

© Павлык Н. В.

Докторант отдела педагогической психологии и психологии труда,  
Институт педагогического образования и образования взрослых,  
Национальная Академия педагогических наук Украины

## **ДУХОВНО-ПРАВСТВЕННЫЕ ОСНОВЫ ГАРМОНИЗАЦИИ ХАРАКТЕРА МОЛОДЕЖИ С ПОЗИЦИИ ХРИСТИАНСКОЙ АНТРОПОЛОГИИ**

*Аннотация*

*Статья посвящена теоретическому анализу проблемы гармонизации характера личности в юношеском возрасте на основе принципов христианской антропологии. Автором рассмотрены духовно-нравственные основы гармоничного личностного развития, представленные в православной традиции.*

**Ключевые слова:** *личность в юношеском возрасте, характер, гармонизация, христианская антропология.*

**Keywords:** *the personality in youth, character, harmonization, Christian anthropology.*

Сегодня в условиях общего падения нравственности в обществе, размытости идеалов, разрушении института брака, молодежь вынуждена искать формы взаимодействия с окружающим миром. Потеря духовных основ, господство духа корысти, приспособление к нравственно-патогенным условиям массовой культуры вызывают развитие дисгармоний характера у молодежи. Это приводит ко вступлению в самостоятельную жизнь инфантильных и психологически-дисгармоничных молодых людей. Поэтому актуальной задачей современной психологии является своевременная профилактика характерологических дисгармоний у юношей и девушек. Психологическим механизмом развития дисгармоний характера является нарушение духовно-нравственной саморегуляции (неспособность к нравственному самоконтролю эмоций и поведения). Проблема гармонизации характера находится на стыке философии, психологии, духовных учений.

*Целью* данной статьи является теоретический анализ духовно-нравственных основ гармонизации характера личности в юношеском возрасте, которые базируются на положениях христианской антропологии.

Христианская антропология (греч. «учение о человеке») представляет собой систему знаний о человеке с точки зрения божественного замысла о нем – каким должен быть человек в гармоничном состоянии. Эта богословская наука разработала модель структуры личности, которую со

временем позаимствовали психология и медицина. Личность состоит из *духа*, *души* и *тела* и выступает своеобразным "каркасом" для формирования черт характера. *Дух* рассматривается как: 1) *высшее Божественное качество*, *божественная благодать*, преобразующая душу и передающая ей *высшие состояния* (веру, надежду, любовь); 2) это *Божественная Сила* для развития жизни, для сотворчества с Богом; 3) как *всеобщая энергия*, составляющая основу явлений; 4) как *источник психической энергии*, обеспечивающий самосознание, рефлекссию, эмоционально-волевую активность. Духовность – это активность духа. Назначение *духа* – общение с Богом и духовным миром.

Подструктура *души* включает мыслительную часть – *ум* (интеллект, познавательные способности), раздражительную часть – *чувства* (эмоции) и желательную часть – *волю*. К подструктуре *тела* относятся ощущения и восприятия, составляющие область психосоматики. Между духом, душой и телом существует строгая *иерархия*. Тело должно подчиняться душе, душа – духу, дух должен быть погружен в Бога. Душа через дух восходит к Богу, одухотворяется сама и одухотворяет тело. Должное состояние души: одухотворённый ум желает постичь суть вещей; воля рождает желание бескорыстных дел; одухотворённые чувства проявляются в любви и стремлении к красоте и гармонии. Сила духа зависит от Божественной силы, сила души над телом – от обладающего ею духа [3]. Так был задуман человек. Пока человек сохранял такую иерархию духа, души и тела, он был гармоничен. Но на заре истории человечества произошла трагедия: совершилось грехопадение (отпадение от Бога). Человек потерял веру в Бога, его дух ослаб и не смог нести ответственность за координацию разума, чувств, воли и тела. После грехопадения иерархия подструктур личности нарушилась: дух, отдалившись от Бога, потерял свою силу и подчинился душе, душа подчинилась телу. Разобщенные силы духа, души и тела перестали быть во власти человека и потеряли точку соединения. Когда иерархия духа, души и тела нарушилась, то ум стал обслуживать

эгоистические похоти души и тела, воля стала своенравна, чувства – неудержимы. Естественные потребности человека вышли из-под контроля воли и разума. Грехопадение привело к тому, что свойства души (любовь, вера, милосердие, благость, кротость превратились в самолюбие, безверие, злобу, нетерпимость). Сегодня внутренний мир человека преисполнен беспорядка, что определяет дисгармоничность его характера [3]. В XX веке стало очевидным, что человек – не гармоничное существо, как думали гуманисты, а глубоко противоречивое. Поэтому для духовного исцеления и восстановления иерархии духа, души, тела необходима *духовно-нравственная работа* над собой, иначе склонность ко злу становится непреодолимой.

Еще древние греки считали, что душе человека присуще врожденное чувство гармонии. Благодаря тесной связи с телом душа имеет способность гармонизировать тело. Единство духа, души и тела – это путь к гармонии. Идея связи духа, души и тела, их взаимного влияния друг на друга развивалась со времен античной философии и поддерживается современными исследователями психосоматики. Современный российский психотерапевт Д.А.Авдеев говорит о том, что основой дисгармоний характера является дефицит нравственности и неразвитость духа. Существует причинно-следственная связь между дефектами нравственной сферы и склонностью к заболеваниям: у тех, кто имеет склонность к зависти и пристрастие к деньгам, развиваются нервно-психические заболевания; за непомерность в пище развивается ожирение; за унынием следует депрессия; гордость может стать духовной сущностью шизофрении; гнев провоцирует болезни сердечно-сосудистой системы [1]. Отсюда следует, что в основе разных форм болезней лежит "духовно-характерологическая дефектность" – комплекс дисгармоничных черт, являющихся психологическим механизмом запуска дисгармоничного развития личности. А болезни – это вторичное явление.

Красной нитью христианской антропологии выступает *учение о нравственности, о страстях и нравственных добродетелях*. Чем отличается

мораль от нравственности? *Мораль* – это система внешних общественных норм, регулирующих человеческие взаимоотношения, которые человек может принимать или не принимать. Моральные нормы отражают усредненную систему ценностей того или иного общества. Следует заметить, что мораль современного общества не всегда совпадает с духовными ценностями. *Нравственность* всегда опирается на духовные ценности и направляет личность к добру. Это духовные качества, которые регулируют поведение человека, понуждая его поступать по доброй воле, считаясь со свободой и чувствами других людей, в отличие от морали, которая выступает лишь внешним требованием к поведению. Первоосновой формирования нравственности является *нравственное чувство* – способность к различию добра и зла, определяющее *нравственную потребность* – притяжение к добру и отвращение от зла. Многократно повторяющееся нравственное чувство (привычка стремления к добру и отвращению от зла) составляет *нравственный закон*, направляющий волю человека в русло добра. Центр внимания переносится с внешних добродетелей на внутреннее состояние человека. Нравственный закон всеобщ как и все физические законы, но к его исполнению человек только *приглашается* на добровольных основаниях. Неисполнение нравственного закона не упраздняет его, он постоянно даёт о себе знать через проявления *совести*, которая проявляется в чувстве вины за безнравственный поступок и выступает *естественным нравственным законом* личности. Совесть в зависимости от своего состояния нормирует поведение человека, выполняя функции самоосознания и самоконтроля. Она может находиться в следующих состояниях: *благая* (справедливая, искренняя); *неведущая* (слабая); *колеблющаяся* (несознательная); *порочная* (лицемерная); сожженная совесть – отсутствие совести. Функциями совести являются: различение добра и зла; честная рефлексия своих поступков.

Стремление к добру – основная движущая сила нравственного *сознания*, в структуру которого входят: нравственные принципы, чувство

ответственности, осмысленность жизни, совесть, честь, достоинство, стыд. Развитие нравственного сознания – необходимое условие гармонизации характера. Существует три уровня развития нравственного сознания: 1) *нравственность эгоизма* (осуществление внешне нравственных поступков на основе корыстных эгоистичных мотивов: страха наказания, по необходимости, жажды удовольствия, когда действует сознание долженствования); 2) *нравственность симпатии* (нравственные действия по мотивам жалости, сопереживания, привлекательности, любви к конкретному человеку); 3) *высшая нравственность* проявляется в свободной, сознательной нравственной деятельности человека, когда он делает добро всем и всегда, поскольку не может поступать иначе, так как цель его жизни – всеобщее универсальное благо, чувство ответственности и свободы [6].

Любое дело, не одухотворённое нравственным смыслом становится социально опасным и приносит вред самому человеку и обществу в целом. Основным нравственным принципом является *правильность* жизни (в смысле *меры* удовлетворения своих потребностей). Христианская традиция детально разработала учение о *страстях* и добродетелях. Страсть возникает при потере логики и меры удовлетворения естественной потребности и перерастает в дисгармоничные черты характера. Неподвластные волевой саморегуляции *аффективные мотивы* (страсти) ослепляют человека, не давая ему судить здраво. Отсутствие духовной работы над собой способствует развитию зависимости от страстей. Нравственное развитие личности заключается в *сознательной борьбе со страстями*. По отношению к страстям люди могут находиться в трёх состояниях: одни служат им и не хотят с ними расставаться; другие сопротивляются страстям, но увлекаются ими; третьи искореняют в себе страсти, преодолевая их [3].

Согласно принципу дихотомичности каждая страсть имеет противоположную *добродетель* – склонность воли в достижении добра. Искоренение страстей осуществляется путем *сознательной борьбы* человека

со своей страстью и самовоспитанем нравственных добродетелей. Страсти и добродетели делятся на телесные и душевные. Рассмотрим отдельно каждую дихотомическую пару страстей и добродетелей, начиная из телесных (чревоугодия и блуда), причина которых заключается в чрезмерности и извращении физических потребностей. 1. Страсть *чревоугодия* – добродетель *воздержания*. Существуют такие виды чревоугодия: тайноядение (потребление пищи в тайне от других); многоядение (чрезмерное употребление пищи) и гортанобесие (пристрастие к вкусной пище). Признаки *чревоугодия*: 1. Человек съедает больше, чем ему нужно. 2. Желание разнообразия еды и недовольство пищей. 4. Когда есть возможность бесплатно поесть, то человек съедает очень много. 5. Человек ест с жадностью, не желая ни с кем делиться, ссорится из-за еды. Борьба с чревоугодием осуществляется благодаря *воздержанию* (умению волевым усилием останавливать себя). Признаком победы над страстью чревоугодия является способность вкушать любую пищу в малых количествах.

2. Страсть *блуда* – добродетель *целомудрия*. Блуд – это наличие половых связей между мужчиной и женщиной, не состоящих в браке. Блуд грозит человеку не только физиологическими заболеваниями, но и множеством психологических проблем в супружеской жизни (ревности, недоверия в семье). Девичья честь и супружеская верность – генетическая основа семейного счастья. Сексуальная связь женщины с каждым ее партнером приводит к изменению ее родовой генетики: нравственная деградация влечет за собой деградацию генетическую. Чтобы избавиться от блуда нужно: 1) быть воздержанным в пище, не употреблять крепкие напитки; 2) не увлекаться эротическими фотографиями, книгами, фильмами; 3) избегать соблазнительных развлечений; 4) развивать волю, самоконтроль, целомудрие; 5) избегать праздности – "матери всех пороков".

3. *Праздность – трудолюбие*. Лениность и праздность – это «приятный порок безвольных людей». Если человек сознательно не заполняет время

своей жизни полезными делами, трудом, чтением, то на их место приходит праздность – опасное состояние, которое ослабляет силы души и тела. Праздность и лень незаметно расслабляют волю человека. Чаще всего это проявляется в празднословии (пустых разговорах), когда душа наполняется завистью, осуждениями. Когда мы пустословим, то заражаем и нашего собеседника этими пороками. Видами праздности являются многочасовое смотрение сериалов, болтовня по телефону, пристрастие к компьютерным играм, перерастающее в зависимость. Синонимы праздности – безделье, бесцельная жизнь. Патриарх Кирилл считает праздность «духовным саморазоружением»; по мнению Екатерины II, праздность – мать скуки и многих пороков; Авиценна утверждает, что праздность является причиной болезней. Итак, праздное времяпровождение ослабляет волю человека и вредит здоровью. Антиподом лени и праздности является трудолюбие. Борьба со страстью необходимо путем сознательного самовоспитания добродетели *трудолюбия*, понуждая себя к труду.

4. Далее рассмотрим *душевные* страсти и добродетели. Страсть *сребролюбия* – добродетель *милосердия*. Сребролюбие (любовь к деньгам, накопительство, скупость) рождается от *сластолюбия* (гедонизма – любви к наслаждениям), *тщеславия* (пристрастия к почестям) и *маловерия* (страха нищеты) и проявляется в жажде обогащения. Причиной сребролюбия является желание человека иметь достаток при *отсутствии чувства меры* в накоплении богатства. Желание обогатиться влечет диапазон страстей (*любостяжание* – привязанность к вещам, *мшелоимство* – страсть к накопительству, *скупость* – нежелание расставаться с вещами, деньгами). Сребролюбие рождает гнев, печаль (когда человек что-то теряет), зависть, ложь. Статистика свидетельствует, что самоубийства случаются чаще среди богатых людей: когда материальные блага исчезают, то теряется смысл жизни. Человек может иметь богатство, но не быть привязан к нему душой. Это возможно, хотя и трудно. Сребролюбие побеждается *верой* в то, что

Господь даст все необходимое (человек учится жить, имея минимум вещей и оставаться спокойным). Страсть сребролюбия побеждается добродетелью милосердия, которое несет духовную свободу и радость. *Милосердие* – это умение отдать не только то, что тебе не нужно, а и то, что необходимо. *Милостыня* должна быть не напоказ, иначе она теряет свой духовный смысл. К сожалению, мы знаем немало случаев саморекламы с помощью меценатства. Но это не является делами милосердия, поскольку на свои деньги эти люди просто покупают себе славу, делают пиар. Истинная милостыня совершается в тайне. Так, святитель Николай ночью подбрасывал узелки с золотом в дома нуждающихся людей. Критерием отсутствия страсти сребролюбия является состояние, когда лишившись любимой вещи, человек не скорбит, а говорит: «Бог дал, Бог и взял».

5. Страсти *гнева, осуждения* – добродетели *терпения и кротости*. Гнев – это желание зла тому, кто нас огорчил. При создании Господь вложил в душу человека особую эмоционально-нравственную силу, которая была возбудителем духовной энергии, направленной на борьбу с внутренним злом. Гнев был призван мобилизовать силы души, подчиняя чувства и волю разуму. Праведный гнев – это нормальная способность души – сердиться нужно на свои грехи с целью их исправления. Это был духовный иммунитет человека. После грехопадения нравственно-эмоциональная сила превратилась в *страсть гнева* (злость направилась не на борьбу с собственными грехами, а на окружающих людей). Гнев стал болезнью души и породил множество страстей: осуждение, раздражительность, зависть, мстительность, злобу, убийства. При гневе организм выбрасывает в кровь повышенное количество гормонов стресса, ум теряет власть над чувствами. Гнев отключает ум и лишает человека мира с окружающими. Библия говорит: "Неразумного губит раздражительность". Агрессивность как черта характера – готовность к причинению вреда – это деструктивный способ выражения гнева в связи с протестом, страхом, униженным самолюбием.



Сегодня в результате влияния телевидения со сценами жестокости в сознании старшеклассников агрессия фиксируется как допустимая форма поведения. Сцены насилия в видеоиграх служат своеобразным тренажером и учат жестоко и хладнокровно реагировать в реальных жизненных ситуациях. Агрессивность проявляется в потере контроля над собой; когда человек не может промолчать; не уступает, ссорится, вступает в драку; ищет виноватых. Гнев имеет свойство развиваться в злопамятство. Существует три стадии развития гнева: 1) сдерживание гнева на уровне помыслов (осуждение); 2) срыв гнева на окружающих (бранные слова); 3) невозможность себя контролировать (злопамятство – это гнев на виртуального обидчика).

Борьба с гневом происходит с помощью усилий воли и разума путем развития добродетелей *терпения* и *кротости*. Чтобы побороть гнев, необходимо сначала остановить его деструктивное действие с помощью терпения – благодушного перенесения скорбь. Затем утвердиться в добродетели *кротости* – благодушии в чести и в бесчестии. Кротость дает покой душе, духовную радость и является преддверием к смирению и любви. И после этого волевым усилием направить эмоционально-нравственную силу в русло добра. Гнев побеждается любовью, пониманием и прощением. Это и есть *смирение* (от слова «мир» – мирное состояние души). Существует три фазы развития кротости: 1) удержаться от гневливых слов и действий (возмутился в чувствах, но не в словах и делах), 2) предельное безропотное терпение (в душе тяжело, но не ропщу), 3) отсутствие реакции на скорбь (мирное состояние даже при крупных неприятностях). Гневливому человеку можно дать совет: «Когда закипает сердце, сомкни уста!» Итак, терпение и кротость побеждают гнев, развивают самоконтроль, создают покой и мир.

б. Страсти *печали*, *уныния* – добродетели *веры*, *надежды*, *силы духа*. Состояние печали было дано Богом человеку как печаль о содеянных грехах для того, чтобы вести к исправлению через покаяние. Печаль как страсть – это недовольство из-за неоправданных ожиданий – возникает когда человек

не может удовлетворить другие страсти. Печаль порождает огорчение, тоску, малодушие, ропот и уныние. *Уныние* – это упадок духа, снижение настроения, тоскливость, отчаяние, при которых поражаются силы души и функции тела [2]. Это состояние высшей бездуховности: ум расслабляется и не может руководить душой и происходит расслабление воли и чувств. Как правило, уныние овладевает человеком после какой-либо значимой потери (супруга, работы, имущества), в результате неоправданных надежд (несостоявшейся свадьбы, провала экзамена, предательства) – когда у человека не хватает силы духа принять свою судьбу. Уныние порождает лень, многоспание, ожесточение души (человек не ощущает духовной радости), зависть (я страдаю, а они веселятся). Если сознательно не бороться с унынием, оно расслабляет не только душу, но и тело (человек в депрессии чувствует себя больным и разбитым, неспособным к работе). Во время уныния нельзя искать утешения в развлечениях, зрелищах, употреблении алкоголя. Напротив, все эти страсти принесут еще большее душевное опустошение. Парадокс заключается в том, что уныние мучает человека даже во время развлечений, к которым она стремится. Уныние – это энергетически обеспокоенное состояние души, поэтому любое общение будет неконструктивным (никто с окружающих не сможет решить за тебя твою духовную проблему). Человек должен самостоятельно преодолеть духовный недуг, не жалея себя, а закаляя волю физическим трудом, проявляя терпение, смирение. Не лишними будут физиотерапевтические процедуры: ванны с добавлением морской соли и хвойного экстракта, мед, инжир, прогулки, солнечные ванны – это способствует выработке эндорфина (гормона счастья). В борьбе с унынием помогают общественно-полезный труд, милосердие (укрепляют чувство нужности кому-то), творчество, молитва (раскрывает духовный потенциал), терпение (укрепление воли), надежда на Бога, смирение (укрепляют силу духа и формируют позитивное отношение к жизни). Итак, добродетели веры, смирения и силы духа, а также

молитва, творчество и труд – помощники в борьбе с унынием.

7. Страсти *гордыни, тщеславия* – добродетель *смирения*. Верховная страсть – это гордость, которую называют матерью всех пороков. Гордость рождает жажду превосходства, эгоизм, когда человек собственное "я" считает центром вселенной, ставя себя выше других. Сущность эгоизма прослеживается в существовании раковой клетки – живет только ради себя и любой ценой. Эгоист самоуверен, властолюбив, амбициозен. Гордость вытесняет все другие страсти, а сама захватывает всю душу. Признаки гордости: 1) человек имеет завышенную самооценку и считает себя образцом для других; 2) испытывает презрение к людям. Рядом с гордостью стоит страсть *тщеславия* – поиск пустой, суетной славы от людей (когда человек замечает в себе что-то хорошее и хвалится этим). Признаки тщеславия: 1) человек желает себя показывать (хвастаться, рисоваться); 2) радуется, когда его хвалят, и внутренне протестует, когда его ругают. Внешние похвалы только подогревают тщеславие. «Тщеславие – это сосуд разбитый, из которого все вытекает», т. е. духовные труды не приносят пользы и награды тщеславному человеку. Гордость и тщеславие рождают самолюбие, самомнение, славолубие, самонадеянность, ослабляют самоконтроль.

Гордость и тщеславие неистребимы ничем, кроме *смирения*. Смирение уничтожает эгоизм, самолюбие и открывает мудрость: что все скорби и трудности посылаются человеку для тренировки терпения, для духовного развития. Насколько в человеке развито смирение, настолько сильнее в нем и другие добродетели. Существуют два уровня смирения: 1) терпение при бесчестии (не противиться оскорблениям, не доказывать свою правоту); 2) спокойное восприятие укорений. Смиренный человек способен не умножать зло (он не отвечает злом на зло, а сохраняет спокойствие, мир и не раздражается). Смирение и кротость приносят человеку покой и учат любви. Только любовью можно вразумить ближних, а не упреками и злобой. Смирение развивается благодаря осознанию своих страстей, скромности,

избеганием похвал, благодарностью Богу и людям.

**ВЫВОДЫ.** Дисгармоничный характер – это комплекс противоречивых, дисгармоничных черт. Психологическим механизмом развития дисгармоний характера выступает нарушение духовно-нравственной саморегуляции личности, что связано с дефицитом нравственности и самоконтроля. Дефицит нравственности проявляется в эгоцентризме, гордости, безответственности. Эмоциональные расстройства выражаются в раздражительности, гневе, неспособности к проявлению духовных чувств (сострадания, заботы, любви). Волевые дисгармонии проявляются в слабоволии, неумении противостоять соблазнам. *Нравственность* является основой духовной свободы личности и означает склонность воли к осуществлению добра и отвращению от зла. Сфера нравственной свободы – когда общечеловеческие требования совпадают с внутренними мотивами человека, это область творчества, внутреннего самопринуждения, переходящего в склонность творить добро.

Основной задачей гармонизации характера является развитие духовно-нравственной саморегуляции – способности управлять своими эмоциями и действиями, руководствуясь нравственными принципами: сохранения мира, любви, взаимоуважения. Первым шагом является осознание своих страстей и развитие мотивации работы над собой. Во-вторых – избегать страстей чревоугодия, блуда, праздности, гнева, сребролюбия, печали, уныния, гордости, тщеславия. В-третьих, стремиться к самовоспитанию умеренности, терпения, смирения, доверия Богу. Гармоничными чертами являются мягкость, спокойствие, терпеливость, доброта, мирное состояние души.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Авдеев Д.А.* Нервность: ее духовные причины и проявления / Д.А. Авдеев. 6-е изд. – М.: «МБЦ Серафима Саровского», «Омега», 2009. – 320 с.
2. *Архимандрит Лазарь.* Душе, отягощенной духом уныния. – М.: Изд-во Братства Филарета Московского, 2000. – 118 с.
3. *Архимандрит Платон (Игумнов).* Православное нравственное богословие. – М.: Свято-Троицкая Сергиева Лавра, 1994.– 187 с.
4. *Фаворов Н.* Очерки нравственного православно-христианского учения. – К., 1889. – 222 с.