



ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ЛИГА

№ 4 (125) АПРЕЛЬ–2013 • ОФИЦИАЛЬНЫЙ ОРГАН ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ЛИГИ

СОБЫТИЯ

Европейская Ассоциация Психотерапии
Азиатская Федерация Психотерапии
Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига

ГЛАВНОЕ СОБЫТИЕ ДЕСЯТИЛЕТИЯ ПЕРВЫЙ ОБЪЕДИНЁННЫЙ ЕВРОАЗИАТСКИЙ КОНГРЕСС «ПСИХОТЕРАПИЯ БЕЗ ГРАНИЦ: ПРОШЛОЕ, НАСТОЯЩЕЕ И БУДУЩЕЕ» Россия. Июль 2013

Наш конгресс – большой праздник психотерапии. Первый объединённый конгресс двух континентальных профессиональных сообществ – Европейской ассоциации психотерапии (ЕАП) и Азиатской федерации психотерапии (АФП).

Мероприятия конгресса пройдут по всей России.

Центральные события состоятся в Москве 5–7 июля. В их числе – пленарные лекции, пленарные и секционные заседания, симпозиумы, конференции, круглые столы, мастер-классы, психотерапевтический бал.

Тренинги и семинары конгресса объединены в декадник – легендарную российскую форму интенсивного погружения в мир психотерапии.

После завершения конгресса в ряде городов России будут проводиться декадни, конференции, встречи с участием российских и зарубежных психотерапевтов.

Главным же событием явится психотерапевтическое путешествие по самой длинной в мире железной дороге – Транссибирской магистрали из Москвы во Владивосток.

Первый открытый материковый евроазиатский Конгресс готовится принять психотерапевтов со всего мира!

Мы приглашаем всех профессиональных психотерапевтов, психологов, консультантов, а также всех, кому интересен необъятный мир психотерапии, принять участие в событиях Конгресса!

События преконгресса

1–4 июля. Санкт-Петербург:

«Окно в Европу». Психотерапевтический туризм

В программе:

- Вечерние конференции, круглые столы и дискуссии.
- Экскурсии: «Реки и каналы Санкт-Петербурга» с посещением исторических мест, «Санкт-Петербург Достоевского», Екатерининский дворец, Петродворец и его фонтаны.
- Гала ужин. Неформальное общение.
- Тренинги и семинары

Стоимость участия при оплате до 01 апреля 2013 года эквивалент 290 Евро, до 01 мая – эквивалент 295 Евро (стоимость проживания в гостинице и обедов не включена в программу. Регистрация участников тренингов проводится отдельно).

Оргкомитет в Санкт-Петербурге:

Инга Румянцева — Ing900@yandex.ru, +7 (911) 221-33-32.

2–4 июля. Москва:

Объединённый Евроазиатский декадник по психотерапии

Часть I:

Декадник для специалистов из России, стран Европы, Азии и других континентов с участием ведущих тренеров из разных стран.

Стоимость участия при оплате до 01 апреля 2013 года эквивалент 240 Евро, до 01 мая эквивалент 245 Евро

Объединённый евроазиатский конгресс по психотерапии

(19 конгресс Европейской ассоциации психотерапии и 7 Паназиатский конгресс Азиатской федерации психотерапии)

«Психотерапия без границ. Прошлое, настоящее и будущее!»

5 июля	6 июля	7 июля
Торжественная церемония открытия конгресса	Пленарные доклады	Пленарные доклады
Пленарные доклады	Секционные заседания, симпозиумы, Конференция памяти С. и А. Гингер	Секционные заседания, симпозиумы, конференции
Мастер-классы	Мастер-классы	Мастер-классы
Торжественное вручение европейских и всемирных сертификатов психотерапевта	Заседание правления ЕАП и АФП	Заседание правления ЕАП
Секционные заседания, симпозиумы	Молодежная конференция	Торжественная церемония закрытия конгресса
Психотерапевтический бал	Вечер землячеств	Прощальный вечер, Отправление поезда «Дорога на восток»
Международная выставка «Психотерапия без границ: прошлое, настоящее и будущее»		

Конгресс проводится в гостиничном комплексе и конгресс-центре «Измайлово» (Москва, Измайловское ш., д. 71, корпус, Метро Партизанская).

В дни конгресса состоится Международная выставка «Психотерапия без границ: прошлое, настоящее и будущее».

Дополняемый перечень секций, симпозиумов и конференций конгресса:

- Психотерапия как наука
- Беатотерапия
- Био-энергетический анализ
- Будущее психотерапии как молодой профессии
- Вещь транзактный анализ
- Генеративная психология и психотерапия
- Групповой анализ
- Десенсибилизация психических травм с помощью движений глаз
- Дианализ
- Духовность в психотерапии
- гипнотерапия
- Интегративные процессы в психотерапии, практической психологии и консультировании, полимодальная психотерапия
- Инструментальная психотерапия
- Исследования в области психотерапии
- Клиент-центрированная психотерапия
- Когнитивно-поведенческая психотерапия
- Культура в психотерапии
- Любовь и эротика в психотерапии
- Медиация
- Интегративные модели детской психотерапии: интрапсихический-межличностный подход
- Музыкальная психотерапия
- Нейролингвистическая психотерапия
- Психологическая помощь и психотерапия в чрезвычайных ситуациях и катастрофах
- Перинатальная психология и психотерапия
- Позитивная психотерапия
- постнеклассическая психология, психотерапия и консультирование
- Профессиональная супервизия
- Процессуально-ориентированная психотерапия и психология
- Психоанализ
- Психоанализ. симпозиум
- Психодрама и групповая психотерапия
- Психокатализ
- Психоорганический анализ
- Психосоматическая психотерапия
- Психотерапевтическая кинезиология
- Психотерапевтические традиции Запада и Востока
- Психотерапия в Интернете и масс-медиа. Психотерапия на ТВ
- Психотерапия избыточной массы тела и анорексии-булемии
- Психотерапия и консультирование в условиях социальных кризисов и природных катастроф
- Психотерапия детей и подростков
- Психотерапия зависимостей
- Психотерапия здоровых
- психотерапия как профессия
- Ресурсная психотерапия
- Религиозно-ориентированная психотерапия
- Родология в диагностике и коррекции родовых программ
- Сексология и амурология
- Семейная и супружеская психотерапия и экология семьи и детства
- Системная семейная психотерапия
- Символдрама
- Система знаний ЭКОЛОГИИ МЫСЛИ
- Системно-феноменологическая терапия и системные расстановки
- Социальная психотерапия
- Театр архетипов
- Телесно-ориентированная психотерапия
- Терапия творческим самовыражением и Характерологическая креатология

- Трансмодальная субъектная психотерапия и консультирование
- Целебная творческая психолнгвистика
- Экзистенциальная психотерапия
- Экофасилитация
- Эмоционально-образная терапия «Эмоционально-образная терапия: новые возможности и перспективы»
- Экспресс-методы в психологии и психотерапии
- Эриксоновская психотерапия
- Этический персонализм
- Язык в психотерапии

Материалы Конгресса публикуются в счёт организационного взноса в форме тезисов и статей (статьи – по выбору редакции) в специальных выпусках Ежемесячного научно-практического журнала «Психотерапия».

По желанию докладчиков и по решению редакции – во всемирном журнале «Psychotherapy».

Аннотации секций и докладов публикуются в программе конгресса в «Профессиональной психотерапевтической газете».

Оформление тезисов доклада

Оформление статьи для журнала «Психотерапия»

Аннотации докладов и программы секций просим высылать: eurasian.psychotherapy@gmail.com,

копию – ответственному за издание аннотированной программы конгресса Чегловой Ирине Алексеевне (Москва), cheglova@list.ru, тел. моб. +7-916-547-90-01.

Оформленные тезисы и статьи просим высылать ответственному за издание материалов конгресса Иришину Андрею Александровичу, forum-admin@ruspsy.net

Тезисы и статьи на английском языке для публикации во Всемирном журнале «Psychotherapy» Макаровой Екатерине Викторовне kmoppl@mail.ru

Финансовые условия участия в конгрессе 5–7 июля

Организационный взнос для участия в Конгрессе составляет эквивалент 200 евро.

Льготы по предоплате предоставляются членам ОППЛ.

Эквивалент 130 евро при оплате до 01.01.2013

Эквивалент 160 евро при оплате до 01.03.2013

Эквивалент 180 евро при оплате до 01.06.2013

Эквивалент 200 евро при оплате после 01.06

Дополнительные скидки членам ОППЛ 5–10–15% в зависимости от уровня членства

Заявки на участие в конгрессе присылайте

eurasian.psychotherapy@gmail.com

Заявки на участие в декадниках и вопросы по декадникам просим адресовать Приходченко Ольге Анатольевне decadnik@mail.ru, +7-915-129-87-50.

События постконгресса

8–10 июля. Москва:

Объединённый Евроазиатский декадник по психотерапии

Часть II:

Декадник для специалистов из России, стран Европы, Азии и других континентов с участием ведущих тренеров из разных стран.

Стоимость участия при оплате до 01 апреля 2013 года эквивалент 240 Евро, до 01 мая эквивалент 245 евро

7–14 июля

Психотерапевтическое путешествие по Транссибирской магистрали: «Дорога на Восток»

Путешествие на фирменном поезде «Россия» по маршруту Москва – Владивосток.

Декадники, конференции, встречи по результатам конгресса организуются во всех отделениях Лиги с участием отечественных и зарубежных профессионалов. Причём участники этих форм могут присоединяться к движению поезда по Транссибирской

магистралами как по пути следования поезда, так и догонять на самолёте.

Декадники по пути следования поезда:

20–28 июня – **Четвертый летний декадник практической психологии**, Окунево, Омская область.

Оргкомитет: председатель ОРО ОППЛ Белоусова Наталья Геннадьевна, nbelous1@rambler.ru

9–14 июля – Первый летний декадник в Екатеринбурге.

Оргкомитет: официальный представитель ЦС ППЛ в Уральском федеральном округе Рудная Марина Николаевна, rudnaya@yandex.ru, моб. +7 (922) 209–46–28

10–16 июля – Летний декадник в Красноярске

Оргкомитет: председатель КРО ОПЛ Рычков Николай Николаевич, kraspl@yandex.ru,

12–17 июля – **Девятый межрегиональный декадник «Источники успеха» в Горном Алтае.**

Оргкомитет: менеджер НРО ОППЛ Музалева Инна Георгиевна, orgkomorpl@gmail.com

14–17 июля – **Первый Тихоокеанский декадник во Владивостоке.** Оргкомитет: председатель ДРО ОППЛ Ковалев Игорь Анатольевич, reindgerow@yandex.ru

22–28 июля – **Шестой традиционный международный декадник «Место силы – озеро Байкал»**

28 июля – 1 августа **психотерапевтическое путешествие по Кругобайкальской железной дороге «К истокам Прибайкальского Буддизма»**

Оргкомитет: председатель ИРО ОППЛ Романенко Евгения Юрьевна, evroirk@rambler.ru

Каждое событие будет проходить по своей программе!

Исполнительный комитет

Почетный президент конгресса Альфред Притц (Вена), alfred.pritz@sfu.ac.at

Президент конгресса Макаров Виктор Викторович (Москва), 9259036@gmail.com, 9259036@mail.ru,

Ответственный за регистрацию участников Исполнительный директор Калмыкова Инга Юрьевна, center@orpl.ru, моб. +7 (963) 750–51–08, тел/ факс +7 (495) 675–15–63

Ответственный за декадниги и выставку Ответственный секретарь ЦС ППЛ, Приходченко Ольга Анатольевна (Москва), decadnik@mail.ru, моб. +7–915–129–87–50

Ответственный за работу с зарубежными участниками, ответственный за молодежную конференцию Макарова Екатерина Викторовна (Москва – Вена), ktoppl@mail.ru, моб. +7–916–507–58–10, +43–660–212–04–33

Ответственный за издание аннотированной программы конгресса Чеглова Ирина Алексеевна (Москва), cheglova@list.ru, тел. моб. +7–916–547–90–01

Ответственный за программу конгресса. Путешествие по транссибирской магистрали «Дорога на восток»: Ученый секретарь ППЛ, Камалова София Цихиловна (Москва) orpl.doc@gmail.com, тел.: + 7–916–062–00–26

Ответственный за издание материалов конгресса Иришкин Андрей Александрович: forum-admin@ruspsy.net

Ответственный за психотерапевтический бал и вечер конгресса Председатель регионального отделения ОППЛ в Санкт-Петербурге и СЗФО, Румянцева Инга Викторовна, orpl.spb@mail.ru, тел.: +7 (911) 221–33–72

Официальный WEB сайт конгресса: eurasian-psychotherapy.com

Партнеры события:

- Всемирный Совет по психотерапии.
- Общероссийский Совет по психотерапии и консультированию.
- Ежемесячный научно-практический журнал «Психотерапия».
- Всемирный научно-практический журнал Psychotherapy.
- Журнал «Вопросы ментальной медицины и экологии».
- samoroznaniye.ru – главный информационный партнер
- psynavigator.ru
- Evrika.ru – социальная сеть для врачей
- ТВ «Психология – 21».
- Институт консультирования и системных решений.
- Русское психоаналитическое общество
- Европейская конфедерация психоаналитической психотерапии
- Rehab Family – семейная клиника психического здоровья и лечения зависимостей
- Райзебюро «ВЕЛБТ»



СТАТЬЯ НОМЕРА

ЦЕНТР «КОМЕТЕ»: ОБЪЕДИНЕНИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ, МЕДИАЦИИ И ТЕРАПИИ

Лаврова Нина Михайловна Генеральный директор Центра системного консультирования и обучения “Synergia” г. Санкт-Петербург, председатель комитета по медиации ОППЛ, психотерапевт единого реестра психотерапевтов Европы, профессиональный медиатор

Лавров Василий Васильевич Директор по инновациям Центра системного консультирования и обучения “Synergia” г. Санкт-Петербург, Россия, старший научный сотрудник Института физиологии им. И. П. Павлова РАН, доктор биологических наук, системный консультант, медиатор

Тот, кто попадает в конфликтную ситуацию, прежде всего, полагается на силу закона и обращается за помощью к юристу, рассчитывая с его помощью добиться победы в споре. Затем, потратив время и деньги, исчерпав свой эмоциональный и интеллектуальный ресурс, начинает понимать, что его противник находится в подобном положении, и можно было бы облегчить положение, если бы удалось достичь согласия с оппонентом, не вызывая к закону, а используя услугу медиатора, который мог бы привести спорщиков к миру. Путь мог бы стать короче, но и в условиях медиации

он оказывается непростым. Путь к миру и согласию чаще всего усложняется теми проблемами, которые сопутствуют конфликту и которые находятся вне поля компетенции медиатора. В процессе медиации при урегулировании конфликтов, возникающих на почве многообразных социальных, психологических, экологических, юридических и экономических разногласий, приходится привлекать экспертов, обладающих специальными знаниями. Принцип добровольности, один из главенствующих в медиации, подразумевает учет мнения спорных сторон при выборе специалиста, к которому

обращаются за консультацией. Нередко спорные стороны предлагают собственные варианты консультантов, которые, преследуя интересы заказчика, предвзято оценивают ситуацию. Столкновение мнений экспертов, каждый из которых готов отстаивать свою правоту в споре, ведет к эскалации конфликта. Если медиатор, оставаясь в положении нейтральности, предлагает спорным сторонам обратиться к реестру независимых консультантов и поясняет, что это облегчит достижение согласия, то такое предложение не вызывает принципиальных возражений. Причем медиатор, будучи уверенным в способности известного ему специалиста решать возникающие проблемы, получает от него поддержку своей позиции. Такая поддержка помогает налаживанию доверительности в отношениях медиатора и спорных сторон. Опыт посредничества в разрешении споров показывает, что медиатору удобнее опираться на реестр консультантов, а не заниматься подбором требуемого специалиста в каждом отдельном случае, при этом, у медиантов есть возможность выбора из нескольких специалистов. В пользу центров с объединением специалистов по медиации, психологическому консультированию и психотерапии, а также с привлечением профессиональных юристов, свидетельствует практика семейного и организационного консультирования. Дело в том, что клиенты, столкнувшиеся с жизненными проблемами, находятся в конфликтной ситуации. С одной стороны, они испытывают внутриличностный разлад, и нуждаются в психологической помощи, а с другой – обостряются противоречия с окружающими, и требуется привлечение медиатора.

В комитете по медиации Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги (ОППЛ), активно сотрудничающей с зарубежными коллегами, с пониманием и одобрением восприняли идею создания центров, в которых клиенту предлагается совокупность консультативной, медиативной и терапевтической помощи. Впервые идея о создании таких центров была реализована в итальянском институте, который, занимаясь консультацией, медиацией и терапией, выбрал для своего названия аббревиатуру “Ко.Ме.Те”. Центр Комете (итал. Centro Co.Me.Te di Empoli), основанный Конни Лепоратти (Conny Leporatti) в 1996 г., находится под супервизией проф. Родольфо де Бернарта (Rodolfo de Bernart). Центр находится в Эмполи (итал. Empoli) – небольшом городе в регионе Тоскана с административным центром во Флоренции. Сотрудники центра оказывают клиническую, психологическую и консультативную помощь, а также занимаются посреднической деятельностью, содействуя разрешению споров в семье и в производственной сфере. Кроме того, сотрудники осуществляют проведение образовательных проектов производится обучение специалистов для работы в центре.

Центр Комете связан с Институтом семейной терапии Флоренция-Эмполи и входит в AIMS (Международная ассоциация медиаторов) и в CNCP (Национальная организация профессиональных консультантов), являясь элементом в сети из 35 центров, находящихся в Италии. Итальянские и российские специалисты, у которых обозначилась близкая теоретическая платформа, основанная на системно-информационном подходе к пониманию принципов работы мозга и принятия ответственных решений, активно обмениваются опытом и методиками, повышающими эффективность медиативной и консультативной помощи клиентам.

Аналогичный вариант идеи о совмещении медиации и консультативной помощи реализуется немецкими специалистами в области коучинга, которые выбрали аббревиатуру CO4ME, сочетая коучинг

с медиацией. Регулярные мероприятия в Санкт-Петербурге проходят под эгидой Немецкой школы коучинга и медиации, а также Европейской ассоциации коучинга (ECA EUROPEAN COACHING ASSOCIATION). Руководит мероприятиями президент российского отделения ECA д-р Вернер Реген (Dr. Werner Regen).

В ОППЛ в течение двух лет проходят образовательные проекты: Медиация. Базовый курс (преподаватели Лаврова Н., Рубан О., Челова И.) и международный образовательный проект по Системной семейной медиации под руководством известного итальянского специалиста профессора Родольфо де Бернарта, директора Института семейной психотерапии во Флоренции. В феврале 2013 в Италии получили международную сертификацию по системной семейной медиации пять профессиональных медиаторов из России: Макарова Г., Лаврова Н., Иванова Е., Огорельшева В., Шалаева Е. и один медиатор из Латвии О. Волкова. Комитет по медиации ОППЛ организовал регулярную супервизию по медиации, которая проходит два раза в месяц в Москве. В Новосибирске проходят регулярные супервизии по медиации в мультимодальной супервизионной группе, которые проводит мультимодальный супервизор Новиков В., он работает в сотрудничестве с членом комитета по медиации О. И. Рубан, под ее руководством разрабатывается и внедряется в практику “отечественная модель медиации” в Сибирском Федеральном округе. На супервизию медиаторы представляют трудные случаи из практики, поскольку медиация является междисциплинарной областью практики, приглашаются специалисты различных профессий: юристы, педагоги, психологи, специалисты по социальной работе, психотерапевты, экономисты, оценщики и др. Супервизия помогает повышать профессиональный уровень медиаторов и способствует антивыгоранию специалистов. Супервизоры по медиации в ОППЛ: Макарова Г. А. и Лаврова Н. М. ОППЛ и Институт консультирования и системных решений издал в 2013 первую книгу по медиации “Медиация: принятие ответственных решений” Лаврова Н.М с соавт. Планируется издание книги итальянских авторов по Системной семейной медиации. В июле 2013 в России в Москве стартует очередная международная программа по Системной семейной медиации, в рамках которой могут продолжить свое обучение специалисты из России и стран СНГ.

Таким образом, опыт посреднических услуг показывает, что специализация менее перспективна, нежели универсализация медиации. Когда в одном центре работают профессионалы, зарегистрированные в реестре ОППЛ и способные находить ответы на многообразные экономические, юридические, психологические, педагогические, психиатрические, а также иные вопросы, возникающие в связи с конфликтом, эффективность медиации повышается. При этом, важно учитывать то обстоятельство, что клиенты обращаются за помощью по одному вопросу, а по ходу проведения процедуры медиации обнаруживается необходимость привлечения профессионала смежной области деятельности. И в этом случае благодаря универсализации центра клиент получит более эффективную поддержку, чем в случае специализированной услуги.

В настоящее время благодаря выполнению образовательных проектов ОППЛ подготовлены профессиональные медиаторы, способные работать в содружестве со специалистами смежных с медиацией профессий. В настоящее время комитет по медиации ОППЛ занимается организацией центров КОМЕТЕ и приглашает всех желающих к сотрудничеству. Планируется организация центров КОМЕТЕ при региональных отделениях ОППЛ.



ЖИВЫЕ РЕПОРТАЖИ

ПРИКЛЮЧЕНИЯ РУССКИХ В ИТАЛИИ

Людмила Соломатова, психолог, медиатор, г. Москва

Милая София терпеливо выслушивала мои пожелания по поводу заказа для меня, самых дешёвых билетов на самолёт, гостиницы эконом класса и т. д. И вот, я в аэропорту Флоренции.

Такси, 25 евро минус из моего и так тощего кошелька, полчаса общения жестами с таксистом, и я в гостинице. Старый подъезд,

пахнущий древностью, крутые ступеньки, покрытые красным ковром, как в кино тысяча восемьсот какого-то года.

Мило улыбающийся портье выдал ключи от комнаты. Войдя в номер, я поняла, что к такому морально «эконом классу» не готова. Надеюсь чуть-чуть согреться хотя бы душой, я вышла

из отеля с картой в руках. На ней портье отметил мою отправную точку.

Старинные дома, узкие улочки, тысячелетняя брусчатка, история вне времени, которая не перестаёт очаровывать и вдохновлять целые поколения, навяли на меня ещё большую тоску. В глазах проходивших мимо меня людей отражалось лениво улыбающееся солнце. Я тщетно пыталась дозвониться до организаторов поездки, которые в программе отмечали возможность прекрасного проведения Дня Св. Валентина во Флоренции. Но увы. Зная только «Хелп ми плиззз», весело провести этот день в компании не удалось.

Вдруг мои грустные раздумья прервал телефонный звонок Маргариты Киричковой. От радости я взволнованно обещала тут же прибыть в гостиницу. Конечно не учитывая того, что моя прогулка длилась больше пяти часов, и где я сейчас нахожусь, я не имела никакого представления.

Я бежала по тускло освещённым улочкам, как мне казалось, в нужном направлении. Но это были мои иллюзии. Достав карту, я тыкала в неё пальцем каждому встречному и говорила дежурную фразу «Хелп ми плизз!» Прохожие, пребывая в хорошем расположении духа, мило мне улыбались, пожимая плечами. Лишь продавец в магазине, глянув на карту, начертил вектор моего движения к цели. Чётко придерживаясь данного маршрута, к 22 часам я была у отеля. Моей радости не было предела. Солнце для меня начало сиять лишь в 22 часа в номере Маргариты.

Всегда весьма сдержанная, но невероятно милая, Маргарита напоив меня чаем, обогрив тёплым словом и окутав невероятно добрым своим отношением, посеяла в меня «зерно надежды» на плодотворное времяпрепровождение в этом городе.

Наши подъезды были рядом, и потому через пару минут я была в своём номере.

Елена Шалаева к тому времени ждала меня в номере. Именно с ней всю неделю бок о бок мы провели время во Флоренции. Елена бодренно рассказывала как великолепно они провели время на тренинге в Асколи Пичено, а я тем временем, чтобы хоть как-то сделать нашу комнату эконом класса хотя бы пригодной для «непринудительного дыхания», занималась распаковкой диффузора. Мне казалось, что если я закрою глаза и буду вдыхать прекрасный аромат, то мне будет легче переносить «эконом класс», который я, между прочим, выбрала сама.

Утро следующего дня встречало нас троих солнечным светом. Лёгкий ветерок напоминал нам о том, что зима во Флоренции хоть и без снега, но чем-то напоминает нашу раннюю весну, и это вдохновляло. Мы торопливо прошли по улице, ища местечко для утреннего чая. Маргарита для нас с Еленой была настоящей доброй феей, и мы были ей очень признательны, так как бармен не понимал наш отличный русский, а мы не могли ему ничего сказать даже на плохом английском. А уж по-итальянски мы могли только улыбаться.

Моё незнание языка сыграло-таки свою роковую роль. В этом маленьком городке я умудрилась три раза заблудиться. Во второй раз Елена Шалаева решила составить мне компанию в прогулке по вечерней Флоренции, но и она попала под влияние моего топографического кретинизма. Мы так далеко утпали, что обратно нас привезли полицейские, и то, благодаря тому, что у Елены случайно оказалась визитка отеля.

В институте суетливо собирался народ. Кто тепло приветствовал своих, кто-то просто кивал друг другу. А мне хотелось, чтобы каждый знакомый и незнакомый человек открыл для меня свои объятия. Так хотелось тепла...

Группа Родольфо де Бернарт по привычке образовала свой круг, тем самым невольно вытеснив вторую половину группы, приехавшую в Италию чуть раньше на семинары за приделы собственной границы. Но «Мастер», как я его про себя называю, дал возможность медиаторам самим принять решение. Группа начала работу.

Как всегда нас попросили рассказать о личных изменениях в каждом, и тут перед глазами пролетели столетия... На глаза

навёртывались слёзы, в голове звучали строчки из песни «Мама Богородица». Когда мне предоставили слово, я могла только петь. Внутри меня звучала и боль, и любовь. Слёзы как ручьи, катились из глаз, пение переходило в речитатив. Маргарита подхватила знакомую ей мелодию, затем Елена запела, а потом, казалось, стали помогать все сидящие в зале. Слёзы из глаз катились уже не только у меня. Теперь я слышала, как бьётся каждое сердце в такт мелодии, и при всей какофонии, они звучат в унисон. Так прошла сонастройка всего зала. Так проходил и каждый рабочий день.

Я наслаждалась невероятно активными и производительными занятиями, на которых педагоги показывали как простые, так и сложные аспекты истины, давая чёткое понимание генетических причин прошлого и настоящего опыта. И я понимала, что вынуждена изменять нежелательную орбиту, на которую я была запущена ещё до своего рождения.

Наши занятия разнообразили великолепные экскурсии по городу, которые организовала заботливая Ксения. Меня впечатлили два собора. Кафедральный собор Санта-Мария Дель Фьоре (собор Святой Девы Марии с цветком) и Баптистерий Сан-Джованни (Баптистерий Святого Иоанна Крестителя) – самое древнее здание из существующих во Флоренции.

Интересно, что над входом первого красуются часы, стрелки которых движутся против обычного направления. Стрелки на моих часах также идут противходом, аналогично часам на ратуше в еврейском квартале Праги.

Затем я несколько выпала из общего контекста, так как потеряла из виду коллег. Следовало, либо быстренько бежать за экскурсоводом, для того чтобы хотя бы что-то услышать из уст русскоговорящего гида, или любоваться красотой города. Совместить это мне не удалось, и я снова потерялась.

Своими телефонными звонками я просто опустошила счёт Ксении Макаровой, в тот момент она для меня была как «служба спасения 911». Но вот на площади Синьории, меня нашла Маргарита, и далее величие Флоренции я созерцала, прильнув к группе. Но, естественно, теперь я только следила за тем, чтоб не потеряться.

Долгая славная история Флоренции оставила бы в моей душе больший отпечаток, если бы два часа беганья по ней за экскурсоводом нам заменили бы заранее выделенным экскурсионным днём.

Родольфо тоже организовал для нас путешествие, пригласив в свои владения. Мы, вооружившись фотокамерами, пустились вслед за ним.

Каждый уголок его института был запечатлён нами. С каким удовольствием все по очереди садились в кресло Мастера, за его рабочий стол. Мечты многих начали сбываться ещё там. Всех переполняли эмоции, которые улавливала камера Андрея Чечика из Петербурга. Интересно было бы взглянуть на его репортаж, кстати.

В один из дней у нескольких человек из двух наших учебных групп были значимые события, и мы организовали экспромт-поздравление. Настроение подняли всем. Родольфо был весьма удивлён, когда добросовестные слушатели сначала начали дружно петь, а потом организовались в танцующий хор, вовлекая с собой всех, и итальянцев тоже. Вот так, девиз «Дари людям радость!», зажгёт на лицах малознакомых друг другу людей улыбки, объединил всех в один круг, отражая в их глазах сверкающие лучи утреннего Флорентийского неба.

Я стала обращать внимание на то, что группа превратилась в одно целое.

Да, Родольфо де Бернарт сумел послужить российским специалистам с беспреданной преданностью, компетентностью и любовью. Он как будто бы пробудил всех от генетического транса к тому, чтобы стать эффективными практиками, применяющими то понимание, которое они получили. Каждый – это бусина из одного Благословенного ожерелья и драгоценно оно будет только тогда, когда все бусины будут в одной связке!



ЭТИКА И ДУХОВНОСТЬ – БЕЗ РЕЛИГИИ?...

Импровизированная дискуссия в Фейсбуке на страничке Ирины Алексеевны Чегловой на тему записи в Твиттере Далай Ламы:

“All the world’s major religions, with their emphasis on love, compassion, patience, tolerance, and forgiveness can and do promote inner values. But the reality of the world today is that grounding ethics in religion is no longer adequate. This is why I am increasingly convinced that the time has come to find a way of thinking about spirituality and ethics beyond religion altogether.”

«Все мировые религии, придавая особое значение любви, состраданию, терпимости и прощению, могут способствовать и способствуют развитию внутренних ценностей. Но реальность сегодняшнего мира такова, что попытки обосновать этику религией более не правомочны. Поэтому я все больше убеждаюсь, что пришло время найти способ в размышлениях о духовности и этике обходиться без религии» ...

Участники:

Ирина Алексеевна Чеглова, психотерапевт, медиатор, г. Москва

Лилит Симониан, юнгианский психолог, искусствовед, композитор, сотрудник Института археологии и этнографии НАН Республики Армения, г. Ереван.

Леонид Михайлович Огороднов – психодраматерапевт, разработавший и развивающий психотерапевтическую методику «агиодрама», г. Москва.

Мargarита Исааковна Табацкая – клинический психолог, г. Красноярск

Лилит Симониан. Все перепробовали – и это тоже. Возможно, настало время пожить вообще без этики и духовности, потому что замены религии, как видно нет и быть не может.

Ирина Чеглова. Религиозности как внутреннему побуждению души... Ей точно нет замены. Как духовности и этике. Я вижу мудрость Далай-ламы в том, что он находит возможным отказаться от обоснования этики и духовности с позиций официальных конфессий. Полагаю, он об этом именно говорит. А внутренняя религиозность... куда же ее денешь. И во многих профессиях без этого – при наличии этой самой внутренней религиозности в конструкции души – делать нечего. Отсюда и возможность того, что называется «светской духовностью». А «пожить без этики и духовности» – так прекрасно жили и живут те, кому это не нужно.

Лилит Симониан. И я о том. Сейчас психологи религии разграничивают понятия религии и spirituality. Внутренняя духовность, как известно, не является «базовой потребностью», да и воспитать ее специально вряд ли возможно. Но жизнь показывает, что какая-никакая система стандартных принципов добра для становления личности нужна, хотя бы и с условием ее периодического пересмотра. Откуда же ее такую взять, если не из уже известных, испытанных религиозных систем?

Ирина Чеглова. Насчет «базовой потребности» – тут очень интересно. Базовой для физического выживания или для формирования рефлексирующей индивидуальности и жизни в обществе с определенным качеством на определенном уровне? Собственно, для формирования развитого индивидуального сознания как такового? Фрейд сказал, что человек начался с того, что вместо палки ответил на агрессию словом. Представляю себе это слово... А индивидуальное сознание, как мне кажется, зародилось тогда, когда ответил так, что погасил исходную агрессию... А ролевые модели для развития сознания, конечно, изначально происходят из религиозных контекстов. Видимо, потому и появляются новые религии, что приходят в мир новые базовые ролевые модели. Их можно рассматривать и как объекты поклонения, а можно – как мощные общекультурные стимулы... Думаю, это две стороны одной медали – духовность и этичность как базовое свойство, данное природой. Которое потом либо воспитывается и укрепляется, либо его носитель погибает...

Лилит Симониан. Уже не помню, кто первых это заметил, но, говорят, пока не обнаружено ни одного общества, обходящегося совсем без религии. Очень многое, правда, зависит от того, что считать и что не считать религией. Трудно даже судить о том, что произошло раньше – духовность в контексте какой-либо религиозной системы или нравственность (пусть хотя бы в виде «слова вместо палки»). Но ведь сегодняшние пост-пост-модернисты склонны отрицать всякое естественное происхождение культурных феноменов, даже таких, как пол, чего уж там говорить о взаимопо-

мощи и материнской любви. Поэтому пост-марксистское общество и склонно «исключать» понемногу те традиционные ценности, которые не укладываются в их «пост-классовые интересы». Сама я, вслед за Малиновским, тоже считаю духовность «базовой» психической потребностью, и если от нее отказываться в одной форме, то следует заменить другой. Пока опыт показывает, что «просто нравственность» или «вера во всеислие денег» – меры в лучшем случае временные, как и пока не очень понятная модель общества, предлагаемая пост-пост-модернистами, по сути, общество всеобщего нигилизма под маской толерантности. Религия давно просочилась в бизнес, религия без понятия Бога – реальность сегодняшняя и каждодневная. По моему убеждению, все эти эксперименты приведут обратно к испытанным формам религии, может, с небольшими модификациями. Вот почему я не согласна с Далай-Ламой.

Леонид Огороднов. Коммунисты попробовали найти такой способ – не срослось. Как-то без Бога искусственной оказывается и этика, и, особенно, духовность.

Ирина Чеглова. Маска толерантности – очень уж страшная маска. С одной стороны – фальшивые улыбки, с другой – те же преследования инакомыслящих, только еще более изощренные и жестокие, чем при откровенной диктатуре.

Леонид Огороднов. Интересно было бы узнать, что Далай-лама сам понимает под духовностью. Или хотя бы здесь определимся, что мы понимаем? Ирина Алексеевна, Лилит, было бы очень интересно, как вы ее понимаете? Религия без Бога (или богов) – это как-то совсем странно, противоречит этимологии слова «религия».

Лилит Симониан. Да нет, не противоречит. Например, великолепные работы синолога и специалиста по буддизму Е. Торчинова <http://www.alleng.ru/d/relig/relig030.htm> и <http://psylib.org.ua/books/torch02/index.htm> обосновывают вполне естественное «сочетание нон-теистическая религия», а Р. Палунцян и «компания», например, здесь http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15327582ijpr0901_2 часто обсуждают процесс постепенного сползания собственно религиозности к духовности при обезличенном представлении о боге.

Леонид Огороднов. А если в двух словах, нон-теистическая религия – она восстанавливает связь с чем?

Ирина Чеглова. Религиозность – врожденное представление о взаимосвязи всего сущего и, отсюда, об ответственности человека за то, что вокруг него. И в нем самом. Отсюда и духовность как внутренняя потребность к совершенствованию на этой базе, к переживанию состояний глубинного созерцания, вдохновения, озарения. Отсюда – с одной стороны – этичность как способ жизни человека в обществе, с другой – духовные практики как способ организации внутренней, психической жизни и взаимодействия

с миром в целом. Религия – скорее социальный институт, направленный на регламентацию общественного бытия на основе сплочения людей вокруг определенного учения. А по поводу религии без Бога – собственно, канонический буддизм и конфуцианство – это религии без богов. Я так себе это представляю.

Лилит Симианиан. Она связана с высшими силами природы, которую, собственно, и рассматривает как некий духовный конструкт. Поэтому в таких религиях и присутствуют либо абстрактные категории типа Дао, либо просто методики постепенного развития духовности в человеке, как в буддизме.

Ирина Чеглова. К тому же Далай-лама говорил о религии как об обосновании для этики и духовности. А можно и ровно наоборот говорить, что внутренняя потребность человека в этичности и духовности, его внутренняя религиозность – и составляет базу, на которой могут развиваться религии как социальные институты.

Лилит Симианиан. В целом согласна, Ирина Алексеевна. Но все же религия как институт – это представление о религии социологов, слишком однозначно понимающих работы Макса Вебера. Вообще-то религия – это в не меньшей степени основа миропонимания, парадигма, комплекс наиболее основных представлений о мире и человеке в нем, в т. ч., особая мифология и доктрина. И именно в этом смысле человек не может существовать без религии, особенно в обществе. В конечном итоге, то, что считается наукой, тоже основано на мифологических представлениях о том, что есть материя, дух и так далее.

Леонид Огороднов. Гм, религиозность – эдакая врожденная теория систем. Ну, предположим. Духовность – это, соответственно, внутренняя потребность в уловлении взаимосвязей в глобальной системе. И этика – как необходимое условие, если не инструмент исследования. Да, в такой схеме обезличивание, а следовательно, и безбожие религиозности возможно

Лилит Симианиан ... и невозможен полный отказ от религиозности, не правда ли?

Леонид Огороднов Нет, конечно, невозможен.

Лилит Симианиан: -)

Леонид Огороднов. В общем-то, не удивительно, что Далай-Лама к этому призывает. Если духовность = религиозность, то можно упразднить термин «религия» за ненужностью.

Но то, что для Буддизма является может быть даже органическим, не сработает в Христианстве с его Соборностью. Хотя несоборные протестанты гуртом движутся в том же направлении.

Лилит Симианиан. А зачем? Для обозначения различных теологических и просто религиозных систем термин «религия» очень удобен, как и для простого обозначения религиозных институтов вкуче с их учениями. А духовность – это просто гораздо удобнее для психологического исследования и для изучения «внутренней сути» конкретной религии. Насчет того, что «работает», а что нет – это тоже к социологам.

Леонид Огороднов. Зачем- это как раз понятно, Далай-Лама не психологические исследования религии проводит, а заигрывает с рынком. Конъюнктура такая, что лучше термина «религия», «религиозность» избегать

Лилит Симианиан. Возможно. Но христианство ведь тоже предполагает рост в вере, для чего, собственно, и проводятся совместные ритуалы, направленные на переживание нуминозности, присутствия Бога. С другой стороны у буддистов и других «несоборных» тоже есть храмы и сообщества и общественные церемонии.

Леонид Огороднов. Религию я все же не считаю институтом. Если брать более знакомое мне Христианство, то, пожалуй, Церковь в узком понимании этого слова можно назвать социальным институтом. А религия – это способ восстановления утраченной связи с Богом (богами, Абсолютом, Дао, Всеобъемлющей Системой).

Лилит Симианиан. Все точно.

Леонид Огороднов. Меня, на самом деле, почему это зацепило. Я сейчас разрабатываю сходную тематику – психодраматическую категорию «трансцендентных ролей». Эти роли, имманентно присущие человеку, направлены, однако, на некий трансцендентный человеку объект (по определению). И если в случае с религией понятно, куда они направлены, то в секулярном мире совершенно не понятно. Вот меня заинтересовала духовность без религии.

Параллельно слушаю лекцию Кураева, он приводит пример из советских времен: «Горком комсомола неустанно заботится о возрастании духовности молодежи. Недавно открыт новый современный плавательный бассейн...»)

Лилит Симианиан. Ну, плавательный бассейн – это приколы, конечно. Но Родина, Светлое будущее, Победа спаведливости – это вовсе не ерунда, а святыни для потерявших религию.

Леонид Огороднов. И что, эти святыни тоже врожденные? Имманентно присущи человеку?

Лилит Симианиан. Нет, если они не сводимы к глубинам экзистенции и архетипам. Я вот тоже статью пишу про атеизм как религию и начинаю с понятия Humanity у Огюста Конта, которое сильно напоминает понятие Разума, Сына Воли в герметизме. Такие категории если не будут связаны с архетипами (в данном случае напр., с Мудрым Старцем), то будут недолговечными.

Леонид Огороднов. Так, так, так. А как узнать есть связь – нет связи? Архетип ведь тем и хорош, что все явленное можно к нему притянуть. А при необходимости – новый архетип изобрести.

Ирина Чеглова: Собственно, Юнг писал о том, что архетипов столько, сколько типических жизненных коллизий. Поэтому их определение, разграничение и описание сильно зависит от угла зрения на эти коллизии. И цели этого зрения, если можно так выразиться.

Лилит Симианиан. И новые архетипы... я не думаю, что они все уже открыты, особенно неиконические.

Леонид Огороднов. Ну, давайте возьмем поступок Матросова и Родину в качестве мотивирующего конструкта. Роль Матросова явно трансцендентная. Но является ли Родина (давайте без Матери:) архетипом? Вернее, с каким архетипом связан этот символ?

Лилит Симианиан. А с чего отрывать Родину от Матери? Просто для интереса? Матросов – это умирающий за Родину герой, чего уж придумывать новые конструкты, они и так готовые есть. Функция сохранена, изменено лишь имя. Кроме того, есть и экзистенциальная подоплека – моя территория, и биологическая к тому же...

Леонид Огороднов. Лилит, Вы правы относительно новых конструктов, просто для моих целей, видимо, архетипы подходят не очень. Мне нужно обозначить роль.

Ирина Чеглова. Соотношение архетипа и роли – очень перспективная тема. Особенно по отношению к ролям трансцендентным. Думаю, исследования в этой области дадут много важного и в теоретическом плане, и в практическом, применительно к психотерапии.

Маргарита Табацкая. Мне в высказывании Далай-Ламы видится (или слышится) лукавство, манипуляция...

Ирина Чеглова. Очень интересно. Манипуляция кем? И с какой целью?

Маргарита Табацкая. Далай-Лама – духовный лидер, Его Святейшество... Как и всякий лидер, он заинтересован в увеличении количества людей, принимающих буддизм, симпатизирующих и т. п. Эта фраза «все мировые религии...», а потом противопоставление с отрицанием, как бы отмежевание... Затем он предлагает альтернативу, играя на отношении к понятию «религия»... Лично мне кажется, что это манипуляция...

Ирина Чеглова. А кто целевая аудитория тогда? На кого может быть рассчитана такая пиар-акция?

Маргарита Табацкая. Я думаю, довольно многочисленная и разнообразная по своему составу аудитория думающих и ищущих людей, неоднозначно, критично относящихся к понятию «религия».

В этом своем суждении я скорее опираюсь на форму его высказывания, какие-то общие знания, поскольку не считаю себя знатоком в вопросах религии и духовности.

Ирина Чеглова. Для меня как раз интересны не экспертные оценки специалистов, а собственное мнение коллег, думающих и ищущих, у каждого из которых может быть свое понимание духовности и религии. Мне кажется, что каждый, кто работает в сфере «человек-человек», имеет свои представления об этом. У кого-то они обусловлены конфессионально, у кого-то социологически, у кого-то – культурологически, а кто-то может судить просто с позиций здравого смысла...

Маргарита Табацкая. Согласна...



«ДУША ПЕСНОПЕНИЙ» ИЛИ ТВОРЧЕСТВО ИЕРОМОНАХА РОМАНА КАК ВОЗМОЖНЫЙ ИСТОЧНИК ДУХОВНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПСИХОТЕРАПИИ (личностный опыт автора)

Елена Борисовна Фанталова, кандидат психологических наук, доцент
 Московского Городского Психолого-Педагогического Университета
 (кафедра нейро- и патопсихологии, кафедра общей психологии)

E-mail: elenafantal@yandex.ru

Имя поэта и песнопевца Иеромонаха Романа (в миру Александра Матюшина) на сегодняшний день уже достаточно хорошо известно как в православных кругах, так и в далеких от церкви светских сообществах. Диски его песнопений и книги стихов сегодня доступны в православных магазинах Москвы и Питера, разошлись они и по всей России, стали известны за рубежом, попали теперь в Интернет [1–15]. При всей разности толкований его творчества современниками, от людей гуманитарного склада и различных творческих и сложных профессий до рабочих и медсестер, и даже детей, мало кто не заметит присутствие редкого, необычного поэтического и духовного дара, который своей силой, безыскусной прямоотой и пронзительностью столь быстро притягивает к себе любого, кто услышит его песнопения, откроет книгу стихов.

Самым необычным эпизодом, связанным с творчеством Иеромонаха Романа, был, пожалуй, следующий. Я находилась в своей квартире, в комнате, где работала над давно знакомым научным текстом. Включила диск с песнопениями Отца Романа, большинство которых мне очень нравились, и текст их я знала наизусть. Песнопения умиротворяли, создавали необходимый для меня внутренний фон, и я, чуть отвлечаясь, продолжала работать над текстом. Дверь в комнату была приоткрыта, а в ванной в этот момент работал вызванный из жилищной конторы немолодой слесарь. Чинил очередной раз текущий кран. Возился он с краном долго. До слесаря, хотя и тихо, доносился голос поющего Иеромонаха Романа:

Мой старый друг. Когда на склоне дня
 Устану петь, сомкну глаза свои,
 Запеленай в безмолвие меня,
 Водю умиления напои.

Далее слышно было «Теплится лампада», «В эту ночь, в эту ночь...», «И Млечный путь, и кроткий полумесяц... Но, диск через какое-то, немалое время, остановился. Потом слышу, слесарь кричит, просит меня подойти... Объяснились насчет законченной работы. И вдруг он меня спрашивает: «Кто у тебя в комнате?» «Никто, – отвечаю ему, – я одна. Там нет никого...». «Как нет, когда я целый час слушал?!... У тебя в комнате кто-то пел? Кто? Сама душа поет... «И тут я все поняла... «Да это в записи...», – ответила я, – песнопения Иеромонаха Романа». Ну и рассказала ему совсем немного о песнопениях, а он мне, кажется, так и не поверил. Проверять, разумеется, не стал, но ушел с сомнением. Все казалось ему, что в комнате кто-то был, кто пел... Таким близким, родным и живым показался ему голос Отца Романа, что он даже не почувствовал, что голос этот – в записи. Но вернусь пока опять к себе, расскажу о своем первом впечатлении знакомства с песнопениями Иеромонаха Романа.

Впервые я открыла их для себя в середине 90-х годов. Я и раньше слышала о них от православных своих знакомых. Говорилось, что это необычная «духовная заводь» и что я обязательно должна в нее заглянуть. Но время шло... Я не заглядывала из-за занято-

сти в университете, хотя к тому времени знала уже, что песни иеромонаха Романа на кассетах были записаны не только в его исполнении, но и в исполнении Жанны Бичевской, Олега Погудина и других певцов.

Но тут одно событие резко вмешалось в мою привычную жизнь преподавателя психологии, заставив начать «выживать» по-другому и многое передумать, переосмыслить. На меня напала собака, я получила тяжелую травму ноги, и полгода не могла работать. Молитвы, молебны, соборования, причащения и просьбы об исцелении. И в конце предназначенных мне нерабочих полугодия я пришла в наиболее близкий к моему дому Новоспасский монастырь, где и раньше до болезни бывала на службах. Просто, чтобы еще раз помолиться, чтобы Господь избавил меня от боли в колене. Я то сидела, то стояла, народу в будни было мало, и монахи невольно стали замечать мое присутствие. Как-то в лавке я спросила, нет ли у них кассет с духовным исполнением песен. Так неопределенно и спросила. Послушник достал мне одну кассету. Строгая белая обложка, внизу – маленький черный силуэт идущего с посохом монаха. Мелкими буквами по-русски и по-английски было написано:

**Иеромонах Роман.
 В келии лампаду затеплю.
 Духовные песнопения.**

Я включила кассету и как будто из иного, горнего мира, услышала:

В келии лампаду затеплю,
 Положу псалтырь на аналой,
 Господи, Ты видишь, я скорблю,
 Господи, услыши голос мой.

Полночь. Ни звезды нет, ни луны.
 Птицы затаились, не поют.
 Господи, воззвах из глубины,
 Просветиши светом тьму мою.

В тот момент я и подумать не могла, что начиная с этой кассеты, а точнее, именно с песни «В келии лампаду затеплю», для меня откроются не просто утешение и умиротворение, с которыми вообще так связана духовная музыка, а какой-то совсем иной, глубокий, потаенный душевно-духовный пласт, до боли близкий. Может быть он и был раньше глубинах моей души, да вот не раскрывался до того, как я услышала эту песню, не резонировал во мне. Да, как профессиональный психолог признаю, что это было не просто открытие, а новое вхождение теперь уже в свою, вновь обретенную душевно-духовную реальность. Признав, что сделала внутри себя открытие, я как-то сразу, забыв обо всем уже мне известном, наивно подумала: «А почему только я об этом знаю и никто больше? Какое еще нужно духовное питание, чтобы вот так внутренне распахнуться и умиротвориться?» Но тут я снова вспомнила о тех своих знакомых, которые давно в общении со мной упоминали имя иеромонаха Романа с каким-то несвойственным им в жизни благоговением и трепетом, с каким-то новым

духовным знаком. Я поняла, что ими в свое время было сделано такое же открытие, как и мной, но тогда у меня не было магнитофона... Но все эти воспоминания пока оставались на границах моего сознания. Я по нескольку раз в день ставила купленную в Новоспасском монастыре кассету и внутренне «растворялась» в песнопениях, тихих таких, идущих как будто из неземной глубины и Вечности. Выражаясь на профессиональном языке, я неожиданно почувствовала, что открыла для себя сугубо свой, подсознательно искомый мною вариант психотерапии, духовной поддержки и помощи. Позднее я узнала, что был такой случай с одной женщиной, когда она решила покончить жизнь самоубийством, но неожиданно включенная кем-то кассета с его песней остановила в ней это намерение. Почему остановила? Видимо потому, что она получила эмоциональную и не всегда внятно осознаваемую поддержку с другой стороны, а именно, поддержку Свыше, которую она не могла иметь в миру, и потому не нашла выхода своим переживаниям.

Постепенно кассет у меня становилось все больше. И однажды, на открытой продаже в Сретенском монастыре вижу зеленую книгу с мелкой надписью: иеромонах Роман, сверху-маленький золотой крестик. Это было первое издание (сейчас уже есть пятое [1]) книги «Внимая Божьему Веленью». Стихи. Духовные песнопения. – Минск: Издательство Белорусского Экзархата, 1998. Купила. Обрадовалась, так как оставалось всего два экземпляра, но мне один достался. Узнаю многое из того, что уже знаю, еще раз проясняю для себя некоторые строфы песнопений... Но открывается и другое – нелегкая жизнь Отца Романа, запечатленная только в нескольких стихотворениях. О неслучайном существовании поэтического дара отца Романа в наш непростой для России период было написано во вступительной статье Валентина Распутина. Говорилось о неразрывности его поэзии с судьбой России, с русской духовной культурой, с «избранностью» русской духовности, ее пронзительностью, искренностью, жертвенностью, неповторимостью.

В отношении себя могу лишь добавить, что с открытием творчества Отца Романа (причем разных его аспектов), мое «духовное Я» было поделено на периоды «до» и «после» этого открытия. Я узнала много другого для себя, в том числе неожиданного, и так это до сегодняшнего дня и осталось. Песнопения, поэзия и вообще все творчество Отца Романа стали для меня не просто прикосновением к русской духовной культуре, а своего рода «психотерапевтической заводью», не заплывав в которую трудно выжить человеку с исходно русским менталитетом и наполняющими его ценностями. Аналогов «психотерапевтической заводи», открывающейся в песнопениях Отца Романа, я не знала и не знаю до сих пор, хотя знакома со всеми основными видами западных психотерапевтических техник.

Попробую теперь профессионально психологически проанализировать, что же тогда произошло со мной, когда отдельные песнопения Отца Романа я выбрала для себя как оптимальный вариант духовной психотерапии. Многое поначалу будет непонятно, но потом все должно встать на свои места. Отец Роман вроде бы ничего неизвестного не открывал, сверхъестественного – тоже, но была в его поэзии какая-то Тайна, заключающаяся в обретении данности Свыше. Уединение, отшельническое общение с Богом, Природой, Вечностью и уже душевно-духовный (а не просто физический) уход от мира, мирских тупиков и соблазнов, душевной обремененности, с одной стороны, и опущенности, с другой, – все это вместе открывало неистощимый источник духовного питания, умиротворения, просветления, общения с Высшим, с Вечным. Да, услышав под тихое звучание гитары его «Келью», – другую, свою собственную, целительную, духовно питающую келью я открыла тогда для себя. Слушать песнопения старалась вечером, когда было потише на улице и дома, но хотелось все продолжать, и продолжать..., и иногда уже, вовлеченная в них, я начинала под их сопровождение заниматься текущей работой. И странное дело. Хотя в песнопениях отца Романа не было ничего оптимистичного, я начинала чувствовать, что внутренне обретаю себя, умиротворяюсь, успокаиваюсь. «Недуховное мирское» меня уже не так тревожит,

потому что не конкурирует больше с той Высшей реальностью, которой я стала сопричастна. Получается некоторое противоречие: «Грусть песнопений вела к целительности...». Но, видимо, не совсем так. Это была не обычная депрессивная грусть – уныние, а светлая грусть человека, открывшего для себя иной Источник Жизни – Бога, Вечность, Природу. Видимо поэтому обычная человеческая грусть не довлекла в песнопениях. Веселости почти не было, а если такие ноты и появлялись, то скорее как эхо чего-то прошедшего, а иногда может быть даже с оттенком небольшой иронии (например, «Колыбельная»).

Чем же еще целили песнопения Отца Романа? Была в них какая-то удивительная духовная чистота, прозрачность доносящего содержания, непосредственная устремленность к высшему духовному началу, к Богу и, вместе с тем, уверенность в том, что он, будучи человеком, будет Богом услышан. Казалось еще, что в них нет ничего лишнего, отвлекающего человека от того, чтобы быть связанным с Богом. И вот эта вновь обретенная связь общения с Высшим и питала духовно, и целила.

Еще об одном психологическом моменте, характерном для «вхождения» в песнопения. Происходила постепенная «децентрация Я». (Для сравнения напомним: во всех наиболее известных функционирующих психотехниках делается обратное, а именно: одна «часть Я» обращается к другой «части Я», первая ей что-то отвечает, они дискутируют между собой, пытаются выяснить, что же хочет их «целостное Я», фрагментами которого они являются). Искусственные приемы психотехник создают на время искусственную, игрушечную реальность. Человек, который центрирован на своем «Я» и на своих проблемах, находится только в контексте своего «Я», вряд ли сможет ощутить на себе целительную, психотерапевтическую силу песнопений Отца Романа, хотя, может быть, и оценит их в художественном отношении. Кстати, отец Роман и сам предвидел такой вариант гипертрофированной центрации на своем «Я»:

Когда вода самозамкнется,
Прервав с источником общение,
То вырождается в болотце,
Не замечая вырожденья.

О, Древо Вечное, Живое!
Источник мой, дышу мольбой,
Чтоб отпадающей листвою
Не оказаться пред Тобой.

6 апреля 1991 г., Печоры

... Напрашивается еще один вопрос: «За счет каких психологических реалий песнопения Отца Романа воспринимаются нами тоже как посланный Свыше духовный источник? Из чего состоит этот источник?» Частично ответ на этот вопрос уже дан – духовная искренность, прозрачность при непосредственном обращении к Богу. Возможность внутреннего вхождения в песнопения и обретение с их помощью духовной устойчивости, целостности помогают укрепиться с «духовному Я», не ломая при этом суетное «наличное Я». Возникает новое ощущение спокойствия и неожиданной внутренней силы и красоты, соединяющее человека с Богом, благодаря удивительно редкому художественному «сплаву» духовной поэзии и музыки. Даже если не ставить отдельной психологической задачи профессионального объяснения того, как песнопения иеромонаха Романа помогают психотерапевтически, достаточно было бы сказать: «Они входят в душу, очищая, просветляя, утверждая и успокаивая ее». Какие именно песнопения? Их много, но перечислю те, которые мне наиболее близки и потому наиболее запомнились: «В келии лампаду затеплю», «Канон преподобного Андрея Критского» («Пост с молитвой сердце отогреет»), «Пел соловей, ах как он пел», «Птах» («Исполнился мой дом нечистоты и мрака»), «Придет зима (она всегда приходит)», «Страх Господень – авва воздержания», «Пожалей, дорогой, пожалей», «Отойди, отойди, грусть-печаль», «В эту ночь, в эту ночь не уснуть, не уснуть», «Ах как я долго плыл...», «Белый храм над рекою», «Заночу в стогу», «Радость моя, наступает пора покаяния», «Белая ночь приготовила ложе на Псковщине», «Мой старый друг. Когда на склоне дня...», «Родник», «Уже вечер друзья, уже вечер...».

Особым по силе, глубине и удивительной внутренней согласованности, отлаженности представляется «Канон преподобного Андрея Критского», созданный Отцом Романом еще в марте 1987 года в Печорах под впечатлением прочтения текста этого канона в первые дни Великого поста. Тихо идущая откуда-то издали и постепенно наполняющая душу своей выстраданностью струя песнопения, негромкий, ровный голос отца Романа на какое-то время так захватывает сознание, что хочется только слышать эту самую по себе духовную мелодию и голос и не вникать поначалу в содержание песнопения, в его текст... Последнее происходит спустя несколько мгновений и вызывает самые покаянные чувства...

Пост с молитвой сердце отогреет,
Над землею колокольный звон,
Преподобне отче наш Андрее,
Горько читаю твой святой канон.

Что, душе, откуда плакать станем
О прошедших окаянных днях?
Возопий и сердцем, и устами:
– Боже, помилуй, не отринь меня!

Входя постепенно в творчество Отца Романа, то и дело слушая его песнопения и вчитываясь в сборники стихов, я открывала для себя все новые и новые содержания в этой духовной безбрежности. Поначалу я думала, что Отцу Роману свойственно только уединение, чтобы духовно и творчески состояться. Но это оказалось не совсем так. Выяснилось, что Отец Роман может быть и православным воином и наставником («Ликует Рим в языческом весельи», «Вся Россия стала полем Куликовым», «Всезнайства ослепляющие блики», «Не разрывайте истину на мнения», «Матушка Добрынюшке наказывала», «Во времена лукавой гласности», «О, Сербия, ведомая к пропятью»), и монахом-отшельником, неподкупным взором взирающим на мир и видящим этот мир из глубины своего молитвенного сознания («Колыбельная», «Дом печали», «Девятый вал», «Звон погребальный. Диакон кадит безучастно», «Земля от света повернет во тьму», «Я проплывал на старой барже», «Я пойду, где стоят корабли...», «Обратитесь в детей» и др.).

Россия и отношение к ней – одна из самых значимых тем в творчестве Отца Романа, хотя, так или иначе, сугубо русской духовностью и свойственным ей мироощущением пропитана вся его поэзия. И боль за свою Родину, и гордость за нее и неотделимость от нее проходят через все его творчество.

Особенно в последнее время эта тема все острее и острее захватывает его сознание и проникает в его поэзию – теперь уже поэзию уединения, затвора. В затворе он не перестал писать стихи. Напротив, в молчании ему еще раз с новой силой открывалось его предназначение – поэтически запечатлеть Россию и то, что связано с ней сегодня, стихами «прокричать» ее необычный духовный путь, не обходя при этом все самые болезненные сопровождающие этот путь явления (Сборники стихов «Русский куколь», «Радоваться небу», «Пред всеми душа виновата», «Одинокий путь», «... И горько слово») [6–9].

Но достаточно о своем опыте и своем восприятии творчества Отца Романа. Перейду к тому, как оно отразилось в душах и сердцах других людей, между собой знакомых, далеких по профессии и стилю жизни. Я просила самых разных людей написать мне что-то из этого. Приведу, не комментируя, их впечатления и переживания.

Ольга К, референт-редактор:

Искусство, искусственность, искус, искушение... – слова однокоренные. Искусство, как одно из понятий этого ряда, душа страдающая, душа, истекающая болью, не приемлет. Мне открылась эта истина в минуты горя, казалось бы, безутешного, граничащего с отчаянием. Горя, в котором личность растворена без остатка, утратила все и всяческие опоры, собственно, личностью-то перестала быть. Горя, в котором душа каменным извятием застыла в безысходности, в шаге от самоуничтожения. Смерть сына, тринадцатилетнего мальчика, талантливое художника... Земля буквально ушла из-под ног. Чувствовала себя, как рыба, выброшенная на берег: хватала

ртом воздух, а он, вместо насыщения, только усугублял удушье. Ни классическая музыка, ни признанные шедевры поэзии не приносили облегчения: все это не про то, все это неуместно, не нужно, напрасно, не для меня и не про меня... Но вдруг, о чудо! Звучат песнопения иеромонаха Романа. И жесточайшая боль стала утихать. Отступила, отпустила судорога души, этот внутренний спазм. Ослабило хватку отчаянное желание умереть («Ведь что мне теперь на этой земле делать?!») Возвращалось чувство жизни и, если не осознание ее смысла, как дара Божьего, то, по крайней мере, императив: необходимость, долг, крест... Нет, этому невозможно дать словесное определение, оно в любом случае будет неточным. Но утоляющим боль может быть только подлинное слово, то, что Свыше. То, что было в начале начал... То, что не от человека и не от искусства. А потом слезы, слезы, слезы... и тихая надежда на то, что я не покинута в земной жизни, не оставлена, не забыта Богом...

Душа, подстреленною птицей,
Как жизнь, впивает словеса,
И воском от свечи струится
В ладонь горячая слеза.

Александр В., менеджер, экономист:

В канун 2000 года мы, по обыкновению, пригласили отца моей жены Виктора Александровича Волконского (математика, доктора экономических наук, профессора). В это время он завершал свою книгу «Драма духовной истории: внеэкономические основания экономического кризиса». В книге раскрывается эффект пассионарности применительно к настоящему моменту истории России, не самой лучшей фазе её состояния. В это время, за два-три часа до полуночи, я поставил послушать кассету с песнями Отца Романа в авторском исполнении. Послушав с большим интересом несколько песен, Виктор Александрович с искренним удивлением спросил: «что это? кто это?». «А это то лучшее, и тот, кто в малом исключении останется нам и нашим потомкам от двадцатого века», – ответил я. Поговорив немного – Новый год и новый век неумолимо наступал на наши планы – мы пришли к выводу, по крайней мере, мне стало особенно ясно, что творчество Отца Романа – это тот призыв, тот порыв всего сущего, который ознаменует приближение к новой фазе подъема человечества, причем подъема на новом духовном уровне. А само творчество выступает как предтеча и как движущая сила новой эпохи, эпохи новых смыслов, акцентов, и действий.

Позже, уже в наступившем двадцать первом веке, я перечитывал одну из книг о Серафиме Саровском, где говорится, что за мирским ходит один лукавый, а за монахом – десять. «Да, а сколько тогда ходит их за Отцом Романом, как ему борется, какую невероятную битву несет он в себе, как с таким творческим богатством и известностью можно побеждать и уберечься от гордыни, сребролюбия, самолюбования – а вот можно, а вот именно такой человек и должен вести за собой в завтрашний день многих и многих!» – подумалось мне.

Андрей Л., аспирант, психолог.

Я прослушал «Иерусалим, Иерусалим». Данная песня в исполнении Иеромонаха Романа – мощная метафора, способная вызвать катарсис. Наверно каждый услышит в этой песне своё. Я своё услышал. Я понял один свой грех, возможно немалый. Строки песни: «Не признал Христа, Господа отверг, потому твой дом пуст» всколыхнули во мне переживания особенно сильно. Я рад, что прослушав эту песню, смог вскрыть в себе защиту, обнажить часть своего «Я» для себя самого в неприглядном виде. Это поможет мне начать исправляться. Работа над собой в обнаруженном направлении только начинается, но это уже что-то. Я рад, что услышал песнопения Отца Романа. Их много не послушаешь сразу. Необходимо отвлечься от дневной суеты, вдуматься и вчувствоваться в песнопение и пережить его. Слава Богу, что после первого же прослушивания меня проняло!

Мария В., художник.

Любое настоящее Творчество в прямом и высоком смысле – исповедь, облеченная в образы, зримые или слышимые. Все творчество о. Романа Матушина очень лиричное, хрупкое, очень

интимное. Как талантливый человек, он тонко чувствует и передает красоту Божьего мира, чисто и благоговейно восхищается делом рук Творца, изумляется гармонией Бога («Руки дерева подняли в праздничных кружевах» Рождественская ночь), вплетает в тексты песен свое личное покаяние, созвучное времени года («Радость моя, наступает пора покаянная...» Осень).

Вся природа опозитивирована, в ней нет несовершенства, все располагает к раздумьям, внутреннему вниманию, все видится с любовью, все живое и одушевленное (даже в грязи лужи отражается прекрасный месяц!). Это бесконечное желание души славить Творца делает поэзию Отца Романа очень близкой и дорогой каждой христианской душе. Поэтому, спев свои первые тихие и робкие песни под гитару в келье, он сразу стал известен и любим.

В наше время такая поэзия – большая редкость и, думается, просто необходима для молодежи, лишенной красоты русского языка, и что особенно важно – глубокого, чистого видения мира.

Светлана Л., математик.

Впервые я услышала песнопения отца Романа лет двадцать назад. Тогда мы переписывали их с магнитофона друзей бессистемно, не зная деления на циклы. Сердце радовалось и приятному голосу, и красивым стихам, и близким мне размышлениям автора о жизни, о человеческой душе, об Отечестве. Прошло много лет. Но странно... Слушая песнопения, я обнаруживаю, что они свежи для меня так же, как и тогда... Стремление батюшки к идеалу в своих песнопениях настраивает на возвышенное и сейчас.

Анна С., клинический психолог:

Впервые прочитала стихотворение о. Романа очень давно, в начале перестройки, в каком-то отрывном календарике. Помню, очень понравилось, даже жалела потом, что не переписала... Позже не раз слышала его имя от верующих знакомых, а потом получила сразу от кого-то подарок – несколько кассет с записями песен. И вот тогда проняло, я была уже относительно взрослым человеком, вроде начала что-то понимать. С тех пор обращаюсь к ним – нечасто, так как это всегда тяжело для меня. Тяжело, потому что для меня песни Отца Романа – это творчество страдающего человека, страдающего очень глубоко и непрерывно. Из-за того, что окружающая жизнь, по большому счету, непригодна для человека, а он в песнопениях воспринимает ее в детстве как родную, что ли, и только со временем осознает, насколько она, эта жизнь, не для него. И вот он принимает это понимание и страдает, и еще тоскует по какой-то другой жизни, про которую мало что знает, и сомневается, возможно, и боится, и мечется, но все равно тоскует и плачет. И когда ко мне такая тоска подступает, я включаю его песни. Послушаю, поплачу, и живу дальше

И вот еще один, заключительный пример, из студенческой жизни, довольно неожиданно оказавшийся поэтическим, отцеромановским... [16], Раскрывая в лекционном курсе в Институте психологии РГСУ онтологию уровня «душа», я вскользь упомянула о своей идее русского катарсиса как духовно – ориентированного психотерапевтического метода, и о том, каким себе его представляю. Разумеется, сказала, что все, что мне об этом известно – это либо случайно встречающееся в жизни, где нет специальных психологических приемов и где русский катарсис «просвечивает» просто как свойство русской души, либо он возможен и в нашей психотерапевтической практике, но уже тогда, когда мы сознательно к этому стремимся. Через несколько дней после этого одна студентка, давно интересующаяся христианской психологией и психотерапией и пишущая по этой теме курсовую работу, привела в соответствие мои мысли о русском катарсисе со словами духовной песни Иеромонаха Романа, о которой я упоминала когда-то в личной беседе с ней. Она сказала: «Помните, Вы говорили о русском катарсисе?! А эта песня Иеромонаха Романа «Я проплывал на старой барже...» Стихи, да и музыка его к ней... Ведь это и был тот самый русский катарсис в жизни». И она напомнила мне текст песни, который уже знала наизусть [13–14]:

Я проплывал на старой барже
Под колокольный перезвон.
Налево – люд, направо – башни,
А дале – чистый небосклон.

Мне говорил рыбак пропитый
О том, о сём – похоже врал –
И головою непокрытой
Мое молчанье одобрял

Кричал на ухо одесную,
Мол окрещен, хоть нет креста.
Рукой, что помнит мать родную
Иконку стертую достал,

И, показав, вложил обратно,
И замолчал, и закурил,
Болтало от волны накатной,
И он опять заговорил.

И так стоял в обновке ватной,
Наивно душу отводил.
Иваном звать. Давно понятно,
Иначе б по-другому плыл.

Ах, перевозчик мой случайный,
Туда ли правишь, дорогой?
... Все тише звуки, все печальней,
Вот и умолкло за спиной.

Процитированные стихи и мелодия песни «Я проплывал на старой барже» оказали такое духовное влияние на внутренний мир молодой студентки, что она сама невольно сопоставила полученное при прослушивании внутреннее ощущение с идеей русского катарсиса, с менталитетно – ориентированной духовной психотерапией.

Литература

1. Иеромонах Роман. Внимая Божьему велению. Стихи. Духовные песнопения. Минск: Белорусский Экзархат, 2008. – 544 с.
2. Иеромонах Роман. Благословен молитвословья час. Избранные стихи и песнопения 1990–1997. СПб: Новый город, 1997.
3. Иеромонах Роман. Русский куколь. Минск: Белорусский Экзархат, 2002, 160 с.
4. Иеромонах Роман. За церковь черемуховый цвет... Стихи. Духовные песнопения. Ростов –на – Дону. 2001. – 72 с.
5. Иеромонах Роман. Там моя Сербия. Путевые очерки. Стихи разных лет. СПб: Алетейя, 2005. – 224 с.
6. Иеромонах Роман. Радоваться небу. Минск: Белорусский Экзархат-Белорусская православная церковь, 2004. –356 с.
7. Иеромонах Роман. Пред всеми душа виновата. Минск: Белорусский Экзархат, 2006. – 96с.
8. Иеромонах Роман. Одинокий путь. Минск: Белорусская православная церковь, 2009. – 216 с.
9. Иеромонах Роман. ... И горько слово. Минск: Белорусская православная церковь, 2009.
10. Иеромонах Роман (Матюшин) Избранное. – М.: Изд-во Сретенского монастыря, 2012. – 160 с. с ил.
11. Совесть России. Иеромонах Роман (Матюшин) // Приложение № 6 к Журналу « Православный летописец Санкт-Петербурга» / Сб.статей к 50-летию Иеромонаха Романа. Сост.Л.А.Ильюнина. – СПб, 2005. –236 с.
12. Иеромонах Роман (Матюшин). Песни русского воскресенья. <http://pesni.voskres.ru/music/roman.htm>
13. Иеромонах Роман. Я проплывал на старой барже (песня) <http://video.mail.ru/mail/krugkov/558/2115.html>
14. Песни исполнителя «Иеромонах Роман» <http://www.audiopoisk.com/artist/ieromonah-roman/>
15. Русь еще жива (фильм об Иеромонахе Романа) <http://www.radonezh.ru/tv/3713.html>
16. Фанталова Е. Б. Русский катарсис: культурно-исторический феномен в аспекте психологической помощи // Журнал «Психотерапия», 2011. – № 5 (101). – С.39–51.



О ДУХЕ И ДУХОВНОСТИ, О ТЕЛЕ И ДУШЕ

Горшок лепят из глины,
Но именно пустота в нем составляет суть горшка.
Дом строится из стен с окнами и дверьми,
Но именно пустота в нем составляет суть дома.
Общий принцип:
Материальное – полезно,
Нематериальное – суть бытия.
Лао Цзы.

Живет лишенный речи, ибо мы видим немых.
Живет лишенный глаза, ибо мы видим слепых.
Живет лишенный уха, ибо мы видим глухих.
Живет лишенный ума, ибо мы видим глупых.
Живет лишенный рук, живет лишенный ног, ибо мы видим это.
Но воистину лишь дыхание – познающий атман – охватывает это тело и поднимает его.
Каушитаки

Бренное тело дух вечный двигает.
Марк Туллий Цицерон

Люди, причастные к высшему духовному миру, нам никогда не досаждают. Новый мир их мыслей раскрывает перед нашими глазами новую жизнь, к которой мы приобщаемся заодно с ними.
Мильфред Прентис.

Духовное, по определению, и есть свобода в человеке.
Виктор Франкл.

Все мне позволительно, но не все полезно; все мне позволительно, но ничто не должно обладать мною.
Апостол Павел – 1-е послание к коринфянам, 6, 12

Так как тело и дух наделены противоположными свойствами, то, чем сильнее первое, тем слабее второй.
Жан Болен

Заметьте... как мало действует приближение смерти на сильных духом, ибо каждый из них до конца остается самим собой.
Фрэнсис Бэкон

Нет ничего другого, кроме духовного мира; то, что мы называем чувственным миром, есть зло в мире духовном, а то, что мы называем злом, есть лишь необходимость какого-то момента нашего вечного развития.
Франц Кафка.

Духовная красота бесконечно прекраснее всех других, и поэтому тела, будучи лишь тенями сущего, должны обладать очарованием, говорящим о красоте духовной. Такой тип красоты принадлежит природе и превосходит искусство, сотворенное человеком.
Джонатан Эдвардс

Духовное богатство немислимо без чувства собственного достоинства.
Василий Сухомлинский

Человек должен быть рабом. Выбор для него только в том, чьим: своих страстей, а значит, и людей, или же своего духовного начала.
Лев Толстой.

Боюсь властителей душ. Что они делают с телами?
Станислав Ежи Лец.

В тайниках души своей я свершал великие подвиги, победы и благодеяния – так что бороться с жизненными неурядицами у меня уже не хватало ни сил, ни времени.
Борис Андреев

Всё безнадежно, кроме духовного: передашь богатства – лишишься их, передашь убеждения – только окрепнут. Любишь тело – сбежит, любишь душу – прилепится.
Елена Ермолова

Несвобода тела порождает несвободу духа.
Рю Мураками

Сила воли подобна силе мускулов. Развитие той и другой имеет одинаковое отношение к духовности.
Авессалом Подводный.

Там, где жизнь общественная подавляется или сводится на нет, – там сводится на нет и духовная сила народа.
Валентин Свенцицкий

Самодовольство – самый большой грех, потому, что содержит в себе зародыш духовной смерти, источник духовного роста – сознание несовершенства.
Валентин Свенцицкий

Духовенство было бы весьма недовольно, если бы его духовный труд оплачивался духовно.
Поль Анри Гольбах.

Душа рождается старой и постепенно молодеет. Это комедийная сторона жизни. Тело же рождается молодым и постепенно стареет. А это сторона трагедийная.
Оскар Уайльд

Существенная форма духа – это радость, свет...
Карл Маркс

Когда в интеллекте человека дышит душа – это и есть гений; когда душа преодолевает волю человека – это настоящая добродетель; а когда душа соединяется с человеческими влечениями – это любовь.
Ральф Эмерсон

В источнике всегда течет свежая вода, и так же обстоит дело с истинными духовными источниками в предании.
Ханс Георг Гадамер

Здоровый дух не боится брать с собой в дорогу весомый груз ценностей прошлого.
Йохан Хейзинга

Психологически – все нами ощущаемое есть символическое воплощение нашей внутренней жизни, зеркало нашего духа.
Павел Александрович Флоренский