

ՆԵՐՈՋՆԵՐԻ ՆՈԳԵՒՈՐ ԱԿՈՒՆՔՆԵՐԸ

Վերջին տարիներին Եւրոպայում և հարկապես Ռուսաստանում միտում է նկատվում քրիստոնեությունը փարածել հոգեբանության վրա, այսպես ասած՝ կրոնականացնել այն, այսինքն փարածել «ուղղափառ հոգեբանությունը», որը մեր համեստ կարծիքով փեղին չէ: Ի՞նչ է նշանակում «քրիստոնեական հոգեբանություն»: Տխուս Քրիստոս ո՛չ հոգեբան էր, և ո՛չ փիլիսոփա, և չի հիմնել հոգեբանական դպրոց: Ճիշտ է՝ հոգևոր հայրերն ի գործ են լուծելու հոգեբանական շար խնդիրներ, բայց դա չի նշանակում, թե հոգեբաններն այլևս անելիք չունեն: Նման կեղծ կրոնա-հոգեբանական հոսանքների առաջացման համար կա երկու պարճառ՝ նախ Խորհրդային կյանքապաշարական հոգեբանությանը պիտի հեղուկեմք մյուս ծայրահեղ ուղղությունը՝ հոգեբանության կրոնականացումը և ապա հոգեբանության ճգնաժամը, ինչն ստիպում է նոր ճանապարհներ փնտրել իր բացահայտումների համար՝ արևելյան փիլիսոփայություն, կրոնական փորձառություն ու պարկերացումներ և այլն: Նոգևոր սպասավորն ու հոգեբանը պիտի համագործակցեն, ոչ թե նույնաման: Այնպեղ, որպեղ չի կարողանում գործել հոգևորականը, պիտի գործի հոգեբանը, և ճիշտ հակառակը:

Քրիստոնեությունն անսպառ աղբյուր է ներգոների ուսումնասիրման համար: Միայն այն, որ Աստուծոց մարդու բաժանումը կարող է հանգեցնել հոգեկան փոխադարձությունների, բավարար փաստ է աստվածաբանության դերն ու նշանակությունը հասկանալու համար: Դիցուք, Խորհրդային շրջանում, երբ արհեստականորեն մարդկանց սրտից փորձում էին արմատախիլ անել կրոնական գաղափարությունը, որն ի բնե մարդու մեջ է սերմանված, փեղը գրավում էր հայրենիքն ու անհարի պաշտամունքը. «Չնայած, որ մարդկանց վարքը կարելի է բացարթել ենթագիտակցական գրգռիչներով, հենց կրոնական բնագոն է որոշում կյանքի ուղղությունն ու երկրպագության գաղափարությունը: Իսկ սրանք գլխավոր բաղադրիչներն են մարդկային հոգեկանի, առանց որոնց, ինչպես ասում էր հայրը (Ալեքսանդր Մեն), մարդը հայրնվում է հոգեկան անոմալիաների և ներգոների մեջ»¹:

Մարդը հասարակական էակ է, նրա գործունեությունն ընթանում է խմբի մեջ, և խմբից օտարումը հոգեբանական մահ է նրա համար: Խումբն ապրում է իր օրենքներով: Այսօր մարդն օտարանում է հասարակությունից, յուրաքանչյուր որ ձգտում է ապրել ինքն իր համար, ու ցավագին կերպով է ընդունում ուրիշների փորձը՝ «միտմունք» իր կյանքից ներս: Կրոնը հակառակն է անում. նա միավորում է մարդկանց՝ նրանց ցավն ու ուրախությունը դարձնելով ընդհանուր: Այդ պարճառով հոգեբանական շար խնդիրներ ուղղակի վերանում են, հոգեկան ցավը մեղմանում է, սիրտը թեթևանում, հուսահատությունն անցնում, միայնության գաղափարությունն անհեղանում և այլն: Սակայն հաճախ հասկանալի չեն վերոնշյալ վիճակների գործունեության մեխանիզմները, մինչև որ փոխյալ անձը չի ենթարկվում հոգեկան փոփոխության:

1 Андрей Еремин, Отец Александр Мень, Пастырь на рубеже веков, Москва, 2002, с. 16.

Անապատական հայրերի ժառանգության մեջ կարող ենք գտնել բազմաթիվ հոգեկան ապրումների նկարագրություններ: Օրինակ՝ Ս. Մակար Մեծը, նկարագրելով մարդու անկյալ վիճակն, ասում է, որ հոգևոր և մարմնավոր հիվանդության ժամանակ, ոչ թե մարմնի այս կամ այն մասն է միայն ցավում, այլ ամբողջ մարմինը. «Աղամի պարվիրանագանցության ժամանակներից հոգու խորհուրդները զարվեցին սիրուց, ցավեցին այս դարում և խառնվեցին նյութական ու երկրային խորհուրդների հետ»²:

Ֆրոյդը գտնում էր, որ մարդկանց ունեցած կրոնական զգացողությունը ծագում է վաղ փառիքում երեխայի՝ հոր նկարմամբ վախից և ակնածանքից: Նայող երեխայի համար պաշտպան է արտաքին աշխարհի վրանգներից: Երբ երեխան մեծանում է, վերոնշյալ բոլոր զգացողություններն առարկայացնում է արտաքին աշխարհում՝ իր համար սրելով ծելով Աստծո՝ բացարձակ հոր կերպարը: Այդ առարկայացումով նա ինքնավստահ է զգում իրեն, չի վախենում կյանքում գոյատևելուց, մաքառելուց, դիմանում է անհաջողություններին: Փաստորեն Ֆրոյդի համար Աստծո հանդեպ հավարքը երկրավոր ծնողի առարկայական պարկերացումն է³: Նա գտնում է, որ կար ժամանակ, երբ կրոնը գոյություն չուներ: Դա անիմիզմի դարաշրջանն էր: Աշխարհում կային դուրս ու հոգիներ, և մարդիկ փոխհարաբերության մեջ էին նրանց հետ: Այդ ժամանակ զկար բարձրագույն էակ, որը կպաշտպաներ մարդուն⁴: Ֆրոյդը չէր զգում, որ հակասում է ինքն իրեն: Եթե Աստծո մասին գաղափարը գալիս է մանկությունից, աշխարհի չարիքի դեմ անգործությունից, և երկրավոր հոր առարկայացումն է՝ առաջացած արդեն հասուն փառիքում, ապա այդ զգացողությունը պիտի ուղեկցեր մարդուն պարսպանության ողջ ընթացքում, որովհետև նախնադարում մարդը, չունենալով գիտության լույսը, պետք է ավելի անգոր զգար իրեն, քան այսօր: Իսկ այն, որ անիմիզմի շրջանում մարդիկ հավատում էին դուրսի և հոգիների գոյությանը, խոսում է այն մասին, որ նրանք ունեին ավելի մեծ կրոնական զգացողություն, քան մենք: Ֆրոյդը հաշվի չէր առել եզիպտական, չինական, հնդկական, շումերական, իրանական և այլ հին ազգերի մշակույթների պարսպանությունը, որոնք մեզ հավասարում են վերոնշյալի մասին: Արժանին մարտցելով Ֆրոյդի հանճարին՝ պետք է նշել, որ Աստծո մասին հավարքի վերաբերյալ նրա դրույթները չեն համապատասխանում իրականությանը, որովհետև եթե Աստծո նկարմամբ հավարքի զգացողությունը մարդու՝ աշխարհի հանդեպ վախից է, ապա ի՞նչ ասել այն միլիոնավոր մարդկանց մասին, ովքեր կյանքում բարձր ու ապահով դիրք են զբաղեցնում և խորապես հավատում Աստծուն⁵: Ֆրոյդի համար կրոնը ներդրել է և մարածողության արգելք՝ հոգևոր զարգացման ճանապարհին: Մինչդեռ համաշխարհային մշակույթի պարսպանությունը ցույց է տալիս, որ կրոնը ազդակներ հաղորդեց հոգուն՝ դուրս գալու նյութական սահմանափակվածությունից, որի շնորհիվ սրելով ծելեցին գիտություններն ու բարոյական արժեքները, որ զարկ տվեց մշակույթին: Այս առումով արժե մեջ բերել Պողոս առաքյալի խոսքերը. «Ինչ որ կարելի է իմանալ Աստծո մասին, հայտնի է նրանց, որովհետև ի սկզբանե աշխարհի Նրա

2 Ս. Մակար Մեծ, Խրատներ, Ս. Էջմիածին, 2007, էջ 19, 26:

3 Տե՛ս Զիգմունդ Ֆրոյդ, Նոգնվերլուծության ներածություն, Եր., 2002, էջ 421:

4 Անդ, էջ 422:

5 Տե՛ս Hans Kung, Does God exist., Oxford, 1980, էջ 262-34:

աներևույթ հարկությունները, այն է՝ նրա մշտնջենավորությունը և գործությունը և աստվածությունը իմանալի կերպով փնտրվում են Նրա սրել ծածկների մեջ...» (Նոռմ. Ա 18-23):

Վիճակագրորեն աշխարհում հոգեկան զանազան բարդություններով փառապող մարդկանց թիվը բավականին մեծ է: Ըստ Գրեհեմի՝ միայնի բազում հիվանդություններ առաջանում են ոչ թե ուղեղի կամ օրգանիզմի ֆիզիոլոգիական ախտահարումներից, այլ սրտի և հոգու թախծից⁶:

Յուրաքանչյուր մարդու անգիլիակցականում օրգանիզմի հավասարակշռությունը պահպանող, անձին առաջնորդող էություն կա՝ «բժիշկ», որին մենք անվանում ենք «հովվի նախարիպ»: Նովվի նախարիպն արտահայտվում է օրգանիզմի համար սահմանադրված իրավիճակներում և օգնում է նրան՝ երազների միջոցով վարքագծի մեջ շեղում առաջացնելով, հոգեկան ցնցումների ժամանակ երևակայության մեջ խորասուզելով և այլն: Ումանք այն անվանում են «Ին-սե» (Անտոնյո Մենեզեսի), «Ինքություն» (Յունգ), «Գեր-Ես» (Ֆրոյդ) «խիղճ», «ներքին բժիշկ» և այլն: Դա ամբողջ օրգանիզմի՝ հազարամյակների ընթացքում ձևեր բերած փորձառությունն է՝ նստած մեր հոգում: Վրանգների ժամանակ նա մեզ հուշում է զգույշ լինել, նրա զգացողությունն ավելի ուժեղ է (ինքնուրույն): Եւ երբ մենք չենք ուզում լսել նրա ձայնը, անպայմանորեն պարտվում ենք, այսինքն՝ շեղվում ենք ճշմարիտ ճանապարհից: Իսկ դա հիմնականում լինում է մեր իրական բնությունը չհասկանալուց. «Մեղքից յուրաքանչյուրի մեջ գոյություն ունի ներքին բժիշկ: Նրան անհնար է փնտրել կամ լսել, թաքնված, ծածուկ կյանք է վարում և չի պատասխանում ուղիղ հարցերին: Բայց նրան անհրաժեշտ է և պետք է «ականջ դնել»: Ժամանակ առ ժամանակ մենք նրան փնտրում ենք երազում, բայց սովորաբար չենք իմանում, որ դա նա է... Պետք է ունենդրել մեր սեփական բնագոյի ձայնին, հսկա և խելացի անդրերկրյա ուժին, առանց որի մեր կյանքն ընդհանրապես անհնար կլիներ: Այդ ուժն աճեցնում ու կառուցում է մարդկային օրգանիզմը՝ այդ հիասքանչ համակեցությունը կամ «երկրային միակեցությունը»՝ սեփական մարմնի և սեփական հոգու: Նա հոգ է փնտրում մեր մասին, առաջնորդում ու պահպանում է մեզ, ներկա է մեր օրգանիզմի բոլոր անդամներում»⁷:

Խղճի ձայնին չլսելը, այն ճնշելն ու հակառակ գործելը կարող է հանգեցնել հոգեկան ծանր բարդությունների. այդ մասին խոսել է Դոնալդ Կալդեշ⁸: Այսպես, հոգեբանական խնդիրներ ունեցող հաճախորդներից մեկն Աստված հասցեին անփափան հայեցողություններ ու լուրջանքներ էր փնտրում: Նոգերույժ Ժանեն մեխանիկական գրի մեթոդն օգտագործելու շնորհիվ երկխոսության մեջ է մտնում փվյալ մարդու ներքին անհայտի հետ: Դրանից հետո մարդը պարզվում է, թե ինչպես մի անգամ գնացքում դավաճանել է կնոջը: Այդ ժամանակ նա մտածել է սարսափալի մասին և իրենից անկախ հանկարծակի հայտնվել դիվանագրության վիճակում: Այս փորձից Ժանեն երթադրեց, որ մարդը փառապում էր ոչ թե դիվանագրությանը, այլ խղճի խայթով⁹:

Ֆրոյդը խոսում է խղճի մի քանի փաստների մասին.

6 Անդ, էջ 31:

7 И. А. Ильин, Поющее сердце, Москва, 2006, 79-80:

8 Стэн Доналд Калдеш, Внутренний мир травм, Москва, 2001, էջ 120:

9 Стэн անդ:

1. Նեղինակավոր՝ պայմանավորված է ծնողական, պետության կամ յուրաքանչյուր այլ հեղինակությամբ:

2. Նումանիստական՝ մեր սեփական ձայնն է, որը կախված չէ արտաքին պարզամիջոցներից ու գոյականություններից¹⁰:

Ուսաստանում հիմա ակտիվորեն զբաղվում են ներդրողների ուսումնասիրության գործով: Նոգերաններ Իգումենն Եմենին և Դ.Ա. Ավդիևը ներդրողների առաջացման խնդրում մեծ արև են հասկացնում հոգևոր կյանքում թույլ տված յուրաքանչյուր սխալներին: Նեղինակների կարծիքով «մեղքերը», որոնք գործվում են անհատի կողմից, քայքայում են նրա թե՛ հոգեբանական և թե՛ ֆիզիոլոգիական առողջությունը: Սրտերն անդրադառնանք այս խնդրին ավելի մանրամասնորեն::

Իգումենն Եմենին, հիմնվելով Ավդիևի ուսումնասիրությունների վրա, գրում է, որ այսօր աշխարհում շուրջ չորս հարյուր միլիոն մարդ փառապում է այս կամ այն հոգեկան խնդիրներով, բազում ներդրողներով¹¹ (հիմնականում նուեզեն ներդրողներով): Նեղինակը եզրակացնում է, որ յուրաքանչյուր ներդրող ունի հոգևոր հիմք ու արմատներ: Ըստ հոգեբույժների՝ ներդրող «նորմալ վարքագիծ է նորմալ հասարակությունում»: Կլինիկական պրակտիկայում ներաստված լինելով փառապում են այն մարդիկ, ովքեր ընդունակ չեն սիրել իրենք իրենց: Նոգեստրոնիան ինքն իրեն և դիմացինին սիրելու անընդունակությունն է¹²:

Նեղինակի կարծիքով ներդրող առաջանում է «մեղսալից» ցանկություններն իրագործելու անկարողությունից. «Ներդրող հիվանդության բժշկական ախտորոշումն է, որն առաջանում է կրկնվող սխալ փորձերից՝ անշահավեր միջոցներով մեղսալից ցանկությունների ճնշումը բավարարելու համար, որոնք սպառում են հոգեկան ուժերը, առաջանում են մանկուց կիսափառ մնացած և ավարտին չհասցրած գործերից, ճնշում առաջացնող ցանկություններ, ոչ ուղիղ, այլ թաքնված արեքով՝ կրկին ու կրկին օգտագործող միևնույն շարունակություն»¹³: Նշենք, որ այսպես կոչված «մեղսալից» հակումները ոչ մի արժեք և ազդեցություն չունեն մարդու վրա, եթե անհատը չի ապրում հավաքով, չի ընդունում կրոնական արժեքներն ու պատվիրանները:

Նոգեբույժ Դ. Ա. Ավդիևը նույնպես հակված է ներդրողները դիտարկելու իբրև մեղքի արդյունք. «Ցանկանում եմ կիսել իմ հոգեթերապևտիկական փորձը. պրակտիկայում ինձ չի հաջողվել արեքով ներդրողներով կամ ներդրողի դրսևորումներով փառապող մարդկանց, ովքեր ապրում են բարեկրոն քրիստոնեական կյանքով...»¹⁴: Սակայն պետք է նշել, որ պրակտիկայում նման մարդկանց չհանդիպելը դեռ չի նշանակում, որ այդպիսիք չկան: Մենք ունենք բազմաթիվ փաստեր, որոնք ապացուցում են, որ չափազանց (ծայրահեղ) կրոնական մաքրակենցաղությունը հանգեցնում է ոչ միայն ներդրողների, այլ նաև փախուղների և նույնիսկ համապարած փախուղների (массовый психоз): Այսօր աշխարհը լի է համանման երևույթներով, հարկապես իսլամական աշխարհում, երբ միևնույն կրոնի ներկայացուցիչներն ինչ-ինչ կրոնական դոգմաների պարզառով հռչակում են միմյանց:

10 Э. Фромм. Гуманистическая психоанализ, Санкт-Петербург, 2002, էջ 342:

11 Տե՛ս http://magazine.mospsy.ru/nomer_7/s17:

12 Տե՛ս անդ:

13 Տե՛ս անդ:

14 Տե՛ս անդ:

Ներոզների ուսումնասիրության գործում նշանակալից է Լիպովսկի կարծիքը, որը պայմանավորված է «սկզբնական մեղքի» գաղափարով: Նա հեղափոխական փաստեր է բերում ներոզների դրսևորումների վերաբերյալ. «Իմ «Ներոզները» խորագրով մենագրության մեջ մանրամասն խոսվում է մի կնոջ մասին, որը հաշմանդամ էր դարձել բրոնխյալ ասթմայի պարճառով, բայց երբ հաջողվեց պարզել, որ հիվանդության բուն պարճառը կապված է ներոզի հետ, բրոնխյալ ասթմայի նոպաները վերացան»¹⁵:

Նկարաքերական է նրա կողմից նկարագրվող հոգեբանական փորձը (Դեմբոյի թեստը): Թեսթի բովանդակությունը հետևյալն է.

Ամենախելացի Ամենաառողջ Ամենալավը Ամենաերջանիկ

| | | |

Ամենահիմար Ամենաանառողջ Ամենավատը Ամենադժբախտ

Նարցոմներն անցկացվել են փառքեր խավի և մասնագիտության փեր մարդկանց բնագավառում, և պարզվել է, որ հարցվածներից գրեթե բոլորը նախընտրել են միջին դիրքը: Դա խոսում է այն մասին, որ բոլոր մարդիկ ի սկզբանե հավասար են, և ոչ մի առավելություն չկա նրանց միջև: Տարբերությունը գործունեության շրջանակների մեջ է¹⁶: Դիցուք, մեկն աղքատ է և նախանձում է դիմացինին՝ հարստության պարճառով, սակայն չի գիտակցում, որ ինքն ունի ոչ պակաս առավելություններ քան դիմացինը, այսինքն՝ գերազնահատում է հարուստին: Այսպեղից էլ առաջանում են զանազան բարդություններ: Նեղինակը ներոզների առաջացումը կապում է չափազանց ձգքումների հետ: Նա համեմատում է դրախտում Ադամի և Եւայի վիճակները, երբ նրանք փեսնում, լսում և շփվում էին Ասքծո հետ, ամեն ինչ ունեին, բայց օձի դրդմամբ ցանկացան ուրել արգելված պղղից՝ Ասքծո նման լինելու համար, սակայն պղղողը ճաշակելուց անմիջապես հետո հասկացան, որ գրկվել են ասքվածքներության փառքից, և քառսն է փիրել նրանց հոգում: Նեղինակն այդ երևույթը կոչում է «առաջնային մեղք, որով բոլորս հիվանդ ենք»¹⁷:

Ներոզների հետ կապված կա մեկ այլ խնդիր՝ ճակարագրապաշտությունը: Բազմաթիվ մարդիկ իրենց կյանքում անհաջողությունները կապում են ճակարագրի հետ և երկար փառքներ մնում միևնույն ճնշող վիճակում՝ դա համարելով ի վերուսք քրված պառքիժ: Նոգեթերապեւտի խնդիրն է նաեւ լուսաբանել նրա վիճակի ողջ լրջությունն ու ճանապարհ բացել անհառի ակքիվ կենսագործունեության համար՝ գործի դնելով հոգեկան և ֆիզիկական ուժերի ողջ հնարավորությունը: Մարդը պեղք է գիտակցի, որ իր օրգանիզմում բավականաչափ ուժ կա, և նա կարող է օգքագործել դրանք: Այդ ուժը ճահճացած վիճակում է գքնվում, հարկավոր է ճանապարհ բացել դրա բնականոն հոսքի համար: Նարկավոր է նաեւ գիտակցել, որ բոլոր մարդիկ հավասար են, և չձգքել նմանվել դիմացինին՝ սեփական ուսերի վրա վերցնելով այնպիսի մի ծանր բեռ, որը չես կարողանալու կրել: Չափազանց կարեւոր է գիտակցել այս ամենը, որովհետեւ, երբ մարդը հայքնվում է անելանելի վիճակում, նա իր վրա է վերցնում շաք ավելի պաքասխանաքու գործողություններ, քան կարող է իրականացնել:

15 Литвак М. Е., Психотерапевтические Этюды, Ростов-на-Дону, 1996, էջ 146:

16 Տե՛ս անդ:

17 Տե՛ս անդ:

Ներքոգներից եւ հոգեբանական զանազան խնդիրներից դուրս գալու միակ ելքը մարդկային կյանքի վերափոխումը, արժեւորումն ու ճիշտ դաստիարակությունն է: Դասակարգային խավերը երբեք չեն կարող ճնշում առաջացնել իրենք իրենց ներսում, եթե հասարակությունը ծառայում է մեկ նպատակի՝ թե ինչպես անի, որ իր երկիրը, իր ընդհանրությունը, իր մշակույթը զարգանա եւ բարգավաճի: Սակայն սրանք ավելի շուտ փնտրականներ են, քան իրականություն: Յուրաքանչյուր քայլից առաջ մարդը պետք է գիտակցի, թե իր արարքները, խոսքերը, պահվածքը ի՞նչ ազդեցություն կարող են ունենալ թե՛ իր, թե՛ դիմացինի եւ թե՛ իր երեխաների, ընտանիքի անդամների վրա: Բանն այն է, որ ազգային ավանդույթների, սովորույթների, արժեհամակարգի անփոփոխելի քայքայում է անհատին, բարոյագրելում է նրան, թուլացնում նրա Գեր-Եսը, աղքատացնում խիղճը, որը բացասաբար է անդրադարձնում ոչ միայն փյուռ անհատին, այլև նրա ընտանիքի անդամներին վրա: Սրանից փոփոխում են հասարակական երեխաները՝ դառնալով կոպիտ, անդաստիարակ, դաժան, անկիրթ՝ ձեռք բերելով ներքոգներ¹⁸: Սակայն սա ոչ միայն առանձին ընտանիքի խնդիրն է, այլև ողջ հասարակության: Նասարակությանն անհրաժեշտ է գաղափարախոսություն, արժեհամակարգ, որով նա կկարողանա առաջնորդվել: Սրանում անուրանալի է քրիստոնեության դերը՝ հասարակության՝ որպես ամբողջության եւ առանձին անհատի կյանքում:

Սթրեսագիտության հիմնադիրներից Նանս Մեյլեն իր ուշանվոր «Սթրես առանց դիտարկում» գրքում նշում է, որ յուրաքանչյուր վերանայն օրգանիզմը կարող է պարասիտանել երկու ձևով՝ փախուսելով եւ հարձակմամբ¹⁹: Նույնն է նաև հոգեբանական փրավմապրիկ իրավիճակների ժամանակ. մարդը կամ համառորեն պայքարում եւ դուրս է գալիս փրավմայից, կամ երկարատև մնում նրա մեջ:

Առանձնահատուկ զգացմունք է միայնակությունը: Միայնակ մարդը բողբոմ է աշխարհի «անարդարությունից», կյանքը համարում է անիմաստ եւ անօրեն: Նա նույնիսկ չի կարողանում ազատվել իր գիտակցությունից՝ մի պահ հեռանալ իր Ես-ից: Նա անընդհատ հարց է փայլի իրեն. «Եթե այն ամենը, ինչը կազմում եմ ես՝ որպես ամբողջություն, իմ սեփականը չէ, եւ փրված, «լցված» է իմ մեջ դրսից, ապա ո՞վ եմ ես իրականում, ի՞նչ եմ ես, եւ ինչի՞ համար եմ ես»: Հիրավի, փիլիսոփայական հարցեր են, որոնց պարասիտանը դարերի ընթացքում նորովի է բացաբովում, բայց մեր կարծիքով վաղուց անփոխադրելի է, որ մարդը կարող է զգալ իր բուն ինքնությունը՝ ոչ թե միայն ազդվելով «դրսից», այլ նաև սեփական ազդեցությամբ փոփոխելով շրջապատը:

Աստվածաշունչն անսպաս զանձ է մարդու համար եւ ներքոգների պարճառած փառապանքների ժամանակ՝ սրտի մխիթարություն:

Բավական է միայն կարդալ՝ Նովսևի Գեղեցիկի, Նոր Արդարի, Դավիթ թագավորի պարմությունները, համոզվելու համար, որ այս կյանքը չափազանց քաղցր է ու հեղաբերի:

Կարևոր է նաև մարդու սեռական կյանքը եւ առողջ դաստիարակության ազդեցությունն այդ հարցում: Ընդհանրապես, որպեսզի մարդը հասնի չափահաս փրարիքի եւ ամուսնանա՝ կազմելով առողջ եւ աստվածահաճ ընտանիք: Դրա համար կարևոր է վաղ հասակից

18 А. И. Захаров, Неврозы у детей и психотерапия, Санкт-Петербург, 2000, էջ 67:

19 Стэн Ганс Селъе, Стресс без дистресса, Москва, 1979, էջ 5:

ապահովել նրա սեռական դաստիարակությունը, որը պայմանավորված է ընդանիքում, դպրոցում, շրջապատում սեռական գիտելիքների ճիշտ և անվնաս մատուցմամբ՝ հաշվի առնելով ակսելերացիան (ֆիզիկական և մտավոր ավելի վաղ հասունացումը), միջավայրը, անհատական մտավոր կարողությունները, ազգային դավանանքն ու սովորույթները, հասարակական պահանջը, սեռական շեղումների և հիվանդությունների փարածման աղբյուրներն ու արագությունը և այլն: Յավոք այսօր քննակարգական հեղեղի ազդեցությամբ դա այնքան էլ հեշտ չէ իրականացնել: Նախաամուսնական սեռական կապերը շարժվաբար են և հաճախ հոգեբանական լուրջ խնդիրների պարճառ են դառնում: Չավազանց շարժվող խնդիրներ կան, որոնք խոչընդոտում են մեր երիտասարդների առողջ ընդանիք կազմելուն:

1. Մոցիալական անապահով վիճակը.
2. Ներքին վիճակը, որը թույլ չի տալիս մարդուն ընդունելություն կատարել.
3. Նպատակների անհամապետելիություն ամուսնական կյանքում.
4. Հաշմանդամություն՝ ինչպես ֆիզիկական, այնպես էլ հոգեբանական.
5. Տարիքային առանձնահատկություն:

Երեխայի առողջ դաստիարակության համար անհրաժեշտ է, որպեսզի նա իրեն թշնամական միջավայրում չգտնի, ունենա համընդհանուրին օգտակար լինելու գաղափար: Հարկ է, որ երեխան մեծանա հարազատ միջավայրում և համոզված լինի, որ ինքը պետք է մարդկանց²⁰:

Հարկ է հաշվի առնել նաև միջավայրի ազդեցության խնդիրը, որը շարժվում է և կարող է վնասել ոչ միայն մարդու ֆիզիկական, այլ նաև հոգևոր առողջությանը, ինչպես նաև կարող է պարճառ դառնալ սթրեսների առաջացման համար, որոնք էլ իրենց հերթին կհանգեցնեն ներքինների ու փախուղների: Բոլորս գիտենք, թե արդյունաբերական արտադրությունները և միջավայրի ազդեցությունը ինչպիսի ավերիչ հետևանքներ են թողնում շրջակա միջավայրի, բնության և կենդանի օրգանիզմների վրա: Այս ամենը հանգեցնում է սթրեսների, որոնց հիման վրա հաստատվում են հոգեբանական զանազան խնդիրները. «Դանդաղացիների մոտ 10%-ը կարիք ունեն հոգեբուժական օգնության՝ կապված դեպրեսիայի հետ: Այլ 20%-ը փառապանքի ընթացքում դիմում են իրենց ընդհանրական բժշկներին: Դեպրեսիայի դրսևորումներից հեղինակն առանձնացնում է անբնականորեն ու արյան բարձր ճնշումը»²¹: Իսկ Ավդիևի կարծիքով. «Համաշխարհային առողջապահության մասնագետների հավասարմամբ բոլոր հիվանդությունների 45%-ը կապված են սթրեսների հետ...»²²:

Ավդիևի բերած փաստերը չափազանց հեղափոխական են. նա գրում է, որ Ռուսաստանում 1000 մարդուց 20-25-ը փառապանք են ներթափանցում²³: Յավոք, մենք քվյալներ չունենք, թե ինչպիսին է վիճակը Հայաստանում: Հեղինակը նաև կարծում է, որ ներքինների ժամանակ մարդը պետք է հնազանդվի ներքին վիճակին, որովհետև դա կարող է դաստիարակիչ լինել:

20 Երեխաների ճիշտ դաստիարակման, հոգեվերլուծական դպրոցի հետազոտողների մասին մանրամասն նկարագրությունները տես **Օտտո Փենիքել**. Психоналитическая теория неврозов, Москва, 2004:

21 Անդ, էջ 153:

22 **Д. А. Авдеев**, Нервность, ее духовные причины и проявления, Москва, 2004, էջ 4:

23 Տես անդ, էջ 7:

24 Карл Ясперс, Собрание сочинений по психопатологии, т. 2, Москва, 1996, с. 91.

նագետ հոգեբանների, բժիշկների հետ, մանկապրնեռում, դպրոցներում, ճամբարներում, ծերանոցներում, բանտներում, հիվանդանոցներում և այլ հասարակական հաստատություններում հայրնաբերված փրավմարիկ մարդկանց՝ հոգևոր-հոգեբանական աջակցությամբ և կրթությամբ: Դրանով ոչ միայն կիջնի մարդկանց՝ ներոգներով փառապելու հաճախականությունը, այլև մեծապես կբարձրանա ազգի հոգևոր-մշակութային գիտակցության մակարդակը: Կնվազի աղանդավորների շարքերում նրանց հայրնվելու հավանականությունը: Այսօր ավելի քան երբեմն մենք կարիք ունենք նման կազմակերպչական աշխատանքների ազգային ոգին և միասնականությունը բարձրացնելու համար, որով կարծում ենք, որոշ չափով պիտի կանխվի երկիրը լքողների թիվը, քանի որ այդ մարդկանց որոշակի փոկոսը նման քայլի դիմում են ոչ այնքան սոցիալական պայմաններից դրդված, որքան շրջապատի անսարքերության և ոչ պարզաձև վերաբերմունքի պարճառով:

Մի կարևոր հանգամանք էս՝ կապված մարդկանց՝ ներոգներով փառապելու հետ: Մեզ հանդիպած այդպիսի խնդիրներ ունեցող մարդկանց մեծ մասը եղել են իզական սեռի ներկայացուցիչներ, և նրանց խնդիրների աղբյուրը գրավել է ընդանեկան հարաբերություններում՝ կապված ծնողների, ամուսինների հետ: Անդրեևան նշում է ընդանիքում երեխայի դաստիարակության հետ կապված խնդիրների ամենից շատ արտահայտված գծերը. ««Բավության նոխագ», «սիրելի», «հաշտեցնող», «երեխա (baby)»: «Բավության նոխագ»-ը օբյեկտ է ամուսինների դժգոհության փախադարձ արտահայտման համար: «Սիրելի»-ն լցնում է էմոցիոնալ վակուումը ամուսնական հարաբերություններում, հոգաբարությունն ու սերը նրա հանդեպ չափազանցված են: Նախառակ դրան ամուսինների չափազանց կապվածության դեպքում երեխան մեկընդմիջար մնում է ընդանիքում որպես երեխա (baby)՝ շատ սահմանափակ իրավունքներով: «Հաշտեցնող»-ը ստիպված է խաղալ մեծահասակի դեր, հավասարակշռել և չեզոքացնել ամուսնական կոնֆլիկտները, և այդ ձևով ընդանիքում գրավում է գլխավոր րեղը»²⁵:

Ամուսինների հետ կապված խնդիրները հիմնականում ծագում են դավաճանությունից (ամուսիններից մեկի կողմից թույլ փրված), արբեցողությունից, կնոջը պարբերաբար ծեծի և բարոյական վիրավորանքի, նվաստացման ենթարկելուց, ամուսնու անաշխատունակությունից, իմպուլսենցիայից և այլ պարճառներից: Սրանք բավականին փարածված (մեր հասարակությունում) և խնդրահարույց դեպքեր են, որոնց դեմ պայքարելը բոլորիս խնդիրն է. «...Նոր ձեռավորվող ընդանիքի ամրության վրա ոչ միայն ազդում է ծնողներից մեկի բացակայությունը, այլ նաև կոնֆլիկտները ընդանիքում, նրա բացասական էմոցիոնալ մթնոլորտը»²⁶: Այս առումով չափազանց կարևոր է հոգևոր հայրերի քարոզչական գործունեությունը, որով նրանք նպաստում են հայ ընդանիքների ամրապնդմանը: Բայց հոգևոր հայրերին անհրաժեշտ են հարուստ գիտելիքներ, մարդկային հոգեբանության խորը իմացություն և աստվածային շնորհ, այսպես նրանց գործունեությունը դարապարտված կլինի անհաջողության:

Շարերին կարող է թվալ, թե ներոգը մի սարսափելի հիվանդություն է, որից պետք է ազատվել ամեն գնով: Ամեն պարագայում չէ, որ արժե ազատվել այդ վիճակից: Դեպքեր

25 Т. В. Андреева, Семейная психология, Санкт-Петербург, 2004, с. 25.

26 Անդ, էջ 42:

կան, որ ներդրելի ախտաբանականներից մարդու ազատումը կարող է հանգեցնել նրա հոգեկանի ընդհանուր կազմալուծմանը:

Նոգեբանական տրավմաներ տարած մարդիկ մշտապես նույն հարցն են մեզ տալիս. «Եթե Աստված կա ևս փրկելու արարչն է, ինչո՞ւ է թույլ տալիս, որ աշխարհում լինի անհավասարություն»: Աստված սրբազան է փրկելու կարգ ու կանոնի, որը գուրկ է բարոյականությունից: Ծառը պտուղ է տալիս և չի հարցնում, թե ով է իր պտուղը քաղողը: Խոտը աճում է, և կենդանիներն ու մարդիկ հավասարապես օգտվում են դրանից: Նատարակության մեջ փող գրած թերությունները գուր մարդկային գործուն են՝ սեփականարարական օրենքներով սահմանված: Ենթադրենք, թե մեկն իր նախնիներից հողատիրապետ է ժառանգություն ստացել, նա այդ հողատիրապետը հարստացնում է, իսկ աղքատ մարդիկ աշխատում են այդ հողամասում: Ինքնուրույնության դա վստահ է: Վստահ այն է, որ մարդիկ շահագործում են իրենց նմաններին, հալածվում նրանց ունեցվածքը, արհամարհում ու սպառնալիքներ են նրանց իրավունքները:

Ներդրելի անընդհանուր անօգուտ կերպով ծախսում է իր հոգեկան և ֆիզիկական էներգիան՝ բավարարելու համար իր ներքին պահանջը: Նախապես, որը նա ստանում է իր գործողություններից, չի բավականացնում նրան, ինչը շատ լավ զգում է նա, բայց չի կարողանում ձերբազատվել իր ներդրելի գործողություններից: Պարզապես այն է, որ ներդրելի օրգանիզմում գիտակցական Ես-ից առանձնացած, պոկված աֆեկտիվ էներգիաները կենտրոնացած են մարդու ենթագիտակցականում և հաստ չեն Ես-ի անմիջական հսկողությանը: Դա է պարզապես, որ ներդրելի այդքան էնդոխոնալ է: Այդ «ավերակ» էնդոխոնոնից ազատվելու համար մարդուն անհրաժեշտ է.

1. Ես-ի վերադաստիարակություն՝ նրա ճանաչողության սահմանների ընդարձակման համար:
2. Էնդոխոնոնից ազատվելու տրամաբանական ճանապարհ, որը հենց պակասում է ներդրելիին
3. Ես-ի ամրապնդմանն ուղղված հոգեբանական միջոցառումներ, քանի որ Ես-ը վախենում է ընդունել իր ուժերը գերազանցող աֆեկտները:

Այսպիսով՝ կարելի է եզրակացնել, որ ներդրելի պատմական պրոցեսի, մարդկային կենսագործունեության, հարաբերությունների, սոցիալական, տնտեսական, քաղաքական, հոգեւոր և հասարակական փոխհամագործակցության գործընթացների արդյունքում, կոնկրետ մարդու դիրքի, վերաբերմունքի, գործունեության, ինքնարժեքի, դրսևորման փոխհամաձայնեցված կապերի արդյունքում ձևավորված վիճակ է: Ներդրելի բուն էությունը զգացողական ու անհատական է:

Ներդրելի տառապող մարդիկ ցանկանում են մի բան, որի մասին հստակ պատկերացում չունեն՝ ջերմություն, սեր, կյանքի ուժի փոփոխություն: Մենք այդ ներքին պահանջը կարող ենք անվանել գոյաբանական քաղց, երբ կտրվում է մարդու և բնության, մարդու և աստվածային ներկայության կապը: Նախնադարյան մարդուն հատկապես էր այս կապի սուր զգացողությունը: Նրա համար առավելագույն լուսաբացին արթնանալն ու արևին գոհ մատուցելը նշանակում էր նպաստել բնական գործընթացների առաջընթացին: Նա հավատում

Էր իր ուժին, իր խոսքի գործողությանը, որ առանց իր անմիջական ներգրավվածանքի փեղկերական համընթաց շարժման մեջ, կիսապար և թերի կլինի աշխարհը: Բնությունը հեշտությամբ անցնում էր մարդու ենթագիտակցական ոլորտով, և սերպ կապ էր հաստատվում մարդու գիտակցության ու կենսավորման միջև: «Իմ նպատակն է՝ համոզել ընթերցողին, որ ներդրող անհատական վիճակ է, որի դեպքում իռացիոնալ հակամեմերը անհաշտելիորեն առանձնանում են առաջնակարգ բանականությունից այն դեպքում, երբ նախնադարը մարդկային կազմակերպություն է, որում նախառացիաբար միասնականությունը ընդգրկվում է այն բանականության կողմից, որը հնարավոր է փոխարինել փոխանակալի զարգացման աստիճանում»²⁷:

Օր օրի նոր փոխադրվածներ են ստեղծվում, և եթե մարդը չի կարողանում ձեռք բերել դրանք, շարժված է գգում իրեն: Սրանք խնդիրներ են, որոնք կարող են լուրջ հետևանքներ ունենալ մարդկանց հոգեկանի վրա: Մենք կողմ ենք փոխանակական միջոցների զարգացմանը, բայց չենք կարող սառնասրտորեն նայել, թե դրանք ինչպես են քայքայում մարդկանց հոգևոր-բարոյական հավասարակշռությունը, ճնշում նրանց. «Ներաստենիայի համալսարանը լինելը ԺԹ դարի վերջին և Ի դարասկզբին առաջացավ մարդու նյարդային համակարգի գերլարվածությունից և հյուծումից, ինչը պայմանավորված էր գոյության պայքարի սրվածությամբ»²⁸:

Այո՛, մարդն աստիճանաբար էակ է, ունի գեղագիտական և հոգևոր զգացողություն, և մենք ամեն գնով պետք է նպաստենք, որպեսզի մեր երեխաները կարողանան զարգացնել այդ բնատուր կարողությունները: Միայն դրա շնորհիվ կապահովենք հոգևոր աճն ու հասունությունը՝ խուսափելով ներտարիկ իրավիճակներից: Սրան էին ձգտում նաև հումանիստական հոգեբանության կարկառուն ներկայացուցիչներ Կառլ Ռոջերսն ու Աբրահամ Մասլոուն: «Ես ինձ թույլ կրամ համարձակ հայտարարություն, և կասեմ, որ աչքի փակ անցկացնելով որոշ հիմնական դրույթները ներտարիկ փոխադրվածների մասին, մենք վերջի վերջո կհանգենք այն կարծիքին, որ ներդրող ոչ այլ ինչ է, եթե ոչ անազդեցիկ, ապարդյուն հաղթահարման փորձ (խոսքը հոգեբանական խնդիրների, փոխադրվածների հաղթահարման մասին է)»²⁹:

Նախորդ հանգամանքը, որ կարող է հանգեցնել ներտարիկ, սպասողական վիճակն է և կենսական անհրաժեշտություն ունեցող փոխակապվածության պակասը: Անհրաժեշտ է հաշվի առնել նաև հասարակությունից, մարդկանցից, կյանքից մարդու սպասելիքները, որը Կրեյկինը անվանում է «սպասողական ներտարիկ»³⁰:

Այսպիսով պարզվում է, որ սիրո բացակայության, դավաճանության պարզապես մարդ կարող է ձեռք բերել ոչ միայն ներտարիկ, այլև փոխադրված: Այս դեպքում դա հոգու թունավորում է, երբ երբ են մղվում մարդու մեջ եղած բարին ու սերը, և առաջ են գալիս վրեժի ծարավն ու ագրեսիան: Մարդուն հանգիստ չի տալիս իր խաբված լինելու հանգամանքը՝ դրանից էլ թունավորվում է նրա հոգին: Շրջապատում նա կապեր է փնտրում՝ հիմնավորելու իր ոչ փորձաքանական, և ոչ ճիշտ պատկերացումները՝ կապված իր սպրտման հետ:

27 Эрик Эрикссон, Детство и общество, Санкт-Петербург, 1996, с. 83.

28 Мясницев, Личность и неврозы, Санкт-Петербург, 1960, с.146:

29 Абрахам Маслоу, Мотивация и личность, Москва, 2000, с. 131.

30 Стэн Э. Крепелин, Введение в психиатрическую клинику, Москва, 2004, էջ 139: