адресату ведомы все сердечные помышления. И в этом третье, радикальное изменение, которое дает молитва для проникновения в свои мотивы. Монологический самоанализ может героически стремиться к абсолютной правдивости и не уклониться от нее ни на шаг, рассматривая внутренние побуждения при свете ценности (долга, закона и т.д.). Однако этим же принципом ценности правда самоанализа и ограничена. В молитве открывается другой свет, в котором внутреннее видно глубже и яснее — свет любви, милосердия и благодати. Под этим светом в душе расслабляются «мышцы», удерживающие закрытыми створки и складки, и она сама открывается больше и глубже, чем под воздействием любого напряжения нравственного самоанализа.

Покаяние

Упомянутая принципиальность, повторим, понуждает всматриваться в сам корень мотива. Все это вместе — прозвучавшее в молитве или хотя бы подразумеваемое имя молящегося, готовность бескомпромиссного взглядывания вглубь своей мотивации, говорение о том, что открывается взору, на языке ценностей, — создает условия для особого действия над мотивами, особой покаянной «терапии» мотивов. Суть ее в том, что, доходя до последнего, видимого сейчас мотивационного корня, она дает личности возможность одновременно и отождествиться с ним, и разотождествиться. Личность признает себя полностью ответственной за свой мотив, но в то же время несводимой к нему. «Мотив этот — мой, это то, что мною двигало, на что я вольно или невольно, сознательно или бес-

сознательно согласился (в этом отождествление), но мотив — это не я, и теперь я, рассмотрев его по совести, перед Богом, говорю ему “да” или “нет” (в этом разотождествление)». Однако мое «нет» бессильно само изменить мотив и, тем более, отменить его. Задача состоит в том, чтобы не позволить своему уму полностью плениться мотивом, не давать своей воле самонадеянно играть с пробными искушениями, уберечь свое восприятие от соблазнительных встреч с соответствующими предметами и ситуациями и благодаря этому не дать своему телу вовлечься в исполнение дела, которому я сказал «нет».

Однако, как свидетельствует аскетический опыт, решение этой трудной, но, казалось бы, выполнимой задачи оказывается в действительности непосильным предприятием для самостоятельных попыток человека справиться с самим собой. Условия фактической исполнимости появляются лишь тогда, когда человек отказывается от упования на себя, и вновь и вновь возобновляемым усилием удерживает перед Богом открытое сердце, в котором разыгралась борьба, прося Его Своим огнем поглотить то, чему сказано «нет», Своєю силой преобразить и укрепить то, чему сказано «да», Своим разумом просветить ум человека, чтобы точно проводить границу между добром и злом, между жизнью и смертью, и Своей волей вдохновить волю человека, чтобы избирать жизнь⁸⁹.

Здесь нужно отметить антропологическую обязательность покаяния. Покаяние не просто частное и факультативное человеческое действие. Покаяние не просто одно из возможных отношений человека к своим мотивам и к самому себе, которое способно порой вносить свой вклад в моральное развитие человека. Роль покаяния намного более значительна. Без покаяния нет человека. Покаянное, совестное самоотношение входит в конститутивную структуру феномена человека⁹⁰. Даже

⁸⁹ «Во свидетели пред вами призываю сегодня небо и землю: жизнь и смерть предложил Я тебе, благословение и проклятие. Избери жизнь» (Втор 30:19).

⁹⁰ Об этом хорошо писала Т.А. Флоренская (1985, 1991).

совершенно нерелигиозный человек считает «нелюдем» того, кто начисто лишен совести, верно чувствуя, что совесть, какой бы замутненной, редуцированной и загнанной в подполье она ни была, составляет ту глубочайшую сердцевину, без которой существо не может быть названо человеком.

Покаяние не сводимо — как порой считают — к нормативному контролю над своими мотивациями, ибо а) предполагает свободу воли и сознания, а при нормативном отношении к жизни сознание связано, несвободно (*Генисаретский*, 1979), и б) в качестве высшей своей цели ставит не задачу соответствовать внешней для себя норме, а жажду правды, и далее — стремление к Встрече, в которой человек обнаруживает себя подлинного, в которой только и находит себя. Главная миссия покаянной «терапии» мотивов — не в том, чтобы расправиться с грехом, не в том, чтобы что-то отвергнуть, уничтожить, искоренить, а в том, чтобы высвободить в душе человека пространство роста и место встречи. Сдвинуть камень, мешающий росту, нужно не ради отвержения камня, не из ненависти к нему, но ради утверждения жизни роста, любви к нему и открытия ему свободы встречи с солнцем и воздухом.

Молитвенное отношение к своим мотивам носит преимущественно покаянный характер, но, повторим, его смысл не в угрюмом законническом стремлении оскотить мотив и вложить его в прокрустово ложе наперед заданной нормы, а в том, чтобы создать условия для сублимации мотива. Сублимацию мы понимаем не во фрейдовском значении термина, которое мыслит этот процесс как обходное выражение запрещенного цензурой импульса в культурно, социально и сознательно приемлемых и даже «полезных» формах. Культура и общество могут быть довольны, но с точки зрения души такое понимание сублимации есть лишь способ изощренного обмана и самообмана, когда низшее и темное не преобразуется и просветляется, чтобы «выйти в свет», но, оставаясь неизменным, все же про- скальзывает в «светское общество» под прикрытием пышных облачений, помады, грима, бантов и духов. Сублимация, как уже говорилось выше, по самому смыслу термина есть возгон-

ка, т.е. отделение высшего от низшего. Покаяние как раз и совершает эту работу сублимации, отделяя внутри мотивации истинное и ложное, высшее и низшее, и, удерживая это различие, подставляет душу под лучи благодати, в надежде на то, что ни одна клеточка бытия, ни один росток смысла, ни одно движение души к добру, как бы они ни были искажены и замутнены, какими бы грязными или несправедливыми они ни казались фарисею и законнику, не будут оставлены, отброшены, усечены, но будут выращены силою благодати в самих себя, осуществят изначальный замысел о себе, воплотятся в совершенстве. Что и говорить, нечасто этой надежде приходится сбываться, но этим не отменяется суть дела: сублимация — не изощренная контрабанда низшего, а создание условий для усмотрения в нем истины, добра, красоты и преображения его.

Образ Я

Ответ на вопрос «кто я?», составляющий необходимую, хотя не всегда явную часть работы переживания, интегрируется в образе Я. Если переживание в этой своей части опосредствуется молитвой, сфокусированной на личности, то личность, пройдя через все описанные выше аспекты молитвенного опыта (через именование себя, дающее возможность цельного предстояния перед Богом; через ценностную установку, выпрямляющую душевную «осанку» и восстанавливающую духовную вертикаль сознания; через покаянный анализ и сублимацию мотивов), обретает свой образ, отличающийся от такового вне молитвы.

В период напряженного тяжелого переживания у человека можно заметить две противоположные, но внутренне связанные между собою невротические установки «аутизации» и «коммуникативного промискуитета». В первом случае он избегает всяческих контактов, во втором — неразборчиво вовлекается в общение, любое, с кем-нибудь, лишь бы не оставаться одному. Сходятся эти две противоположности в том, что для

человека становится болезненно неочевидным свое существование, становится настолько непонятным, «кто я», что со всей остротой и трагизмом встает вопрос — «существую ли я?» Человек с удивлением рассматривает свои руки, одежду, комнату, как бы со стороны наблюдает за своими действиями и не ощущает их своими — но не потому, что их нет: они мучительно есть, и даже понятно, что они какие-то мои, однако само это Я, чьи они, оказывается неочевидным, неоощаемым, ничем и никем не подтвержденным. Это состояние не ощущается как утрата Я, но как утрата о щ у щ е н и я Я, это — душевное онемение, персонологическая оглушенность. И тогда человек мечется между двумя крайностями и двумя способами избавиться от муки неочевидного существования, уходя в одиночестве в символический отказ от существования и, стало быть, от задачи его подтверждения, или бросаясь в сомнительные отношения в поисках не особенного, уникального образа Я, а в поисках просто какого-нибудь Я, подтвердить существование которого, как кажется, способно любое Ты.

В молитве человек обретает возможность парадоксальным образом соединить эти две крайности и исцелить их. Именуя себя рабом Божиим, называя на пике покаянного чувства себя «грешнейшим паче всех человек», он в этом смирении не уничтожает свое Я, не отменяет задачи подтверждения и оправдания существования, но возлагает ее на милосердие Бога и парадоксальным образом на самом дне этого смирения, а вовсе не на вершинах духовных взлетов, обретает сильнейшее онтологическое подтверждение себя, своего существования и своего достоинства. Динамика неполноценности и превосходства, способная измучить человека постоянным требованием себя доказывать, сменяется при этом динамикой смирения-достоинства. В покаянной установке «тает как воск от лица огня» и ложь своего превознесения, и ложь своего принижения, и за ними обеими открывается правда сыновства, правда существа, любовно созданного Самим Богом («Руки Твои сотворили меня и устроили меня» — Пс 118:73) и потому не имеющего нужды

себя превозносить и не имеющего права себя презирать и унижать в самой глубокой основе своего бытия. Там обретается подлинное, ровное, не по заслуге, а по дару данное достоинство личности.

Вполне понятно, какие перемены в работе переживания могут появиться, если удастся молитвенно дослушаться человеку до своего смирения и достоинства. В смирении открывается радость и благодарность за все данное бытие вместо разъедающих как соль инфантильной требовательности и претензий к миру, людям и самому себе. В смирении открываются неслыханные возможности действия и ведения, ибо человек стоит при этом на границе, за которой простирается Божья сила и Божья премудрость. В достоинстве человек освобожден от невротической обязанности доказывать себя, подтверждать свое право, убеждать в своей значимости, потому что он уже принят, подтвержден и как любимое дитя может отдать всю свою энергию игре, радости, творчеству и любви.

ПЕРЕЖИВАНИЕ – УТЕШЕНИЕ – МОЛИТВА

МЕТОДОЛОГИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

«Опыт общепсихологического исследования» — таков подзаголовок этой книги. Пришла пора отчитаться, в чем же, собственно, состоит *опыт*. Само это слово означает здесь — «исследовательская попытка», «методологический эксперимент». Суть эксперимента в необычной роли, которую играет в нашем исследовании общая психология.

Напомню, что отправной точкой исследования был проделанный ранее анализ глубинной логики развития современной психотерапии (см.: *Василюк*, 1997а; 2003, с. 21—55). Два существенных вывода этого анализа связаны с категориями переживания и молитвы. Во-первых, категория переживания, появившись на исторической сцене психотерапии в середине минувшего столетия, оставалась на протяжении пятидесяти лет и остается до сих пор одним из доминирующих психотерапевтических «упований». Во-вторых, одна из наиболее интенсивно нарастающих тенденций самого последнего времени состоит в развитии духовно-ориентированных подходов в психотерапии, в которых центральным «упованием» должна стать категория молитвы. Вообще похоже, что главным фактором большой истории психотерапии становится сейчас не столько ориентация на ту или иную психологическую или эпистемологическую парадигму, сколько философско-антропологическое самоопределение по отношению к существующим духовным традициям.

С опорой на этот исторический анализ был выдвинут проект создания психотерапевтического подхода, примыкающего к православной духовной традиции, подхода, который уместно

именовать «синергийной психотерапией». Естественно, что одной из первых теоретических задач синергийной психотерапии должен быть сопоставительный анализ категорий переживания и молитвы.

Но на какой почве и какими средствами вести этот анализ? Ведь сама «синергийная психотерапия» еще не выработала своей теоретической и методологической системы. Вот тут-то и вступает в игру общая психология, но, повторю, в непривычной для себя роли. Она действует здесь не от себя и не для себя. Не самостоятельно ставит исследовательскую цель, исходя из логики собственного развития, а соглашается занимать служебную позицию и своими специфическими средствами разрабатывать тему, предложенную синергийной психотерапией и для нее же предназначенную.

Разумеется, тут нет полного бескорыстия. Заказ синергийной психотерапии лишь потому был принят общей психологией, что последняя увидела в задаче освоения связки категорий «переживание и молитва» плодотворные возможности для собственного развития. Увидела и, кажется, не ошиблась. Теоретические приобретения общей психологии ясны: а) сформирована новая категория — молитва была представлена не только как предмет исследования, но именно как общепсихологическая категория; б) описана категориальная триада — «деятельность — переживание — молитва»; в) выявлены важные закономерности опосредствования процесса переживания молитвой.

Но рано подсчитывать выгоды исполнителя, пока заказчик работу еще не принял. А при подготовке «акта приемки-сдачи» сразу предвидятся немалые сложности: удовлетворяют ли синергийную психотерапию не только содержание, но и форма полученных знаний? сможет ли она воспользоваться результатами проделанных изысканий? учел ли исполнитель существенные нужды заказчика?

Коллизия вот в чем. Будь синергийная психотерапия обычной научной теорией, она бы просто включила добытые для нее знания в свой концептуальный строй. Однако задумана синергийная

психотерапия как дисциплина особого методологического типа. Во-первых, как «примыкающая стратегия» (Хоружий, 2005, с. 19) по отношению к совершенно определенной духовной традиции — Православию¹. Во-вторых, как дисциплина «психотехническая», т.е. синтезирующая в себе психологическую теорию и психотерапевтическую практику таким образом, что главным предметом ее теоретических интересов становится ее же собственный практический метод (см.: Василюк, 1992).

Эти существенные черты синергийной психотерапии как дисциплины-заказчика приостанавливают автоматическое принятие ею доставленных общей психологией знаний и требуют, чтобы они предварительно прошли процедуру методологического контроля.

Первый вопрос этого контроля таков: являются ли полученные знания о переживании и молитве «культурно-историческими», так чтобы синергийная психотерапия, будучи примыкающей стратегией к духовной практике, имеющей вполне определенное культурно-историческое измерение, могла включить их в свой оборот?

Второй вопрос: являются ли эти знания по своему типу знаниями «участными»? Учитывают ли они, хотя бы потенциально, то, что предназначены для психотехнической дисциплины, предмет которой, вообще говоря, не сознание, а работа с сознанием, позиция исследователя-практика в которой не отстраненно-созерцательная, а участно-деятельная? Конкретно — дают ли они сведения (или хотя бы заложена ли в них возможность таких сведений) не только о переживании, но о фор-

¹ Примыкающими стратегиями С.С. Хоружий называет антропологические и социальные практики, которые ориентируются на ту или иную духовную традицию, находятся в ее орбите, заимствуют у нее «цели и ценности, задачи и установки, элементы организации и структуры» (2005, с. 19) и тем участвуют в культурной трансляции и осуществлении антропологического опыта, порождаемого в недрах данной духовной традиции. Примыкающая стратегия, таким образом, это феномен культуры, восстанавливающий и поддерживающий связь с культом как порождающим и питающим корнем.

мах участия другого в переживании, не только о молитве, но о формах участия другого в молитве?

Стоит лишь поставить эти вопросы перед проделанным общепсихологическим исследованием, чтобы убедиться, что ему, увы, не удалось в обоих этих аспектах избежать соскальзываний к «робинзонадной» методологии, и, значит, само исследование, заказанное «синергийной психотерапией», отнюдь нельзя считать законченным.

В самом деле, всякая «робинзонада» выражается в двойном отвлечении — от культуры и от общества. При отвлечении от культуры дело представляется так, будто бы человек не окружен и не пропитан насквозь культурными формами мышления, восприятия, сознания, воления, вообще всех видов психической деятельности и, в частности, — переживания. В действительности переживание при всей его кажущейся стихийности и натуральности детерминировано культурными формами и образцами во всех своих аспектах. Переживание не такое интимное дело, как кажется на первый взгляд, и даже в своей интимности оно является предметом пристального внимания со стороны общества и культуры, не меньше чем человеческая речь, мышление и способы восприятия. Поводы и содержание переживания, время и сроки, средства и условия, то есть «*По поводу чего*» переживание, его «*Что*», «*Кто*», «*Когда*» и «*Как*» — все это в той или другой степени регламентируется со стороны культуры и общества. Быт, обычай, обряд, искусство, фольклор, мода, реклама и прочие сферы культуры оказывают многообразные влияния на тип, форму и средства человеческого переживания².

² Бытовая сценка — одна из многочисленных иллюстраций культурной детерминации переживания. Рабочие затаскивают широкий шкаф в узкий коридорчик только что отремонтированной квартиры. Шкаф безнадежно застрял, содрав изрядный слой новеньких обоев. Один из рабочих, заботливо клеивший эти обои, армянин по национальности, от огорчения вдруг начинает... петь. Прораб, рассказавший мне эту историю, был крайне изумлен такой странной реакцией. Ему была неизвестна культурная подоплека этой формы переживания — сохранившиеся в армянском фольклоре «скорбные песнопения» (см.: *Григор Нарекаци*, 1988).

Разумеется, живое переживание не сводимо к этим формам и влияниям, но и не может существовать независимо от них. Нет внекультурного пространства переживания. Для обсуждаемой темы «переживание и молитва» разворачивание проблематики «*культура переживания*» означало бы реализацию теоретического движения «от молитвы — к переживанию», движения, встречного тому («от переживания — к молитве»), которое в основном обсуждалось на предшествующих страницах. Решение такой задачи означало бы прочтение молитвы как культурной формы, откладывающей в себе опыт духовного переживания жизненных перипетий.

Второй аспект «робинзонады» состоит в отвлечении от того факта, что в переживании человека участвуют другие люди. Представители различных общностей, в которые он включен, будь то семья, дружеский круг, профессиональный цех, община, коллектив, партия и пр., сочувствуют его переживанию или отвергают его, утешают или пытаются отвлечь, дают возможность выразить свои чувства или препятствуют их выражению, живо откликаются или игнорируют переживание, предписывают или запрещают, внушают или призывают, пытаются отучить или обучить какому-то способу переживания — вся эта диалогическая среда образует не просто нейтральный фон, на котором развивается переживание человека, а действенный коммуникативный контекст, который вырастает во внутреннюю структуру индивидуального переживания и часто оказывается решающим для его течения и судьбы.

Фиксация этих двух абстракций — не столько попытка запоздалой методологической самокритики, сколько указание на продуктивные линии исследования, существенные для исполнения того заказа, который взяла на себя общая психология. Первая из этих намечаемых исследовательских перспектив состоит в изучении «*молитвенной культуры переживания*». Здесь для отечественной психологии, и в особенности для развивающейся в ней культурно-исторической школы, открываются редкие научные возможности — изучения древней и в то же время живой духовной традиции, какой является Правосла-

вие, причем традиции, в которой душевная жизнь и способы влияния на нее были предметом самого пристального внимания и глубочайшего осмысления³.

Вторая исследовательская линия связана с заказом на реализацию принципа «участности». Сама синергичная психотерапия по замыслу есть не только практика, но и исследование, не только польза душевная и духовная заботит ее, но и истина. Поэтому она вовсе не собирается оставаться лишь заказчиком исследовательских проектов, а намерена и сама их осуществлять. По своему методологическому типу это должно быть особое, участное (=психотехническое) исследование, утвердившееся в эпистемологически наиболее продуктивных психотерапевтических подходах со времен З. Фрейда. Не отдавая на откуп общей психологии участного исследования, синергичная психотерапия ждет от нее таких исследований, в которых, тем не менее, принцип участности получал бы свою реализацию, если не по позиции исследователя и форме знаний, то по тематическим выборам. Чтобы состоялся творческий альянс, за синергичной психотерапией остается *участное исследование*, а от общей психологии ожидается *исследование участности*.

Применительно к проблеме переживания это общее положение можно переформулировать очень просто. Если мы хотим психотерапевтически эффективно помочь человеку в его переживании и при этом исследовать сам метод помощи как особую реальность и особый предмет познания, то мы будем чрезвычайно заинтересованы в общепсихологическом изучении того, как люди вообще помогают друг другу переживать критические ситуации. Здесь открывается необыкновенно плодотворная исследовательская тема — психологическая **культура утешения**. Одно только изучение утешительных сочинений как особого литера-

³ Парадоксально, но наша научная психология знает о культуре психической деятельности средневекового китайского монаха, исповедовавшего дзен-буддизм (Абаев, 1983), несравненно больше, чем о культуре внутренней жизни православного монаха, скажем, времен св. Андрея Рублева, и даже современного воцерковленного мирянина (см. например: Пестов, 1999).

турного жанра (см., например, публиковавшийся в «Московском психотерапевтическом журнале» (1994, № 4) образчик древнеримских консоляций — «Слово утешения к жене» Плутарха) обещает множество открытий как для общей психологии, так и для психотерапии. Анализ культуры утешения разных эпох и народов — полновесное и самоценное общепсихологическое историко-культурное исследование, которое, в частности, может дать ключ и для изучения переживания как того процесса, благодаря которому люди справлялись с критическими обстоятельствами жизни. Для психотерапии же, отдающей себе отчет, что человек — не *tabula rasa*, такой анализ может дать важнейшие знания о той культурно-психологической почве, на которой всякая психотерапия вырастает и какой держится.

Аналогичным образом исследование участности в молитве может выбрать в качестве адекватного эмпирического материала такой жанр аскетической литературы, как **духовные наставления** в молитве.

Однако поскольку центральная тема нашего исследования — сочетание двух процессов переживания и молитвы, то при всей важности отдельных исследований участия *другого* в моем переживании и в моей молитве, ключевой задачей общепсихологического исследования, в котором более всего заинтересована синергичная психотерапия, является ответ на вопрос — **какова форма участия другого в сопряжении моей молитвы и моего переживания. Другой как сопереживающий сомолитвенник** — вот главный герой этого исследовательского поля. Духовное утешение — вот главный коммуникативный жанр, который попадает в фокус исследования.

ДВА ТИПА УТЕШЕНИЯ

Хотя решение названной задачи — дело будущего изыскания, читателю предлагается уже сейчас взглянуть на два примера, где наглядно видна роль *другого* в сопряжении переживания и молитвы. Оба случая не имеют прямого отношения к

психотерапии как специальному роду занятий, но, тем не менее, могут служить метафорическими полюсами — негативным и позитивным — синергичной психотерапии.

«Бригадир»

Героиня одного художественного фильма, крепкая деревенская баба, стоит вечером на коленях перед иконами и горячо молится о молоденькой дочке: «Смотри — хорошие мужики кто разъехался, а кто женился, остались одни пьяницы. И что ж ей, одной теперь пропадать? Нехорошо это, неправильно», — усовещивает она Бога. Молитву прерывает спавшая на печи старуха. Она отдергивает ситцевый полог и выговаривает ей: «Что ты с Богом как с бригадиром разговариваешь?! Ты молись, молиться надо!». Молитвенница спохватывается, осеняет себя крестным знаменем и привычной скороговоркой начинает читать «Достойно есть...», как бы отложив в сторону свои «неблагоговейные» волнения и тревоги.

Первая ее молитва очаровывает зрителя непосредственностью, живым чувством заботы о нескладной судьбе дочери, но старуха-мать не признает этот горячий шепот за «настоящую молитву». Почему? Она не видит в такой молитве благоговения, не видит смирения перед Божьей волей, не видит страха Божия — тот, к кому обращается молящаяся, слишком близок и лишь на ступеньку выше по власти: даже не председатель сельсовета, а бригадир. С точки зрения нормативного благочестия, такого рода «собеседование» не может быть признано молитвой ни по своей по диалогической адресованности (как к «Бригадиру», а не «Вседержителю»), ни по жанру (упреки и наставления вместо мольбы и смирения), ни по языку, которым выражается то, что волнует человека (обыденная житейская лексика вместо освященных традицией молитвословий).

Каковы в данном случае особенности участия *другого* в молитвенном переживании?

Старуха, судя по контексту фильма, искренне сочувствует, сопереживает житейским тревогам дочери, и к молитвенной ее

жизни она относится участливо и по-своему заботливо. Но вот, переживание и молитва соединились в одном процессе, и благочестивая старуха тут же, проявляя духовную бдительность, отвергает такое соединение как неблагоговейное, неблагочестивое, духовно опасное. Свои основания для духовного испуга у старухи, безусловно, есть. И это вовсе не индивидуальная ее особенность, а выражение общей, узнаваемой разделительной установки: душе — душевное, а Богу — богово. Такая установка формирует особый тип утешения, назовем его **«духовно-нормативным»**, в котором переживание игнорируется, отодвигается, и предпринимается попытка заместить переживание молитвой: «Не плакать, не огорчаться, а молиться!».

В рамках этого типа утешения могут быть разные позиции утешителя. Он может быть безразличен к скорбящему, и тогда его утешение будет просто прикрытием отвержения и отстранения. Он может и сочувствовать последнему, но воздерживаться от прямого выражения сочувствия, полагая, что оно действует расслабляюще и вредит жизнестойкости и духовной крепости скорбящего. Утешитель может искренне заботиться о духовном здравии скорбящего, но в то же время сухо и безжалостно относиться к душевным переживаниям, «зная им цену». Во всех этих случаях утешитель может совершать или не совершать внутренние молитвенные действия по отношению к своему собственному состоянию и по отношению к состоянию скорбящего. Все это вместе образует отнюдь не однозначную картину этого типа утешения с неоднозначными же последствиями для скорбящего. Но в целом все же основная тенденция влияния такого утешения будет состоять в том, что сам скорбящий станет прилагать внутренние усилия к разделению процессов переживания и молитвы, будет оттеснять свое переживание, не давать ему входить в молитву и молитве не давать «опускаться» до уровня переживания, так что в случае «успеха» создается параллельное существование переживания и молитвы.

Так и случилось в нашем примере. Испугавшись окрика матери, героиня стала «правильно» молиться, оставив реаль-

ные переживания, реальную человеческую тревогу на произвол судьбы, не стремясь воплотить ее в словах молитвы.

Утешение старца Зосимы

Совсем другой тип утешения дает нам следующий, литературный пример.

В известном эпизоде из «Братьев Карамазовых» старец Зосима беседует с пришедшими в монастырь женщинами. Одна из них, с «почерневшим лицом» и «неподвижным взглядом», потеряла одного за другим четырех детей и после смерти последнего, трехлетнего Алеши, третий месяц в безысходном горе ходит по монастырям. Сначала старец пытается утешить ее рассказом про древнего великого святого, говорившего такой же горюющей матери, что умершим младенцам немедленно даруется ангельский чин и потому следует *радоваться, а не плакать*. «Женщина слушала его, подпирая рукой щеку и потупившись. Она глубоко вздохнула: “Тем самым и Никитушка меня утешал, слово в слово”...» Что произошло, почему духовное лекарство не подействовало, почему скорбящая не услышала в этих словах утешения? Потому, очевидно, что сама она в своей душевной муке не была услышана, реальность ее переживания не была принята, а была если и не прямо отвергнута, то оценена как духовно неправомерная — нужно, мол, радоваться, а не плакать. Старец понял, что произошло, и потому в конце своей речи он с духовным дерзновением исправляет утешительную формулу «великого святого»⁴: вместо «ты радуйся,

⁴ А речь идет, по-видимому, ни о ком ином, как о св. Иоанне Златоусте. Вот для примера один из характерных фрагментов из его «Толкования на святого Матфея евангелиста» (1901): «Итак, никто уже не должен плакать, никто не должен скорбеть и порицать дело Христово. Подлинно Он победил смерть. Что же ты напрасно плачешь? Смерть уже есть ничто иное, как сон. Для чего сетуешь и рыдаешь? Если эллины так поступают, то и они достойны посмеяния. Когда же верующий малодушествует в подобных случаях, то чем он может оправдать себя?» (с. 344). «...Слезы твои происходят не от сильной любви, а от безрассудной страсти» (с. 347).

жено, а не плачь» звучит совершенно другое наставление — «ты плачь, но радуйся».

Старец оставляет попытки оторвать ее взор от горя и перевести его в небо (туда, где «младенец наверно теперь предстоит перед престолом Господним и радуется, и веселится»), потому что почувствовал, что такой духовный подъем недоступен сейчас для материнского сердца, и, совершенный формально благочестиво, он создаст расщепление между душевным и духовным, между реальным душевным переживанием и возможным молитвенным духовным усилием. И вместо того, чтобы пытаться поднимать ее душу вверх, отрывая от дна скорби и страдания, старец, наоборот, сам сострадательно спускается вглубь безутешного горя, принимая безутешность как подлинную реальность: «И не утешайся, и не надо тебе утешаться, не утешайся и плачь», — говорит он. Так нельзя сказать со стороны, извне, чтобы так сказать, нужно и свою душу сделать причастной этому душевному переживанию безнадежности, безысходности и беспросветности⁵. И только после этого сопереживания, этого сошествия во ад страдающей души становится возможным внутри царящей там тьмы затеплить лампадку духовного утешения: «... Плачь, — продолжает старец, — только каждый раз, когда плачешь, вспоминай неуклонно, что сыночек твой есть единый от ангелов Божиих, оттуда на тебя смотрит и видит тебя, и на твои слезы радуется и на них Господу Богу указывает. И надолго еще тебе сего материнского плача будет, но он обратится под конец тебе в тихую радость...»

Всмотримся в эту искусную духовную психотерапию. Душе позволено плакать и даже чуть ли не предписывается страдание и безутешность («не утешайся и плачь»), но к древу

⁵ Топика подобного сопереживания в принципе может быть двоякой: либо в душу впускается эта тьма отчаяния, либо душа спускается во тьму отчаяния, оставляя свою сердцевину неподвластной тьме. Именно с последней стратегией мы встречаемся в анализируемом примере. Она соответствует духовной диалектике православного аскетического опыта: «Держи ум свой во аде и не отчаивайся», — по формуле св. Силуана Афонского (1991).

душевного страдания прививается маленький духовный молитвенный черенок («каждый раз, когда плачешь, вспоминай, что сыночек... единый от ангелов...»), так, чтобы у них образовалось совместное питание соками переживания и энергиями молитвы.

Но и это не все: если я, горящая мать, буду оставаться в своей безутешности и из нее в дальней перспективе видеть младенца-ангела, то все время будет оживляться мучительное неисполнимое желание встречи с ним здесь, на земле («Только услышать бы мне, как он по комнате своими ножками пройдет разик, всего бы только разик ножками своими тук-тук, да так часто-часто, помню как бывало...»). Поэтому духовное утешение старца дает горящей совсем другую, обратную перспективу, характерную для благоговейного молитвенного предстояния перед Богом, когда не я вглядываюсь в Него, а наоборот, предстою перед Его взглядом в душевной открытости. Каким же образом старец Зосима это делает? «Сыночек твой оттуда на тебя смотрит и на твои слезы радуется, и на них Господу Богу указывает». Как просто и какой радикальный переворот! Слезы только что были *выражением моей скорби*, а сейчас стали *предметом его растроганного любования*, поводом *радости* младенца-ангела. Душе дается возможность хоть на минуту взглянуть на себя *оттуда* и в этой обратной перспективе прикоснуться к духовной радости. Одно дело радость, нормативно предписываемая *моей* душе вместо слез, другое дело духовная радость *его*, любимого, по поводу моих слез, радость, к которой и я делаюсь причастна, и именно моими слезами. Создаваемая для переживания горя молитвенная перспектива пытается не вытеснить душевное духовным, а расширить душевное, не отменить скорбь, но дать «пространство в скорбях», пространство, в котором можно дышать, в котором скорбь может претворяться в молитву.

И последнее. Старец не думает, что разовым актом утешения душа исцелена. Он не пытается обойтись без душевного уровня, подменить духовным актом долгую душевную работу, с

трезвостью и уважением относясь к реальности процесса переживания: «И надолго тебе еще сего материнского плача будет». Это отношение терпеливого садовника, знающего, что дереву нужно время, чтобы принести плод.

Суммируем основные черты этого духовного утешения, выделив в нем несколько фаз:

Фаза душевного сопереживания. Душевное переживание принимается в его эмпирической данности как подлинное и имеющее право на существование. Оно принимается не со стороны, а как бы изнутри, с душевным сочувствием, со-болезнованием, со-страданием (безусловно, безоценочно и эмпатически, как сказал бы психотерапевт роджерсианской ориентации).

Фаза духовной прививки. Духовные картины, образы, молитвенные указания не предлагаются как внешние нормативы и образцы, которым душа должна последовать, а прививаются к живому телу процесса переживания («каждый раз, когда будешь плакать, вспоминай...»).

Фаза «вознесения». Старец воздвигает духовную вертикаль, дает возможность не только из душевного смотреть на духовное, но и возможность обратной перспективы — взгляда на переживание, на слезы *оттуда*. И так показывается доступная в этой духовной вертикали радость.

Фаза пути. Вертикалью дело не ограничивается, утешение позаботилась и о горизонтали земного пути. Было бы нереалистично в деле духовного исцеления рассчитывать на разовую акцию. Старец готовит горящую к долгому пути материнского плача и рисует его душевный итог — «тихую радость»⁶.

⁶ Не менее важно и практическое наставление вернуться домой к мужу, показывающее холистичность душепопечения — исцелению подлежит и духовное состояние горящей, и душевное ее состояние, и ее бытовая устроенность, и ее семья. Только начавшийся процесс душевного и духовного выздоровления слишком хрупок, не может держаться ослабленной волей и переменчивым настроением, он должен быть закреплен материальным поступком (возврат в семью) и повседневным укладом.

Суммарный образ духовной психотерапии — **молитвенная лестница переживания**. Старческое утешение прямо не учит здесь молитве, но оно выстраивает для процессов переживания и молитвы духовную лестницу, нижней ступенькой которой становится скорбь, безутешность, отчаяние, а верхней — духовная радость. Душевное переживание не отвергается и даже не усекается, оно бережно принимается все без остатка, но вводится в духовную вертикаль, где само естественное движение переживания начинает совершать духовную преобразующую работу.

Чтобы переживание могло такую работу совершать, оно должно быть предварительно вылечено в своем естестве. Вылечено, поскольку само это переживание являло собой болезненный тип горя, по описанию Ф.М. Достоевского, — горе «надорванное», ушедшее в «причитывания»⁷. В нашей специальной терминологии это означает, что были почти полностью заблокированы процессы плана осмысления, переживание «не знало себя», скорбящая не могла осуществлять «акт вникания», обеспечивающий обмен содержаниями между планом непосредственного переживания и планом осмысления, и оттого переживание вращалось в дурной бесконечности непосредственного чувствования, сохраняя хоть какую-то динамику (разумеется, патологическую) лишь за счет возвратных обострений душевной боли. Акт вникания совершил за скорбящую старец. Он сострадательно чувствовался в жизненный смысл горя, нашел в Священном Писании точный символ переживания («Рахиль плачет о детях своих и не может утешиться, потому что их нет»), тем самым восстанавливая «кровоток» смыслов в теле переживания. И только после

⁷ «Но есть горе и надорванное: оно пробьется раз слезами и с той минуты уходит в причитывания. Это особенно у женщин. Но не легче оно молчаливого горя. Причитания утешают тут лишь тем, что еще более растравляют и надрывают сердце. Такое горе и утешения не желает, чувством своей неутолимости питается. Причитания лишь потребность раздражать беспрерывно рану» (Ф.М. Достоевский, «Братья Карамазовы»).

этого стала возможной описанная выше духовная прививка молитвы к переживанию и включение его в цикл молитвенных актов.

Этот тип утешения в отличие от предыдущего может быть назван **«духовно-участливым»**.

«Духовно-нормативный» тип — это утешение без утешения, ему не хватает человеческого тепла. Оно проходит мимо переживания. Его бытовой прототип: «Ушиб коленку? Сам виноват». «Духовно-участливое» утешение сострадательно погружается в душевное переживание, а затем воздвигает духовную лестницу, движением по которой человеческое переживание может претворяться в молитву и тем преображаться.

Это утешение заслуживает именованья духовной психотерапии. Если формула психоаналитической психотерапии — «На место Оно должно стать Я», то формула духовной психотерапии такова: «На место переживания должна прийти молитва». Прийти, но не заместить его. Не *вместо* переживания, а *в месте* переживания должна быть затеплена лампада молитвы, она должна гореть *вместе с* переживанием. Само переживание будет при этом переплавляться, перерождаться в молитву, как масло, поднимаясь по фитильку, становится огнем.

ФОРМЫ СОЧЕТАНИЯ ПЕРЕЖИВАНИЯ И МОЛИТВЫ

Всматриваясь в описанные типы духовного утешения, можно выдвинуть общий тезис, что всякое утешение явно или неявно исходит из неких антропологических предпосылок, в частности определяющих и представление о том, как должны быть устроены отношения между переживанием и молитвой. Утешение не только исходит, но и формирует особый тип таких отношений, который может затем закрепляться в душевном организме человека и далее функционировать как особый функ-

циональный орган, высшая психическая функция. Какие именно формы сочетаний переживания и молитвы складываются в результате этих и других влияний — вопрос чрезвычайно важный для синергичной психотерапии как клинической, опытно-практической дисциплины. Ведь она встречает человека с уже сложившимся типом переживания, образом молитвы и отношениями между ними и должна учитывать эту реальность.

Задача описания и классификации форм сочетания процессов переживания и молитвы может быть решена только специальным клинико-эмпирическим исследованием. Здесь же, подходя к завершению данной работы, можно лишь попытаться приблизительно, с помощью метафор наметить некоторые типы сочетаний между переживанием и молитвой.

1. «Параллель». В приведенном выше примере из кинофильма старуха, наставлявшая дочь в «правильной» молитве, по существу требовала от нее параллельного, непересекающегося существования переживания и молитвы. Одно дело — твоя низменная, обыденная, греховная жизнь и связанные с нею переживания, и совсем другое — святая молитва. Она должна быть чиста от всех житейских мелочей, от всего душевного, земного и потому грязного. Такая молитва, как священник из евангельской притчи о добром самарянине (Лк 10: 30—37), постарается пройти мимо израненной, скверного вида жизни, боясь и самой испачкаться, оскверниться. Своей духовной отрешенностью она постоянно предает жизнь, бросает ее, оставляет на произвол судьбы. Хотя эта молитва руководствуется, как ей кажется, духовным порывом к чистоте, праведности, благочестию, но в ней незаметно совершается опасная духовная подмена. А именно: аскетическая задача отречения от мира мыслится не как средство и ступень подвига, а как самоценность, и потому вместо установки на освобождение от рабства миру складывается установка на отказ от дара жизни.

Особая опасность такого образа молитвы в том, что, усыпляя совесть внешней благочестивостью, она, с одной стороны, грозит обернуться состоянием *преlestи*, т.е. ложным ощущение

нием особых благодатных даров, а с другой — оставляет переживание беспомощным и подталкивает его к тому, чтобы стыдиться самого себя, самого факта существования, к тому, чтобы уйти с глаз долой, скрыться в бессознательном и проявляться потом то в болезни, то в пьянстве, то в неожиданных взрывах страстей.

2. «Поземка». Иногда, соединившись с молитвой, переживание порабощает молитву, подчиняет ее своей логике, ритму, задачам, пытается использовать молитву как подручное средство и начинает относиться к ней как к магическому заклинанию, тем самым лишая молитву ее крыльев, ее свободы, ее открытости Богу, ее способности быть окном, через которое благодатные энергии проникают в переживание и жизнь. Судьба такой молитвы печальна, она смотрит себе под ноги и, в конце концов, может редуцироваться вплоть до речевых или даже двигательных автоматизмов, до мимолетных вкраплений в обычное переживание (вздохи «О Господи!», возведение глаз вверх и т.п.), почти ничего не меняющих в процессе переживания.

Однако и в этом, крайнем, случае нельзя полностью отрицать значения молитвы, ибо даже такая, бессознательная, произвольная, бескрылая и закрытая молитва все же остается призыванием Бога и потому в порядке духовной объективности может каким-то образом повлиять на переживание и на жизнь (см.: *Флоренский*, 1977, с. 191—192).

Этот тип соединения переживания и молитвы при всей его приземленности все же более перспективен в духовном отношении по сравнению с параллельным их существованием, поскольку, чтобы перейти от него к подлинной молитве, не требуется преодолевать барьер ложного благочестия.

3. «Конфликт». Зародившаяся в ходе переживания молитвенная установка может вступить с переживанием в напряженное противостояние, в котором молитва и переживание будут бороться друг с другом за право определять весь душевный процесс. Они могут дискредитировать ценности друг друга,

спорить о том, как понять смысл ситуации, каким именем назвать те или чувства и отношения, чему верить, на что уповать, чего желать и т.д. Душа может ежеминутно менять свои состояния, переходя от одной крайности к другой. Несмотря на драматизм таких отношений и их опасность, а может быть, и благодаря этому драматизму, в подобном соединении переживания и молитвы много плодотворных духовных возможностей, возможностей того, что действительно живое, жизненное, искреннее человеческое чувство, не расплескав ни капли душевной энергии, преобразится, внутренне переплавится в духовное движение.

4. «Организм». Переживание может перерасти в молитву и органически соединиться с нею; в таком духовно-душевном организме происходит переплавление, преобразование душевного в духовное, причем без ухода в спиритуальность, с просветлением самой ткани душевного процесса.

Переживание опосредствуется молитвой, и как всякое средство молитва преобразует форму и строй процесса переживания изнутри. Переживание в этом смысле может изменить свой культурный тип, поскольку оно попадает в сильное символическое и энергичное поле молитвы, где происходит интенсивный «культурный» процесс, который не попирает все спонтанное и «природное», но освобождает от одних культурных форм и обогащает другими. Весь культ накопленный опыт молитвы входит в материю душевной жизни и открывает в ней самой, а не привносит извне, таинство Царства («Царствие Божие внутри вас есть» — Лк 17:21). Но не только новое соединение спонтанно-природного и «культурного» осуществляется в таком организме переживания-молитвы, но и соединение индивидуального, личного и общего, вселенского. Переживание в молитве перестает быть моим частным, одиноким делом, а становится в пределе актом соборным, имеющим не локально-субъективное, а космическое и онтологическое значение (Выгодский, 1916; Флоренский, 1977, с. 136–138).

Данная типология форм сочетания переживания и молитвы, конечно, не учитывает множества нюансов, которые неизбежны при соединении двух сложных по структуре процессов. Кроме того, она заведомо не полна, хотя бы потому, что следует принятому во всем этом тексте стратегическому направлению «от переживания к молитве» и оставляет в стороне другое направление — «от молитвы к переживанию». Поэтому за пределами типологического рассмотрения остаются многие формы, которые рождает аскетическая практика, где первичным, инициативным процессом является молитва, а процессы переживания запускаются самим ходом движения молитвы, и далее все отношения между процессами осуществляются в контексте и на почве молитвенного делания. Но, несмотря на очевидные изъяны, попытка первичной типологизации исследуемой области всегда важна, поскольку дает зримые ориентиры практическому разуму.

Нам остается кратко суммировать логику всей книги. Парадигматические сдвиги в истории психотерапии знаменуются сменой психотерапевтических «упований». Последнее из них, утвердившееся как доминирующее к 60-м годам минувшего столетия, выражается категорией переживания. Ключевой принцип нынешнего этапа развития мировой психотерапии заключается, на наш взгляд, в сознательном философском самоопределении психотерапевтических школ по отношению к религии, поскольку, по блестящей формулировке К. Ясперса, данной еще на заре психотерапевтической эры, именно «религия (или ее отсутствие) определяет цели психотерапевтического воздействия» (Ясперс, 1997, с. 945). Процесс такого самоопределения (хотя порой и недостаточно «сознательно-философского») уже интенсивно идет в зарубежной психотерапии, приобретая самые разнообразные формы от резкого отвержения религиозного сознания и церковных институтов¹ до некритических форм слияния и ложных взаимоподмен. Отечественная наука способна внести в этот процесс принципиальный вклад, но лишь при условии вовлечения в философско-методологический оборот как наших культурных, духовных, философских традиций, так и традиций научно-психологических. Таков историко-научный контекст задачи построения психотерапии на основе синергийной антропологии (Хоружий, 1995, 1998). В синергийной психотерапии главным «упованием» становится категория молитвы. Отсюда первый

¹ В этом — продолжение отчетливо атеистической традиции З. Фрейда.

шаг и исходная задача всего нашего исследования — сопоставить категории переживания и молитвы.

Решение этой задачи осуществлялось на территории общей психологии. Логика дела потребовала вовлечь в рассмотрение еще одну категорию — деятельности. Общим результатом рассмотрения был вывод, что деятельность, переживание и молитва, являясь самобытными, незаменимыми, несводимыми друг к другу конститутивными формами жизненной активности человека, могут вступать друг с другом в разнообразные отношения, которые существенно влияют на каждый из этих процессов. Методологический анализ категориальной триады *деятельность — переживание — молитва* порождает целый спектр важных и плодотворных теоретических задач, но в данном исследовании было выбрано лишь одно направление — изучение переходов процесса переживания в молитву и последствий таких переходов для переживания.

Далее следовал основной блок общепсихологического анализа, в котором рассматривалось влияние молитвы на переживание при трех различных фокусировках молитвы — на переживаемых обстоятельствах, на самом процессе переживания и, наконец, на личности. Исследование показало, что переживание и молитву в их взаимоотношениях нужно мыслить как две сложные структуры, которые могут «срачиваться» между собой разными элементами, взаимодействовать на разных уровнях, опосредовать друг друга и образовывать различные по форме душевно-духовные «функциональные органы».

В ходе акта «приемки — сдачи» этих результатов заказанного общепсихологического исследования потребовалось сформулировать методологические черты самого заказчика, синергийной терапии (статус «примыкающей стратегии», «психотехническое» устройство), что сразу же побудило к формулировке следующих общепсихологических задач, учитывающих эти черты. Была поставлена проблема участия другого в переживании и молитве субъекта, а главное учас-

тия другого в сопряжении переживания и молитвы. Культура утешения вообще, но в особенности опыт духовного утешения, были определены как релевантный эмпирический материал.

Культура утешения, в самом деле, — богатейшее опытное поле для культурно-исторического исследования, которое по своему составу и имманентному дискурсу наиболее соответствует участной методологии, характерной для психотехнического мышления (см.: *Генисаретский*, 1979; *Пузырей*, 1986; *Василюк*, 1992).

Духовное утешение формирует у человека тот или другой тип сочетания процессов переживания и молитвы. В конце нашего исследования была поставлена задача систематизации эмпирических форм сочетания переживания и молитвы и сделана первая проба их классификации. В связи с этим была сформулирована третья методологическая черта синергийной психотерапии — ее клинический характер.

Таким образом, начинает проступать методологический облик синергийной психотерапии. Если ее первая черта, то, что она является **«примыкающей стратегией»**, определяет ее отношения с Православной духовной традицией, если вторая черта, **«психотехничность»**, определяет отношения с психологией и задает эпистемологический тип, то последнее свойство, **«клиничность»**, указывает на характерные отношения синергийной психотерапии с практическим опытом — открытость этому опыту, доверие прецедентному мышлению, ценность отдельного случая.

Проделанное теоретическое движение открывает целый веер дальнейших перспективных исследований. Это, во-первых, прямое продолжение сопоставительного анализа переживания и молитвы, но теперь с обратной стороны, со стороны переходов от молитвы к переживанию. Изучение молитвенной культуры переживания — так можно сформулировать эту исследовательскую задачу. Во-вторых, сопоставление деятельности и молитвы как общепсихологических кате-

горий. В-третьих, теоретическое осмысление тех инноваций в теорию переживания, которые стимулированы ее встречами с категорией молитвы. Четвертое — изучение различных культурных традиций утешения, прежде всего духовного утешения. И, наконец, пятое — рефлексия опыта христианского консультирования и пастырского душепопечения с помощью полученных в данном исследовании теоретических средств и с перспективой построения синергийной психотерапии.

- Абаев Н.В. Чань-буддизм и культура психической деятельности в средневековом Китае. Новосибирск: Наука, 1983.
- Аверинцев С.С. Как служит Богу поэзия: Доклад на Конференции памяти отца Александра Меня (Москва, 7 сент. 1998 г.).
- Антоний, митрополит Сурожский. Церковь и Евхаристия // Новая Европа. 1994. № 5. С. 35–50.
- Антоний, митрополит Сурожский. Беседы о молитве. СПб.: Сатисъ, 1996.
- Антоний, митрополит Сурожский. Может ли еще молиться современный человек? Клин: Фонд «Христианская жизнь», 1999.
- Антоний, митрополит Сурожский. Школа молитвы. Клин: Фонд «Христианская жизнь», 2000.
- Бахтин М.М. Эстетика словесного творчества. М.: Искусство, 1979.
- Бердяев Н.А. Философия свободного духа. М.: Республика, 1994.
- Василюк Ф.Е. Психология переживания. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984.
- Василюк Ф.Е. Уровни построения переживания и методы психологической помощи // Вопросы психологии. 1988. № 5. С. 27–37.
- Василюк Ф.Е. От психологической практики к психотехнической теории // Московский психотерапевтический журнал. 1992. № 1. С. 15–32.
- Василюк Ф.Е. На подступах к синергийной психотерапии: история упований // Московский психотерапевтический журнал. 1997а. № 2. С. 5–24.
- Василюк Ф.Е. Методика психотерапевтического облегчения боли // Московский психотерапевтический журнал. 1997б. № 4. С. 123–146.
- Василюк Ф.Е. Методологический анализ в психологии. М.: Смысл; МГППУ, 2003.
- Виндельбанд В. От Канта до Ницше. М.: Канон-пресс; Кучково поле, 1998.
- Выгодский Л.С. Траурные строки (День 9 ава) // Новый путь. 1916. № 27.
- Генисаретский О.И. Проблемы ценностного самосознания. М., 1979 (рукопись).
- Григор Нарекаци. Книга скорбных песнопений. М.: Наука, 1988.
- Гриц И.Я. Удивление как основа преподавания Священного Писания // Нарния. Служение детям. 2004. № 2. С. 12–15.
- Джеймс У. Многообразие религиозного опыта. М.: Наука, 1993.
- Ильин И.А. Аксиомы религиозного опыта. М.: Рарогъ, 1993.
- Иоанн Лествичник, преп. Лествица. Сергиев Посад: Свято-Троицкая Сергиева Лавра, 1991.
- Иоанн Златоуст. Творения святого отца нашего Иоанна Златоуста. Т. 7. Кн. 1. СПб.: Издание Санкт-Петербургской Духовной Академии, 1901.
- Кант И. Сочинения: В 6 т. Т. 4, ч. 1. М.: Мысль, 1965.
- Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Политиздат, 1975.
- Мамардашвили М.К. Форма превращенная // Философская энциклопедия. Т. 5. М., 1970. С. 386–389.
- Мотовилов Н.А. Беседа преподобного Серафима Саровского о цели христианской жизни с симбирским помещиком и совестным судьей Николаем Александровичем Мотовиловым // Преподобный Серафим Саровский и его советы: Сборник. М.: Русский Духовный Центр, 1993. С. 58–96.
- Магдалена Иисуса. Иисус Владыка невозможного. М., 1993.

- Московский психотерапевтический журнал. 2003. № 3. (Спецвыпуск по христианской психологии.)
- Московский психотерапевтический журнал. 2004. № 4. (Спецвыпуск по христианской психологии.)
- Московский психотерапевтический журнал. 2005. № 3. (Спецвыпуск по христианской психологии.)
- Нил Сорский, преп. О борьбе с грехом и страстями по учению преподобного Нила Сорского. Псков: Свято-Успенский Псково-Печерский монастырь, 1993.
- Пестов Н.Е. Современная практика православного благочестия: В 2 т. СПб.: Статисъ, 1999.
- Плутарх. Слово утешения к жене // Московский психотерапевтический журнал. 1994. № 4. С. 149—156.
- Пузырей А.А. Культурно-историческая теория Л.С. Выготского и современная психология. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1986.
- Роджерс К. Искусство консультирования и психотерапии. М.: Эксмо; Апрель Пресс, 2002.
- Сартр Ж.-П. Очерк теории эмоций // Психология эмоций. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. С. 120—138.
- Скурат К.Е. Христианское учение о молитве и ее значении в деле духовно-нравственного совершенствования // Богословские труды. Сб. 33. М., 1997. С. 5—62.
- Соловейчик Й.-Д., рав. Молитва как диалог // Сидур. «Врата молитвы». Иерусалим; М.: Маханаим; Сифрият Бейт-эль; Институт изучения еврейских рукописей в России, 1994. С. XXX—XXXIV.
- Спиноза Б. Этика // Избранные произведения: В 2 т. Т. 1. М.: Госизд-во полит. лит., 1957. С. 359—619.
- Старец Силуан. Жизнь и поучения. М.: Воскресение, 1991.
- Столин В.В. Самосознание личности. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1983.
- Тиллих П. Избранное: теология культуры. М.: Юрист, 1995.

- Трубецкой Е.Н. Этюды по русской иконописи // Избранные произведения. Ростов н/Д.: Феникс, 1998. С. 338—441.
- Узнадзе Д.Н. Психологические исследования. М.: Наука, 1966.
- Флоренская Т.А. Я — против «я». М.: Знание, 1985.
- Флоренская Т.А. Диалог в практической психологии. М.: Институт психологии АН СССР, 1991.
- Флоренский П., свящ. Столп и утверждение истины. М.: Типографии А.И. Мамонтова, 1914.
- Флоренский П., свящ. Из богословского наследия // Богословские труды. Сб. XVII. М.: Издание Московской Патриархии, 1977. С. 85—248.
- Флоренский П.А. Имена. Харьков: Фолио; М.: АСТ, 2000.
- Хоружий С.С. Диптих безмолвия. Аскетическое учение о человеке в богословском и философском освещении. М.: Центр психологии и психотерапии, 1991.
- Хоружий С.С. Аналитический словарь исихастской антропологии // Синергия. Проблемы аскетики и мистики Православия. М.: Изд-во Ди-Дик, 1995. С. 42—150.
- Хоружий С.С. К феноменологии аскезы. М.: Изд-во гуманитарной литературы, 1998.
- Хоружий С.С. О старом и новом. СПб.: Алетейя, 2000.
- Хоружий С.С. Опыты из русской духовной традиции. М.: Издательский дом «Парад», 2005.
- Черных П.Я. Историко-этимологический словарь современного русского языка: В 2 т. М.: Рус. яз., 1999.
- Чуковский К.И. От двух до пяти. Киев: Госиздат детской литературы УССР, 1958.
- Якобсон Р. Лингвистика и поэтика // Структурализм: «за» и «против». М.: Прогресс, 1975. С. 193—230.
- Ясперс К. Общая психопатология. М.: Практика, 1997.
- Языкова И.К. Богословие иконы. М.: Общедоступный Православный университет, 1994.

- Gendlin E.T. Experiencing and the Creation of Meaning. N. Y.: Glencoe Free Press, 1982.
- Gordon T. Parent Effectiveness Training. N. Y.: New American Library, 1975.
- Mindell A. Working with the Dreaming Body. N. Y.; L.: Rutledge & Kegan Paul, 1985.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
Переживание — молитва — деятельность:	
сопоставление категорий	5
Феноменологическая основа	6
Доминирующая направленность	8
Феноменологическая константа	10
Молитва в мире переживания	16
Порождающие ситуации	17
Фокусировка молитвы на переживаемых обстоятельствах	26
Фокусировка молитвы на процессе переживания	30
План непосредственного переживания	30
План выражения	32
План осмысления	98
Фокусировка молитвы на личности	144
Имя	145
Ценности и мотивы	152
Покаяние	157
Образ <i>Я</i>	160
Переживание — утешение — молитва	163
Методология исследования	163
Два типа утешения	169
Формы сочетания переживания и молитвы	177
Заключение	182
Литература	186

Научное издание

Василюк Федор Ефимович

ПЕРЕЖИВАНИЕ И МОЛИТВА

Опыт общепсихологического исследования

Директор издательства *Д.А. Леонтьев*

Редакторы *В.Г. Щур, Т.П. Толстова*

Макет *О.В. Кокоревой*

Художник *Б.Е. Котырев*

Издательство «Смысл» (ООО НПФ «Смысл»)

103050, Москва-50, а/я 158

Тел./факс (095) 195-3713, 189-9588

e-mail: info@smysl.ru

<http://www.smysl.ru>

Лицензия ИД № 04850 от 28.05.2001

Подписано в печать 27.11.2005. Формат 80×100/32
Бумага офсетная. Гарнитура Literaturnaya. Печать офсетная
Усл. печ. л. 7,74. Тираж 2000.