

# Духовник, психиатр, ПСИХОЛОГ...

Под влиянием греха живая человеческая душа, не потерявшая совесть, испытывает чувство вины, печаль, мучение и потребность освободиться от греха. Верующий человек идет за помощью в церковь, обращается к духовно-опытному человеку. Он испытывает духовную боль и страдание, а иногда несет и физические последствия греха. Пред духовником, а также и пред психиатром, если он верующий человек, стоит первая задача - поставить "духовный диагноз", т. е. необходимо определить, что в этих страданиях человека имеет непосредственную духовную причину и подлежит лечению духовному. Одновременно надо установить, что в его переживаниях оказывается проявлением душевной болезни, имеющей причину в нарушениях мозговой деятельности или всего организма, а потому требует врачебной компетенции.

Дмитрий Евгеньевич Мелехов

# Зачем психология православному?

1. Тяга к знаниям, творчеству (экзистенциал христианской антропологии) – вечный мотив страждущей души.
2. Знание о себе (Все испытывайте, хорошего держитесь (1-е Посл. К Фесаллон. Гл.5) (Ап.Павел);
3. Психология – современный язык современного че-ка, более понятен, чем язык богословия («бить врага его же оружием»);  
Совр. че-к рационален и современная психология – так же, она **подводит** его к мистическому (духовному)
4. Психология – мост между духом и душой с телом;
5. Богословские истины – ориентир и цель, психологические законы-способ и путь;
6. Язык психологических теорий легко адаптирует и амплифицирует (проясняет) святоотеческий опыт

# Зачем психология православному?

7. Содержание психологических теорий, результаты исследований, выявленные закономерности - подтверждают, раскрывают и углубляют Евангельские истины, святоотеческий опыт;

8. Святоотеческая психология задает «новый импульс», открывает в новой перспективе и разъясняет старые забытые и непонятные современному человеку законы жизнеустройства человека, семьи, коллектива, детей, и. т. д.

Святоотеческая психология – часть наследия святоотеческого учения в современном варианте изложения, учитывающая культурные и соц. факторы

9. Психология души – это последняя граница перед духовным знанием, не понимая душу, трудно приблизиться к духу

Путь до храма для большинства сложен, а к психологу обращаются многие. Вот это и есть важнейшая задача православной психологии – выстраивание

# Зачем психология православному?

***«Кто хочет знать душу, — обратись к святым Отцам, особенно подвижникам, и черпай из сего источника обильно психологическую мудрость»*** (Св. Феофан Затворник, Воплощенное домостроительство. Опыт христианской психологии).

Задача психологии — определить значение человека и значение его способностей . Отыскать это значение – значит понять замысел Божий об этих предметах и дать им правильное место в жизни.

**Христианская психология** имеет своей целью познание души, определение значения человека и его способностей [Феофан Затворник, свт. Начертание христианского нравоучения].

# Свт. Феофан Затворник о христианской психологии

Опыт христианской психологии основывается на учении о человеке в православной антропологии, аскетической практике, самонаблюдении святых подвижников, личном самонаблюдении и опыте светской психологии.

Опыт христианской психологии свт. Феофана - анализ описания человеческой природы в состоянии

- первозданного Адама, (состояние идеала);
- в состоянии после греха и во грехе, (падшее естество);
- под благодатью (норма);

Современные концепции – занимаются описанием какого либо определенного этапа

# Что может представитель святоотеческой психологии?

1. Подготовить человека к осмыслению себя и своей жизни в контексте христианских истин; (понять и принять себя)
2. Помочь бороться с преградами на пути к воплощению христианских истин в реальную жизнь; (преодолеть себя)  
- В этом единая задача священника и психолога
3. Подтвердить возможные перспективы к изменению себя и своей жизни в нравственном, духовном направлении; (ориентировать себя)

# Митрополит Антоний Сурожский Ступени. О болезни душевной и телесной

Психические состояния в значительной мере зависят от того, что происходит физиологически с точки зрения физики, химии в нашем мозгу и в нашей нервной системе. Поэтому каждый раз, когда человек заболевает психически, это нельзя приписывать злу, греху или бесу. Очень часто это бывает вызвано скорее каким-то повреждением в нервной системе, чем наваждением бесовским или результатом такого греха, который человека оторвал от всякой связи с Богом. И тут медицина входит в свои права и может очень многое сделать.

# Пример: мудрость старца - аналог когнитивной психотерапии

«Что есть депрессия? Комбинация мыслей. Человек комбинирует одно, другое, третье... Размышляет: будет то, будет это... Надо перестать гадать, как и что будет. Мы все ломаем голову, как же все будет - так или эдак.

А Господь устраивает в итоге все вообще по-другому. И что тогда мы тратили нервы и переживали?»?

**Старец Фаддей Витовницкий**

**И всё же очень трудно достигнуть меры взаимоотношений с Богом, не имея взаимоотношений с людьми. Мы нуждаемся в подтверждении и со стороны себе подобных, что мы не бесполезны в этом мире. Поэтому невозможно избавиться от депрессии без той безусловной любви, которой не нужно ничего взамен, которая тебя не судит и не обвиняет, а принимает и покоит.**

Иеромонах Пантелеимон (Шушня)



# Преподобный Паисий Святогорец

Если у человека есть своеволие, самоуверенность и самоугождение, то, и будучи умным даже семи пядей во лбу, он будет страдать постоянно. Он запутывается, связывает себя по рукам и ногам, у него возникают проблемы. Чтобы найти свой путь, он должен раскрыть свое сердце какому-то духовнику и смиренно попросить его о помощи. Однако некоторые вместо духовника идут к психиатру. Если **психиатр окажется верующим**, то он приведет их к духовнику. А неверующий психиатр ограничится тем, что даст им **какие-нибудь таблетки**. Однако сами по себе таблетки проблемы не решают.

# Жизнь, психология, человек...

Человек, который не настолько поражен гордыней, понимает, что жизнь – это школа, в которой он является учеником; понимает, что есть какие-то стартовые условия, с которыми он в эту школу вошел, и теперь надо просто заботиться о том, чтобы стать лучше, опытнее. Человек осознает, что нужно концентрироваться не на том, каким он стал, а на том, чего ему еще не хватает, – но это не вызывает чувства ущербности, ощущения неудачности выбранного пути, потому что, как правило, такой человек имеет помимо необходимого стремления учиться еще и терпение, а оно неразрывно связано со смирением. А те, кто имеет проблемы с заниженной самооценкой, вроде и хотят быть гораздо лучше, чем они на самом деле есть, но при этом **ничего не готовы для этого делать**. Психологам надо бы таким людям не самооценку повышать, а объяснить, что такое жизнь и как ею жить. Однако ощутимая доля представителей этой профессии работает даже не на культ успешности, который столь развит сегодня в нашем обществе, а в большей степени на самих себя. В современном мире психолог, особенно в западной традиции, – это человек, который замыкает на себя свою клиентскую базу и становится своего рода костылями, без которых пациенты просто не могут по жизни двигаться. Хотя на самом деле психолог должен был бы помочь человеку правильно на себя взглянуть, разобраться, что у него в жизни не так, и на этой основе уже свою жизнь строить.