

Лечение табакокурения как страсти в православной психотерапии

На сегодняшний день зависимости разного типа остаются одним из самых популярных запросов в психотерапии. Причем обычно не делается глубоких различий между химическими (алкоголизм, наркомания и т.п.) и эмоциональными (трудоголизм, сексоголизм, и т.п.) зависимостями. Автор данной статьи ставит задачей на примере табакокурения показать, как православная психотерапия может помочь справиться с этим видом зависимости.

Объектом анализа данной статьи стало табакокурение как страсть в призме толкования православной психотерапии, предметом анализа — методы избавления от данного вида страсти. Аддиктивное поведение опасно тем, что жизнь человека постепенно начинает определять объект этой зависимости, что в конечном итоге и вовсе разрушает его жизнь. Православная психология базируется на учениях святых отцов, согласно которым человек с помощью Бога сможет преодолеть любую страсть. Цель исследования — показать, какие методы православной психотерапии на основе писаний святых отцов использует в лечении аддикций, в точности табакокурения,

В православной психотерапии принято считать, что подлинное избавление от душевной скорби происходит исключительно путем покаяния, а оно требует затратить духовные усилия [1]. Консультация в этом виде психотерапии – это изначально «встреча во Христе», даже если клиент атеист. Православный психотерапевт не занимает место священника, но проводит первоначальный этап «исповеди», того самого «покаяния», которое необходимо, чтобы клиент принял свою проблему. «Психотерапия, состоящая в словесном, вернее, духовном воздействии на больного, – общепризнанный, часто дающий прекрасные результаты метод лечения многих болезней» [2]. Здесь стоит сделать акцент именно на духовном воздействии, так как словесное воздействие психолога не даст такого эффекта, как одухотворенное, что подразумевает определенную степень духовного развития православного психолога-консультанта.

Следующий этап — это показать клиенту, что во многих случаях поведением человека движут страсти. Страстью святые отцы определяют различные болезни души, причем они могут быть как телесными, так и душевными, ведь человек соединяет в себе эти два начала. «Ясно границу между ними провести трудно, так как «эпицентр» всех страстей находится в душе» [5]. Именно страсти в своей глубинной основе подталкивают человека к греховным поступкам. «Если человек побежден страстями, то душа его оскверняется, ум мертвоет, воля оказывается бессильной. Святые отцы это состояние называют вторым идолопоклонством» [1].

Основная задача психотерапевтических сеансов — сформировать у клиентов определённое отношение к вредной привычке, а именно рассмотреть ее как

греховный недуг, затрагивающий как тело, так и душу. В такой работе православный психолог подводит клиента к осознанию психологических механизмов страсти, которая может затем привести к болезни. Многие понимают, что страсть к курению это распущенность тела, но это также свидетельствует о распущенности души. «Без чистоты от страстей душа не врачуется от греховных недугов, и не приобретает славы, утраченной преступлением»[6].

Святые отцы считают, что грех курения это противоестественная страсть, так как человек постоянно отравляет себя ядом, что не является естественной потребностью тела. Курение для здоровья пагубно, а так как данные Богом жизнь и здоровье — это дар, то сокращать продолжительность отведённого времени является серьёзным грехом. Также человек, не способный преодолеть страсть к курению, вредит здоровью окружающих. «Все страсти являются камнями преткновения на нашем пути к спасению. По своему происхождению природа человека как творение Премудрого Бога, как образ и подобие Его, обладает совершенством. <...> Пока человек находится в плену страсти, душа его не может восстановить искажённый образ и вернуть первоначальное богоподобие» [3].

Великий старец Амвросий Оптинский советует, как побороть недуг курения, говоря, что стоит только осознать степень вреда табака для души и тела, понять, что он играет роль в расслаблении души, а также умножении и усилении страстей, омрачении ума и медленном разрушении здоровья тела., как преодолеть страсть становится легче. Именно в таком инсайте для человека и состоит задача православного психолога, работающего со спектром зависимостей. Старец отмечает, что курильщик становится раздражительным и тоскует, как следствие пагубной привычки. «Советую вам употребить против этой страсти духовное врачевство: подробно исповедайтесь во всех грехах, с семи лет и за всю жизнь, и причаститесь Святых Таин, и читайте ежедневно, стоя, Евангелие по главе или более; а когда нападёт тоска, тогда читайте опять, пока не пройдет тоска; опять нападёт и опять читайте Евангелие. — Или вместо этого кладите, наедине, по 33 больших поклона, в память земной жизни Спасителя и в честь Святой Троицы». [4]

Задача психологов, выбравших направление православной психотерапии или «душепопечительства», — возродить духовные традиции в психологии. Держась православной веры и делясь ею с нашими клиентами, любя их и нося их тяготы, православный психолог сможет вывести клиента из духовного тупика, который не смогли бы разрешить специалисты других направлений психологии.

Источники и литература:

- 1) Авдеев Д. А., Невярович В. К. Нервность: ее духовные причины и проявления / <https://www.xpa-spb.ru/libr/Avdeev/nervnost.html>
- 2) Особенности православного подхода в психотерапии. // Церковный Вестник № 23 (372), декабрь 2007.

- 3) Священник Афанасий Гумеров, насельник Сретенского монастыря. Почему курение является грехом? // 1115 вопросов священнику. 2009. М.: Издательство Московского Сретенского ставропигиального мужского монастыря.
- 4) Симфония по творениям преподобного Амвросия, старца Оптинского. – Изд. 2-е. - М.: ДАРЪ, 2007. - 352 с
- 5) Добротолюбие. Т.2, Свято-Троицкая Сергиева Лавра, 1993, с. 371.
- 6) Преподобный Исаак Сирин Ниневийский. Слова подвижнические. – СТСЛ, 2008г.