Аўтар: кс. Валеры Быкоўскі
13.06.2009 15:20

Найлепшая псіхалогія – гэта Евангелле

Размова з ксяндзом Паўлам Салабудам, псіхолагам

Ксёндз Павел, калі ласка, коратка прадстаўцеся нашым чытачам

Я – святар Гродзенскай дыяцэзіі. Атрымаў святарскія пасвячэнні ў 2004 г. у нашай гродзенскай катэдры. Пасля году практыкі ў Ваўкавыску біскуп Аляксандр накіраваў мяне вучыцца на дзённае аддзяленне факультэта псіхалогіі ў Люблінскі Каталіцкі універсітэт (КУЛ). Некалькі дзён таму назад я закончыў сваю вучобу абаронай магістэрскай працы.



Вы першы з нашай дыяцэзіі закончылі гэты факультэт. Ці дадзеная спецыялізацыя: псіхалогія аблегчыць вам душпастырскую працу?

Святарства – гэта прызванне, а псіхалогія для мяне з'яўляецца дадаткам да такога Вялікага Дару. Не ўтойваю, яна для мяне – вельмі мілы дадатак. Я лічу, што найлепшая псіхалогія для кожнага чалавека – гэта Евангелле. Для мяне Хрыстус з'яўляецца Мудрасцю і Сілай у душпастырскай і псіхалагічнай паслузе.

Можа коратка раскажыце, у чым заключаецца вывучэнне псіхалогіі ў КУЛе на атрыманне вучонай ступені магістра?

Гэта пяцігадовае навучанне. Першыя два гады – гэта агульныя веды па псіхалогіі і педагогіцы, а таксама – пазнаванне чалавечага развіцця, сям'і і ўсяго, што звязана з жыццём людской істоты (мозга, пазнавальных працэсаў, эмоцый, стрэсаў, спосабаў навучання, экзістэнцыі, рэлігіі, вартасцяў і г.д). Трэці год – гэта выбар спецыялізацыі. Я абраў клінічную спецыялізацыю. Апошнія тры гады даюць магчымасць пазнаць розныя роды прафілактыкі дрэнных звычкаў, рабіць дыягназ розных хваробаў, расстройстваў і магчымасць даць сабе рады з дадзенымі ўскладненнямі. Безумоўна, варта падкрэсліць, што ў каталіцкай вышэйшай навучальнай установе я меў магчымасць пазнаёміцца са стылем хрысціянскага мышлення, багатага зместам і вартасцямі.

Што Вы можаце зрабіць як псіхолаг у душпастырскай працы?

Ксёндз знаходзіцца заўжды з людзьмі, ён адказвае за іх асаблівым чынам. Псіхалогія дапамагае мне разумець чалавека і падтрымліваць яго ў развіцці ў яшчэ большай ступені. Многія людзі маюць сур'ёзныя праблемы ў жыцці. Пошук розных шляхоў да так званага "лёгкага шчасця" вядзе чалавека да рознага роду дрэнных звычкаў ці жыццёвага крызісу. Святар-псіхолаг патрэбен усюды: у парафіі, у канфесіянале, у канцылярыі, у кансультацыі, у судзе, у семінарыі. Умовы, якія чалавек стварае сёння для сябе ў свеце – нялёгкія. Часам самі сабе мы абцяжарваем жыццё. Заўжды неабходны добры святар, добры пробашч, але і таксама нядрэнны псіхолаг, каб указаць чалавеку сапраўдны Шлях, чым ёсць Хрыстус.

Аўтар: кс. Валеры Быкоўскі
13.06.2009 15:20

Нярэдка людзі абцяжарваюць сабе жыццё. Часта мы сустракаем асобаў з дрэннымі звычкамі, асабліва п'яніцаў. Чалавек мае крызіс веры ці ў яго - іншыя беды. Што б вы параілі такім людзям?

Няма сумненняў у тым, што сустрэча з дадзенай катэгорыяй людзей – гэта спецыфічная нештодзённая сустрэча. Да яе кожнага святара падрыхтоўваюць у семінарыі на працягу ўсяго перыяду навучання. Часам такога чалавека дастаткова выслухаць, сказаць яму, што Бог яго любіць, што ён – не адзінокі. Ёсць сітуацыі, калі такі чалавек патрабуе асаблівай дапамогі з боку іншай асобы, патрабуе кансультацыі, часам мы акрэсліваем гэта як прафесійная дапамога. Таму ва ўсім свеце ствараюць рознага роду кансультацыі: сямейныя, псіхалагічна-рэлігійныя, калі цэлы калектыў розных спецыялістаў змагаецца, выратоўваючы душу і цела асобы, у якой – цяжкая сітуацыя ў жыцці. Кожны чалавек павінен памятаць, што змяніць лад жыцця – ніколі не позна. Езус звяртаецца да нас няспынна: "Навяртайцеся і верце ў Евангелле".

Ці гэта праўда, што можна быць залежным ад усяго?

Гэта праўда. На самай справе можна быць залежным ад усяго. Але не ўсе становяцца залежнымі ад якіх-небудзь дрэнных звычкаў. Кожны чалавек павінен ведаць: калі і дзе трэба паставіць мяжу. Самае важнае – не праспаць гэты момант, калі ты стаў уцягнуты ўжо ў залежнасць ад дрэннай звычкі, напрыклад: асоба п'е кожны дзень, не можа адказаць сабе; сядзіць ля камп'ютэра цэлы дзень; як толькі ўстане, то адразу ж правярае свой мабільны тэлефон і г.д. Кожны павінен усведамляць, што для яго нясе карысць, а да чаго ён павінен яшчэ дарасці. Нельга толькі цешыцца жыццём, трэба памятаць пра вынікі сваіх чынаў, пра тое, што пэўныя справы чамусьці служаць, што ўсё можа закончыцца злом. У 1978 г. Божы слуга Ян Павел II сказаў, што кожная асоба павінна супрацьстаяць усяму, што ганьбіць чалавечую годнасць. Дзякуючы Божай Любові чалавек можа паўстаць з вялікіх сваіх падзенняў, залежнасцяў ад дрэнных звычкаў і слабасцяў.

Ці ўсе дрэныя звычкі (алкагалізм, наркаманія, азартныя гульні і г.д.) – аднолькавыя? Ці існуе розніца паміж імі?

Я думаю, што дзяліць іх на лепшыя ці горшыя нічога нам не дасць. Нават такі падзел не мае сэнсу. Можна папасці ў залежнасць ад усяго ці гэта размова ідзе пра алкаголіка, які п'е толькі піва ці толькі водку. Чалавек выпрацоўвае ў сабе пэўны механізм: надыходзіць мая гадзіна, таму я сядаю і п'ю, ці гуляю ў камп'ютэры, вяртаюся да гэтага яшчэ раз, бо гэта дае мне задавальненне, а праз некаторы час я сам не заўважаю, як падаю ў залежнасць ад дрэннай звычкі. Нельга дзяліць: што ёсць горшае ці лепшае або думаць так: я знаходжуся яшчэ на пачатковай стадыі. Кожная залежнасць ад дрэннай звычкі мае такія самыя вынікі і фазы.

Як з гэтым змагацца?

Сёння можна сустрэць мноства кнігаў, напісаных на гэтую тэму. Існуе тысяча спосабаў тэрапіі і рэабілітацыі. Мы не становімся перад чымсьці невядомым ці нерэальным. Адзін з такіх асноўных і самых простых спосабаў – правільна распарадзіцца сваім часам. Я ведаю такія сітуацыі, калі чалавек , які быў залежны ад камп'ютэра, сядаў і пісаў сабе на лістку план дня, пачынаючы ад таго, калі ўстае з ложка аж да самага вечара. Важна навучыцца жыць без залежнасці ад дрэннай звычкі. Як найменш - свабоднага часу, бо

ізноў я магу вярнуцца да таго, што я рабіў, над чым страціў ужо кантроль. Самае важнае, каб чалавек усведамляў, колькі часу забірае ў яго залежнасць ад дрэннай звычкі, і колькі гэтага часу траціцца. У барацьбе з залежнасцямі ад дрэнных звычкаў недастаткова адны толькі добрыя намеры. Мы павінны прызнацца ў сваёй слабасці і звярнуцца да Хрыста. Менавіта Езус з'яўляецца крыніцай вызвалення ад зла.

Хочацца паразмаўляць пра час і залежнасці ад дрэнных звычкаў моладзі. Як сёння можна не змарнаваць жыцця?

Як гаворыць сам Хрыстус, жыццё трэба вярнуць на правільны шлях. Але моладзь цікавяць больш справы, якія датычаць чалавека, а не Бога. Як паказваюць шматлікія даследаванні, маладога чалавека найбольш цікавяць тэмы, якія датычаць сексу, плоднасці, перанасялення і іншыя людскія справы, але найменш – Бог, асоба Творцы і справы веры. Лепш паразмаўляць пра тое, што хтосьці каго-небудзь выкінуў з працы з-за п'янства, забіў ці які я зрабіла сабе эфектны манікюр, чым пра Бога. Для нас – гэта сігнал, што адбываецца сёння з маладым чалавекам, якія ёсць рэаліі жыцця моладзі. Я мяркую, што ключом да сэрцаў маладых асобаў з'яўляецца аднаўленне пачуцця сэнсу жыцця. Асоба, у якой ёсць сэнс жыцця, будзе развівацца ў духоўным плане і самарэалізуецца. Пачуццё сэнсу жыцця пабуджае чалавека да дзеяння, ён зможа рэалізаваць свае жыццёвыя мэты, рэалізаваць сябе як людская істота ў пазітыўным плане да канца свайго існавання. Бог надае нашаму жыццю сэнс, важна, каб сёння малады чалавек мог гэта зразумець. Жыццёвы шлях маладой асобы можа быць пакручасты і на гэта моладзь разам са сваім душпастырам павінна быць падрыхтавана. †

{mosimage} **На чым асноўваецца праблема веры ў моладзі?**

Кожны з нас усведамляе, што першай крыніцай рэлігійнасці для кожнага чалавека з'яўляецца сям'я. Сёння ўсё часцей уздымаецца тэма канфлікту паміж малодшым і старэйшым пакаленнямі. Малады чалавек не любіць слова залежнасць, а старэйшыя вельмі любяць яго. Часцей бывае так: тое, што кожны атрымаў у сям'і (а ідзе тут размова пра справы веры), то той будзе мець гэта і пазней. Такія канфлікты не ўзмацняюць веры маладой асобы. Адзін з прафесараў гэта акрэслівае, як працэс адмірання пакаленневага коду значэнняў і вартасцяў. Вера, якую малады чалавек можа вынесці з дому, з'яўляецца чымсьці натуральным. Трэба памятаць, што моладзь – спецыфічная ў сённяшні час. Маладая асоба развіваецца хутка, а таму і змяняецца таксама разуменне Божай прысутнасці ў яе жыцці. Можна прачнуцца аднойчы і сказаць сабе, што я не хачу ўжо больш хадзіць у касцёл. Пазнанне Бога патрабуе высілку, а сёння моладзь не любіць траціць вялікія намаганні на што-небудзь. Кожны душпастыр павінен памятаць, што крызіс такой асобы можа быць шансам на новую сустрэчу Бога. Не панікаваць, не шукаць фантастычных і модных рашэнняў, але данесці да маладога чалавека, што вера – гэта Божы дар. Святы Дух правядзе такую асобу па жыцці.

У наш XXI век усё часцей можна сустрэць людзей, якія перакананы ў тым, што ў іх усяліўся д'ябал. Яны шукаюць усюды дапамогі. Як можна пазнаць чалавека, апантанага д'яблам? Ці ёсць якія-небудзь крытэрыі, па якіх можна зразумець, што гэтая асоба мае ў сабе нячыстага духа? І які ўдзел у вызваленні ад шатана такой асобы прымаюць ксёндз і псіхолаг?

Напэўна, ёсць крытэрыі для святара, псіхолага ці псіхіятра, якія дазваляюць акрэсліць:

ці дадзеная асоба – апантаная сатаной. Гэтыя крытэрыі не павінны быць суб'ектыўныя, калі гаварыць пра ўсяленне ў чалавека д'ябла, павінны таксама выступаць іншыя сімптомы. Касцёл атрымаў уладу ад Хрыста выганяць злых духаў. Сёння над чалавекам, які сцвярджае, што ён апантаны д'яблам, павінен працаваць цэлы калектыў людзей: святар-экзарцыст, назначаны біскупам, псіхолаг і можа быць доктар. Апантаныя шатанам - гэта людзі, якія псіхічна і фізічна пакутуюць. Такія няшчасныя шукаюць здароўя і хутка хочуць пазбавіцца ад сваіх праблемаў. Я не буду цяпер апісваць усе праяўленні апантанасці д'яблам ці псіхічных хваробаў, што датычаць эмацыянальнага ўзбуджэння ці фізічнай актыўнасці, але хачу нагадаць, што Евангелле ўказвае шлях да Жыцця і тым, хто памыляецца, і тым, хто хоча быць блізка да Бога.

Ці сёння з'ява апантанасці д'яблам – магчыма?

Некаторыя аўтары падыходзяць да гэтай з'явы досыць крытычна, іншыя ж сцвярджаюць, што з'ява апантанасці - магчыма, што шатан дзейнічае ў чалавеку, ужываючы цела ахвяры супраць яго волі. Я хачу падкрэсліць, што існуе розніца паміж апантаным нячыстым духам і псіхічнай хваробай ці хоць бы звыклай хваробай. Паводзіны чалавека, апантанага д'яблам, цалкам адрозніваюцца ад штодзённых яго паводзінаў. Вялікія ўменні павінны мець людзі, якія маюць заданне дапамагчы апантанаму д'яблам чалавеку распазнаць яго сапраўдны стан і паказаць спосабы выхаду з дадзенай сітуацыі.

Якім павінен быць здаровы чалавек?

Для мяне здаровы – гэта чалавек, які жыве асэнсавана, які цалкам рэалізуецца. Толькі з Хрыстом, у Хрысце і дзякуючы Хрысту кожны з нас можа быць здаровы і рэалізаваць сябе ў жыцці.

Мы не можам у адным артыкуле закрануць усе вышэй узнятыя справы і праблемы, але я спадзяюся, што Вы будзеце частым госцем у нас. А ад імя ўсёй рэдакцыі мы жадаем Вам шмат Божых ласкаў у працы і я вельмі ўдзячны Вам за прысвечаны нам час.

Нагадваем, што ў ка**па панядзелках, сера**, а ў таварыства "АА" - **г. Гродна, вул. К. Мар**