

*Ольга Климишин  
Прикарпатський національний  
університет ім. В. Стефаника,  
Івано-Франківськ*

## **Психологічні особливості реконструкції внутрішнього світу людини в умовах релігійного спілкування**

Французькому письменнику Андре Мальро належать такі слова: «XXI століття буде століттям духовного відродження або його взагалі не буде». Будучи сповідником позитивного мислення та опираючись на об'єктивний факт – ініціювання та проведення конференції, приємно констатувати, що своєю спільною діяльністю представники Церкви, науковці, громадськість у цілому стають активними учасниками духовного відродження сучасного суспільства в спосіб інтеграції зусиль у вирішенні проблеми попередження, подолання психічних розладів наших співгромадян. Саме у спільному діалозі є можливим пошук та знаходження нових напрямків і технологій у боротьбі з цією недугою, а, що важливіше, – їх реальне втілення в життя.

Соціальна психологія у дослідженні проблеми формування людини як особистості чітко формулює постулат про те, хто не є особистістю, а саме – новонароджена дитина і психічно хвора людина. Такий постулат базується на розумінні особистості як соціальної істоти, сутність якої становить розвинута свідомість, здатність до діяльності та відношень. Але чи не обмеженим є таке розуміння і чи правильним буде постулат про втрату особистісної вартості психічно хворої людини? Безумовно, якщо розглядати людину виключно з точки зору її адекватного свідомого реагування та функціонування, то психічне захворювання, яке «викривлює», деформує, вносить симптоматичні деструктивні корективи в соціальну поведінку людини, позбавляє її можливості об'єктивного сприймання навколишньої дійсності та себе. Але, попри усе, вона не втрачає особистісної вартості як того, що є потенційним, апріорним. Цю особистісну вартість людини утворює її внутрішній духовний світ, її духовність.

«Традиційна сучасна психологія, що ґрунтується здебільшого на матеріалістичних світоглядних позиціях, не має, як це не парадоксально звучить, жодного прямого відношення до душевного життя як такого. В той

же час суб'єктивна цінність духовних явищ вища, ніж цінність явищ, які традиційно вивчає психологія» [7;69]. Власне, на розробку поглядів на духовність упродовж багатьох років у нашій вітчизняній психології було накладено ідеологічне табу. А тим часом не можна не погодитися з К.-Г. Юнгом, який стверджував, що інтерес до проблеми душі є симптомом повернення людини до себе [3; 110].

Говорячи про реконструкцію внутрішнього світу особистості, ведемо мову про конструктивну реконструкцію її духовності. Що ж таке духовність?

– духовність є аутентичною психічною реальністю існування цінностей та смислів особистості;

– духовність є сферою індивідуальної репрезентації і творчої, вільної реалізації особистості;

– духовність має ціннісно-орієнтаційну природу і є інтегрованою якістю особистості;

– духовність виступає смислотворчим центром, що, задаючи мету розвитку особистості, скеровує її на шляху до цієї мети.

Духовність має високий ступінь значущості для людини, вона справді пов'язана й обумовлена внутрішньо сформованою «картиною світу», складеною передусім на підставі індивідуального світосприйняття і виробленого надалі як найважливіший елемент світогляду. Головним змістом духовності, на думку С.М. Возняка, є спосіб самотворення особистості, вибір нею власного образу, своєї долі і соціальної ролі, творення особою самої себе за зразками вищих абсолютів. «Власне, те, що ми називаємо духовністю, є передусім віра у вищі абсолюти – добро, справедливість, людяність, любов, правду, милосердя тощо, спрямування усіх помислів і дій на них, бажання утверджувати їх у житті. Відсутність такого бажання, невір'я в ці ідеали є бездуховністю» [1; 5].

Можна говорити про дві форми (на перший погляд – полярні, якщо сприймати світ «у чорно-білому вимірі»), в яких виявляється духовність, – сакральна-релігійна та секулярно-світська, інакше – науково-синтетичну (А.Д. Косичев, В.В. Платонов). Перша передбачає уявлення про Когось, Хто контролює та оцінює всі вчинки людини (Бог-Творець, який «все бачить і все знає»). Друга форма визначає людину як самодостатнього носія свідомості, здатного відрізнити добро від зла, прекрасне від потворного, а отже, тут вона сама є і діючим, і оцінюючим суб'єктом. Людина, духовне життя якої має цю форму, утримується від аморальних вчинків не через любов до Бога чи боязнь Його, а внаслідок особистого усвідомлення того, що вона, людина, стоїть на найвищому щаблі психічного розвитку земних живих істот, що в неї є *гідність*.

Сучасна світська форма духовності своїм джерелом, найімовірніше, має сакральну-релігійну і є секуляризованою, однак виділилась з неї тим чи іншим чином і внаслідок того, що творці й апологети релігійної форми часто виявляли невиправдану суперечність між своїми словами й вчинками. А головне, тому, що між людиною і Творцем, про існування якого людина формувала свій здогад, була і є, образно кажучи, прірва, заповнена найрізноманітнішими формами зла – і фізичного, і морального. Спільною для обох форм духовності залишається основа – психологічна функціональна змістовність.

Глибинні основи духовної природи особистості, як вважав відомий австрійський психолог і психіатр В. Франкл, знаходяться у несвідомому. Духовне в людині – це те, що протистоїть тілесному і соціальному, і навіть психічному. Духовне, більшою чи меншою мірою, робить людину вільною стосовно власних біологічних потреб та інстинктів і щодо суспільних імперативів та зобов'язань, воно підносить людину над собою – самотрансцендентує, що і є сутністю людської екзистенції. Стрижнем і найістотнішим виявом духовності людини є її моральність як здатність до внутрішнього аутентичного вибору між добром і злом. Внутрішнім механізмом цього вибору виступає совість як здатність до вибору добра та заперечення зла. Совість – це існуюче в глибині людського ества *alter ego*. Вступаючи в діалог із совістю (між *ego* і *alter ego*), людина спілкується з Богом, який виступає партнером у найінтимніших розмовах. В такому розумінні духовність спонукає людину до пошуку сенсу її буття в щоденних життєвих ситуаціях і в процесі духовного розвитку ставить перед нею питання граничного сенсу – віри в Бога.

На думку психолога Дейвіда Елкінза, автора наукової публікації «Духовність – саме її бракує для психічного здоров'я», «духовність передбачає, що відкриваються наші серця, що виростається й підтримується наша здатність відчувати благоговіння і вдячність. Це здатність бачити священне у звичайному, пристрасно відчувати життя, своє існування і водночас віддавати себе тому, що є більшим, ніж ми. Мета духовності – приєднатися своїми почуттями до інших. Та її ефектом стає фізичне і психічне здоров'я... Духовність – це про бачення священного у нашому житті і про двері, відчинені для життя... Це про моменти, які живлять нашу душу й роблять наше життя гідним того, щоб жити» [4; 123,125].

Що є властиве нашому суспільству, яке, попри значний прогрес у матеріально-побутовій та соціально-культурній сферах, є далеким від належного духовного розвитку. Воно, суспільство, само може стати детермінантом пси-

хічних захворювань (чи то невротичних розладів за умов дії постійних стресів інформаційного характеру, чи навіть психопатичних розладів за умов втечі від реальності молоді, майбутніх батьків у алкоголь чи наркотики). Філософсько-психологічне споглядання динаміки розвитку сучасного світу вказує на ще одну проблему – встановлення суспільних відносин у формі так званого трикутника духовної смерті. Вершини цього трикутника утворюють три похмурі постаті християнської культури – Каїн, Юда й Пилат. Як важко не стати *убивцею* свого брата, бо ж убити можна не лише тіло, але, що важливіше, можна убити (зокрема, убивати повільно) його душу – своїм егоїзмом, цинізмом, захланністю і байдужістю. Як важко не *зрадити* свого ближнього у важкі часи життя спільноти, але ще важче – у дріб'язковій, здавалося б, розмові з третьою особою, що трапляється ледве не щодня. Та, може, найголовніше – як важко не стати нічим *співучасником* розп'яття (фізичного чи морального) отого ближнього, як важко не захочувати своєю *мовчанкою* до примноження зла у світі, навколо нас самих.

Саме релігії відводиться чи не найважливіше місце у формуванні внутрішнього світу людини, адже релігія є системою ідей та цінностей, які забезпечують гармонію та духовне здоров'я людини, вона єдина допомагає знайти відповідь на питання стрижневого, граничного сенсу людського життя. «Психічне здоров'я – це більше, ніж відсутність психічної хвороби. Це відповідність інтелектуального і емоційного розвитку хронологічному віку. Воно передбачає високий рівень інтеграції особистості, здатність до адекватної самооцінки, достатню екстравертованість в поєднанні з інтравертованістю, яка забезпечує самопізнання і, насамкінець, можливість встановлення добрих взаємовідносин з собою, з іншими і Богом» [6; 123].

Подаючи дані, за якими «9 із 10 американців вірять у Бога і вважають, що релігія є важливою у їхньому житті», Д. Елкінз пише: «Споглядання, медитація, молитви, ритуали та інші духовні практики здатні вивільнити «життєву силу» на найглибших рівнях людської психіки...» І – «є нові свідчення, що релігійні й духовні впливи здатні допомогти, коли все інше не дало ефекту» [4; 121].

Психологічна аргументація релігійного спілкування як засобу реконструкції внутрішнього світу людини передбачає зосередження на його *змістовній* та *функціональній* сторонах. *Змістовну* сторону релігійного спілкування забезпечує догматична основа, що властива кожній конкретній релігійній системі.

Християнство як релігія є чи не найгуманнішою та найдосконалішою, оскільки її зміст акумульований в найважливішій цінності – любові, яка утворює смисл ідеї існування Бога-Творця світу як люблячого батька,

який і сам є любов'ю: «Бог є любов, і хто перебуває в любові, перебуває той в Бозі, і в нім Бог перебуває» (1 Ів. 4:16). Водночас, цінність любові проголошується у християнстві основним принципом життя людини (друга християнська заповідь). Психологічний зміст християнської любові, мабуть, найкраще сформулювати, звернувшись до визначення любові, даного у свій час Гегелем: «Любов – це здатність людини зректись свого «Я» заради іншого «Я» і в цьому зреченні відродитись заново» [2], тобто мова йде саме про альтруїстичне діяння люблячої людини.

Християнство як релігія, яка пропагує любов, відкриває перед кожною людиною перспективу її розвитку та вдосконалення, адже сповідуючи ідею прощення та відкуплення гріхів людини, воно дає віруючій людині позитивну психологічну опору – «незважаючи на те, якою людиною була в минулому, яке зло вона чинила, якщо вона усвідомила і покалась у скоєному, вона має шанс завтрашнього світлого дня, шанс стати кращою». У психологічному відношенні це робить релігію не тільки можливою, але й необхідною для формування справжньої здорової особистості. Пропагуючи ідею присутності у кожній людині Христа, християнська релігія виключає прояв будь-якого деструктивізму по відношенню до себе (акт суїциду) чи по відношенню до інших (фізичне чи психологічне знущання над іншою людиною). Що ж стосується хворого, який є нашим ближнім, то тут доречно пригадати слова отця Піо: «У кожній людині є Христос, у кожному страждаючому хворому – Іх два» [8].

Втілення християнської любові у ставленні до хворої людини є чи не найрезультативнішим рецептом покращення її самопочуття. Безумовно, пропагувати любов – це головна місія нашого духовенства, але й кожна людина, яка має безпосереднє відношення до хворої людини, повинна реалізовувати любов у своїх вчинках та діяльності. В цьому контексті дозволю собі ще раз процитувати отця Піо: «І ви, лікарі, також народилися на світ, як і я народився, щоб виконати певну місію. Уважайте: в цю хвилину, коли всі говорять про права, я вам говорю про обов'язки... Ви маєте місію лікувати хворого; але якщо до ліжка недужого ви не принесете любові, то я не вірю, що йому дуже допоможуть ліки... Любов не може діяти без слова. Як інакше ви могли б її виразити, якщо не словами, які духовно підносять хворого?... Несіть хворим Бога. Це матиме більшу вартість, ніж будь-яка послуга» [8;138]. Релігійне спілкування, в якому реалізовуватиметься цінність любові й добра, матиме відповідно тільки позитивний результат як для хворої людини, так і для її рідних, що «розділятимуть з нею увесь тягар її хвороби».

Розкриваючи зміст *функціональної сторони* релігійного спілкування, ми підходимо до розуміння безпосередньої значимості релігії в житті

людини. Результативність релігійного спілкування забезпечується засобами його реалізації, до яких можна віднести, зокрема, сповідь, молитву, релігійне мистецтво та ін. Психологія як наука з обережністю ставиться до аналізу процедури здійснення релігійних культових відправ, їй важливо тільки констатувати факт впливу цих відправ на психіку людини. Відзначено, що під час реалізації свого активного відношення до Надприродного (в спосіб молитви чи сповіді) у людській психіці відбувається поетапна зміна емоційних переживань: від стану наростаючої негативно забарвленої напруги до стану релаксації, осяяння та умиротворення. «Катарсичну емоційну динаміку в процесі культових відправ забезпечують соціально-психологічні механізми взаємовпливу, релігійна символіка і твори культового мистецтва» [5;62].

Вже сьогодні можна сміливо говорити про те, що релігійне спілкування забезпечує психокорекційний, психорелаксаційний та психорегулятивний ефекти, а це з точки зору психотерапії будь-якого захворювання є вельми важливим. «Вплив культових символів на свідомість, психічний стан віруючих зумовлений їх сповненістю найвищими смисложиттєвими, світоглядними, визначальними щодо життєвої позиції, світосприймання і світоставлення смислами, емоційними переживаннями. У таємничо-урочистій, піднесено-значущій атмосфері культової відправи ідейно-емоційний зміст культових символів взаємодіє з такою самою за змістом ідейно-емоційною налаштованістю учасників богослужінь, помітно посилюючи інтенсивність і розширюючи діапазон їх катарсичних переживань» [5;69]. «Релігійні симптоми є реалізацією преморбідного досвіду, «вогонь чистилища», проходячи через який, людина піднімається на новий рівень усвідомлення реальності» [6;120].

Науковець Чиказького університету Лінда Павелл в процесі дослідження впливу релігійної віри на стан здоров'я людини отримала вражаючі результати. Зокрема, показник смертності осіб, які регулярно відвідують церкву, на 25 відсотків нижчий, ніж в осіб, які не є практикуючими віруючими, а життя віруючої людини в середньому довше на 8 років за життя невіруючої людини. Водночас відзначено, що у віруючої людини значно швидше проходить період реабілітації після тих чи інших хірургічних втручань. І якщо намагатися дати інтерпретацію цим фактам з чисто наукової точки зору, то варто виділити такі *психотерапевтичні ефекти-почуття*, які формує, зокрема, християнська релігійна система:

1) *Почуття постійної рівноваги та спокою* (а отже відсутність негативної дії стресу): керуючись думкою, що все життя людини є в руках її

Творця, що кожна життєва ситуація є ситуацією Його задуму та плану щодо неї, Його волі, людина позбувається необхідності «журитися тим, що вона буде їсти чи пити», домінантною стає потреба здатися на ласку Божу та виконувати Його волю. Звичайно, таке почуття не робить її маріонеткою життєвих ситуацій, воно дозволяє їй зайняти позицію об'єктивності та виваженості стосовно будь-якої події життя – чи то невиліковної хвороби, чи повного фінансового краху.

2) *Почуття перспективи особистісного зростання*: приймаючи вчення Церкви про те, що вона створена за образом та подобою Бога, а також щодо необхідності вдосконалення («Будьте святі – Я бо святий!») (1 Пт. 1:16), людина усвідомлює, що, попри усі свої недоліки, вона має можливість стати кращою і, що важливе, вона має чіткі орієнтири, координати на шляху свого духовного росту – Євангельські заповіді. Усе це в цілому оптимізує життя людини, надаючи йому сенсу.

3) *Почуття власної особистісної вартості*: це почуття характеризується двома моментами. По-перше, людина приходить до розуміння своєї неповторності й індивідуальності з точки зору даних їй Богом талантів. По-друге, у неї формується необхідність життєздійснення у спосіб реалізації своїх талантів на прославу свого Творця та на користь ближнього. І це робить її активною та відповідальною.

4) *Почуття присутності смислу в житті*: приймаючи уявлення про безсмертність людської душі та вічне життя, людина, з одного боку, позбавляється відчуття страху перед фактом своєї смертності, а з іншого – формує позитивну установку щодо будь-якої життєвої ситуації, знаючи, що остаточний результат життя залежатиме від її намагань примножити у своєму житті те, що не суперечить добру та любові («дбаючи про скарби на небі, а не на землі»).

5) *Почуття любові та злагод*: власне, це почуття, по-перше, рятує людину від таких деструктивних переживань, як заздрість, ненависть, захлапність, гордість та ін., які в кінцевому результаті здатні зруйнувати як психічну, так і фізичну сфери організації людини; по-друге, позбавляє відчуття самотності, оскільки в спосіб альтруїстичного діяння людина самореалізується як дочка чи син свого Небесного Отця, як брат чи сестра свого ближнього.

Підсумовуючи усе сказане вище, ще раз наголосимо на факті важливості особистісної вартості кожної людини. У нашій здатності сприйняти хвору людину з терпеливістю та любов'ю виражається наша здатність духовно зростати та здійснювати свій внесок у примноження добра на цій землі.

### Література

1. Возняк С.М. Філософія як теоретична основа загальнолюдського та національного в структурі духовності особистості / Єдність національного та загальнолюдського у формуванні морально-духовних цінностей / Збірник наукових праць. – Івано-Франківськ, 2002. – С. 5-9.
2. Гегель Г. Філософія релігії: В 2 т. – Т. 1. – М., 1976-1977.
3. Горак Г.І. Філософія: курс лекцій. – К., 1997.
4. Гуманістична психологія: Антологія: В 3-х т. – Т. 2: Психологія і духовність: (Світоглядні аспекти гуманістично зорієнтованих напрямів у сучасній західній психології) / Упоряд.: Г. Балл, Р. Ткач. – К.: Унів. вид-во ПУЛЬСАРИ, 2005. – 279 с.
5. Москалець В.П. Психологія релігії: Посібник. – Академвидав, 2004. – 240 с.
6. Психология религиозности и мистицизма: Хрестоматия. / Сост. К.В. Сельченко. – Мн.: Харвест; М.: АСТ, 2001.– 544 с.
7. Савчин М.В. Духовний потенціал людини. – Івано-Франківськ: Вид-во «Плай» Прикарпатського університету, 2001. – 203 с.
8. Святий отець Піо. Щасливого всім дня! Розважання на кожен день року. – Івано-Франківськ, 2005. – 168 с.