

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.
Материалы к проекту "7-я Международная конференция православных психотерапевтов
"Христианская психология между человеком и миром: свобода, ответственность, личность"" (13-15
октября 2016 года, Москва)
<http://psy.su/psyche/projects/1901/>

... С одной стороны, почти все мы ощущаем вину за одни и те же вещи (наверняка то, что я описала, знакомо многим).

С другой стороны, круг нашей ответственности меняется от человека к человеку, он своеобразен у каждого из нас.

Именно специфика внутренней ответственности безошибочно указывает на то, что мне действительно дорого и важно, оно говорит о самом сокровенном в человеке, о его истинных ценностях, истинном месте в жизни. И именно вина зачастую помогает понять, какова моя ответственность, кто я на самом деле.

Значит, действия, которые предпринимает человек, повинувшись чувству такой ответственности, делают его жизнь осмысленной.

Виктор Франкл писал на этот счет, что «совесть – это орган смысла. Ее можно определить как способность обнаружить тот единственный и уникальный смысл, который кроется в любой ситуации».

И в этом заключается важнейшая функция совести и ее проявления - чувства вины. Человек нередко живет чужими ценностями и идеалами - делает то, что ему в действительности не нужно. Во многом это данность социального мира. Но, как мы уже говорили, если «чужая», навязанная ответственность не оставляет места для внутренней, неизбежным будет появление чувства вины. Вина может помочь человеку заново осознать внутреннюю ответственность – напомнить ему о том, что для него действительно важно, а значит, дает шанс вернуться к себе, стать собой, стать автором собственной жизни. Вина дает человеку понять, что он забыл, кто он есть, или недостаточно хорошо это знал раньше.

Когда я думала, какие слова лучше всего подходят для описания переживания подлинной вины, самым близкими мне показались: «потерянность» и «сокрушенное сердце».

Чувство вины как будто бы сталкивает нас с самими собой.

Я-настоящий, Я как Образ и Подobie Бога – и Я неидеальный, грешный встречаются в месте совершения греха. И Я-настоящий иногда испытывает самый настоящий шок, увидев того, кем он является на самом деле, как и шок от того, что случилось. Но и Я-грешный тоже переживает шок от того, что он на самом деле другой, лучше, чем он думал.

Если говорить более сложным философским языком, происходит отождествление одновременно с собой-истинным и с собой-неаутентичным, грешным.

«Уносимому рекой субъекту вины дано пережить ужас самоотождествления», - пишет М. Бубер.

Но иногда это может быть не только ужас, но и, как ни странно, облегчение, – ведь человек с радостью вспоминает вдруг, что он Образ и Подobie Бога, что он ближе к Богу, чем ему казалось. Облегчение происходит и оттого, что человек, услышавший зов совести, внезапно понимает, куда ему нужно идти.

М. Бубер писал, что вина рождается в момент, когда некто наносит ущерб основам человеческого миропорядка, «зная об этом и признавая, что основы миропорядка суть одновременно также и основы его личного и общечеловеческого существования».

Вспомним про «уносимого рекой субъекта вины», о котором говорит Бубер. Чувство вины неразрывно связано и с тревогой небытия. Вины бы не было, если бы происходящее можно было полностью отменить, но, как известно, это невозможно.

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.
Материалы к проекту "7-я Международная конференция православных психотерапевтов
"Христианская психология между человеком и миром: свобода, ответственность, личность"" (13-15
октября 2016 года, Москва)
<http://psy.su/psyche/projects/1901/>

Чувство сокрушенности, а иногда и безутешности, которые сопровождают вину, связаны с тем, что ЭТО не фантазия, ЭТО уже случилось. Выбор сделан, а это значит, что все прочие варианты развития событий навсегда ушли в небытие. Волнения, причиненные близкого человеку, уже сказались на его здоровье. Доверие между супругами навсегда потеряно после случившейся измены.

С другой стороны, время не только необратимо, но и ограничено.

Например, день, который я бы мог потратить интересно, наполнить его чем-то важным, уже закончился, потраченный впустую. «День прошел, как и вообще-то проходят дни, я убил, я тихо сгубил его своим примитивным и робким способом жить» (Г. Гессе)

Казалось бы, ну его, этот день, настанет другой. Но мы знаем, что дней у нас в запасе не так много, и никто не гарантирует, что завтрашний день наступит.

С другой стороны, как говорил знаменитый философ и богослов П. Тиллих, «человек обязан дать ответ на вопрос о том, что он из себя сделал. Тот, кто задает ему этот вопрос, есть его судья: этот судья есть он сам, который в то же время противостоит ему».

Человек призван «сделать из себя то, чем он должен стать», т.е. исполнить *свое* предназначение, взять на себя и понести *свою* ответственность (которую можно назвать и крестом, данным ему Богом), прожить жизнь осмысленно.

С другой стороны, - и это важно, - в конечном счете чувство вины неизбежно.

Даже если бы мы всегда поступали правильно, ограничения мира вносили бы свои коррективы в наши поступки, иногда искажая их до совершенно противоположных. Как пишет Тиллих, «небытие присутствует даже в том, что человек считает своими лучшими поступками, оно не дает человеку достичь совершенства».

Вот как говорит о том же самом М. Бубер:

«Перед нами человек, который в результате какого-либо поступка или бездействия в определенной ситуации отягощен виной, возможно, групповой виной и, теперь, по прошествии лет или десятков лет, память о ней неустанно посещает его... Здесь действует глубокое понимание невозможности возврата к исходному пункту и исправления того, что было сделано. Необратимость пережитого тесно связана с одной из существеннейших перспектив человека — той, что выстраивает представление о собственной смерти. Никто не видит так отчетливо время в виде текущей реки, как «я», отягощенное виной».

Подлинная вина и ее этапы

Подлинная вина запускает ряд важных этапов, без прохождения которых, как мы говорили, невозможно продуктивно преодолеть ситуацию.

Но вначале я хочу обозначить разные типы подлинной вины. Каждый тип вины предполагает свой, довольно специфичный способ работы с ней.

Итак, подлинная вина бывает *реальной* и *экзистенциальной*.

Реальная вина

Первый тип – это вина, так сказать, «объективно оправданная» - вина за грех в узком смысле.

Это то, что принято считать собственно виной. Таковую вину называют *реальной*. Эта вина, которая возникает вслед за осознанием того, что я ошибся, согрешил.

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.
Материалы к проекту "7-я Международная конференция православных психотерапевтов
"Христианская психология между человеком и миром: свобода, ответственность, личность"" (13-15
октября 2016 года, Москва)
<http://psy.su/psyche/projects/1901/>

Это вина за сознательный выбор, который я мог бы и не совершать, за выбор, противоречащий внутренним нравственным законам и зачастую повлекший за собой некие негативные последствия (для близких или незнакомых людей, животных, окружающего мира и т.д.). Несмотря на то, что в момент поступка этот выбор может не осознаваться (или не вполне осознаваться) как противоречащий им, или же могут не осознаваться (не вполне осознаваться) последствия выбора - тем не менее, *если была физическая возможность сделать другой выбор*, такая вина может считаться вполне оправданной с точки зрения не только моей, но и других людей, то есть *реальной*. ...