



СТАНОВЛЕНИЕ ЛИЧНОСТИ

Жизнь в гармонии
с собой, обществом
и Богом



МАРИНА АРХИПОВА, МАРИНА МИХАЙЛОВА

ПРОЩЕНИЕ:

КАК ПРИМИРИТЬСЯ С СОБОЙ И ДРУГИМИ



Прощение дает нам возможность
принимать жизнь и людей, быть
открытыми, способными к встрече
и диалогу с ними.



Становление личности

Марина Архипова

**Прощение. Как примириться
с собой и другими**

«Никея»

2018

УДК 159.9
ББК 88.37

Архипова М. В.

Прощение. Как примириться с собой и другими /
М. В. Архипова — «Никея», 2018 — (Становление личности)

ISBN 978-5-91761-759-6

Книга двух авторов – психолога Марины Архиповой и философа Марины Михайловой – открывает разные грани осмысления прощения. В ней собраны мысли крупных исследователей этой темы, жизненные истории, а также фрагменты психологических исследований, которые могут помочь нам следовать по пути к прощению.

УДК 159.9
ББК 88.37

ISBN 978-5-91761-759-6

© Архипова М. В., 2018
© Никея, 2018

Содержание

От авторов	6
Глава 1	7
Глава 2	10
Прощение как простота	11
Прощение как прямота	14
Прощение как освобождение	17
Прощение как исцеление	19
Непрощение, непримиримость, возмездие	20
«Понять – значит простить»	25
«Простить – значит забыть»	26
Глава 3	30
Правила и нормы общества	30
Вина, стыд, страх, обида	34
Конец ознакомительного фрагмента.	36

Марина Архипова, Марина Михайлова

Прощение. Как примириться с собой и другими

*Рекомендовано к публикации Издательским советом Русской Православной Церкви ИС
Р17-704-0147*

От авторов

Прощение необходимо всем. Мы не знаем людей, которые не нуждались бы в том, чтобы простить кого-нибудь или быть прощенными. И мы не знаем людей, которым прощение давалось бы легко, без усилий. Прощение – долгая дорога.

Мысль написать эту книгу появилась у нас после передачи, посвященной прощению, на радио «Град Петров», где одна из нас была гостьей, другая – ведущей. Разговор не уместился в сорок пять минут прямого эфира и вызвал множество откликов слушателей. Мы продолжали обсуждать эту тему при встречах (мы работаем в одном учебном заведении, в Российской христианской гуманитарной академии, и дружим довольно давно, изредка вместе путешествуем и частенько пьем чай после занятий). Вскоре нам стало понятно, что хорошо бы наши беседы как-то записать. Что мы и сделали.

В книге два голоса, она написана людьми разных профессий. Марина Архипова – психолог, ведущая тренингов и мастер-классов, практикующий консультант. В главах, написанных ею, она использует выдержки из двух дипломных работ, которые были защищены на психологическом факультете РХГА, и приводит дословные ответы участников исследований. Эти живые высказывания открывают мир реальных человеческих переживаний. Иллюстративным материалом послужили также фрагменты аудиодневников учителей, записанных во время работы над другим исследовательским проектом. Таким образом, кроме голосов двух авторов, в повествовании звучат голоса многих наших соотечественников, которые комментируют, высказывают свое мнение, делятся наблюдениями.

Марина Михайлова – философ и филолог, автор программ на радио «Град Петров», катехизатор и ведущая евангельской группы в одном из православных приходов Санкт-Петербурга. Она часто цитирует философские и богословские источники, с удовольствием пересказывает классическую литературу и делится историями из жизни своих друзей, родственников и знакомых. Все эти истории подлинные, хотя имена и обстоятельства изменены.

Мы вовсе не являемся какими-то особенными специалистами по прощению. Напротив. В начале работы над этой книгой мы чуть не поссорились. Обсуждали рабочие вопросы, возникли разногласия, атмосфера накалилась, было сказано немало горьких слов... Положив трубку, одна Марина подумала: «Ничего себе, книжка о прощении... Ладно, сейчас выпью чашку чаю, успокоюсь и позвоню Марине опять». В этот момент зазвонил телефон, и другая Марина сказала: «Послушай, тебе не кажется смешным, что люди ссорятся из-за книги о прощении?»

Работая над этой темой, мы сами учились прощению и думали о нем, потому что в жизни каждой из нас постоянно возникали ситуации, требующие этого шага.

Мы считаем наше двухголосие важным, поскольку оно позволяет подойти к прощению с разных точек зрения: и как к психологическому феномену, и как к философскому концепту. Однако главная цель нашей работы не теоретическая, а практическая. Мы надеемся, что мысли, цитаты, жизненные истории и фрагменты психологических исследований, приведенные в этой книге, помогут нашим читателям продвинуться на пути прощения.

Глава 1

Зачем нужно прощение

Необходимость прощения излишне доказывать, каждый из нас знает по своему опыту его освобождающую радость, избавляющую от мук обиды и вины. Тем не менее приведем доказательство от противного: расскажем о том, как разрушительно непощение для человеческой жизни.

Классическая история о непримиримости и мести – «Орестея» древнегреческого драматурга Эсхила¹. В основе этой трагической трилогии лежит миф о проклятии рода Атридов, остающийся за рамками повествования Эсхила, но хорошо известный всем грекам.

Герой Пелопс хотел жениться на дочери царя Эномая. Эномаю было предсказано, что он умрет от руки мужа дочери, поэтому он решил не выдавать ее замуж. Чтобы избавиться от женихов, царь, не имевший себе равных в управлении колесницей, предложил соревноваться с ним в гонках и поставил условие: если первым приходит жених, ему дают в жены царевну, а если побеждает Эномай, то жених должен умереть. Так polegло множество претендентов. Пелопс решил добиться победы хитростью и вступил в сговор с Миртилом, возничим царя, пообещав ему полцарства за то, что тот испортит колесницу Эномая. Гонки начались, Эномай разбился насмерть, и Пелопс взял в жены царевну. Когда же Миртил потребовал у него обещанные полцарства, Пелопс обманом сбросил его с высокой скалы в море. Падая, Миртил успел проклясть вероломного Пелопса и все его потомство.

Сыновья Пелопса Атрей и Фиест соперничали за трон в Микенах. Царем Микен должен был стать обладатель златоурного овна, а именно Атрей. Фиест соблазнил жену Атрея и выкрал у брата золотое руно, но стать царем ему не удалось: Зевс небесными знаменами показал, что Фиест обманщик, и народ не признал его. Тогда Фиест выкрал сына Атрея, воспитал его как своего, привил ему ненависть к Атрею и подтолкнул к поединку с ним, надеясь, что сын убьет отца. Но получилось наоборот. Атрей, узнав, что стал убийцей собственного сына, решил отомстить Фиесту. Он убил его детей и велел зажарить их, потом пригласил Фиеста в гости, накормил этой ужасной едой, а затем рассказал ему, что это была за трапеза. Узнав об этом, Фиест в ужасе бежал в пустыню.

Ненависть и вражда продолжились в следующем поколении. У Атрея был сын Агамемнон, предводитель троянского похода, у Фиеста – сын Эгисф. Когда Агамемнон отправился завоевывать Трою, Эгисф, желая отомстить за отца и братьев, соблазнил его жену Клитемнестру и подговорил ее убить Агамемнона, если он вернется с войны. У Клитемнестры были свои основания ненавидеть мужа: для того чтобы наполнить ветром паруса греческих кораблей, он принес в жертву свою дочь Ифигению, и она не могла ему этого простить.

В этой точке и начинается трилогия Эсхила. Он крупным планом показывает нам один из пунктов развития ужасной семейной истории. Первая часть цикла называется «Агамемнон». Но главная героиня трагедии – Клитемнестра. Перед ней два пути: отомстить мужу за смерть дочери или простить его. Она выбирает путь мести и приводит убедительные аргументы: Агамемнон убил невинное дитя ради того, чтобы начать войну, несущую народу страдания и смерть, на нем кровь многих погибших, а потому он должен умереть. Казалось бы, все справедливо. Но в тот момент, когда кровь Агамемнона проливается на ступени дворца,

¹ Эсхил (525–456 до н. э.) – древнегреческий поэт. Его называют отцом трагедии, поскольку именно его произведения возвысили трагедию до уровня всенародного действия, наполненного нравственным и мистическим значением.

Клитемнестра из праведной мстительницы становится мужеубийцей. На нее обрушивается ненависть ее детей.

В центре второй трагедии цикла, «Хоэфоры», находятся дети Агамемнона и Клитемнестры, Орест и Электра. Хоэфоры – по-гречески значит «приносящие жертвы над гробом». Действие начинается с того, что Электра в сопровождении подруг приходит на могилу отца совершить поминовение. Там она встречает Ореста, который скрывался от матери и Эгисфа, а потому провел много лет в чужих краях. Электра укрепляет Ореста в ненависти к матери и желании отомстить за отца. Орест уже готов убить Клитемнестру, заносит меч, и в этот момент мать открывает грудь со словами: «Пронзи грудь, что тебя вскормила!» Орест довершает свое дело и тут же из мстителя за отца становится убийцей матери. Его начинают преследовать эринии, богини мщения.

В третьей части обезумевший Орест, терзаемый эриниями, приходит в Афины. Там Афина Паллада решает его судьбу на суде, в котором участвуют боги и люди. Орест оправдан, а эринии разгневаны: у них отнято законное право мести. Афина обещает им, что, если они прекратят преследовать Ореста, их будут почитать под именем эвменид – милостивых. Поэтому последняя трагедия цикла так и называется – «Эвмениды».

Рассказывая древний миф, Эсхил подчеркивает в нем нравственно важные моменты. Во-первых, он показывает тяжесть вины: преступление одного человека ложится проклятием на множество поколений, грех порождает грех. Во-вторых, поэт доказывает неэффективность мести. И Клитемнестра, и Орест, совершая акты мести, руководствуются сильными нравственными аргументами, исходят из неприемлемости убийства и предательства. Но в тот момент, когда проливается новая кровь, убийца превращается в жертву, а мститель – в убийцу. В-третьих, Эсхил показывает единственный возможный выход из порочного круга ненависти и мщения. Это милость, прощение, возвращающее разум и человеческое достоинство несчастному Оресту и навсегда прекращающее цепь преступлений.

К счастью, семейные истории из реальной жизни, как правило, не столь мрачны и ужасны, как античный миф. Но в них действуют те же открытые древними греками механизмы судьбы: поступки, совершенные людьми, имеют влияние на следующие поколения, непримиримость умножает зло, а прощение дает освобождение.

Вспомним, например, историю семьи поэта Михаила Лермонтова.

Бабушка Лермонтова по матери, Елизавета Алексеевна Столыпина, в браке Арсеньева, не отличалась красотой. Современники описывали ее как несколько неуклюжую женщину очень высокого роста. Зато она была умна и практична, отличалась суровым и твердым характером, превосходя силой воли и разумом своего мужа Михаила Васильевича, который принадлежал к уважаемому дворянскому роду и был хорош собой, чем его достоинства, похоже, и исчерпывались.

Отношения в семье усложнились, когда после рождения единственной дочери Марии у Елизаветы Алексеевны развилось женское нездоровье и она перестала уделять супружеское внимание своему мужу. Тот сошелся с их соседкой по имени, молодой женщиной, супруг которой находился в действующей армии. Эта связь длилась несколько лет, а когда Михаил Васильевич узнал о возвращении мужа своей возлюбленной, он после рождественской елки принял яд и умер. Елизавета Алексеевна сказала: «Собаке собачья смерть» – и уехала на несколько дней вместе с дочерью, чтобы не присутствовать на похоронах.

Когда их дочери Марии Михайловне исполнилось семнадцать лет, она вышла замуж за соседа-помещика Юрия Петровича Лермонтова. Как и ее отец, он был родом из хорошей семьи и справедливо считался красавцем. Как и ее мать, после рождения единственного сына Михаила (названного по настоянию бабушки в честь покойного деда, а не в родню по отцу) она забо-

лела женской болезнью. Юрий Петрович заводил романы, оскорбленная Мария Михайловна ссорилась с ним. Однажды взбешенный упреками раздражительный муж ударил ее по лицу. Впечатлительная и нервная Мария Михайловна заболела и вскоре умерла.

Двухлетнего Михаила стала воспитывать бабушка. Она страстно любила внука, но при этом ненавидела его отца и запрещала им встречаться. Мальчик видел жестокий конфликт в семье и страдал от этого. Несмотря на то что бабушка не жалела средств на уроки, развлечения, путешествия, игрушки и забавы, детство Лермонтова было несчастным и одиноким.

Когда юноша учился в Москве в университетском пансионе, отношения с отцом возобновились, стали теплыми и дружескими, но тут снова вмешалась бабушка. Она взывала к чувству благодарности внука, которому отдала всю свою жизнь, жаловалась на болезни и страх одинокой старости, обличала отца и грозила лишить наследства. Отцу и сыну пришлось расстаться. «Дух мой погас и состарился», – писал шестнадцатилетний Лермонтов.

Нельзя сказать, что трагизм его творчества обусловлен только семейной враждой, но и отрицать ее мрачное травматическое воздействие на душевный мир поэта невозможно. Мы видим, как дух непримиримости и непощения переходит от отцов к детям и разрушает жизнь внуков.

В любой семье найдутся столь же драматичные истории. Если взглянуть на них внимательно с высоты птичьего полета, мы увидим: то, что казалось индивидуальным, частным, затрагивающим только одного-двух людей, неожиданно обнаруживает корни в прошлых поколениях и откликается последствиями в будущих.

Неразрешенная обида и непримиримость могут стать причиной тяжелых событий не только в жизни непосредственных участников конфликта, но и позже, отзываясь в судьбах других людей.

Что же такое прощение? Почему серьезные обиды так разрушительно действуют на нас? Как сказываются в нашей жизни, как откликаются последствия обид и непримиримости? Как простить себя и других, глубоко и взросло, открыто глядя на все несправедливости, которые таковыми являются или только кажутся? Где источник прощения, в чем его опора? Почему оно так благотельно и сильно? Ответ на все эти вопросы мы ищем в этой книге.

Глава 2

Что такое прощение?

Начиная размышлять о чем-то важном для нас, полезно внимательно взглядеться в само слово, именуемое темой. Философы и поэты недаром утверждают, что в языке сказывается, открывается мир. Чтобы познать истину вещей, от нас требуется не столько изобретательность и хитроумие, сколько слушание и послушание, чистый слух и чистое око. Недаром греческое слово *теория* означает *созерцание*, напоминая нам о том, что всякое познание, и житейское, и научное, и богословское, состоит прежде всего в доверительном и внимательном вглядывании в вещи мира, вслушивании в язык, поскольку в нем звучат их собственные голоса.

Попробуем вслушаться в то, как некоторые европейские языки говорят нам о прощении, рассмотрим форму именующих его слов, их происхождение, синонимы и антонимы, а также общеизвестные высказывания о прощении.

Прощение как простота

Современное русское слово *прощение*, *простить* происходит от древнего славянского корня *prostъ*. Тот же корень находим в словах *простой*, *простота*. Чтобы приблизиться к пониманию прощения, подумаем сначала, что такое простота.

Простота – одно из качеств, не слишком ценимых современной цивилизацией. «Простая задача, всякий дурак такую решит!» – так говорят, предполагая, что достойны уважения и внимания сложные задачи, которые не каждому умному человеку по плечу. Простое воспринимается как слишком легкое, примитивное.

Подростки обсуждают одноклассника: «У него не айфон, а простой телефон», то есть дешевый, не «статусный». Или другая фраза из обыденной речи: «Этот фильм (магазин, ресторан...) не для простых людей». Предполагается, что есть какие-то особенные люди, располагающие яркими талантами, высоким общественным положением или большими деньгами, а есть простые, обыкновенные, незначительные. Или совсем грубое, осуждающее и ироничное: «Она такая простая!» Имеется в виду, что она глупенькая и наивная, нет у нее хитрости, ловкости и смекалки.

Получается, что наш современник простоту оценивает скорее негативно, воспринимает ее как глупость, примитивность, незначительность. Впрочем, не только современник: вспомним довольно старую пословицу «Простота хуже воровства», согласно которой воровство (намеренно совершаемое зло) приносит меньше вреда, чем простота (глуповатость).

Иначе понимали простоту древнерусские люди. Этимологические словари открывают в понятии простоты такие смыслы, как прямота, открытость и свобода. Они устанавливают связь славянского слова *простой* с греческим ὀρθός, «правильный», а сопоставление с балтийскими языками обнаруживает в нем значение изобилия и щедрости.

Понимающие люди и сегодня ценят простоту и стремятся к ней. Протопресвитер Александр Шмеман², священник с большим пастырским и жизненным опытом, глубокой культурой и прекрасным образованием, говорит в своем дневнике о лживой «сложности» («он такой сложный человек, его нужно понять...»), чаще всего скрывающей нежелание расстаться с грехом, и заключает: «Настоящая вера есть всегда возврат к простоте – радостной, целостной и освобождающей»³.

С этим утверждением перекликается свидетельство Сергея Аверинцева⁴. Он рассказывал, что, когда уже взрослым человеком принял крещение, самой прекрасной и удивительной вещью для него оказалась именно простота. Будучи филологом, историком и философом, он воспринимал мир как сложный текст, который весь пронизан цитатами, рифмами, отсылками, в котором ничто не имеет однозначного смысла. И вдруг этот мир, сохранив свою сложность, обнаружил простоту и целостность. Оказалось, что в нем возможно простое слово и простой поступок, исходящий из опыта Бога.

Поэту и филологу Ольге Седаковой⁵ однажды задали вопрос: «Вы ученый человек, а как вам удалось сохранить простоту?» Она ответила: «Я ее не сохранила, а понемногу ее приобретаю, и для этого надо много учиться».

² Александр Дмитриевич Шмеман, протопресвитер (1921–1983) – священник и богослов. Преподавал в Свято-Владимирской духовной семинарии в США, около тридцати лет проповедовал на радио «Свобода».

³ Шмеман А., *прот.* Дневники: 1973–1983. М.: Русский путь, 2005. С. 31.

⁴ Сергей Сергеевич Аверинцев (1937–2004) – филолог, философ, библиист, поэт и переводчик. Он обладал энциклопедической образованностью и имел большие способности к изучению языков. Автор более 800 научных работ. Переводил библейские тексты, писал духовные стихи.

⁵ Ольга Александровна Седакова (р. 1949) – поэт, переводчик, филолог, богослов. Ее поэзия соединяет простоту и отчетливость взгляда с насыщенностью культурными ассоциациями.

Действительно, чтобы обрести простоту, необходима школа мысли, школа культуры. Простота – цельность, верность истине вещей, поэтому она сродни честности и благородству и весьма далека от упрощения, равно как и от усложнения.

Упрощение опасно, потому что оно заменяет восприятие вещи в ее реальности, целостности и богатстве какой-то идеей, представлением или – еще хуже – мнением о вещи⁶. Упрощая, мы ленимся и гордимся: ленимся, потому что не хотим созерцать вещь в полноте ее присутствия, гордимся, потому что считаем возможным возводить в ранг истины свое частное мнение, в лучшем случае основанное на сравнительно небольшом жизненном опыте.

Яркий пример пагубности нравственного упрощения находим в античном сюжете о царице Федре⁷.

Главная героиня, супруга афинского царя Тезея, тяжело болеет и страдает оттого, что тайно и безуспешно борется с любовью к своему пасынку Ипполиту, сыну Тезея и царицы амазонок, прекрасному юноше, обладающему всеми достоинствами отца и свободному от его недостатков (Тезей – античный Дон Жуан, а Ипполит хранит чистоту и девственность). Федру разрывает внутренняя война между простым и достоверным чувством любви и столь же простым и убедительным чувством чести и долга. Когда ее кормилица узнает причину мучений царицы, она смеется: «И только?» Она призывает Федру не подавлять свое чувство, а открыться Ипполиту. «Умудренная жизнью» кормилица утверждает, что все люди подвластны Афродите, это закон природы, все жены втихоря изменяют своим мужьям, а значит, не стоит усложнять естественный порядок вещей представлениями о достоинстве и верности. Кажущаяся простота и убедительность речей кормилицы вкупе с другими причинами подталкивают Федру к тому, чтобы рассказать Ипполиту о своей любви, что в финале трагедии приводит к гибели всех троих: Тезея, Федры и Ипполита.

В усложнении кроется свое лукавство. Когда мы важно и глубокомысленно утверждаем, что «все не так-то просто», за этим часто стоит хитрость, стремление найти лазейку и ускользнуть от исполнения долга, нежелание следовать нравственному правилу.

В другой своей трагедии – «Медее» – Еврипид убедительно показывает зло этического усложнения.

Конфликт разворачивается вокруг судьбы героя Ясона, покрывшего себя славой во время похода аргонавтов в Колхиду. Добыть золотое руно ему помогла царица Медее, ставшая его женой. К моменту начала действия трагедии с тех пор прошло уже много лет, супруги со своими детьми живут в Коринфе. Стать царем в родном городе Иолке Ясону так и не удалось, и тут ему улыбнулась судьба: его полюбила дочь коринфского царя. Он с легкостью оставляет семью и начинает готовиться к браку с царевной.

Когда Медее горько обвиняет мужа в предательстве, напоминая ему и о том, что он совершил свой главный подвиг благодаря ее помощи, и о том, что она покинула отца и родину из любви к нему, и о том, что она мать его детей, Ясон отвечает: «Все не так-то просто». Затем он объясняет, что если и должен быть кому-то благодарен за золотое руно, то вовсе не Медее, а Афродите, ведь именно она, богиня, внушила Медее пламенную любовь к нему. То, что жена оставила ради него свою страну и семью, и вовсе не стоит благодарности, напротив, брак с чужестранкой осложнил его жизнь и доставил ему множество неприятностей. А

⁶ Запомнилось, как одна студентка на зачете по истории религии стала пересказывать евангельские события по Дэну Брауну. Когда ей было указано, что при сдаче учебной дисциплины следует держаться авторитетных источников, девушка возмутилась: «Но я же имею право на свое мнение!» Пришлось объяснять, что это право может быть реализовано в ток-шоу или на лавочке возле дома, а в университете другие правила.

⁷ Его литературные версии дали Еврипид в трагедии «Ипполит», а позже, в XVII веке – Расин в «Федре».

что касается детей, так ведь он только о них и думает: вступив в брак с царевной Коринфа, он сможет как нельзя лучше позаботиться об их воспитании, образовании и достатке...

Медея на мгновение теряет дар речи, а затем обращается к Зевсу: «Отец, ты научил нас отличать фальшивое золото от настоящего – о, если б ты дал нам мудрость так же твердо отличать подлинных людей от поддельных!»

Настоящая простота свободна от ловушек упрощения и усложнения. Она позволяет человеку прямо и честно смотреть на жизнь и на самого себя. Простота предполагает открытость и исключает лукавство, двоемыслие, тщеславие и корысть. Поскольку простота основана на природе самих вещей, она связана с правильностью (соответствием законам естества и нравственности) и со свободой – опять же по той причине, что простота не является результатом интеллектуальных хитросплетений или психологических манипуляций, она исходит из устройства самого бытия.

Сказанное позволяет с уверенностью предположить, что ***прощение – это восстановление простоты в межличностных отношениях, приведение их в соответствие нравственной норме и закону человеческой природы.***

Прощение как прямота

Во многих славянских языках *простой* значит *прямой*. Когда поляки говорят: «*Idź prosto*», они вовсе не призывают нас обратить внимание на свою походку и сделать ее попроще, поскромнее. Это значит «*Иди прямо*».

Сближение понятий простого и прямого приводит к мысли о том, что прощение – это выпрямление того, что было искривлено, искажено. Как если бы мы сбились с пути, долго блуждали по каким-то заросшим и заболоченным окольным тропинкам – и вдруг вышли на прямую твердую дорогу, которая ведет ровно туда, куда надо. Прощение выпрямляет, делает простыми наши запутанные (по большей части нами же самими) отношения с людьми и жизнью.

Прощение предполагает прямое принятие своих чувств, их осознание. Нередко бывает, что мы не хотим замечать свои негативные чувства, связанные с другими людьми (обиду, гнев, раздражение), поскольку тем самым нам придется признать собственное несовершенство, допустить, что у нас есть слабости и пороки. Вместо того чтобы дать себе отчет в своих недостатках и дальше работать с ними, мы склонны отрицать их, прятать от самих себя. В результате мы обманываемся и отдаляемся от человека, вызывающего в нас «недопустимые» эмоции. Отношения распадаются.

Аня и Даша дружили в школьные годы, потом поступили в университет: одна на исторический факультет, другая – на психологический. Виделись постоянно, у них были общие друзья, они вместе проводили выходные и каникулы. Потом Даша вышла замуж за однокурсника, вместе с мужем переехала в новую квартиру, с удовольствием обустроивала свой дом. Супруги часто приглашали Аню в гости, всегда предлагали вместе пойти в театр или на концерт. Но она стала уклоняться от приглашений, ссылаясь то на учебные дела, то на необходимость побыть с родителями, и сама верила в то, что хотела бы встретиться с подругой, но занята. Они виделись все реже. Когда у Даши родился сын, Аня послала ей смс «Поздравляю!», но не пошла ее навестить: времени совсем не было, близилась вступительные экзамены в аспирантуру. Прошло еще несколько месяцев, и подруги случайно встретились у метро. Даша обрадовалась, предложила зайти в кафе, немного поговорить. Однако обе они чувствовали себя скованно, разговор не складывался. Чтобы прервать неловкое молчание, Даша показала фотографии своего малыша. И только тогда, глядя на смеющегося ребенка на руках у счастливого отца и обнимающую их обеих Дашу, Аня вдруг поняла, что причина отдаления от подруги вовсе не занятость, а зависть к ее семейному счастью.

Когда мы честно и прямо называем вещи своими именами, возникает возможность вступать с собой и другими в отношения прощения. К сожалению, чаще мы предпочитаем «не копаться в себе», «не выяснять отношения», «быть выше этого».

У Андрея и Ирины появились новые соседи – молодая семейная пара с ребенком. По пятницам дед с бабушкой забирали к себе их малыша, и у них начинался праздник. Ночами Андрей и Ира слушали, как звенят чашки в буфете от соседской музыки и плясок, и тихо злились. Когда Андрей порывался пойти к соседям и попросить сделать музыку потише, Ира останавливала его: «Бесполезно. Если люди не соблюдают элементарных правил поведения, зачем и объяснять». Через некоторое время соседи завели щенка. По будням песик нередко скулил, скучая в отсутствие хозяев. Однажды вечером Андрей поднимался в лифте с веселыми собаководами, и соседка, дружелюбно улынувшись, вежливо спросила: «Вам собачка наша не мешает? Он воет иногда в одиночестве, бедный. Но вы, вероятно, этого не слышите?» В

этот момент Андрей вдруг с удивлением понял, что соседи действительно не предполагали, что их вечеринки слышны за стенами. Он прямо ответил: «Нет, собака не мешает, а вот ваши гости в выходные иногда очень мешают». Соседи извинились, музыка с тех пор стала намного тише и умолкала значительно раньше.

Иногда отнестись прямо и просто к человеческим отношениям и жизненным ситуациям нам мешает ложно истолкованная добродетель терпения.

После свадьбы Олег и Татьяна стали жить вместе с матерью мужа. Свекровь постоянно делала Тане замечания, контролировала все ее действия до мелочей, а потом рассказывала по телефону своим подругам (из своей комнаты, конечно, но не понижая голоса), какая неряха и неумеха ее невестка. Таня любила Олега, не хотела огорчать его, а потому не обсуждала с ним поведение его матери и не ссорилась с ней. Однако молодой женщине было нелегко. Она пришла посоветоваться со священником. Тот сказал ей: «Терпи. Молчи и терпи. Ты же православная». Татьяна последовала этому совету, но внутри накапливалось напряжение и раздражение, вся жизнь ее окрасилась в мрачные тона унижения и подавляемой злости. Однажды во время семейного ужина свекровь в очередной раз сказала что-то ироничное по поводу Таниного пирога, та взорвалась и наговорила ей – а заодно и мужу – кучу грубостей. Олег удивленно сказал: «Так вот ты, оказывается, какая...» Отношения супругов дали трещину, конфликты нарастали как снежный ком, и вскоре они расстались.

Очевидно, что терпение – важнейшая христианская практика, но всегда ли надо терпеть? Может быть, лучше решиться на прямой разговор? Конечно, есть опасность, что прямота превратится в обвинение и осуждение других. Чтобы избежать этого, психологи советуют говорить не о ближнем, а о себе: не стоит обличать его пороки и ошибки, но всегда уместно рассказать о своих чувствах и реакциях, о том, как мы переживаем те или иные его действия. Даже если это и не приведет к разрешению трудной ситуации, вряд ли вызовет ее ухудшение, а шанс быть услышанным есть всегда. Иногда результат такого прямого разговора следует не сразу, а через определенное время – здесь-то и нужно терпение. Люди редко меняются мгновенно, для осознания и изменения привычек и поведения требуется значительное время.

Яна и Миша – музыканты, они и познакомились в оркестре музыкального училища. Однажды, когда они уже немало лет прожили вместе и родили двоих детей, их навестила бывшая однокурсница. Миша был на работе, женщины сели пить чай, и Яна пожаловалась подруге: «Галка, ну как же так? Он утром встает в десятом часу, пьет кофе, берет скрипку, на бегу чмокает малышкой в щечки – и улетает: „Солнышко, я на репетицию, вечером спектакль, вернусь поздно!“ Прекрасно, он музыкант, у него театр, квартет, репетиции, концерты, а я? Я-то кто? Гуляю с детьми, играю с ними, на занятия всякие возжу, не говоря уже о том, что с утра до вечера убираю, готовлю, а он только мимоходом замечает: „Как хорошо у нас дома!“ Дома и вправду хорошо, но я, между прочим, устала, мне грустно и обидно». Галя спросила: «А ты с ним об этом говорила?» Яна возмущенно ответила: «Он сам должен это понимать!» Галя улыбнулась: «Нет. Мужчины начинают что-то про нас понимать только в том случае, если мы им про это просто, доступно и многократно рассказали». Галя интересовалась психологией и прочитала немало хороших книжек, поэтому у подруг состоялся неспешный разговор об особенностях мужской и женской психологии, о семейных историях Михаила (Миша был единственным ребенком в семье, отец, известный дирижер, хорошо зарабатывал, а мама самозабвенно ухаживала за мужем, сыном и домом) и Яны (вместе с братом и сестрой она выросла семье инженеров, певцов-гитаристов, туристов-альпинистов, и ее родители легко относились к быту), об отличиях добрачного периода отношений и жизни

в браке. Через некоторое время Яна выбрала удобный момент и поговорила все-таки с мужем о своем состоянии. Первой его реакцией было раздражение и недоумение: «Чего тебе не хватает? Я же все делаю для вас!» Они чуть не поссорились, но, к счастью, проснулась дочка, и скандал не состоялся. Прошло некоторое время, супруги не возвращались к неприятному разговору. Хотя Яне казалось, что муж ее не услышал, ей все равно стало легче оттого, что она открыто рассказала ему о своих чувствах. Однажды Миша сказал: «Янка, прости меня. Все-таки ты неплохо играешь на скрипочке. Давай подумаем, что с этим всем можно сделать». И они действительно нашли выход: Миша несколько сократил профессиональную активность и стал больше времени проводить с детьми, что оказалось весьма увлекательно, а Яна с не меньшим увлечением начала преподавать в музыкальной школе. Дети в это время оставались или с бабушкой, или с соседкой-пенсионеркой, которая с удовольствием согласилась немного поработать няней «в такой симпатичной творческой семье».

Прощение предполагает прямоту и в смысле принятия реальной ситуации, прямого контакта с настоящим. Бывает, что мы очень хотим простить кого-то, но чем больше думаем об этом, чем сильнее наше желание примириться с этим человеком, тем труднее нам это сделать.

В таком случае тоже приходится совершенствоваться в терпении, на этот раз по отношению к самому себе. Мне хотелось бы быть лучше, но на сегодняшний день я таков, каков есть. Можно осуждать и подталкивать себя, но лучше верить в себя и подождать, пусть поработает наша душа (которая, конечно, таинственнее и пространнее, чем разум и воля) и сделает свое дело время. У нас нет волшебных переключателей, с помощью которых можно управлять своими чувствами и духовными состояниями. Прощение, как и любой плод духа, должно созреть.

А пока это время течет, мы можем последовать совету известного английского богослова и писателя Клайва Льюиса⁸. В своей книге «Любовь» он отвечает на трудный вопрос: мы все знаем, что любовь – это закон христианской жизни, но что делать, если я никак не могу полюбить какого-то значимого в моей жизни человека? Льюис говорит, что в этом случае мы можем начать вести себя так, как будто мы его уже полюбили: заботиться о нем, делать для него что-то хорошее, молиться за него.

Так и с прощением: даже если в моем сердце еще нет простоты, если боль, обида, гнев пока не пережиты, я могу тем не менее не причинять зла тому человеку, на которого сержусь, и поступать с ним по-доброму. Это трудно, но возможно.

Итак, прощение – прямое, правдивое отношение к себе, другим людям, жизненной ситуации. Оно предполагает честность взгляда и открытость высказывания, что вовсе не исключает такта и деликатности, скорее предполагает их: вряд ли можно назвать прямым взгляд, искаженный осуждением или злобой.

⁸ Клайв Стейплз Льюис (1898–1963) – британский писатель, богослов, филолог. Его трактаты «Просто христианство», «Страдание», «Любовь», «Чудо» и др., его радиопередачи помогли многим людям прийти к Богу, а повесть «Хроники Нарнии» по сей день остается одним из лучших катехизисов для детей.

Прощение как освобождение

В чешском языке слово *prostit* означает *освободить*. Этот же смысл прощения как освобождения несут в себе английский глагол *to forgive* и французский *pardonner*, сходные по своей структуре. *To give*, как и *donner*, значит *давать*, а приставка *for-* (*par-*) обладает значением полноты, завершенности, это высшая степень исполнения действия.

Другое английское слово со значением *прощать*, *to apologize*, восходит к греческому ἀπολύω – *отпускать, оставлять, освобождать*. Именно этот глагол употребляется в Евангелии, когда речь идет о прощении, например, в молитве «Отче наш». В славянском переводе этот смысл передан словом *оставлять*: «И остави нам долги наши, якоже и мы оставляем должником нашим».

Получается, что прощение понимается в этих языковых картинах мира как предоставление полной свободы, как полнота дара. Простить – значит оставить человека в покое, отпустить его на волю. Это слово могло использоваться как в юридическом контексте (простить долг или ущерб), так и в нравственном (простить причиненное зло).

Отсюда вытекает другая важная тема: прощение всегда связано с виной, нарушением, преступлением. Это преступление может быть реальным: ближний разрушил мой дом. Оно может быть мнимым: ближний разбивает яйцо с тупого конца, а ведь всякому нормальному человеку ясно, что разбивать яйца следует только с острого конца, с *острого*, вам говорят!

В любом случае необходимость простить возникает только тогда, когда есть некая вина, когда задеты наши чувства, нанесен ущерб, совершено зло, мы видим угрозу нашим жизненным интересам. На это указывает и синоним *извинить* – избавить от вины. Так же построен латинский глагол *excusare* (к нему восходят английский глагол *excuse*, французский *excuser*, итальянский *scusare*): *causa* означает не только *причину*, но и *долг, вину, бремя*, а приставка *ex-*, как и русская *из-*, означает исключение, выведение, выход.

Прощение – акт свободного дара: человек мне должен, а я его освобождаю от этого долга, дарю ему не заслуженную им свободу. Красота прощения коренится именно в щедрости дара. Интересно, что здесь разные языки обнаруживают смысловое сходство: мы уже говорили, что некоторые ученые, анализируя праславянский корень *prostъ*, усматривают среди его значений *щедрость* и *изобилие*.

Связь прощения и свободы весьма существенна, и мы к ней еще вернемся. Пока отметим, что, прощая, мы даем свободу и другому человеку, и самим себе. Прощая кого-то, мы освобождаем его от гнета нашего осуждения и его собственного тягостного чувства вины.

Катя собирала вещи: завтра они всей семьей должны были отправиться на курорт. Позвонила ее подруга Ольга и сообщила, что у нее трудности, потеряла работу. Она тревожилась об их с дочкой будущем, а затем сказала, что хорошие знакомые предложили ей войти в их маленький, но надежный бизнес, однако для этого нужны деньги. За этим последовала просьба одолжить нужную сумму, довольно значительную. Деньги в семье Кати были, но их предполагалось потратить на путешествие, о чем Катя и сказала подруге. Ольга сухо ответила: «Ну что ж, спасибо» – и прекратила разговор. Отпуск был испорчен. Глядя на море и на детей, Катя постоянно вспоминала разговор с Олей, одновременно чувствуя себя виноватой в том, что отказала в просьбе («Господь же сказал, просящему у тебя дай, по совести так и надо, а я что сделала?»), и обвиняя ее («Зачем она меня поставила в такое положение? Ведь знает, что мы скромно живем...»). Мысли неслись по кругу, и чем больше Катя старалась выбросить все из головы и наслаждаться жизнью, тем хуже это у нее получалось. Так прошло несколько дней, а потом Катя позвонила подруге: «Оля, ты прости меня, так нехорошо получилось, обошлись бы мы, наверное, без аквапарка, изысков национальной кухни и осмотра

культурных памятников...» – «Ну что ты, Катя, это ты меня прости, напрасно я к тебе с этой просьбой обратилась. Я на тебя совершенно не обижаюсь, а деньги мне одолжил коллега по бывшей работе, ему это оказалось нетрудно, так что все в порядке, Катюша!» Катя посмотрела на море и увидела, что оно синее, песок золотой, а дети ее такие веселые и жизнь хороша.

Прощение освобождает другого, но оно же является и ключом к нашей внутренней свободе: человек, который не прощает и не просит прощения, находится внутри тяжелых связывающих отношений, в ситуации зависимости. Все знают, как бывает, когда нам нанесена обида или оскорбление, пусть даже мелкое: мыслями мы постоянно возвращаемся к случившемуся, не можем забыть. Прощение дает нам свободу не ходить по этому кругу, не подсчитывать долги, оставить позади негативные эмоции.

Сергей, военный летчик, больше десяти лет после окончания училища служил в дальних краях, женился, родились дети, но он всегда мечтал вернуться в любимую Москву, в дом на Пречистенке, где прошло его детство и юность. Наконец появилась возможность перевода по службе, правда, без предоставления квартиры. Сергей не сомневался, что мать (отец к этому времени уже умер) будет рада возвращению единственного сына, он уже мечтал о том, как они будут все вместе по вечерам уютно пить чай за разговором. Однако его мама, которая так тепло принимала семью сына, когда они приезжали на пару недель в отпуск, через несколько дней после их возвращения сказала: «Серезжа, пойми, у меня уже здоровье не то, мне нужен покой, а вы и сами молодые, и дети ваши очень активные... Вы, конечно, можете немного пожить у меня, места хватает, но позаботься о съемной квартире, дорогой, а там тебе как-нибудь дадут жилье, ты же военный». Сергей не стал возражать, но горечь осталась. Как он ни уговаривал себя, что никто никому ничего не должен, все равно чувствовал себя отвергнутым и обманутым: ему всегда казалось, что он – самый дорогой человек для мамы, а на деле выяснилось, что она по-настоящему ценит только собственный комфорт. Внешне отношения с матерью оставались ровными и дружелюбными, но боль в душе не стихала. Телефонные разговоры и встречи тяготили его, ему все время казалось, что ее мягкие интонации и милые слова – только лицемерие. В начале Рождественского поста жена позвала его в церковь, он неожиданно для себя согласился. Так Сергей впервые в жизни попал на исповедь. Серьезный немолодой священник, выслушав его рассказ об обиде на мать, сказал: «Вам необходимо ее простить». – «Понимаю, стараюсь. Не получается». – «Не старайтесь. Просто молитесь за нее постоянно, но без эмоций». Сергей стал читать каждый день утром и вечером «Отче наш», а потом прибавлял: «Господи, помилуй рабу Твою Наталью». Первого января они всей семьей отправились поздравить бабушку с Новым годом. Сидя за праздничным столом, он вдруг с удивлением понял, что никакого следа обиды и напряжения не осталось, что он общается с матерью с той же простотой и теплотой, какая была прежде.

Прощение – освобождение от вины, переход от отношений долга к отношениям дара. Силой прощения мы прекращаем подсчитывать взаимные вины и поднимаемся на уровень милости: вне зависимости от того, насколько и в чем ты передо мной виноват, я своей свободной волей прощаю тебя, освобождаю от прежнего долга.

Прощение как исцеление

Слово *простити* в древнерусском языке означало не только *извинить*, но и *исцелить*. Наши предки одним словом именовали, а значит, и соединяли по смыслу, извинение (отмену какой-то вины или долга) и исцеление (обретение целостности, здоровья, прекращение болезни).

Исцелить – значит сделать целым, простым, прямым, открытым, без изъянов. По-видимому, простота для древних славян была связана со здоровьем и целостностью. Историки языка говорят, что в русских словах *целый* и *тело* один корень. Действительно, быть целым – значит представлять собой единое тело, сложный связный объект, а быть телом – значит являть собой целостность, единство органов, систем, функций.

Прощение действительно исцеляет, возвращает целостность нарушенным человеческим отношениям. Разделяющие людей негативные чувства в прощении преодолеваются, восстанавливается полнота общения.

Другой аспект исцеления – обновление и исправление внутренней жизни. Духовная работа прощения позволяет обрести душевный мир, а поскольку человек целостен, это влияет и на состояние его тела. Фредерика де Грааф⁹, духовная дочь владыки Антония Сурожского¹⁰, много лет посвятившая сопровождению неизлечимо больных и умирающих людей, свидетельствует: «Владыка как никто понимал, опираясь на свой опыт врача и священника, насколько тесна связь между телом и душой: насколько все отрицательные чувства, эмоции, переживания, такие как зависть, гнев, страх, непощение, отнимают наши жизненные силы»¹¹. В подтверждение она рассказывает историю из пастырского опыта митрополита Антония.

В приходе владыки был Александр, сильный, деятельный человек. Он жаловался иногда, что у него нет времени на осмысление своей жизни. Когда он серьезно заболел, владыка сказал: «Что ж, теперь у тебя появилось время подумать». Они стали встречаться и говорить о жизни Александра. Во время этих бесед он вспомнил всю свою историю с самого детства, проанализировал множество событий, провел большую работу прощения и примирения. Незадолго перед смертью он сказал: «Я сейчас физически очень слаб, но никогда в жизни не ощущал себя таким живым»¹².

Связь прощения с исцелением приводит к мысли о том, что необходимость прощения вызвана не столько внешним моральным императивом («Надо прощать, потому что это правильно, добродетельно и нравственно»), сколько самой логикой устройства человека и общества. Прощение выступает и как основа внутреннего покоя, и как фундамент межличностных отношений, и как непереносимое условие мира в обществе. Отказ от прощения всегда приводит к борьбе, войне, разрушению.

Прощение – исцеление, излечение души и человеческих отношений. В процессе прощения негативные чувства (зависть, обида, гнев, страх) уходят, а их место занимают позитивные (сочувствие, жалость, нежность, благодарность). В результате и сам человек, и жизнь вокруг него меняются к лучшему.

⁹ Фредерика де Грааф (р. 1949) – голландский филолог-славист, психолог, врач-рефлексотерапевт. Крещена в православие в 1977 году. Более десяти лет живет в России, работает в Первом московском хосписе.

¹⁰ Антоний Сурожский (Андрей Борисович Блум, 1914–2003) – священник и богослов. Его проповеди и радиопередачи, переведенные на многие языки, содержат христианское свидетельство большой силы, простоты и убедительности.

¹¹ Де Грааф Ф. Разлуки не будет: Как пережить смерть и страдания близких. М.: Никея, 2016. С. 43.

¹² Там же. С. 44.

Непрощение, непримиримость, возмездие

Прощению противостоят *непрощение, непримиримость, мстительность*. В словарях к глаголу *прощать* приводятся антонимы *взыскивать, мстить*.

Взыскание – понятие, связанное со справедливостью и правосудием. Логика взыскания основана на том, что человек должен нести ответственность за свои поступки. Если его действия нанесли ущерб другому, причиненный вред следует адекватно возместить. Взыскание полезно не только для потерпевшего, но и для нарушителя, поскольку оно способно облегчить моральную тяжесть вины и помочь в будущем удержаться от причинения зла другому.

Отказываясь от прощения и совершая выбор в пользу взыскания, люди чаще всего руководствуются соображениями справедливости. В нашем языке есть уничижительное словцо *все-прощеничество*, обличающее прощение как слабость нравственного суждения, трусливый отказ от борьбы с человеческими пороками и общественным злом.

Сторонники непримиримости убедительно доказывают, что активная гражданская и нравственная позиция предполагает борьбу за справедливость. Поскольку мы живем в мире, поврежденном грехом, надо стоять на страже добра. Чтобы жизнь стала лучше, необходимо быть бдительными, пресекать дурные деяния, наказывать злодеев и заставлять их возмещать ущерб обиженным. Если мы будем прощать жуликов, воров и убийц, это даст им зеленый свет. Тогда наглое и агрессивное зло захватит мир и задушит слабые проявления добра.

Такая логика понятна и, казалось бы, неоспорима, но что-то в ней есть скучное и неприятное. Кроме того, в этих рассуждениях настораживает их несоответствие жизненному и историческому опыту, который показывает, что в борьбе за справедливость и нравственность люди слишком легко совершают несправедливые и безнравственные поступки. За примерами далеко ходить не надо, достаточно вспомнить великие революции, которые начинались с борьбы за светлые идеалы и заканчивались чудовищными преступлениями.

Тем не менее желание взыскивать и мстить имеет глубокие корни в человеческой душе. Многие поколения подростков и молодых людей с упоением читали и читают роман Александра Дюма «Граф Монте-Кристо».

Молодой моряк Эдмон Дантес счастлив и уверен в своем будущем. Однако у него есть недоброжелатели: один из них влюблен в невесту Эдмона, красавицу Мерседес, второй боится разоблачения, так как предполагает, что Эдмон знает о его нечестности, а третий попросту завистлив. Они составляют заговор и клеветают на Дантеса. В день свадьбы Эдмона арестовывают. В тюрьме он знакомится с удивительным человеком, аббатом Фариа, который не только становится учителем и наставником Эдмона, но и завещает ему клад. После смерти аббата Дантес бежит из заключения, становится владельцем огромного богатства, принимает имя графа Монте-Кристо и начинает восстанавливать справедливость. Сначала он воздает благодарность своим друзьям, а затем мстит врагам. Однако в определенный момент герой осознает, что его действия, продиктованные желанием справедливости, нанесли тяжкий вред многим невиновным людям. Тогда он отказывается от мщения и отплывает в дальние края с любимой подругой.

Неугасающий интерес к этой книге связан не только с ярко прописанными характерами и динамичным сюжетом, но и с тем, что читатель испытывает эмоциональное сродство с главным героем. Мы радуемся и торжествуем, когда Эдмон Дантес, некогда оболганный и униженный, становится могущественным графом Монте-Кристо и начинает твердо, умно и безжалостно расправляться со своими врагами.

Очарование этой истории определяется тем, что она созвучна стремлению к правде, которое неотъемлемо от человеческого сердца и имеет глубокие психологические основания. Хорватский богослов Мирослав Вольф¹³, переживший вместе со своими соотечественниками распад Югославии и Балканскую войну, а потому имеющий большой опыт ран, вины и прощения, отмечает: «Жажда мести отнюдь не безумная страсть больной неустойчивой психики. Ее пробуждает к жизни потребность восстановить утраченное – ощущение физической и эмоциональной целостности, нарушенной насилием»¹⁴.

Другое дело, что для благородного человека радость мщения и торжество при виде поверженного врага имеют отчетливый привкус ничтожества и мелочности. Это не радость, а злорадство, именно поэтому в финале романа Александр Дюма приводит своего графа Монте-Кристо к отказу от мести. Однако прежде он все-таки дает возможность читателю вместе с героем вполне вкушать сладость праведного мщения.

Другой пример литературного воплощения жажды мести – Псалтирь. Достаточно вспомнить 108-й псалом с впечатляющим потоком проклятий, призываемых на врагов. Можно, конечно, истолковывать мотивы возмездия в псалмах чисто аллегорически, но стоит признать еще величие царя Давида, который честно и в правде, и в неправде своей стоит перед Богом и не стремится лицемерно скрыть свой гнев.

Признаем, что люди, совершенно свободные от мстительности, редки. Почти каждому из нас в ситуации жесткого конфликта, обиды, унижения случилось хоть раз в жизни подумать: «Ну, погоди, еще посмотрим, как жизнь повернется...»

Иван, заглянув как-то в школьный дневник своего десятилетнего сына, увидел там пять двоек по русскому за неделю. Отец решил расспросить, что за учительница ведет этот предмет, какие у них отношения (очевидно, что пять ярко-красных двоек подряд много говорят не только о качестве знаний ученика, но и об эмоциональном состоянии учителя). Вовка стал рассказывать, как проходят уроки. Картина складывалась впечатляющая, она вызвала в памяти анекдоты про яркое противостояние Вовочки и Марьи Ивановны. Отец спросил: «Вов, а ты случайно не сердился на учителя?» – «Как тебе сказать, папа... Нет, не сержусь, но иногда представляю себе: вот начался Страшный суд, Господь говорит и мне, и другим ребятам, и учителям: „Идите в Мое Царство“. И все идут, один за другим проходят в ворота золотые, а когда приближается наша русичка, Христос говорит ей: „А вас, Влада Федоровна, я попрошу остаться! Вам туда“ – и прямо на черную дверь в ад ей покажет...» Потребовалась долгая богословская беседа на тему «Прощайте, и будете прощены», но и по ее завершении Иван вовсе не был уверен в том, что упоительные картины Судного дня поблекли в воображении сына.

Помимо любви к справедливости, есть и другое распространенное обоснование непростения – стремление к нравственной чистоте. В этом случае речь идет скорее не о возмещении, а о непримиримости: сторона, считающая себя оскорбленной, прерывает отношения.

Евгения Николаевна узнала, что ее незамужняя тридцатилетняя дочь Людмила беременна. Для матери, уважаемой православной женщины, это оказалось большим ударом, особенно если учесть, что ее старшая дочь Зоя создала образцовую семью, и Евгения Николаевна ждала, что и у умницы и красавицы Людмы все в жизни сложится так же замечательно. Мать попыталась выяснить, кто отец ребенка и каковы перспективы бракосочетания. Люда

¹³ Мирослав Вольф (р. 1956) – хорватский протестантский богослов. Учился в Германии, работает в США. Его книга «Exclusion and Embrace» (в рус. пер. «Презрение и принятие») имела большой общественный резонанс в Европе и США.

¹⁴ Вольф М. Презрение и принятие: Богословские размышления о самосознании, восприятии Другого и примирении. Черкассы: Коллоквиум, 2014. С. 138.

ответила, что отец не входит в круг общих знакомых, создавать с ним семью она не планирует, а ребенка будет воспитывать самостоятельно. Мать была возмущена цинизмом и легкомыслием дочери, дочь – задета черствостью и фарисейством матери. В порыве негодования Евгения Николаевна сказала: «Ты позоришь нашу семью!» Людмила побросала в сумку кое-какие вещи и ушла, хлопнув дверью. Евгения Николаевна не стала ее останавливать. Она была уверена, что дочь поразмыслит о своем поведении, вернется, извинится, а потом они вместе подумают, как жить дальше. Но Люда не вернулась. Поскольку она общалась с Зоей, Евгения Николаевна знала, что дочь жива-здорова, но сама не делала попыток наладить контакт. Когда Зоя заговаривала с матерью о примирении, Евгения Николаевна отвечала: «Пусть Людмила сама придет ко мне и попросит прощения. Тогда будет видно». Она никому не рассказывала о семейных трудностях. Сознание своей правоты и греховности Люды помогло ей сохранять спокойствие. Она горячо молилась, чтобы Господь вразумил ее блудную дочь. Однажды она пришла навестить дальнюю родственницу, та спросила про девочек. Евгении Николаевне захотелось поделиться своей тяготой, она все рассказала Татьяне Сергеевне, женищине церковной, благочестивой и добропорядочной. Она ожидала, что Татьяна разделит ее возмущение и стыд за поведение дочери, но услышала другое: «Женя, не хочу судить, нравственно или безнравственно поведение Люды, но точно знаю, что любить ребеночка и заботиться о нем – дело Божье». На следующий день Евгения Николаевна позвонила Людмиле и сказала, что ждет ее дома. А через пять с небольшим лет на дне рождения своего любимого внука Коли Евгения Николаевна за праздничным столом со слезами попросила прощения у собравшейся семьи.

Когда мы разрушаем человеческие отношения, стремясь к сохранению моральной чистоты, мы забываем слова Христа: *...ничто, входящее в человека извне, не может осквернить его; но что исходит из него, то оскверняет человека* (Мк. 7: 15). Забываем и о том, что Господь пришел в мир не ради здоровых и праведных, а ради больных и грешных. Нам кажется, что чистоту можно сохранить, отделившись от греховного мира, от оскверненного человека, но, отстраняясь от ближнего, мы обнаруживаем тьму и неправду собственного сердца.

Непрощение может доставлять некоторое мрачное удовольствие, но за ним всегда стоит неисцеленная рана, разрушенные отношения, искаженная жизнь. Фредерика де Грааф с ее многолетним опытом сопровождения умирающих людей свидетельствует о том, что на пороге смерти ничто не приносит человеку столько страданий, как непрощенные обиды. Страшно видеть, как эти жгучие раны мешают человеку достойно совершить переход в вечность.

У Вадима Петровича был рак, последняя стадия. Прежде он был деятельным человеком, а теперь уже не мог ни ходить на работу, ни заниматься дачей. Характер его, и до болезни непростой, от этого не улучшился. Его дочь Светлана однажды принесла ему толстую тетрадку и предложила написать воспоминания: «Мы все тебе будем благодарны, папа». Вадим Петрович стал писать, со временем ему потребовалась и вторая тетрадка. После смерти отца Светлана нашла исписанные тетради в ящике стола. Чтение привело ее в ужас. Страницы были заполнены обвинениями и обличениями. Родители, братья, жена, дети, товарищи по работе, знакомые и родственники – обо всех Вадим Петрович написал зло и ядовито. Света горько плакала, представляя себе, как страдала и страдает душа ее отца,отягощенная таким осуждением и нелюбовью. Она молится об отце постоянно.

Непрощение, непримиримость и месть не только эмоционально тяжелы, но и рационально небезупречны. Сомнительность этих практик определяется тем, что справедливость в человеческом мире всегда неполна, относительна, а потому недостижима.

Рассуждая о справедливости, мы неизбежно пристрастны, и дело не в том, что мы глупые или нечестные люди, а в том, что каждый из нас размышляет как мужчина или женщина, родитель или ребенок, русский или украинец, начальник или подчиненный, пешеход или водитель и т. д. Мы судим из определенной точки, и то, что справедливо для меня, легко может оказаться несправедливым для другого. Если же мы стремимся нашу частную справедливость сделать мерилom всех человеческих отношений, это всегда неразумно, а иногда и очень опасно.

Другой аргумент, ставящий под сомнение стратегии непростения, заключается в том, что они не достигают своей цели. Мы уже говорили о том, что их нравственное обоснование – борьба со злом. На деле же происходит не прекращение, а умножение зла. Об этом за шесть веков до проповеди Иисуса уже говорил своим ученикам Будда. Он утверждал, что ненавистью не прекращается ненависть, это становится возможным лишь при ее отсутствии.

Действительно, акты мести и непримиримости ставят своей целью остановить зло, они совершаются как адекватный ответ на первоначальное преступление. Однако вместо того, чтобы положить конец первому злодеянию, они рожают следующее. Возникает устрашающий механизм бесконечного зла: в момент мщения мститель из борца за правду становится преступником, а преступник превращается в жертву, кровь жертвы снова вызывает к отмщению, на сцену должен подняться следующий борец за правду, который тоже станет злодеем, как только свершится его месть. Мы уже вспоминали трагедию «Орестея» Эсхила, в которой эта машина справедливости, производящая насилие, показана с большой убедительностью и поэтической силой.

Этот автоматизм зла исследовала в XX веке Ханна Арендт¹⁵, философ, испытывавший особый интерес к вопросам истории и общественной жизни. Она говорит, что месть как «реакция на исходный ошибочный поступок <...> загоняет в такое будущее, в котором все участники, словно скованные цепью одного-единственного деяния, уже только реагируют, не способные к свободному действию». Месть, железно обусловленная прошлым, жестко определяет и будущее: «долг памяти» обязывает видеть в каждом Атриде (мусульманине, немце, коммунисте...) врага, и это повлечет за собой вражду будущих поколений. Напротив, прощение «является новым началом <...>. Прощение <...> неожиданно и потому, хоть оно и тоже реакция, само есть деяние, равноценное исходному поступку».

Поскольку прощение – свободное деяние, «оно способно освободить от последствий прошлого и того, кто прощает, и того, кому прощено. Свобода, возвещаемая учением Иисуса в его *прощайте друг другу*, есть освобождение от мести, которая там, где она действительно определяет поступки, привязывает действующих к автоматизму одного-единственного, однократно запущенного процесса действия, который сам по себе может никогда не прийти к концу»¹⁶.

Ханна Арендт говорит: прощение – **новое начало**. Действительно, риск поступка, ужас прошлого заключается в том, что случившееся неотменимо. Наши деяния необратимы. Однажды совершенное зло пребывает вовек, и никакие возмещения и компенсации не могут сделать его небывшим. Даже прощение не может отменить или исправить прошлое, но оно обладает удивительной силой – дать новое начало. Забегая вперед, скажем, что в тот момент, когда человек свободно отказывается от мести и избирает прощение, он участвует в деле Бога: *се, творю все новое* (Откр. 21: 5).

Слова Арендт особенно прекрасны, если иметь в виду ее биографию: еврейка, родившаяся в Германии, побывавшая в гестапо и в лагере, имела все основания в 1958 году размышлять о виновности, мести и прощении совершенно иначе. Тем не менее она предпочитает говорить о прощении как новом начале, опираясь при этом на учение Иисуса Христа.

¹⁵ Ханна Арендт (1906–1975) – немецкий философ еврейского происхождения. Училась у знаменитых философов М. Хайдеггера и К. Ясперса, богослова Р. Бульмана. После прихода к власти нацистов была арестована, бежала во Францию, оттуда в США.

¹⁶ Арендт Х. Vita activa, или О деятельной жизни. СПб.: Алетейя, 2000. С. 318–319.

Для христианина отказ от практик непощения в конечном счете определяется даже не аргументами опыта и ума, а попросту тем, что Бог их не благословляет. Вспомним библейский рассказ о первом убийстве, историю Каиновой печати.

...Каин принес от плодов земли дар Господу, и Авель также принес от первородных стада своего и от тука их. И призрел Господь на Авеля и на дар его, а на Каина и на дар его не призрел. Каин сильно огорчился, и поникло лице его. И сказал Господь Каину: «Почему ты огорчился? И отчего поникло лице твое? Если делаешь доброе, то не поднимаешь ли лица? А если не делаешь доброго, то у дверей грех лежит; он влечет тебя к себе, но ты господствуй над ним». И сказал Каин Авелю, брату своему: пойдём в поле. И когда они были в поле, восстал Каин на Авеля, брата своего, и убил его. И сказал Господь Каину: «Где Авель, брат твой?» Он сказал: «Не знаю; разве я сторож брату моему?» И сказал: «Что ты сделал? Голос крови брата твоего вопиет ко Мне от земли; и ныне проклят ты от земли, которая отверзла уста свои принять кровь брата твоего от руки твоей; когда ты будешь возделывать землю, она не станет более давать силы своей для тебя; ты будешь изгнанником и скитальцем на земле». И сказал Каин Господу: «Наказание мое больше, нежели снести можно; вот, Ты теперь сгоняешь меня с лица земли, и от лица Твоего я скроюсь, и буду изгнанником и скитальцем на земле; и всякий, кто встретится со мною, убьёт меня». И сказал ему Господь: «За то всякому, кто убьёт Каина, отмстится всемеро». И сделал Господь Каину знамение, чтобы никто, встретившись с ним, не убил его. И пошел Каин от лица Господня и поселился в земле Нод, на восток от Едема (Быт. 4: 3–16).

Господь предостерегает Каина до убийства Авеля, затем осуждает его преступление, но, когда жизнь самого убийцы оказывается под угрозой, Бог по Своей милости ограждает его печатью, *чтобы никто, встретившись с ним, не убил его*. Несмотря на то что Каин *пошел от лица Господня*, то есть отвернулся и удалился от Бога, Господь не лишает его защиты.

В истории потомков Каина представлена и человеческая логика умножения мести: если за Каина *отмстится всемеро*, то сын его Ламех хвалится совершенными убийствами и заявляет, что за него *отмстится в семьдесят раз всемеро* (Быт. 4: 24). Вероятно, поэтому Иисус на вопрос Петра, сколько раз нужно прощать согрешающему брату, отвечает: *до седмижды семидесяти раз* (Мф. 18: 22). Тем самым мстительность, присущая падшему человеку, смывается божественной заповедью прощения.

Итак, прощению противостоят месть и непримиримость, логика которых столь же очевидна, сколь небузупречна: ***стратегии непощения противоречат самим себе, поскольку ставят целью уничтожение зла, а на практике его умножают.***

«Понять – значит простить»

Пословица «Понять – значит простить» восходит к латинской сентенции «*Cognoscere – ignoscere*», буквально «Узнать – не захотеть знать». Оба глагола происходят от *noscere*, *познавать*. *Cognoscere* – *узнавать, изучать, признавать*. *Ignoscere* – *не знать, быть невежественным*. Отсюда и *игнорировать*, отказываться знать что-то. Смысл этого выражения в том, что знание приводит к незнанию: когда мы что-то хорошо понимаем, нам легко об этом забыть. Если мы внимательно рассмотрели обстоятельства и внутренние мотивы какого-то поступка, мы способны простить его.

Латинская пословица восходит к комедии Теренция «Самоистязатель» (II в. до Р. Х.), а затем эту мысль повторяют на разных языках разные авторы, в том числе и такие знаменитые, как Жермена де Сталь, Гете, Лев Толстой. С тем, что понимание, внимание, сочувствие помогают быть снисходительным и облегчают прощение, не поспоришь. Однако встает вопрос: а как тогда быть с непростительными вещами? С тем черным, которое, как его ни понимай, не станет белым? Разве мало на свете поступков, которые не имеют никакого объяснения и оправдания?

На этот вопрос убедительно отвечает Ханна Арендт. Она говорит о том, что прощение всегда носит личный характер, совершается в отношениях личностей, а потому оно может быть «объективно неправым»: «В извинении хотя и прощают вину, однако эта вина не стоит, так сказать, в средоточии действия; в центре стоит сам виновный, ради которого извиняющий прощает. Прощение относится лишь к личности и никогда к предмету. <...> Когда извиняют несправедливость, то извиняют тому, кто ее совершил, что, естественно, ничего не меняет в том, что несправедливость была несправедливой. Если выражение *все понять значит все простить* вообще имеет какой-то смысл, то это правило – которое вовсе не обязательно должно тут вступать в игру – относится не к содеянному, а к совершившей проступок личности»¹⁷.

Ханна Арендт говорит здесь о том парадоксе прощения, который является и в христианском правиле разделения греха и грешника. Несправедливость, грех, преступление, зло непростительны. Как бы мы ни входили в трудные обстоятельства и психологические тонкости, у нас никогда не появится твердых разумных и нравственных оснований для оправдания убийства, изнасилования, клеветы или воровства. Но всегда существует возможность простить (принять) того человека, который совершил непростительное (неприемлемое) действие.

Каковы бы ни были оттенки понимания пословицы «Понять – значит простить», мы можем быть ей благодарны уже за то, что она указывает нам на связь понимания и прощения: ***прощение предполагает работу ума и сердца, направленную на понимание человека, причинившего нам зло.***

¹⁷ Там же. С. 320.

«Простить – значит забыть»

Это изречение столь же распространено, сколь спорно. Выбор между памятью и забвением в ситуации вины и обиды стоит очень остро. Как можно забыть о предательстве, разрушившем жизнь человека? Или о врачебной ошибке, которая убила ребенка? Или о преступлениях, оставивших страшный след в истории и генетической памяти целых народов? Не будет ли забвение в этом случае новым преступлением?

Об этом убедительно говорил Эли Визель, побывавший в Освенциме и Бухенвальде, выживший и много потрудившийся ради сохранения исторической памяти о холокосте. Он утверждал, что правосудие без памяти становится несправедливым, ложным, и уравнивал по степени безнравственности забвение прошлого с преступлениями, совершенными в Освенциме. С точки зрения Эли Визеля, забвение – окончательная победа врага.

Или другая ситуация, не столь масштабная и трагичная. Предположим, что речь идет только обо мне и я очень хочу простить кого-то, не желаю ему никакого зла, даже, наоборот, молюсь за него и прошу Господа о его спасении, но все же не могу забыть травматические события, связанные с этим человеком. Означает ли это, что я живу в непрощении?

В поисках ответа на такие вопросы мы приходим к мысли, что прощение – это процесс, протекающий во времени, обладающий своей логикой и лишь отчасти зависящий от нашей воли. Психолог Марина Филоник выделяет следующие этапы и/или условия прощения¹⁸.

- Честность и осознанность. Правда в том, что я обижаюсь.
- Желание простить. *Я не помойка. Помойка у меня внутри*, и я не хочу ее иметь.
- Попытка понять другого. Увидеть дальше своего носа.
- Прощение в контексте вечности. «Не осуди его, Господи!»
- Попытка посмотреть на человека глазами Бога. Встреча с Любовью.

Нам процесс прощения видится несколько иначе. Нисколько не подвергая сомнению ценность и необходимость богословских условий прощения (четвертого и пятого), мы считаем, что для христианина они строят горизонт прощения на всех его стадиях, от первой болевой реакции на обиду и до полного примирения, а для нехристианина эти аргументы просто не звучат. Тем не менее по непостижимой милости Божьей даже для людей, не знакомых с Евангелием и далеких от Церкви, опыт прощения возможен и реален.

Нам видится, что человек, совершающий работу прощения, должен пройти следующие стадии:

- Признать свои чувства: осознать свои негативные эмоции и дать им выход.
- Назвать вещи своими именами: понимание, размышление, анализ.
- Отпустить: прощение в узком смысле, отказ от обиды и обвинения.
- Жить на расстоянии: успокоение, исцеление памяти.
- Примириться: восстановить общение, забыть вину.

Процесс прощения начинается с признания своей раны и своих негативных чувств. Если мне хочется сохранить идеальный образ себя («Я – настоящая христианка, а христиане не обижаются, значит, и я должна быть выше этого. Я не обижаюсь. Просто уж очень она противная, эта NN, но такая она есть...»), у меня нет возможности работать над освобождением от разрушительных эмоций, которые от того, что мы их не признаем, не исчезают. Мы уже говорили о том, что Псалмы возмездия – это удивительный пример честности и смирения: человек, испытывающий гнев, ярость, обиду, злость, искренне изливает их перед Богом. Бога обмануть нельзя, скрыть от него нашу нечистоту не получится. Освобождение от греха начинается с его признания, а стяжание духа прощения – с осознания обиды и гнева.

¹⁸ Филоник М. Простить – не значит забыть. URL: <http://www.pravmir.ru/ne-mogu-prostit-chno-delat/>

Второй шаг – назвать вещи своими именами. Совершить переход от привычного и безответственного «он меня раздражает» к «я раздражаюсь», от «она меня обижает» к «я обижаюсь» нелегко, это требует осознания и внутренней работы.

Нина, мать троих взрослеющих детей, сильно страдала, когда сын и дочери поздно возвращались от друзей или с прогулок, не сообщали по телефону о перемене своих планов и т. п. Провожая их в школу или в университет, она всегда спрашивала: «Когда ты будешь? В котором часу тебя ждать?» Если дети задерживались, ожидая их возвращения, она вспоминала факты криминальной хроники, тревожилась, не находила себе места от беспокойства. Когда они возвращались, напряжение часто разрешалось упреками, перерастающими в конфликты. Однажды на материнские «Неужели так трудно позвонить? Почему ты со мной совсем не считаешься? Откуда такая жестокость? Ведь я же беспокоюсь за вас!» сын ответил: «Мама, твоя тревога – это твоя проблема. Ее можешь решить только ты сама». Возмущению Нины не было пределов. Через некоторое время она решила обратиться к психологу, чтобы разрядить напряженность в семье. Во время работы наступил момент, когда Нина поняла, что в словах сына, показавшихся ей такими грубыми и безжалостными, была правда: можно создавать идеальные условия и стремиться устранить все внешние поводы для беспокойства, но, если не работать с тревожностью, она все равно будет проявляться.

На втором этапе работы прощения происходит размышление, оценка ситуации, и здесь вступают в силу справедливость, достоверность, нравственные критерии, трезвое рассмотрение событий во всех подробностях и с разных точек зрения. Если мы не поймем, что именно произошло, что конкретно мы прощаем, прощение вряд ли состоится.

Третий этап – собственно прощение. Вполне может быть, что мы еще чувствуем боль, еще не свободны от обиды и гнева. Но мы при этом не хотим мстить и взыскивать, не желаем зла тому, кто ранил нас. Напротив, перед лицом Бога (или перед лицом жизни, смерти, вечности – это зависит от нашей веры) мы прощаем его, отпускаем на волю, хотим ему добра. Если рана еще открыта, мы не готовы возобновить общение, но уже готовы признать право обидчика продолжать жизнь. Судьба его не в нашей власти, но мы хотим (или хотим хотеть), чтобы этот человек не мучился, не страдал под тяжестью своей вины, а жил, даже если мы в этой жизни никак не можем и не хотим участвовать. Совершается освобождение, отделение виновника и обиженного друг от друга. Мучительные узы обиды и вины разрешаются, мы постепенно обретаем свободу.

Четвертая стадия проходит на безопасном расстоянии друг от друга. Имеется в виду прежде всего внутренняя дистанция: если речь идет о товарищах по работе или членах одной семьи, расстаться физически, находиться в разных местах не всегда возможно. В любом случае проведение границ, сохранение дистанции может стать большим благом. На расстоянии можно успокоиться, залечить раны, вернуть душевное равновесие. Тишина и отсутствие вражды позволяют нам лучше понять прошлые события, увидеть в них то, что раньше, ослепленные болью и гневом, мы различить не могли. Иногда люди остаются на этом этапе навсегда: конфликтов и обид уже нет, но и полноценные отношения не восстанавливаются.

Вершина прощения – примирение, полное восстановление общения. Для тех, кто склонен к перфекционизму и формализму, скажем, что, если процесс прощения не вступил в эту стадию, оно все равно «считается». Святой Иоанн Златоуст говорит, что Господь и дела приемлет, и намерения целует. Значит, прощение с первого шага, когда я признаю его необходимость, и до последнего момента, когда мы с бывшим врагом радостно обнимаем друг друга, является настоящим и подлинным.

Прощение лишь отчасти зависит от нас. Тайна и риск прощения состоят в том, что в нем участвуют и Другой, и Бог, а мое желание и воля здесь определяют далеко не все. Смирение

и трезвение – необходимые спутники на пути прощения. Если Бог даст, мы достигнем пятой ступени – примирения.

Здесь, в примирении, и расцветает то новое начало, о котором говорила Ханна Арендт. Сохраняя разумную дистанцию, я тем самым даю понять своему обидчику, что очень хорошо понимаю, на что он способен, и связываться с ним не хочу, побаиваюсь. Дистанция предполагает, во-первых, неверие в человека: я сомневаюсь в том, что он способен делать нравственные выводы и меняться. Во-вторых, она предполагает наличие у меня страха: память о перенесенной боли заставляет меня бояться новых ран.

Примирение, напротив, происходит из веры и бесстрашия. Делая шаг навстречу бывшему врагу, протягивая ему руку, я действительно полагаю новое начало. Я забываю старое и творю новые отношения доверия, дружбы, любви. Это безрассудный и рискованный шаг, но для достижения подлинного мира он необходим.

Вернемся снова к тому же больному вопросу: как забыть тяжкие преступления против человечества? Как забыть братьев наших, погибших в мировых войнах, в ГУЛаге и Освенциме? Разве не велит нам долг памяти знать о них, помнить и не молчать? Да, это так, но «только те, кто готов забыть о прошлом, смогут запомнить его правильно»¹⁹. К чистой памяти способен только тот, кто свободен от помрачающей взор ненависти, кто ищет и желает мира, радости, жизни.

В начале девяностых годов прошлого века Екатерина, многодетная мать из Москвы, участвовала в проекте по оказанию гуманитарной помощи, который назывался «От дома к дому». Он напрямую соединял нуждавшиеся в поддержке русские семьи с немецкими, готовыми ее оказать. Катя стала регулярно получать из Германии письма и посылки с разными полезными и хорошими вещами от человека по имени Ханс. В очередном письме Ханс написал, что участвовал во Второй мировой войне и стоял в оцеплении под Ленинградом. Катя похолодела: вся семья ее мамы погибла во время блокады. Она почувствовала, что не может больше принимать помощь от этого человека, но и не знала, как ему отказать. Решила посоветоваться с матерью. Катина мама сказала: «Напиши ему все как есть». Екатерина отправила письмо с благодарностью за сделанное, отказом от дальнейшей помощи и объяснением причин. Вскоре пришел ответ. Ханс писал, что его забрали на фронт восемнадцатилетним мальчишкой, и он тогда не понимал, что происходит, а если бы даже и понимал, уклониться от мобилизации было невозможно. Он рассказал, как стыдно и горько ему было, когда он узнал правду о войне, и закончил послание такими словами: «Я понимаю Вас и с уважением приму Ваш отказ продолжать со мной отношения. И все же я прошу Вас и Вашу маму: простите меня и разрешите помочь Вашей семье». Катя принесла это письмо матери, та внимательно прочла его, помолчала и сказала: «Я сама ему отвечаю». Подарки от Ханса приходили еще некоторое время, а затем он написал, что стал плохо видеть и с трудом передвигается, поэтому присылать помощь больше не сможет, но распорядился ежемесячно отправлять в Россию денежные переводы. И прибавил: «Когда вы перестанете получать деньги, это будет означать, что я умер». Через несколько лет переводы прекратились.

Парадоксальным образом мы призваны помнить, забывая, и забывать, сохраняя память. Делая выбор в пользу одного забвения, мы предаем прошлое, заново хороним братьев своих, чья жизнь была уничтожена злом. Делая выбор в пользу одной только памяти, мы предаем будущее: «Яркое или смутное, воспоминание об акте исключения – это тоже форма исключения, разумеется, защитная, но не меняющая при этом своей сути. В моих воспоминаниях

¹⁹ Вольф М. Презрение и принятие: Богословские размышления о самосознании, восприятии Другого и примирении. Черкассы: Коллоквиум, 2014. С. 148.

о грехах Другого он заперт как в темнице и лишен надежды на искупление; мы неразрывно связаны друг с другом, но наши отношения никогда не придут к примирению. Память о нанесенной обиде препятствует моему собственному искуплению. Пока о прошлом помнят, оно не уходит в прошлое, но остается частью настоящего. Рана, о которой помнят, не заживает»²⁰.

Следует учесть также, что с «долгом памяти» связано множество злоупотреблений. В общественной жизни политики конструируют определенные формы памяти, чтобы создавать выгодные им настроения и социальные ситуации. В частной жизни искажения памяти (например, упоение гореванием) разрушительно действуют на межличностные отношения.

Для христианина сильным аргументом в пользу забвения является то, что Сам Бог подает нам в этом пример, забывая наши грехи: *...вложу законы Мои в сердца их, и в мыслях их напишу их, и грехов их и беззаконий их не вспомню более* (Евр. 10: 16–17). Это богословие божественного забвения нашло свое отражение в «Божественной комедии» Данте. Автор помещает на вершине горы Чистилища, «там, где душа восходит к омовенью, когда вина забытая спадет», Лету, мифологическую реку забвения. Прежде чем взлететь к небесам Рая, душа, заплатившая «оброк раскаянья, обильного слезами», принимает свыше дар забвения. Погрузившись в воды Леты, герой Данте забывает о своих винах и грехах, и тогда, свободный и готовый принять божественный свет, восходит в Рай.

Посмотрим на саму форму слова *забыть*: *за-быть*. Как *закрасить* или *загладить*: долго красил – и закрасил. Обида забыта, рана зажила. Старое прошло, теперь все новое.

У Ивана Бунина есть чудное стихотворение о прощении-забвении:

Мы встретились случайно, на углу.
Я быстро шел – и вдруг как свет зарницы
Вечернюю прорезал полумглу
Сквозь черные лучистые ресницы.

На ней был креп, прозрачный легкий газ
Весенний ветер взвевал на мгновенье,
Но на лице и в ярком свете глаз
Я уловил былое оживленье.

И ласково кивнула мне она,
Слегка лицо от ветра наклонила
И скрылась за углом... Была весна...
Она меня простила – и забыла.

Что значит «забыла»? Ведь она увидела, узнала его, ласково поздоровалась с ним. Она помнит его, но забыла боль утраченной любви, страдания от разрыва отношений. Встреча их случилась на углу, на пересечении путей, каждый идет своей дорогой, они свободны от прошлого. Они встретились весной, и, хотя она одета в траур, светом и жизнью лучатся ее глаза и ее лицо. Веет весенний ветер, жизнь продолжается во всей полноте, и из этой полноты возможна ласка, возможен привет, тепло, легкий жест принятия и прощения.

Помнить (видеть, признавать, принимать) человека и забыть причиненное им зло – таков смысл прощения как забвения.

²⁰ Там же. С. 149.

Глава 3

Просить прощения

Правила и нормы общества

После долгой зимы семья наконец-то приехала на дачу. Вокруг коробки, сумки, мама открывает окна, папа в гараже возится с инструментами. Пятилетний Сережа упрямо бежит по дому, находит небольшой мячик под кроватью, бросает его в стенку, мяч отлетает, мальчик радостно скачет на одной ноге, лавируя между сумками и пакетами, ловит мяч. Мама, не отрываясь от дел, говорит сыну: «Сережа, иди на улицу! Дома не играют с мячом!» Мальчик подбрасывает мяч под потолок, ловит его. Мама, чувствуя, что сын не слышит ее, повторяет: «Дома нельзя играть в мяч! Иди на улицу!» Сережа прицеливается и запускает мячик в светлое пятно на стене, мяч ударяется об угол шкафа, отскакивает и прямоком попадает в любимую мамину вазочку. Звон разбитого стекла... Мальчик на мгновение застывает, затем бросается к матери, обнимает ее ноги: «Мамочка, прости меня! Прости меня! Прости! Мамочка, прости меня!»

О чем просит этот мальчик, чего он хочет? Что им движет, какая эмоция, какое побуждение? Испытывает ли он чувство раскаяния? Можем предположить, что движут им стыд и страх. В свои пять лет он уже знает, что в помещении нельзя играть в мяч, что подвижные спортивные игры – занятие для улицы. Кроме того, мама напомнила ему об этом, а он сделал вид, будто не слышит. Так было нарушено два правила: не играть дома в мяч и слушаться маму. Вдобавок к этому Сережа случайно разбил тем самым мячом любимую мамину вазочку, то есть нанес ущерб любимому человеку, с которым он тесно связан и который, с его точки зрения, будет чрезвычайно огорчен потерей. Обычно нарушение правил и норм, принятых в обществе, и нанесение ущерба близким людям порождают у нас чувства страха, стыда и вины.

Девочка Ксюша четырех лет пришла домой с бабушкой после прогулки. Ура, дома гости: любимая тетя со своими двумя дочками. Ксюша снимает в прихожей курточку, радостно бежит в большую комнату, где на ковре сидит ее младшая двоюродная сестра Наташа, и – о ужас! – видит, что она в отсутствие хозяйки взяла ее новенькие игрушечные фигурки, бережно расставленные на столе сегодня утром в специальном порядке, и возится с ними на полу... Ксюша быстро бежит к Наташе, резко выхватывает у нее из рук одну фигурку, другую поднимает с ковра и отскакивает в угол комнаты. Наташа, испугавшись резкости кузины и лишившись игрушек, начинает плакать. Случайным свидетелем этой сцены оказалась мама Ксюши, зашедшая в комнату за посудой, чтобы накрыть на стол. Мама немедленно обращается к Ксюше: «Так нельзя делать. Видишь, ты обидела Наташу. Извинись. Попроси прощения. Наташа поиграет в игрушки и вернет тебе. Извинись!» – «Но это мои фигурки! Она взяла, не спросила!» – «Она еще маленькая, не понимает, а ты уже большая. Это твои игрушки, но дай ей поиграть на время. Она уйдет, и ты будешь делать что захочешь». Ксюша подходит к Наташе, протягивает игрушки: «На, поиграй на время! Потом я буду играть». Мама подсказывает Ксюше следующую фразу: «Наташа, прости меня, я не хотела тебя обидеть». Ксюша повторяет.

Судя по всему, Ксюша не чувствует никакой вины. Почему же она просит прощения? Ситуация для нее не очень понятна: Наташа схватила ее игрушки, она попробовала вернуть

их себе, сестра расстроилась, расплакалась. Мама подсказывает, что надо делать, чтобы все успокоились: отдать фигурки «на время» и попросить прощения. Ксюша делает, как говорит мама, и ситуация устраивается, в доме снова воцаряется мир.

Эта история показывает, что для мамы, взрослого человека, очевидна необходимость попросить прощения, когда ты задел интересы другого человека – например, нарушил эмоциональный покой (Наташа же плачет!). Ксюше это пока непонятно, но, когда она следует совету мамы, она узнает это правило. Если внимательно присмотреться к нашей повседневности, мы увидим, что в основе всех наших взаимодействий с другими людьми лежит некий каркас определенных законов, которые в социальной психологии принято называть нормами и правилами.

Нормы – это декларируемые законы. Например, в общественном транспорте надо уступать место людям старшего возраста и беременным женщинам; в детском саду и в школе нельзя обижать младших; мужчинам нельзя нецензурно выражаться в присутствии детей и женщин.

К сожалению, нормы не всегда и не всеми выполняются, в любом обществе существует зазор между тем, что декларируется, и реальным поведением людей. Если этот зазор слишком велик (говорится одно, а делается всегда противоположное), такое общество тяготеет к развалу, распаду. Если разрыв между нормами и реальным поведением людей небольшой, то в обществе появляется большая цельность и слаженность, а его члены чувствуют удовлетворение своей жизнью.

С правилами немного сложнее, чем с нормами, потому что часть принятых правил мы осознаем, а другую – нет. Правила не формулируются и не декларируются как нормы, они как будто находятся внутри нас и руководят нашим поведением. Мы живем, общаемся с другими людьми, опираясь на укоренившиеся в нашем сознании правила. Они основываются на распространенных убеждениях и установках, «которые определяют, какое поведение разрешено, не разрешено и обязательно. <...> Правило существует, если большинство людей замечает и не одобряет его нарушения»²¹. Согласно этому постулату, мы обнаруживаем существование правила, если замечаем, что присутствующие люди не одобряют нарушение порядка, и это означает, что здесь проходит невидимая социальная граница, охраняемая правилом.

Девушка на лекции в вузе ищет нужные ей вещи в полиэтиленовом пакете, громкое шуршание которого нарушает тишину аудитории. Многие (но не все!) окружающие ее однокурсники несколько раздраженно поворачиваются к ней. По выражениям их лиц ясно, что они недовольны издаваемыми пакетом звуками. Девушка увлеченно продолжает заниматься своим делом, не замечая повышенного внимания к себе. Кто-то шепотом произносит: «Мы на лекции! Тише!» Девушка оглядывается, понимает, в чем дело, и откладывает пакет в сторону.

Подобные ситуации помогают нам обнаруживать наличие правила. Конечно, в вузах существуют нормы поведения на лекциях (к слову, лекция – строго регламентированная ситуация), где в то время, когда говорит лектор, все в аудитории должны молчать. Норма эта вполне оправдана, потому что иначе говорящего не будет слышно. Но ведь не существует нормы относительно того, с какими сумками и пакетами студенты должны приходить на занятия, как они должны обращаться со своими вещами, вынимать и убирать из сумок предметы, искать их, что, в каком количестве и как должно раскладывать на столах. Все это регламентируется принятыми правилами, и если мы незнакомы с ними, то окружающие своими реакциями подскажут нам, в чем мы не правы. Человек, чувствительный к тому, что происходит вокруг него, быстро научается принятым правилам, в противном случае он будет часто попадать впросак.

²¹ Argyle M., Furnham A., Graham J. A. Social situations. L.: Cambridge Univ Press. 1981. Цит. по: Архипова М. В., Орлова А. В. Педагогическое взаимодействие: ситуационный анализ: На материале аудиодневников учителей: Учебно-метод. пособие. СПб.: Изд-во С.-Петербург. ун-та, 2006. С. 27.

Мы приходим в этот мир, не владея ни социальными умениями, ни культурными знаниями, не зная норм и правил, существующих в обществе, не обладая нравственными ценностями. Все эти ориентиры, необходимые для жизни, начинают формироваться с момента рождения благодаря общению с другими людьми. Не станем утверждать, что человек рождается как чистый лист, потому что в современной науке нет определенного мнения по этому вопросу. Однако несомненно, что, вырастая вне культуры, вне отношений с другими людьми, человек оказывается неспособным к полноценному общению, овладению языком, представлениями и навыками, принятыми в обществе, мыслительными операциями, культурным наследием. История знает немало примеров «детей-Маугли», росших вне социума с раннего детства, и никто из них так и не смог полноценно войти в общество, несмотря на то что в некоторых случаях доброжелатели и специалисты прикладывали к этому серьезные усилия.

Из аудиодневника воспитательницы группы продленного дня начальной школы: «Олечка – не очень организованный человек, но очаровательное существо. Иногда она может чему-нибудь поучить. Например, когда мы шли в столовую, Слава обидел Евгению Слободчикову. Женя обиделась и ушла вперед расстроенная. Слава не хотел ее обидеть, но обидел. Оля идет чинно и говорит: „Ну, раз обидел, Слава, так пошел бы, попросил бы прощения, сказал бы: „Евгения, извини, не хотел“, и она тебя простит». И Слава пошел и попросил прощения. И очень приятно, что это исходило не от нас с Надеждой Васильевной, а от Олечки».

Из общения с окружающими людьми и в первую очередь с родителями появляется, подобно физическому рождению, человеческая личность с определенной системой ценностей, установок, языком и умением взаимодействовать с другими людьми, владеющая принятыми нормами и правилами. Становление человека в обществе психологи называют социализацией. В основе социализации лежит общение между поколениями, между старшими и младшими. В психологической литературе любят цитировать французского психолога А. Пьерона²², который как-то сказал, что если бы человечество вдруг лишилось взрослых людей, то оно потеряло бы все культурное наследие, потому что литература, живопись, технические устройства и другие культурные ценности оказались бы непознаваемыми для последующих поколений.

Когда речь идет о социализации, то психологи в первую очередь имеют в виду возраст от рождения до начала периода взрослости, потому что именно в это время человек осваивает схемы поведения, формирует основу системы ценностей.

Но современная психология рассматривает человека как динамическое существо, способное к изменениям на протяжении всей своей жизни, и сегодня специалисты говорят о том, что социализация завершается только с его уходом из этого мира. Ведь чтобы полноценно освоить культурное и социальное пространство, научиться свободно в нем ориентироваться, понимать и чувствовать взаимодействия с окружающими, принятые нормы и правила, человеку необходим большой опыт разнопланового общения с людьми всех возрастов. Проходя через разные ситуации, он обретает себя как личность. Социализация выполняет две основные задачи: формирование личности и передачу культуры от одного поколения другому. Так человек осваивает или присваивает нормы и правила, принятые в обществе.

Однако чувство вины – этот первый шаг на пути прощения, с которого мы начали наш рассказ, – может возникать и тогда, когда мы не нарушаем общепринятые нормы и правила. Все мы так или иначе задеваем интересы другого, неизбежно вторгаемся на его территорию,

²² *Анри Пьерон* (1881–1964) – психолог, один из основоположников французской экспериментальной психологии. Разрабатывал систему психологии на основе анализа естественно-научных данных. Отстаивал принцип изучения психики лишь на основании поведения человека.

причиняем ему боль или неудобство. Как говорил Достоевский, все друг перед другом виноваты, а значит, все нуждаются в прощении.

Вина, стыд, страх, обида

Всем нам знакомы выражения типа: «Извините, я забыла сказать, что...», «Простите, но это никуда не годится!». Или такая ситуация: на Аничковом мосту в Петербурге молодые люди останавливают прохожего вопросом: «Простите, подскажите, где находится Малая Садовая? Мы что-то потерялись, никак не можем сообразить...»

Слова «простите», «извините» в этих обращениях являются простой формой вежливости, языковым клише. Как правило, ими сопровождаются просьбы, когда одна сторона занимает более слабую позицию, нуждается в помощи, зависит от доброй воли и «пожертвования» от другой (пожертвования временем, терпением, знаниями, комфортом и др.). Просьба о прощении всегда, даже в случае формальной вежливости, несет в себе хотя бы намек на признание своей слабости по отношению к Другому. Это признание является одним из барьеров к тому, чтобы просить прощения: мы испытываем страх оказаться во власти Другого, который может отказать, посмеяться и еще больше принизить просящего.

Обычно просьбу о прощении связывают с чувством вины. И само чувство вины, и просьба о прощении как возможность освобождения от него воспитываются, формируются за время социализации.

Относительно природы вины у психологов нет единого мнения: одни считают, что она имеет биологическую, генетическую основу, другие видят в ней продукт воспитания и культуры.

Нет единого мнения и о том, в каком возрасте она возникает. Например, психолог М. Кляйн полагает, что чувство вины появляется уже у младенца на основе смешанных чувств к матери в самые первые месяцы жизни²³. Некоторые исследователи ведут начало формирования чувства вины от первой ситуации, когда взрослые говорят ребенку о необходимости попросить прощения за свой проступок. Обычно поначалу человек еще не только не испытывает чувства вины, но и считает себя правым, не понимает, почему он должен просить прощения. Часто в этих случаях ребенку предлагают встать на место другого. Ему сообщают о том, что он сделал что-то неправильно: «Извинись, потому что бабушка расстроилась», «Проси прощения, видишь, из-за тебя Миша плачет!», «Ты меня стукнул, мне больно. Попроси прощения, скажи, что больше так не будешь».

Итак, ребенок делает по отношению к другим людям что-то такое, чего, по их мнению, он делать не должен. Родители или другие взрослые говорят ему об этом. В зависимости от поступка, от особенностей семейных установок, характеров взрослых это послание ребенку, которое можно условно назвать «Ты виноват!», будет обладать разной степенью мягкости/строгости.

Таким образом, в основе чувства вины лежат реальные или воображаемые ожидания окружающих человека людей. Если человек знаком с этими ожиданиями и понимает, что нарушил их, то в детстве он скорее будет испытывать стыд или страх, а во взрослом возрасте, как правило, более глубокое нравственное чувство – чувство вины.

Из аудиодневника учительницы 5-го класса: «Вчера у нас было маленькое ЧП: в класс с физкультуры прибежала Лариса и стала плакать навзрыд. У меня никак не получалось выяснить, что случилось. Я ей сказала: „Успокаивайся, одевайся, мой руки, а потом расскажешь“. Когда она успокоилась и уже села делать уроки, я подошла к ней: „Лариса, может быть, расскажешь, что произошло?“ Она опять начала плакать, от нее ничего нельзя было добиться. Однако я выяснила, что Лариса обиделась на Катю. На уроке физкультуры Федор

²³ Ильин Е. П. Психология совести: вина, стыд, раскаяние. СПб: Питер, 2016. С. 103.

Денисович предложил классу разделить на команды. Лариса должна была попасть в ту, где была Катя. Катя решила, что Лариса со своими слабыми физическими данными испортит картину соревнований, и стала ее выгонять. Ларису это обидело до глубины души, и она убежала. Не хочется, чтобы после этого случая Лариса отказалась ходить на физкультуру. Я поговорила с ее мамой, попросила, чтобы она сгладила ситуацию. Потом поговорила с Катей, но она своей вины не чувствовала, поэтому я попросила ее папу, чтобы он рассказал все маме, а мама поговорила бы с Катей о том, что нельзя ранить других людей».

Переживание чувства вины связано с развитием личности человека, с формированием моральных установок и норм поведения. Психолог Д. Осьюбел выдвинул три предпосылки формирования чувства вины: признание принятых моральных ценностей, их освоение и способность к самокритике, развитая настолько, чтобы уловить противоречия между этими усвоенными ценностями и реальным поведением²⁴.

Вина помогает нам внимательнее относиться к положению других людей, избегать нанесения ущерба окружающим. Ее избыток превращается в комплекс вины – переживание, разрушающее своего носителя. Такой человек чувствует вину даже в тех ситуациях, к которым не имеет никакого отношения. Ощущение виновности становится устойчивым состоянием или даже чертой личности. Как правило, раскаяние, просьба о прощении приносят ему лишь временное облегчение, после которого наступает новый виток самообвинений.

Из аудиодневника учительницы 2-го класса: «Катя пришла в нашу школу в этом году. Меня поражает ее закрытость. Она боится поднять глаза, не может смотреть прямо в глаза. Она все время чувствует себя виноватой, словно что-то сделала неправильно, что-то сказала не так, не так села. В ней видна зажатость и неуверенность в себе. И несамостоятельность. Катя все делает по образцу. Она понимает материал, но может подать его только тогда, когда я держу ее за руку. Самостоятельность ее пугает. Когда нужно выбрать самой, она отказывается: „Я не знаю!“».

Некоторые психологи считают, что в основе чувства вины лежит страх перед наказанием. Если человека часто порицали или наказывали в детстве, со временем у него появятся установки и представления, даже мысленное нарушение которых вызывает чувство вины.

²⁴ Там же. С. 102.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.