

Красимир Иванов

ЦЪРКОВНИ И ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНИ ПОДХОДИ ПРИ ЛЕЧЕНИЕ НА ЗАВИСИМИ ЛИЦА

Abstract: *Krasimir Ivanov, Church and Psychotherapeutic Approaches in the Treatment of Addicts.*

The current paper highlights the importance of a holistic approach to treating individuals suffering from addiction. Cooperation among various professionals—such as doctors, psychologists, psychotherapists, social workers, priests, and others—is crucial. Addiction impacts multiple areas of a person's life, necessitating a collaborative effort among specialists to address the individual's needs comprehensively.

Keywords: *Treatment, Addiction, Psychotherapy, Church, Sacraments, Prayer, Practical Theology*

Холистичният възглед за здравето и болестта при човека в днешно време преобладава в медицината. Така тя се приближава до древното християнско учение за болестта и здравето. Човек трябва да бъде разглеждан според едното и другото разбиране. Човекът като цялостно същество, в което всички части на тялото са тясно зависими едни от други така, както всички елементи на душевния му живот – разум, чувство, воля – са предназначени за съвместна, хармонична работа. Телесните и душевните болести са следствие от разрушаване на естествените взаимовръзки както между телесните, така и между душевните органи на човешкото същество¹. Съвременните достижения преди всичко на психосоматичната медицина сочат, че лечението на болния човек ще е много по-ефективно и успешно благодарение на по-доброто познаване на отношението между тяло, душа и дух. Ефективността на лечението се определя и от по-доброто взаимно опознаване и сътрудничество между психотерапевтите и духовните лица,

¹ Срв. Йеротич, В. *Християнството и психологичните проблеми на човека*. София: Омофор, 2014, с. 214.

определени да изповядват вярващите².

Църквата като лечебница

Според руския православен психиатър и психотерапевт Авдеев в православната психотерапия съществуват две форми. Едната е строго църковна и включва реда на църковния живот и устройство, дълбоко психотерапевтичен. Втората форма е научно-практическа, състояща се в помощ на специалистите – психотерапевти, клиничния психолог и др.³

Протоерей Георги Флоровски подчертава важноста на Църквата, която е тайнствено явление на Бога. В Нея съкровената сила Божия става явна и сетивна под видимите образи на светите и спасителни тайни. Св. Тайнства са реални тайнодействия, образи на действителното и неизменно присъствие Божие. За образуването на новия благодатен народ, които не съвпада с естествените или земни народи, не е необходимо естествено раждане, защото той се ражда чрез „тайнството на водата“, чрез тайнствено съчетаване с Христа, чрез тайнството на св. Кръщение. Тайнството на св. Кръщение е тайнствен начин за преминаване в Църквата като в „Дом Божий“, в царството на благодатта. В св. Кръщение се оставя „този свят“ и подчинението на „бесовските работи“, по тайнствен начин като че излиза или се освобождава от естествения порядък на нещата и се преминава в благодатния порядък⁴. Отричането от себе си предполага надхвърляне на своите граници и пристрастия и напълно предаване на истината. Правилото на духовния живот е, че „семето не оживява ако не умре“⁵. Чрез тайнството на св. Кръщение кръстеният влиза в „единната Църква на ангели и човеци“, прихваща се и израства към единното „Тяло Христово“⁶.

Митр. Йеротей Влахос посочва, че от особена важност е да има-

² Пак там, с. 326.

³ Срв. Авдеев Д. *Православният възглед за душевните болести*. София: Омофор, 2013, с. 94.

⁴ Срв. Флоровски, Георги, прот. *Църквата: предание или утопия*. София: Храм „Света София“, 2011, с.16.

⁵ Флоровски, Георги, прот. *Християнство и култура*. София: Православен калейдоскоп, 2006, с. 148.

⁶ Флоровски, Г. прот. *Църквата: предание*, с. 20.

ме правилна вяра, промяната на вярата води до промяна на терапията. Богословието е не само учението на Църквата за духовно здраве, но и верният път, които болните трябва да следват, за да се излекуват. Осъзнаването на болестта е в основата да търсим лекар и една от първите стъпки в лечението е самопознанието. Заедно с осъзнаването на болестта е необходимо да има и само осъждане – „великият дар на само укоряването“, което е белег за наличие на смирение. Чрез самоукоряването и скръбта се побеждават страстите и душата се изпълва с блажена радост. Лекуващият лекар, който е свещеникът, духовният наставник да е излекувал себе си от немощите си или да е в процес на лечение, за да може да лекува духовните си чеда. Духовните отци освен, че извършват тайнствата и лекуват духовно хората. Знаят и показват начин на лечение на страстите на своите духовни чеда, как да се освободят от плена на греха и как умът им да се освободи от робство⁷.

За духовното лечение е важно спазването на поста, бдението и молитвата. Постът не е цел, той е средство, без него е почти невъзможно да се победят страстите и да се достигне безстрастие. Необходимо е да се спазват постите, които Църквата е определила, под ръководството на свещеника, както и да се полага старание към неудовлетворяване до крайност на желанията на тялото⁸.

Греховния живот е довел човека до противоестествено състояние, докато животът в покаяние ще го възстанови в правилното му състояние и ще му даде живот. Покаянието е постоянно отхвърляне на телесните усещания, то е мисъл на самоосъждане и грижа за себе си⁹. То е тайнство, установено от Господ Иисус Христос, чрез него се дава власт на свещеника в името на Бога да прощава или да задържа греховете на тези, които се разкайват за тях. Тази власт е установена с Христовите думи „На когото простите греховете, тям ще се простят; на който задържите, ще се задържат“ (Йоан 20:23). С покаянието е свързана изповедта, която има голяма лечебна сила за възстановяване на душевното здраве на човека. Изповедта е разкаяние пред Бога и

⁷ Срв. Йеротей, митр. (Влахос). *Православна психотерапия*. В. Търново: Практис, 2009, 41–44.

⁸ *Пак там*, 49–50.

⁹ *Пак там*, с. 182.

се извършва пред иконата на Спасителя. Когато е искрена и сърдечна, е незаменимо средство за очистване от вината. Опрощаването на греховете дава на човека душевен мир и спокойствие. Според изследванията на библейските текстове всеки, който е отивал с вяра и разкаяние при Исус Христос, е получавал дара на изцелението¹⁰. Именно покаянието, което достига своята пълнота в дълбокия плач и се съчетава с откриването на помислите, отваря душевните очи, прави ги способни да виждат Божието величие¹¹.

Друго средство за духовна терапия е бдението, чрез него човек постига очистване и лекуване на страстите. Бдението съпътства молитвата, която е много важен метод за лечение, чрез нея влиза в душата благодат¹².

Митр. Антоний (Сурожки) определя молитвата като най-добрият път по който да се върви към изпълнение на човешкото призвание – да влезем в единение с Бога¹³.

Според протоерей Георги Флоровски за Църквата е непозната уединената и обособена молитва, християнинът се спасява само в съборността на Църквата. Също така, всяка молитва е и личен подвиг, тя се възнася от дълбочината на личното сърце, своята сила молитвата открива в единомушието на любовта. Личният молитвен подвиг е длъжен да се определя в съборната идентичност и единомушието на любовта. Венецът на молитвата е в това възпламеняване на любовта, което е изразено в молитвата на Моисей: „Прости им техния грях. Ако ли не, изличи и мене из книгата Си, в която си ме записал” (Изход. 32: 32)¹⁴.

Упражняването в бдението, молитвата и търпеливото посрещане на случващите се неща водят до съкрушаване на сърцето. Телесният труд и въздържанието създават полезната и спасителна за човека болка в сърцето му. Когато болката на духовното сърце произлиза от Божията благодат, тя няма болестни последици върху телесното сърце. Докато духовното сърце се съкрушава, тъгува, търпи тъгата и радостта от покаянието, телесното сърце следва своя естествен ритъм. Кардиолозите не могат в повечето случаи да установят болестно състояние, защото телес-

¹⁰ Срв. Груева, Т. *Християнска психотерапия*. София: „Нов човек“, 2009, 44–45.

¹¹ Йеротей, митр. (Влахос). *Цит. сбч.*, с. 145.

¹² *Пак там*, с. 51.

¹³ Срв. Антоний, митр. (Сурожки). *Молитвата и животът*. София: Омофор, 2005, с. 17.

¹⁴ Флоровски, Г. прот. *Църквата: предание*, с. 34.

ното сърце не е болно.¹⁵

Психотерапевтични подходи

Посочвайки като най-честа причина за зависимостите загубата на смисъл на живота, Йеротич препоръчва при терапевтичната работата със зависими да се ползва като метод логотерапията¹⁶.

Според създателя на логотерапията В. Франкъл човек търси някакъв смисъл не само поради желанието си да разбира смисъла, но също го и намира, като вижда смисъл в това да създава нещо, съзира смисъл също и в безнадеждни ситуации, при които стои безпомощен. Самообладанието и съответната нагласа позволяват на човек да намери доказателство за нещо, на което е способен само той – да превърне страданието в постижение¹⁷. Според него „човешката свобода се базира на това, че тя има властта да разпорежда. Свободата съдържа в себе си два аспекта – позитивен и негативен. Негативният аспект се съдържа в „свободен от“, докато позитивната страна е свързана със „свободен за“, освободеност от това да бъдеш еди-какъв си, но е свобода за живот. Свобода за човека означава да можеш да се разпореждаш и да носиш отговорност, сякаш възложена отгоре“¹⁸.

Груповата психотерапия според проф. Йеротич също е подходяща за работа със зависими поради това, че употребата на ПАВ най-често се случва в група. Според него груповата терапия трябва да се води от добре подготвен екип от психолог, психиатър и богослов¹⁹.

Изследователят на метода терапевтична общност (ТО) DeLeon (2000) разделя груповата работа на клинична и обучителна. Една от целите на клиничната групова работа е постигане на промяна при зависимите чрез прозрение за собственото поведение, изразяване на емоции и научаване на ново поведение. Други цели на клиничната групова работа са: повишаването на мотивацията за промяна, преминаването от един етап към друг, отразяващ процеса на възстановяване, превенция на възобновяването и изграждането на умения за предотвратяване на употреба, за осъзнаване на саморазрушителното поведение, за разбиране на механи-

¹⁵ Срв. Йеротей, митр. (Влахос). *Цит. съч.*, с. 183.

¹⁶ Срв. Йеротич, В. *Цит. съч.*, с. 307.

¹⁷ Срв. Франкъл, В. *Воля за смисъл*. София: Леге-Артис, 2011, с. 73.

¹⁸ *Пак там*, с. 87–88.

¹⁹ Срв. Йеротич, В. *Християнството и психологичните*, с. 308.

змите на дисфункционалното поведение, изразяване на чувства и мисли²⁰.

Йеротич, посочва, като подходящ за терапия на зависими също и метода на „не директивно съветване“, създаден от Карл Роджърс. Според него терапевтът не ограничава или принуждава зависимия, както и неговата автономност. Целта на психотерапевтичния метод на Роджърс е лекуващият се да придобие познание за своите чувства и да ги приеме. Чрез познанието на своите положителни и отрицателни чувства да стане по-свободен при правене на избори. Да изгради по-голяма увереност и доверие в себе си и така да се освободи от зависимостта си от личности и вещества²¹.

Друг вид групови дейности, подходящи за зависими, са т.нар. обучителните групи. Те са свързани с терапевтичната програма, средствата за промяна и възстановяване от зависимост.

Д-р Авдеев препоръчва да се прави анализ на психологическите аспекта на трудовата и професионална квалификация, както и да се оказва психологическа подкрепа при преквалификация. Пастирската грижа според него трябва да е насочена към обсъждане на въпроси, свързани с понятията „грях“, „страст“ и беседи за християнските добродетели. Оказване на духовно-психологическа подготовка за тайнството Изповед. Провеждане на групови занимания по изучаване на Свещеното Писание, пастирски събеседвания и проповеди е приобщаване към литургичен живот, извършване на молебени и поклоннически пътувания²².

Изводи

На базата на гореизложеното бихме могли да направим следните изводи. Християнското разбиране за човека и неговото призвание в света ще даде много по-голяма широта и дълбочина на себепознанието и себеразбирането, което е една от основните цели при лечение на зависимости. Християнството дава по-дълбоко разбиране на грижата за себе си и ближния на духовно ниво. По този задълбочен

²⁰ Василев, П. *Терапевтични общности стандарти за добра практика*. София, М-8-М, 2008, 85–90.

²¹ Срв. Йеротич, В. *Цит. съч.*, 332–333.

²² Срв. Авдеев, Д., В. *Невярович. Нервност и неврози от гледна точка на православната психология и психиатрия*. Атон: Св. Вмчк Георги Зограф–Света Гора, 2013, 227–229.

и широк начин се осмисля и психосоциалната рехабилитация. Като лечебен метод тя може да подпомага духовната грижа и така да стане част от духовнотерапевтичните методи на зависими лица в съвременния свят. Тези два подхода не са в противоречие по между си, а са взаимно допълващи се. Чрез тях се обхваща човекът в неговата цялост и го учат как на практика да полага цялостни грижи за себе си. Наличието на забраняващи правила при психо-социалната рехабилитация могат да придобият по-дълбок и значим смисъл, ако се разглеждат в християнски контекст като упражняване във въздържание. От особена важност е да се разбере нуждата от лечение на членовете на екипа, който работи със зависими. Нужно е да са преминали или да са в процес на лечение, което има пряка връзка с ефективността на лечението.

