

**Сексуальная идентичность.  
Путеводитель по жизни в эпоху  
Межвременья — Марк А. Ярхаус,  
Лори А. Бёркетт**

# Сексуальная идентичность. Путеводитель по жизни в эпоху Межвременья — Марк А. Ярхаус, Лори А. Бёркетт

- [Благодарности](#)
- [Часть 1: Основные аспекты](#)
  - [Глава 1. Сексуальная идентичность](#)
  - [Глава 2. Наша сексуальность](#)
  - [Глава 3. Гомосексуальное влечение: мифы и реальность](#)
- [Часть 2: Управление сексуальной идентичностью](#)
  - [Глава 4. Распознавание моделей поведения](#)
  - [Глава 5. Планирование окружающей обстановки](#)
  - [Глава 6. Меняем старые сценарии на новые](#)
  - [Глава 7. Жизнь и практическое богословие святости](#)
- [Часть 3: Служение образу Божьему в каждом человеке](#)
  - [Глава 8. Обращение к семьям](#)
  - [Глава 9. Обращение к Церкви](#)
  - [Глава 10. Заключительное обращение к преодолевающим](#)
- [Приложение. Избранная литература по проблемам гомосексуальности и сексуальной идентичности](#)
- [Примечания](#)

*Посвящается Лори Ярхаус, моей заветной спутнице, а так же памяти Сесилии («Тук») и Кена Томаса.*

- Марк

*Светлой памяти Лоры Пэйтон Вогэн и Энни Лэнгли Биман.*

- Лори

## **Благодарности**

Эта книга никогда не была бы написана, если бы каждый из нас не провёл несколько лет, работая с людьми, которые борются с гомосексуальностью. Некоторые из этих бесстрашных людей особенно просили, чтобы их истории были рассказаны. Например, один мужчина, после того, как мы его спросили, можно ли включить кое-что из его личного опыта в эту книгу, ответил: «Конечно. Расскажите о моей истории, пожалуйста. Если что-то из того противостояния, через которое я прошёл, может оказаться полезным для других, то я хочу поделиться этим».

Есть много похожих мужчин и женщин, чьими историями мы делимся на страницах этой книги. По вполне понятным причинам их имена были изменены, но мы хотим выразить признательность за их бесстрашный и упорный труд.

То что данная книга оказалась посвящена теме сексуальной идентичности, произошло благодаря работе Марка, впервые представленной на международной междисциплинарной конференции *Christian Scholarship... for What?* (Христианское образование... Для чего? - прим. перев.) в Кальвин Колледже в Гранд-Рапидс, Мичиган, в сентябре 2001 года. Мы бы хотели

поблагодарить Сьюзан Фелч, за то, что она пригласила Марка вести сессию по проблемам сексуальной идентичности, и мы признательны Дэвиду Майерсу за его ответ на работу Марка, и Вэйн Джусс, за то, что она была председателем сессии. Работа, которая называлась «Sexual identity development: The influence of valuative frameworks on identity synthesis» («Развитие сексуальной идентичности: Влияние ценностных установок на синтез идентичности» – прим. перев.), была переработана и, в конце концов, опубликована в *Psychotherapy* - рецензируемом журнале, выпускаемом в данный момент Американской психологической ассоциацией.

Главы 1-3 знакомят читателя с рядом вопросов. Многие положения, которые рассказывают о взгляде на проблему с точки зрения теологии и с точки зрения научных исследований, появились благодаря предыдущей работе с Стэнтоном Л. Джонсом. Эти вопросы проработаны ещё глубже в книге *Homosexuality: The Use of Scientific Research in the Church's Moral Debate* («Гомосексуальность: Использование научного исследования в церковных дискуссиях о нравственности» – прим. перев.) (опубликована издательством InterVarsity Press).

Центральные главы родились из нашего клинического опыта работы с мужчинами и женщинами, которые проходят специализированную терапию и которых беспокоят их гомосексуальные влечения. Большинство мужчин и женщин, с которыми мы работаем, ощущают, что они борются с влечением к своему полу – «борются», потому что не чувствуют, что это влечение отражает то, «кем они являются на самом деле» как личности. Часть материалов, представленных здесь, изначально была разработана для учебного пособия *Expanding Alternatives to Same-Sex Attraction and Behavior: Clinical Modules for Informed Consent, assessment, and Intervention* («Расширение альтернатив гомосексуальному влечению и поведению: клинические модули по осознанному согласию, обследованию и консультации» – прим. перев.) (можно приобрести у Марка А. Ярхауса).

Заключительный раздел отражает нашу обеспокоенность тем, что вопросы, обсуждаемые в этой книге, должны быть адресованы широкому кругу семей и церковных общин. Недостаточно просто указать нашим братьям и сёстрам на полезную информацию, а затем позволить им сражаться в одиночку. Наши вопросы – это призыв к более осознанному смещению акцентов в сторону того, чтобы помогать людям, которые борются с влечением к своему полу и желают жить целомудренной жизнью.

Мы хотим выразить благодарность многим нашим коллегам в Регентском Университете, которые превратили это учреждение в открытую площадку для христианского образования. В частности, мы хотим поблагодарить Билла Хэтуэйа за то, что он преобразовал программу докторантуры по клинической психологии таким образом, чтобы она стимулировала критическое мышление в различных областях психологии. Мы хотим выразить признательность обществу «За здоровую сексуальность» в Регентском Университете – исследовательской группе, включающей в себя нескольких студентов докторантуры по клинической психологии. Эти ребята потратили бессчётные часы времени, обсуждая с нами темы брака, семьи и сексуальных отношений, и помогли нам разобраться в некоторых сложных вопросах, которые мы затронули на страницах этой книги. Отдельно хотелось бы поблагодарить Эрику Тан, Лизу Павловски, Стефана Рассела, Хизер Брук, Мела Дженкинса, Салли Фалвелл и Мэри Элис Куинлан за их работу и содействие. Также мы хотим выразить признательность университетскому Совету Факультета за субсидирование данного проекта и связанных с ним исследований на протяжении последних пяти лет.

Мы бы также хотели поблагодарить Стэнтона Л. Джонса, Уорена Трокмортонна и ещё нескольких анонимных рецензентов за их комментарии к более ранним версиям рукописи. Также мы бы хотели поблагодарить Эвелин Стилл и Жанет Купер, наших редакторов, за то, что они работали с нами над этим проектом.

Марк также благодарит свою жену, Лори, и своих детей – Линнею, Питера и Селию – за их любовь и поддержку. То воодушевление, которое они ему дарят, и та дружба, которая их связывает, бесценны. Питер, которому сейчас три года, последние пять месяцев часто произносит свою вечернюю молитву следующим образом: «Спасибо за Иисуса. Спасибо за Папу. Помоги ему в работе. Всего доброго. Аминь».

Альбер Камю однажды сказал: «Во глубине зимы я, в конце концов, понял, что внутри меня теплится непобедимое лето». Лори хочет поблагодарить свою семью и близких друзей за их невероятную поддержку, преданность и любовь на протяжении этой глубокой зимы. Вы сделали открытие непобедимого лета более полным и радостным. Лори также хотела бы поблагодарить Марка за его наставничество и руководство в ходе работы над проектом.

## Часть 1: Основные аспекты

### Глава 1. Сексуальная идентичность

#### Введение

Возможно, вам любопытно узнать о названии этой книги. Что это значит – *жить* в эпоху Межвременья? Один теолог как-то заметил, что эпоха между Пятидесятницей и вторым пришествием Христа очень похожа на период времени между Днём-Д и Днём-В. Во время Второй Мировой войны День-Д означал очень важный, поворотный момент в борьбе с Германией. Уже было понятно, что войска Союзников выиграют эту войну, однако до завершения войны было ещё очень далеко. В то время как День-В обозначал полное завершение Второй Мировой войны, День-Д символизировал начало этого завершения. Путь от Дня-Д до Дня-В очень похож на жизненный путь христиан в истории. Мы знаем, что победа уже одержана благодаря Жертве Христа и Его Воскресению, но мы все ещё находимся в самом центре сражения до тех пор, пока Христова победа не обретёт свою окончательную форму. Мэри Стюарт Ван Леувен в своих записях обозначает этот период как «эпоха между временами».

Возможно, ни одна группа людей не представляет свою повседневную жизнь настолько похожей на уже выигранную войну, чем те христиане, которые сражаются с гомосексуальным влечением. В конце концов, они веруют в то, что Христос даровал им победу, и они рады тому, что знают о спасении. При этом они все ещё продолжают бороться с гомосексуальными желаниями, и они не верят в то, что эти влечения отражают Божий замысел о них.

Эта книга является источником информации для христиан, которых беспокоят их влечения, и которые временами чувствуют себя совершенно побеждёнными в борьбе с ними. Эта книга для тех, кто сражается с гомосексуальным влечением и хочет жить честно пред Богом во всех сферах своей жизни, в том числе и в сфере сексуальности и сексуального поведения.

По сути, эта книга направлена на поддержку тех людей, которые страдают от проблем, связанных с сексуальной идентичностью. Под сексуальной идентичностью мы подразумеваем (1) чувство принадлежности человека к определённому полу, как мужчины или женщины, (2) сексуальные предпочтения человека, например, по отношению к своему или противоположному полу, и (3) действия или мысли в свете их сексуальной направленности.<sup>1</sup> Эти три компонента составляют сексуальную идентичность человека. При написании книги в помощь людям, имеющим проблемы со своей сексуальной идентичностью, мы не концентрируем внимание на том, как помочь человеку *изменить* сексуальную ориентацию, хотя, сексуальная ориентация или сексуальные предпочтения являются одной из трёх главных

вещей, которые и составляют сексуальную идентичность. Таким образом, мы не игнорируем сексуальную ориентацию, но мы и не ставим первостепенной задачей исключительно её изменение.

В этой книге мы пытаемся взглянуть на проблему более широко (сексуальная идентичность) вместо того, чтобы решать узконаправленную задачу (сексуальная ориентация). Возможно, вас беспокоит, что не так давно несколько консервативных религиозных организаций активно требовали убрать с передовиц газет рекламу, утверждающую, что люди с гомосексуальным влечением могут полностью изменить сексуальную ориентацию. Почему же эта книга не является пособием для тех, кто хочет «просто сменить ориентацию». Существует много ответов на этот вопрос: позвольте предложить вам два из них.

Первый ответ заключается в том, что на сегодняшний день уже существует несколько книг, написанных «экс-геями» и лидерами служений, которые делятся своим опытом выхода из гомосексуальности.<sup>2</sup> Они пишут о том, как они сами пережили изменение сексуальной ориентации, и предлагают читателям сценарии того, как надлежит действовать. Эти книги являются ценным источником для тех, кто стремится изменить свою ориентацию. Однако, что отсутствует среди источников по данной теме, так это книга для тех, кто находится в процессе изменений и всё ещё продолжает испытывать гомосексуальное влечение, или для тех, кто уже участвовал в подобных программах изменения и продолжает испытывать влечение к своему полу, несмотря на все свои усилия.

Таким образом, некоторые пособия, написанные людьми, утверждающими, что у них есть опыт изменения сексуальной ориентации, уже являются доступными. Однако существует и вторая причина для написания данной книги. Исследование, опубликованное по теме изменения сексуальной ориентации, предполагает, что многие люди, которые хотят изменить ориентацию, добьются успеха лишь отчасти. То есть, их результат будет меньше, чем они, возможно, ожидали. Под словом «ориентация» многие имеют в виду *направленность* влечения человека на представителей противоположного пола, представителей своего пола или на представителей обоих полов. Попытки многих людей изменить эту направленность будут не такими удачными, как бы им хотелось. Несмотря на все свои усилия, многие люди, которые преследуют цель измениться, будут по-прежнему испытывать гомосексуальное влечение.

Для консервативных религиозных групп столкновение с подобным утверждением действует отрезвляюще. Если мы обратимся к исследованиям, опубликованным к настоящему моменту, мы обнаружим, что доля успешных попыток измениться составляет примерно 30%. При этом существуют некоторые работы, которые слегка завышают или занижают данное число.<sup>3</sup> Это не так много, если сравнивать, например, с лечением депрессии, где вероятность успеха близка к 70%. Если же сравнивать с семейной терапией или с лечением алкоголизма и наркомании, то здесь оценки не слишком разнятся. Какое предположение можно сделать на основе этой статистики? Поскольку многие люди, которые борются с алкоголизмом и наркоманией, ведут эту борьбу на протяжении всей жизни, точно так же многие люди, которые испытывают влечение к своему полу, вероятно, будут сражаться с подобной склонностью всю свою жизнь.

Давайте же оценим всё вышесказанное. Мы знаем, что существуют определённые терапевтические подходы и методы, которые применяются для того, чтобы стимулировать смену ориентации. К сожалению, в действительности нам неизвестна вероятность успеха при прохождении подобной терапии. Проведённые к настоящему моменту исследования, которые должны были помочь нам выяснить эту вероятность, не были обеспечены качественной методологией. Более качественные методы учёта изменений могут приводить к более высокому проценту успеха; но они могут также приводить и к более низким оценкам. Что на данный момент является правдой, так это то, что некоторые люди действительно могут

похвастаться успешной сменой ориентации, в то время как множество других людей свидетельствуют лишь о частичном успехе. Большинство же людей, которые пытаются изменить своё поведение, говорят о том, что им это удаётся, хотя они всё ещё продолжают бороться с влечением. То есть, большинство людей из тех, кто хочет жить целомудренной жизнью и не идти на поводу у своих гомосексуальных наклонностей, добиваются в этом успеха.<sup>4</sup> Это наводит на мысль: ориентация – гораздо более сложная вещь, чем поведение.

## **Сексуальная ориентация**

Сексуальная ориентация соотносится с *направлением* влечения человека. Учёные и исследователи имеют ряд теорий касательно того, что именно побуждает человека испытывать влечение к своему полу или иметь гомосексуальную ориентацию. Существенным является то, что в действительности учёные точно не знают, почему один человек испытывает влечение к представителям своего пола, а другой нет. Соперничающие между собой теории обычно попадают в одну из двух групп. Помните ли вы старинную дискуссию «Природа или Воспитание» (биогенная и социогенная теории – *прим. перев.*), которую вы возможно обсуждали в школе? Так вот, некоторые предполагают, что гомосексуальное влечение связано в первую очередь с Природой, что биология – посредством генетики или воздействия гормонов в период внутриутробного развития – вносит основной вклад в формирование влечения. Другие же заявляют, что всё дело в Воспитании. Представители данного лагеря склонны верить в то, что взаимоотношения родителя и ребёнка способствуют развитию влечения к своему полу, или что испытанное в детстве сексуальное насилие может привести к формированию гомосексуальных желаний в дальнейшей жизни. Но это всё лишь теории, а не факты. Давайте рассмотрим несколько примеров, свидетельствующих в пользу каждой из них, и попробуем выяснить, почему же на самом деле мы не можем ответить с полной уверенностью.

Ранее проведённые исследования показывали: вероятность того, что из двух близнецов оба будут гомосексуалистами, для однояйцевых близнецов выше, чем для разнояйцевых. Однако недавнее исследование предположило, что свидетельство в пользу этой теории не является таким надёжным, как вначале считалось. Аналогичным образом, исследования маркерных генов в хромосомах изначально предполагали существование генетического маркера гомосексуальности. Тем не менее, дальнейшие исследования этого не подтвердили, а в одном случае исследователям вообще не удалось обнаружить предполагаемый маркер. Схожие проблемы возникают, когда мы рассматриваем свидетельства о роли Воспитания или окружения в формировании нашей сексуальной идентичности. Исследования взаимоотношений родителей и ребёнка являются противоречивыми и даже в некотором роде запутанными. Оказывается, что результаты одних исследований поддерживают эту теорию, в то время как другие её опровергают. Большинство специалистов сегодня считают, что вклад в формирование влечения к представителям своего пола вносит как Природа, так и Воспитание. Детали же варьируются от случая к случаю.

## **Сексуальная идентичность**

Мы уже говорили ранее о том, что сексуальная идентичность соотносится с ощущением принадлежности человека к определённому полу (как мужчина или женщина), с его сексуальной ориентацией или предпочтениями, и с тем, что он решает делать с испытываемыми влечениями. Таким образом, когда мы рассматриваем один из этих трёх аспектов сексуальной идентичности – сексуальную ориентацию – мы предполагаем, для начала, что люди имеют некоторое представление о том, испытывают ли они влечение к представителям своего пола. Испытываете ли вы гомосексуальное влечение или же считаете, что у вас гомосексуальная ориентация – мы полагаем, это не результат того, что вы что-то сделали или наоборот чего-то не сделали. Однако совершенно ясно, что человек может

выбирать, действовать ли ему согласно этим влечениям или же отказаться от этого. В этом состоит второй аспект сексуальной идентичности: Что ты делаешь с испытываемыми влечениями – важная составляющая нашего подхода к сексуальной идентичности. Третий аспект сексуальной идентичности заключается в вашем ощущении своей принадлежности к определённому полу. При нашем подходе вы также можете исследовать ваше ощущение себя мужчиной или женщиной и глубину этого отождествления себя со своим полом.

На сексуальную идентичность влияет ваша самооценка, сексуальные интересы, мысли, фантазии, которые вы культивируете, и ваши стремления к определённому сексуальному поведению. Мы не предлагаем вам отказаться от идеи изменить свою сексуальную ориентацию, но мы хотим, чтобы вы взглянули шире, чтобы сексуальная ориентация не поглотила вас целиком, и чтобы вы научились ценить множество других компонентов сексуальной идентичности и ощущения себя как личности.

В ходе множества консультаций мы обнаружили, что многие христиане приходят в уныние после попыток сменить свою сексуальную ориентацию. Они верят, что способны на это, а затем разочаровываются, получив лишь частичный результат, который они интерпретируют как свою неудачу, недостаток веры или недостаток приложенных усилий.

Когда это происходит, человек ощущает себя витязем на распутье. Следует заметить, что, если ожидания человека сменить ориентацию не оправдываются, у него остаётся выбор. Большинство людей сталкиваются со следующим выбором: они могут (а) затратить силы и время на то, чтобы снова пройти разработанную для смены ориентации программу, (б) поддерживать целомудренный образ жизни и оставить упорные попытки сменить сексуальную ориентацию, или (в) оставить попытки сменить сексуальную ориентацию и вернуться к гомосексуальным отношениям.

Эта книга в целом предлагает другую возможность. Она лежит где-то между вышеописанными вариантами (а) и (б). Мы предлагаем людям, испытывающим гомосексуальное влечение, уделять меньше внимания смене своей сексуальной ориентации (вместо продолжения попыток или отказа в целом) и больше концентрироваться на преданности Богу при том, что гомосексуальное влечение не исчезнет. Такой подход больше фокусируется на сексуальной идентичности, которая включает в себя, но не ограничивается вашей сексуальной ориентацией.

Будучи разработанной как практическое руководство, эта книга создана для тех людей, которые не смогли добиться полной смены сексуальной ориентации, несмотря на все свои усилия. Возможно, это единственная уникальная особенность этой книги – в ней не заостряется внимание исключительно на том, чтобы помочь людям сменить ориентацию. Но какова же тогда цель данной книги? Её цель состоит в том, чтобы обеспечить поддержку и практическую помощь верующим христианам, которые пытались изменить сексуальную ориентацию, но пока что не смогли добиться полного изменения. На практическом и наиболее конкретном уровне наши цели таковы:

1. Углубить ваше понимание того, как различные факторы влияют на ваше текущее поведение и испытываемое гомосексуальное влечение;
2. Научить распознавать взаимосвязи между физическими ощущениями, мыслями, чувствами и поведением;
3. Внести некоторые поправки в то, как вы планируете свой режим дня и график работы, для того чтобы помочь вам контролировать своё влечение;
4. Помочь снизить частоту и интенсивность приступов гомосексуального влечения и поведения;

5. Помочь приобрести надёжное ощущение себя как личности, которое будет соответствовать вашим жизненным целям;
6. Помочь открыть источники духовных сил, которые помогут вам достичь своих жизненных целей, особенно, таких как практическое приобщение к святости;
7. Помочь исследовать ваши возможности к эмоционально осмысленному взаимодействию с другими людьми, при сохранении свободы и чистоты в отношениях.

Мы также надеемся, что эта книга сможет дать конкретные и практические советы касательно того, как члены семей и церковных общин могли бы относиться (как Тело Христово) к тем, кто борется с гомосексуальным влечением.

Когда мы говорим о *верующих христианах* как о целевой аудитории, мы имеем в виду тех христиан, которые придерживаются консервативных взглядов на христианскую сексуальную этику. Согласно христианской сексуальной этике, Божий замысел о человеческой сексуальности, заключается в том, что полноценная сексуальная близость осуществляется только в браке между мужем и женой. Хотя это можно заметить уже в момент сотворения, эта сексуальная этика также подтверждается Священным Писанием и более чем двухтысячелетним опытом христианского учения. Таким образом, верующие христиане борются со своими гомосексуальными влечениями именно из-за того, что эти влечения, как они полагают, не соответствуют Божьему замыслу о сексуальности человека. Они не хотят менять свои взгляды на то, кто есть Бог, и что Он говорит о сексуальной этике. Если им не удаётся изменить сексуальную ориентацию, они желают обустроить свою жизнь таким образом, чтобы они могли жить в соответствии со своим пониманием того, к чему их призывает Бог как людей, созданных по Его образу и подобию.

Что мы имеем в виду, когда говорим о *верующих христианах, которые пытались изменить свою сексуальную ориентацию, но пока что не смогли?* Из нашего опыта следует, что многие люди, которые испытывают гомосексуальные влечения, пытались изменить эти влечения в некоторые моменты своей жизни. Многие молятся о том, чтобы Господь избавил их от этого влечения. Их можно сравнить с апостолом Павлом, который трижды обращался к Богу, чтобы он удалил «жало из его плоти» (2Кор.12:7-9). Ряд верующих принимает участие в более самоотверженном служении или более масштабной терапии, надеясь почувствовать изменение своей сексуальной ориентации. Мы полагаем, что большинство людей, испытывающих влечение к представителям своего пола – даже те, кто сейчас позиционирует себя как гея, лесбиянку или бисексуала – хотя бы однажды уже попытались изменить свою ориентацию, и многие из них обращались к Богу в надежде на то, что Он изменит их жизнь.

### **Подойдёт ли мне это?**

Необходимо отметить, что данная книга может подойти не всем. Во-первых, может оказаться так, что в данный конкретный момент вы отчаянно пытаетесь изменить свою сексуальную ориентацию и желаете продолжить этот путь. Абсолютное большинство людей, которые свидетельствуют о смене своей ориентации, также говорят и о том, что изменения требуют времени. В одном исследовании средняя продолжительность времени до момента появления каких-либо изменений у тех, кто к ним стремился, составляла *два года*, при твёрдой уверенности, что изменение произошло, по меньшей мере, через *пять лет*.<sup>5</sup> Таким образом, оказывается, что процесс изменения, в случае успеха, требует некоторого времени. Мы не можем установить, чем определяется *достаточный период времени*, затраченный на прохождение реориентационной терапии. Возможно, вы уже включены в этот процесс, но вы не осознавали его длительность, и при этом вы хотите продолжить работать по специальной программе. Мы хотим поддержать вас в ваших усилиях измениться, и одновременно пожелать вам быть открытыми для применения более совершенных методов достижения этого



изменения. Хотя центральной идеей этой книги является не смена сексуальной ориентации, она может быть полезна в качестве дополнительного материала по мере того, как вы следуете своему самоотверженному пути.

Также эта книга может не подойти вам, если вы изменили свои взгляды на христианскую сексуальную этику. Те из вас, кто, возможно, некоторое время участвовал в программе изменений и был расстроен отсутствием прогресса, уже могли к настоящему моменту принять решение о том, что они могут жить честно пред Господом, имея при этом гомосексуальные отношения. Мы настоятельно рекомендуем вам поразмышлять над этим решением ещё раз. Мы не можем судить о том, действительно ли вы сделали *все возможное*, но мы верим, что необходим более широкий взгляд на проблему. И мы приглашаем вас к рассмотрению сексуальной идентичности с других позиций. Из когнитивной психологии нам известно, что, когда люди испытывают «когнитивный диссонанс» между тем, во что они *верят*, и тем, что они *делают*, они с большей вероятностью меняют то, во что верят. Жить по каким-либо принципам всегда гораздо сложнее, чем изменить им.

В любом случае, существуют доступные издания, направленные на поддержку тех, кто изменил свои взгляды на христианскую сексуальную этику. Эта же книга призвана продемонстрировать более широкий подход к теме сексуальной идентичности и прояснить те спорные вопросы, с которыми сталкиваются люди, добившиеся лишь частичного результата в процессе изменения сексуальной ориентации.

Тем же, кто верит, что эта книга может предоставить поддержку и инструкции, мы предлагаем теперь перейти к модели развития сексуальной идентичности. Это может помочь по-другому взглянуть на вашу жизнь, на тот путь, по которому вы идёте, или, как вам кажется, по которому вас ведёт Бог.

### **Развитие сексуальной идентичности**

Поскольку вы раздумываете над тем, на каком участке нашего путешествия вы находитесь, может оказаться важным детально рассмотреть модели развития сексуальной идентичности. Не так давно мы предложили модель развития и формирования сексуальной идентичности, которая может быть вам полезной.<sup>6</sup> Эта модель состоит из пяти стадий: (1) кризис (расстройство) идентичности, (2) отождествление с идентичностью, (3) отторжение идентичности в противовес расширению идентичности, (4) переоценка идентичности, и (5) формирование идентичности. Когда вы прочтёте краткие описания всех стадий, возможно, вы захотите поразмышлять, на которой из них вы находитесь.

Начальная стадия, *расстройство идентичности или кризис*, соотносится со множеством других моделей развития гомосексуальной идентичности, и характеризуется расстройством из-за испытываемого влечения к представителям своего пола в преимущественно гетеросексуальном обществе. Некоторые люди переживают это как кризис; остальные – нет.

Например, подросток (назовём его Скотт) пришёл недавно к Марку вместе с родителями. Скотт признался, что испытывает влечение к мужчинам, и родители попросили Марка «вылечить» его. Во время терапии были подняты многие вопросы. Скотт, в свете испытываемого влечения, не был уверен на счёт того, какая именно помощь ему нужна. Одна его часть желала каких-то отношений; другая же хотела, чтобы эти чувства исчезли. Эта другая часть всё ещё не хотела иметь дело с этими чувствами и мыслями вообще, по крайней мере, пока он не повзрослел. Из-за того, что он переживал глубокое расстройство, Скотт на тогдaшний момент ещё не определился с таким своим отождествлением, как, например, «Я гей», хотя его родители уже начали проводить такую параллель и беспокоились о том, что ему нужно лечение, чтобы

сменить ориентацию. Бесспорно, Скотт переживал расстройство сексуальной идентичности в свете испытываемых гомосексуальных влечений, и это расстройство усилилось отчасти из-за неспособности его родителей распознать его внутреннюю борьбу и наличие кризиса идентичности.

Вне зависимости от того, происходит ли это сразу или через некоторое время, люди проводят *отождествление с идентичностью* в свете переживаемого гомосексуального влечения. Кто-то отождествляет испытываемое влечение с проявлением гей-, лесби- или бисексуальной идентичности; другие рассматривают свои наклонности не как главный показатель «кем они являются», а лишь как один из аспектов личности человека. Очертания этой альтернативной идентичности могут формироваться под влиянием личных ценностных установок, культурных и религиозных верований, средств массовой информации и развлекательной индустрии, или каких-то других факторов, определяющих, приведут ли гомосексуальные влечения к соответствующему отождествлению. Например, тиражируемый в средствах массовой информации образ молодёжи зачастую говорит подросткам: «если тебе кажется, что ты гей, значит ты *действительно* гей». Через какое-то время это может сформировать сексуальную идентичность человека.

Скотт, подросток, представленный выше, на тот момент ещё не определил себя публично или в частном порядке ни как гей, ни как гетеро. Он просто запутался и нуждался в каком-то подтверждении принятия со стороны своих родителей, прежде чем начинать движение к какой-либо конкретной цели относительно своей сексуальной идентичности и поведения.

Третья стадия развития сексуальной идентичности называется *отторжение идентичности в противовес расширению идентичности*. Некоторые люди принимают гей-идентичность и затем начинают формировать её как за счёт экспериментов с гомосексуальными отношениями, так и за счёт своего вовлечения в тематические группы, в которых поощряется гомосексуальная идентичность и поведение. Другие же пытаются расширить свою идентичность и ищут альтернативы гомосексуальным влечениям и поведению. Кто-то подходит к этому с гипертрофированной ответственностью, которая через некоторое время ослабевает, в то время как другие испытывают своего рода твёрдую решимость двигаться по альтернативному жизненному пути без гей-, лесби- и бисексуального самоопределения.

Это очень важный момент, на котором надо подробнее остановиться. Иногда люди действуют чересчур поспешно в своих попытках откеститься от гомосексуального влечения. Они решают отделить себя от своего влечения, не осознавая, что тем самым они по сути дела отсекают от себя всё пространство своих сексуальных чувств. Мы обсудим это во всех деталях чуть позже, но что имеет отношение к нашему разговору, так это то, что люди, решившиеся на подобную «ампутацию», могут быть не готовы к целомудренной жизни. Они могут пытаться изменить ориентацию, но в итоге лишь обнаружат, что для них невозможно прийти к такому изменению естественным путём. Такое неприятное открытие может привести к тому, что человек станет считать слова церкви и различных служений обычной ложью.

Жить в целомудрии – это одно из самых важных решений в жизни человека, и многие верующие христиане бросаются принимать это решение, не рассчитав толком, во сколько оно для них обойдётся. Те немногие, кто подходит к этому взвешено и выбирают жить в целомудрии, принимают решение жить жизнью, в основе которой лежит их понимание христианской сексуальной этики. Через некоторое время они осознают, что, несмотря на необходимость сражаться время от времени, они не ограничены в своём стремлении жить так, как, по их предположению, Бог хотел бы, чтобы они жили.

Основываясь на личном опыте удовлетворения или успеха, как в плане отторжения

идентичности, так и в плане расширения идентичности, он или она может пройти через стадию *переоценки идентичности* и, если их опыт не принёс удовлетворения, может даже вернуться на этап расстройства или кризиса. В то время как одни живут гей-, лесби- или бисексуальной жизнью и возвращаются к состоянию расстройства идентичности, другие прекращают расширение идентичности, найдя более предпочтительным интегрировать свои чувства в гей-, лесби- или бисексуальную идентичность. Существует множество причин, почему люди выбирают как первый, так и второй вариант. По существу, те, кто удовлетворён своей сексуальной идентичностью, вообще говоря, на стадии переоценки идентичности выбирают одно из двух просторных направлений формирования идентичности. Либо они следуют модели развития гей-, лесби- или бисексуальной идентичности, что обычно включает в себя пробные попытки и открытое признание, или же они идут по пути формирования идентичности в контексте своих верований и ценностных установок.

То, к чему мы теперь подошли – *формирование идентичности* – является завершающей стадией нашей модели развития сексуальной идентичности. Какими бы ни были причины гомосексуального влечения,<sup>7</sup> каждый человек вписывает своё влечение в какой-то более осмысленный сценарий, в конце концов, определяя для себя, как ему жить в свете своих отождествлений. Некоторые свидетельствуют об ограниченном или умеренном успехе на пути не-отождествления себя со своими гомосексуальными влечениями. Они не делают свои гомосексуальные наклонности центром своей идентичности. Если говорить точнее, они строят свою идентичность вокруг других аспектов своей личности.

Ранее говорилось, что эта книга предназначена тем, кто хочет исследовать и расширить свою сексуальную идентичность и при этом продолжает испытывать гомосексуальное влечение или добился лишь частичного успеха в попытках сменить свою сексуальную ориентацию. Другими словами, влечение ещё не исчезло полностью. В то же время, данная книга предназначена тем, кто выбрал не отождествлять себя с этими влечениями, или тем, кто решил, что эти влечения не определяют их как личность. Сейчас мы переходим к рассмотрению факторов, которые могут укрепить *решимость* человека не отождествлять себя со своими влечениями и жить в соответствии с христианской сексуальной этикой.

### **Факторы, которые могут укрепить решимость**

Решимость стяжать непросто. Наша культура её не поддерживает, а если массовая культура не поддерживает какое-либо качество или черту характера, то её достижение или поддержание становится особенно трудным. В истории нашего общества было время, когда личная решимость считалась ценным качеством или чертой характера. Настойчивость имела большое значение; она была частью чего-то, что раньше, возможно, значило воплотить так называемую «американскую мечту». Однако сегодня решимость и настойчивость уступили место цинизму с одной стороны и самоудовлетворению с другой.

Фрэн Уайт была одной из ключевых фигур в Уитон Колледже, когда впервые начала работать программа докторантуры по клинической психологии. Она была физиологом с огромным опытом работы в миссиях; её одинаково обожали и студенты, и члены преподавательского состава. Фрэн однажды сказала Марку, что цинизм смертельно опасен для самой сердцевины христианской духовности. Удивительно, как столь простое замечание может произвести такое сильное впечатление на студента. Фрэн была абсолютно права. Быть циничным – это значит насмехаться или глумиться над моральными принципами или добрыми намерениями других людей. В мире, в котором есть всё кроме героев, достойных восхищения и подражания, цинизм не даёт нам по достоинству оценить решение людей строить свою жизнь в соответствии с христианской сексуальной этикой. Люди цинично относятся к тем, кто воздерживается от различных видов сексуального поведения, включая «страстные обжимания», добрачные

сексуальные отношения и гомосексуальное поведение.

Что служит топливом для цинизма, так это отношение к самоудовлетворению в нашей культуре. Карла Роджерса однажды назвали «тихим революционером» из-за того, что он привнёс в сознание нашей культуры новый взгляд на самих себя. Роджерс подчёркивал, что самосовершенствование является чем-то, к чему мы страстно стремимся, и, что мы будем пытаться достичь его, если мы обеспечены правильной средой, которая заключается в безусловной любви и эмпатии. Тихим революционером он был потому, что сегодня почти ни один человек не может назвать причину, по которой он так высоко ценит самоудовлетворение. Человек просто ценит его, или, по крайней мере, живёт так, словно оно является ценностью. То же самое происходит и в церковной среде, где некоторые христиане даже не осознают, что они сражаются с различными проявлениями самоудовлетворения, как некой формы приспособленчества в этом мире. Они могут задуматься об этом, только если обратить их внимание.

В отношении нашей сексуальности допускается, что человеку следует стремиться к своему сексуальному самоудовлетворению. Вместо того чтобы быть Божественным даром, сексуальное самовыражение стало скорее неотъемлемым правом человека. Сексуальное поведение стало чем-то, что я сам для себя устанавливаю (сексуальное самоудовлетворение), а не тем, что может быть установлено для меня.

Таким образом, сохранение настойчивости и решимости жить согласно правилам сексуальной этики (в данном случае, христианской сексуальной этики) является очень трудной задачей. Человек вынужден противостоять огромному потоку скрытого (а зачастую и совершенно неприкрытого) культурного давления, требующего отказаться от такой затеи. Из нашего опыта следует, что существуют некоторые факторы, которые могут повлиять на решение человека жить целомудренной жизнью. Они включают в себя интенсивность гомосексуального влечения, опыт гомосексуальных отношений, внутреннюю мотивацию, осмысленность, а также семейную и социальную поддержку.

### ***Интенсивность гомосексуального влечения***

Одним из тех факторов, которые могут влиять на решимость человека, является интенсивность гомосексуального влечения, испытываемого человеком в данный момент. На это можно взглянуть следующим образом – просто оценить своё влечение по десятибалльной шкале, где 10 будет означать сильное гомосексуальное влечение, а 1 – его полное отсутствие. Точно так же на отдельной шкале можно оценить своё влечение к противоположному полу (10 – сильное влечение, 1 – его отсутствие).<sup>8</sup>

Если у человека гомосексуальные влечения преобладают, то они, весьма вероятно, будут сильнее подавлять его решимость, чем у человека, который имеет значительную долю гетеросексуального влечения или равное количество и того, и другого. Однако, даже человек, который отмечает у себя сильное гомосексуальное влечение и полное отсутствие влечения к противоположному полу, может стремиться к целомудрию и поддерживать его, хотя в процессе работы он может столкнуться с большим количеством вопросов и сомнений.

Например, недавно Марк переписывался с женщиной, которая определяет себя как лесбиянку. Она верит, что её сильные гомосексуальные влечения говорят что-то о том, как ей следует жить. Что эти влечения служат ей своеобразным моральным компасом, указывающим направление к тому образу жизни, который она должна вести. То есть, она считает, что должна стремиться к гомосексуальным отношениям. Также она позиционирует себя как христианку и хочет поддерживать моногамные отношения, если найдёт подходящую партнёршу. Хотя она и

заявляет, что гомосексуальное влечение работает как моральный компас в плане того, как ей жить – «Я просто живу в соответствии с теми желаниями, которые определяют меня как личность» - на самом деле, такой вывод из этого не следует. Действительно, Клайв С. Льюис в своей книге *Человек отменяется* заметил, что сам факт наличия у нас определённых влечений ещё ничего не говорит о том, как нам следует с ними поступать. По существу, мы имеем раздирающие нас наклонности, которые требуют, чтобы мы взглянули вокруг себя и выбрали за пределы наших склонностей или сексуальных влечений в поисках нравственной нормы поведения, которая бы подсказала, как нам жить.

### **Опыт гомосексуальных отношений**

Вторым возможным фактором является прошлый опыт гомосексуальных отношений. С одной стороны можно представить человека, который имеет гомосексуальные мысли и желания, но который до настоящего момента никогда им не следовал. Состояние этого человека в плане решимости может отличаться от состояния человека, который на протяжении нескольких лет имел активные гомосексуальные отношения с несколькими партнёрами. Или, возможно, у него были отношения с одним партнёром, но позже он почувствовал желание жить в целомудрии. Заветные воспоминания могут сделать процесс принятия решения гораздо более трудным для данного человека.

Вся эта ситуация говорит о том, что решимость может принимать различные формы. В то время как человек с более насыщенной сексуальной историей будет бороться скорее с желанием вернуться к прежним ощущениям, он или она может испытывать бóльшую решимость из-за своего опыта подобных отношений. Возможно, их опыт был сугубо неприятным, и это облегчит им принятие решения и переход к новому образу жизни. Схожим образом, человек, который испытывает влечение к своему полу, но не имеет опыта отношений, может захлебнуться в своих фантазиях и начать подавлять свою решимость. Или же наоборот он может с бóльшей решительностью избегать гей-сообществ именно потому, что и раньше в них не состоял.

Таким образом, прошлый опыт гомосексуальных отношений необходимо принимать во внимание, но это не «универсальный для всех» фактор. Для человека, который стремится к стабильной целомудренной жизни, может оказаться весьма полезным рассмотреть с разных позиций свой опыт (или отсутствие такового) и его влияние на свой жизненный путь.

### **Внутренняя мотивация**

Для начала, давайте проясним следующую вещь – мы не верим, что недостаток мотивации является причиной, по которой большинство людей не добиваются изменения сексуальной ориентации. Многие люди годами пытаются измениться. Они имеют сильную мотивацию измениться – чтобы жениться или выйти замуж, чтобы сохранить существующий брак, чтобы наладить контакт со своими детьми... Причин может быть много, но всё это относится к *объёму* мотивации. А то, что мы хотим рассмотреть – это *тип* мотивации. Когда мы думаем о мотивации, мы можем увидеть различия между *внешней* мотивацией и *внутренней*. Внешняя мотивация связана с теми вещами, которые мы можем описать, как мотивирующие нас извне. Например, необходимость выплачивать кредит за машину может мотивировать вас работать каждый день. Платежи по кредиту являются тем, что вас мотивирует. Это внешняя мотивация работать. С другой стороны, если работа сама по себе приносит удовольствие, то это тоже могло бы служить мотивацией. Возможно, вы также верите, что ваша работа – это ваше призвание, и что вы служите Богу, когда служите другим людям посредством вашей работы. Тот факт, что вы можете выплатить кредит, является дополнительным результатом, который вы получаете от работы, но это не главная ваша мотивация.

Наш опыт говорит о том, что внутренняя мотивация более предпочтительна, чем внешняя, когда речь заходит о гомосексуальном влечении. Внешняя мотивация часто принимает форму ультиматума, исходящего от одного из супругов, или проявляется в форме давления родителей или религиозного сообщества. Таким образом, один человек приходит к терапевту и заявляет, что его оставит жена, если он не пройдёт курс лечения. Другой говорит, что его заставили обратиться за помощью родители. А ещё есть те, кто записывается на терапию, потому что на них давит руководство местной церкви. Все эти формы давления действительно существуют, но, исходя из нашего опыта, это не самая лучшая мотивация к целомудрию. К целомудрию придётся идти всю жизнь, и это может потребовать очень много сил.

Нам кажется более разумным, выбирать жизненный путь, исходя из своих собственных верований и ценностных установок. Это путь, исполненный некоего внутреннего благородства. Для верующего христианина эти ценностные установки как раз и являются глубокой внутренней мотивацией, которая обретала и меняла форму благодаря вере человека в Божий замысел о его сексуальности и сексуальных чувствах.

### **Осмысленность**

Люди, сражающиеся с гомосексуальными наклонностями, по существу учатся совладать с тем влечением, которое они не выбирали и которое не утихает, несмотря на все их попытки измениться. Конечно, идея совладания со стрессовыми состояниями не нова, и на данный момент существует (и продолжает расти) огромный массив литературы по совладающему поведению в ответ на острые и хронические состояния стресса. Не так давно была опубликована модель, описывающая взаимосвязь между осмысленностью и совладанием со стрессовым состоянием.<sup>9</sup> Мы хотим применить эту модель к ощущениям людей, борющихся с гомосексуальным влечением, и показать, как способность находить определённый смысл может повлиять на способность человека не отступать от своего решения.

Наш опыт говорит, что люди, которые постепенно приходят к целомудренной жизни, находят соответствие между глобальным смыслом и ситуационным смыслом. *Глобальный* смысл относится к фундаментальным верованиям человека и к его базовым представлениям о мире, таким как «предназначение», «правда» и «справедливость». *Ситуационный* смысл связан с тем, как глобальные верования проявляются в конкретных ситуациях.

Давайте рассмотрим случай с Сэмом (вымышленное имя). Когда Сэм начал посещать консультации, он определял себя как христианина. Он попросил помощи в связи с испытываемым гомосексуальным влечением, от которого он хотел избавиться. На случай, если он не добьётся полного изменения, Сэм решил, что хотел бы, по крайней мере, быть готовым жить в целомудрии согласно христианской сексуальной этике. Его понимание глобального смысла, будучи соотнесено с гомосексуальным влечением, повлияло на его представление о собственной сексуальности. Он расценивал себя как личность и верил, что, в конечном счёте, обстоятельства в этом мире находятся под высшим контролем Бога. Когда Сэм размышлял о своей сексуальности, он полагал, что его влечения даны ему не за тем, чтобы он потакал им. Он считал, что эти влечения необходимо подчинить воле Бога, поскольку Бог раскрыл Свой замысел касательно сексуальных чувств.

Это проявлялось в определённых ситуациях. Если Сэм сталкивался с приступом гомосексуального влечения на работе или в церкви, например, то он старался осмыслить испытываемое влечение в свете тех глобальных представлений о человеческой сексуальности и сексуальных чувствах, которые у него были.

Касательно способности человека постепенно прийти к целомудренной жизни наш опыт

говорит, что анализ гомосексуального влечения и поиск смысла чрезвычайно важны для положительного исхода. Когда люди расценивают или анализируют свою ситуацию и понимают, что лично для них она значима и несёт некий смысл – в той мере, что это те обстоятельства, в которые их поместил Господь, и Он призывает подчиниться – они соотносят свои влечения с этим глобальным смыслом, с раскрытым Богом замыслом о человеческой сексуальности. К. С. Льюис высказывает следующее мнение об осмысленности, когда дело касается гомосексуальных влечений:

Я нисколько не сомневаюсь, что *физическое* удовлетворение гомосексуальных желаний является грехом. Это не ставит [гомосексуалиста] в положение более затруднительное, чем положение любого нормального человека, который по какой-то причине не может вступить в брак... Наши спекуляции касательно причины этого отклонения не имеют никакого значения, и мы должны смириться с нашим неведением. Апостолам не было сказано, *почему* (с точки зрения реальной причины) человек родился слепым (Ин.9:1-3): только конечная цель – [это для того], чтобы на нем явились дела Божии. Это предполагает, что в гомосексуальности, как и в любой другой скорби, эти дела могут быть явлены: то есть, что каждая немощь скрывает в себе призвание, если только мы можем это заметить...<sup>10</sup>

В процессе осмысления сражающиеся люди ощущают несовместимость между ситуационным смыслом своего влечения и глобальным смыслом того, на что в их жизни претендует сексуальность в свете полноты Божьей власти. Конечно, тот смысл, который мы придаём конкретным ситуациям, и глобальный смысл, в который мы верим, зачастую развиваются в контексте нашей семьи и окружения – двух других важных факторов нашей решимости.

### ***Поддержка семьи и окружения***

Поддержка семьи и окружения обеспечивает необходимое практическое пространство для попыток человека совладать со своим влечением. В контексте этих взаимоотношений мы не только развиваем чувство осмысленности, но и имеем постоянную обратную связь в форме поддержки или критики от тех, с кем мы общаемся каждый день. Если человек, испытывающий гомосексуальное влечение, пытается вести целомудренную жизнь, а его семья и окружение, несмотря на это, отвечают ему неприятием, то такое отвержение может оказаться очень болезненным. Возникающая изоляция может сделать воздержание от гомосексуального поведения ещё тяжелее. К тому же, если человек стремится к целомудрию, но каждый день сталкивается с непониманием со стороны друзей и родных, то это может вообще отбить охоту что-либо делать.

Противоположная реакция со стороны семьи и друзей может просто подорвать веру человека в собственные силы: из добрых побуждений близкие могут говорить о том, что измениться легко, что для изменения надо просто проявить силу воли или доверить свои желания Богу. Эти слова могут создать колоссальное давление на человека, который честно пытается измениться и старается жить в целомудрии.

Очень важно помнить, что все эти факторы являются лишь общей канвой. Они говорят нам о том, что среди людей, сражающихся с различными навязчивыми состояниями, не бывает двух одинаковых. У кого-то за плечами несколько лет гомосексуального опыта, и почти нет поддержки со стороны родных и близких, а главной мотивацией служит ультиматум супруга (или лечишься, или я нанимаю адвоката). А кто-то мотивирован глубоко лежащими религиозными верованиями и ценностными установками касательно моральных аспектов гомосексуального поведения, и при этом может рассчитывать на значительную поддержку близких, и не имеет опыта гомосексуальных отношений (за исключением фантазий). Эти две ситуации будут сильно различаться. В последнем случае, приемлемой целью лечения может

служить стремление к целомудрию мысли. Это значит отслеживать поведенческие модели гомосексуального влечения. Это значит анализировать, каким образом эти модели могут подтолкнуть к первым гомосексуальным экспериментам. И это значит развивать необходимые на стадии ранней зрелости навыки – например, осмысленность – в кругу близких людей, которые могут поддержать веру человека и его идентичность.

Подводя итог, можно прийти к важному выводу: каждый человек, сражающийся с гомосексуальным влечением, имеет свою собственную, неповторимую историю. Каждый человек имеет свои причины, по которым эти влечения могут беспокоить его, сбивать с толку или вступать в конфликт с его верованиями и ценностными установками. Кто-то вынужден подчиняться требованиям членов семьи. Кто-то может искренне стремиться к целомудрию, ни мало не заботясь о том, что произойдет с его сексуальной ориентацией.

## **Заключение**

В этой книге мы уделили огромное внимание конкретным рекомендациям и практикам. Хотя в ней, конечно, присутствует и теологическая основа – основа, абсолютно необходимая для понимания того, как воплотить практические рекомендации – основной упор сделан всё-таки на вашей сексуальной идентичности. Её цель – помочь вам жить честно пред Богом даже, если вы в какой-то степени продолжаете испытывать гомосексуальное влечение.

Следующие две главы подводят теоретическую и теологическую базу, необходимую для дальнейшего чтения книги. Во второй главе вы узнаете о том, что значит принять свою сексуальность; о том, что сексуальность была задумана Богом как важная часть творения; и, конечно, о том, что это значит для человека, сражающегося с гомосексуальным влечением. В третьей главе вы прочтаете о некоторых мифах, касающихся сексуальности и влечения к своему полу, и узнаете, что из этого всего является правдой.

Центральные главы книги дадут вам практические рекомендации касательно вашего образа жизни. Вы научитесь *распознавать модели поведения в своей жизни и планировать свою окружающую обстановку, сможете обменять старые жизненные сценарии на новые, и приобщиться к святости*. Каждая глава написана для того, чтобы вы могли более подробно узнать о гомосексуальном влечении и поведении. Это подразумевает отслеживание поведенческих моделей гомосексуального влечения и понимание того, как эти влечения связаны с мыслями, физическими ощущениями и проявляющимся поведением.

Таким образом, цели этой книги включают в себя углубление понимания тех факторов, которые влияют на ваши мысли и поведение, улучшение навыков, отслеживание моделей поведения и образов мысли, и использование различных духовных ресурсов, для того чтобы вы могли жить в соответствии с вашим представлением о том, к чему вас призывает Бог.

Три последние главы обращаются с заключительным словом к членам семьи, к церкви и к людям, сражающимся с влечением к своему полу. Эти слова должны подтолкнуть и воодушевить членов Тела Христова увидеть в каждом человеке образ Божий и служить этому образу.

## **Вопросы для самостоятельной работы:**

1. Что именно помогло бы вам понять, подходит ли вам вышеописанная концепция? Как вы можете ответить для себя на этот вопрос так, чтобы быть готовым принять полностью осознанное решение о своей дальнейшей жизни?
2. Вернитесь к модели развития сексуальной идентичности. Каким образом эта модель



соотносится с вашими переживаниями? Чем ваши переживания отличаются от описанных в этой модели? На какой стадии вы видите себя, когда размышляете об этой модели?

3. Возможно ли, что ваша сексуальность уже содержит некое изначальное призвание? Если нет, то почему? Если да, то опишите его. Откуда оно происходит? К чему именно оно вас призывает? Почему вы так думаете?
4. Подумайте о том, что для вас значит укрепить решимость? Как вышеупомянутые факторы (интенсивность гомосексуального влечения, опыт гомосексуальных отношений, мотивация, осмысленность и поддержка семьи и окружения) соотносятся с вашим желанием укрепить решимость? Как вы думаете: существуют ли другие факторы, которые могли бы помочь вам укрепить решимость?

## Глава 2. Наша сексуальность

Возможно, вы слышали от некоторых людей, что сексуальность – это «Божественный дар». Подобные утверждения могут приводить в замешательство тех христиан, которые сражаются с гомосексуальным влечением, и считают гомосексуальное поведение неправильным. Зачастую эти люди очень активно участвуют в жизни местной церковной общины, которая осуждает гомосексуализм как грех. Они годами пытаются изменить свою сексуальную ориентацию, и продолжают бороться с влечением к своему полу. Хотя мы верим, что наша сексуальность *действительно является* Божественным даром, мы полагаем, что в то же время сексуальность является чем-то, что пытается отвергнуть человек, сражающийся с гомосексуальным влечением. Он приходит к пониманию этого только через какое-то время. Это очень непростая вещь, и её нельзя выразить одной фразой или ёмкой цитатой, чтобы при этом не вызвать жгучей боли и смущения.

Несколько лет назад один христианин пришёл на консультацию, выражая беспокойство из-за влечения к своему полу. Он никогда не был женат и считал свою сексуальность проклятием. Он испытывал влечение с раннего подросткового возраста и очень хотел, чтобы оно исчезло. Он желал заменить это влечение влечением к противоположному полу, чтобы иметь возможность наслаждаться сексуальными отношениями с женщиной. Когда из благих побуждений его друзья из церкви говорили о человеческой сексуальности как о «Божественном даре», он возмущался и ещё больше замыкался в себе из-за своего влечения и более глубокого, пронизывающего чувства стыда. Ему потребовалось несколько месяцев, чтобы прийти к заключению о том, что его сексуальность была театральной сценой, на которой Бог поставил многоплановую драму о предназначении (призвании) и святости (воплощении Божественного замысла). Лишь тогда он смог принять мысль о том, что его сексуальность была Божественным даром, но не в том смысле, в каком это обычно понимается. Его сексуальность была той важнейшей частью его жизни, где Господь решил осуществить Свой спасительный план, где Господь формировал и менял приоритеты и ценностные установки этого мужчины так, чтобы они вплотную приблизились к Его замыслам и заветам.

Давайте вернёмся на шаг назад и проясним, что же имел в виду этот мужчина, говоря о своей сексуальности как о театральной сцене для Божественной постановки или о том, что его сексуальность как-то связана с Божественным призванием и святостью. Действительно, сексуальность – это очень важная часть того, что означает быть человеком, но наша сексуальность также отражает и наше падшее состояние. Это часть того, кем мы являемся как люди, но она так часто противостоит тому, что Бог желает для нас. Так же как и в любой другой сфере нашей жизни, Бог всё делает для того, чтобы мы уподобились Христу. У Бога есть план, который больше любого человека. План, который гораздо масштабнее, чем человеческое стремление получать удовольствие через генитальную сексуальную активность. Человек не может рассмотреть его сейчас или заглянуть в будущее. Христиане идут по жизни с верой.

Следуя Его слову, полагаясь на Него во всём и имея веру в Него, мы можем увидеть, что любая борьба является лишь частью того грандиозного полотна, которое Господь пишет согласно Своему замыслу. Христиане призваны слышать Его зов и быть открытыми для Него. Не стоит удивляться тому, что Бог имеет план и определённую цель для вашей жизни здесь – в свете испытываемого вами влечения.

Но разве эта книга не о том, как помочь людям изменить свою сексуальную ориентацию? Почему этот упомянутый выше мужчина не испытал более глубокого изменения – полного исчезновения гомосексуального влечения? Ответ на первый вопрос – нет, эта книга не об изменении сексуальной ориентации. Она о жизни с гомосексуальным влечением, которое, несмотря на все старания, ещё не исчезло. На второй вопрос – почему он не испытал более глубокого изменения – мы ответа не знаем. Так получается, что некоторые люди ощущают это изменение, в то время как все остальные – нет. Но мы бы не хотели недооценивать то глубокое изменение, которое с ним всё-таки *произошло* – он кардинально переосмыслил своё отношение к сексуальности. Он начал ощущать свою сексуальность как предназначение (не проклятие, а отражение более глубокого призвания), сквозь призму святости, как дар, с помощью которого Господь будет осуществлять Свой замысел.

Иногда это предназначение перерождается в свидетельство. В той мере, в которой человек ощущает себя призванным поделиться своей историей с другими, его чувство предназначения является свидетельством об участии Бога в их жизни – о том, что через испытываемое человеком влечение этот человек смог узнать больше о любви Бога к нему и о том, насколько праведен Господь. О том, что в этой борьбе он смог больше узнать о Божьей благодати и милосердии, о прощении и о том, что значит быть мужественным. На самом деле, ещё К.С. Льюис заметил, что мужество стоит в самом центре добродетельной жизни:

Мужество не просто одна из добродетелей, а форма любой добродетели в момент испытания, что означает – в момент наивысшей реальности. Целомудрие, честность или милосердие – в случае, когда следование ему сопряжено с опасностью – останется целомудренным, честным или милосердным только при определённых условиях. Пилат был милосердным, пока это не стало рискованным.<sup>1</sup>

Конечно, из тех людей, которые борются с гомосексуальным влечением, большая часть делает это в одиночку. Они не свидетельствуют на публике о том, как Бог действует в них, поскольку зачастую церковь не готова слушать конкретно об этой борьбе (если только это не история ошеломляющего успеха). Бывает очень сложно следовать именно такому типу личного призвания. Публичное свидетельство может подвергнуть человека сильному психологическому давлению, направленному на то, чтобы он никогда не отступал от своего пути. Наличие подобного внешнего давления может вынудить человека искать компромиссы, чтобы как-то с этим давлением совладать. Личное призвание может привести к более глубокой изоляции и возвращению в исходное состояние и по ряду других причин, включая недостаток общественной поддержки и подотчётности.

Упомянутый выше мужчина ощутил свою сексуальность как призвание в личном плане. Он не является лидером какого-либо служения и не заявляет публично о своей борьбе или о своём мужестве. Но он начал окружать себя небольшой группой близких друзей, которые приглядывают за ним и которые знают, что его мужество проявляется чуть глубже, чем у большинства остальных христиан.

Зачастую в местных христианских общинах бывает так, что жизнь людей, сражающихся с гомосексуальным влечением, проходит обособлено от других. В тайне от всех они борются со своим влечением и чувствуют себя так, будто им совершенно не с кем открыто поговорить о

своих «фирменных» проблемах.<sup>2</sup> Что мы имеем в виду под этим? То, что у каждого человека есть свой уникальный клубок страстей, и борьба с этими страстями составляет значительную часть христианской жизни – на их фоне видно, как Господь проявляет себя и участвует в нашей жизни, чтобы мы могли ещё больше уподобиться Христу.

Возможно, вы думаете, что описываемая разобщённость в церкви является повсеместной, и что на самом деле ни у кого нет близких друзей христиан, с кем можно поделиться своими проблемами. В этом есть зерно правды – в некоторых христианских общинах это так. Многие люди обнаруживают, что их местная церковь является местом, где они могут признаться в некоторых грехах, но не во всех. К сожалению, люди часто склонны упорядочивать нравственные аспекты, и община может высказывать своё мнение касательно того, какие грехи являются более терпимыми, а какие – менее. Например, в большинстве консервативных церквей общепринятым является признание в таких грехах, как самолюбие, гордыня или невоздержанность. Церквей, где человек может признаться в проблемах с зависимостью – чуть меньше, но очень многие из них изъявляют желание поддерживать группы анонимных алкоголиков и, по крайней мере, имеют некоторое общение с людьми, сражающимися с наркотической и алкогольной зависимостью. Тем не менее, церквей, где человек может честно признаться в том, что он испытывает влечение к своему полу – ещё меньше.

Что же происходит с человеком, открывающим свою проблему церковной общине, которая является недостаточно зрелой, чтобы по-пастырски его принять? По нашему опыту, зачастую этот человек начинает относиться к этой местной церкви и ко всей общине как к лицемерам. И он не далёк от истины. Конечно, существуют общины верующих, которые стремятся помогать людям жить честно и целостно при их сексуальных проблемах, но их немного. Помните ли вы старинную поговорку: «Вместе с водой и ребёнка выплеснули»? Да, в церкви существуют проблемы, и существуют люди, которые из страха или личных стремлений, ведут себя лицемерно. Но также существуют надёжные общины, которые поддерживают своих членов и стремятся к их духовному восхождению. Об этом мы ещё будем говорить в главах 8 и 9, где описаны наши предложения для членов семей и церковных общин касательно того, как можно действительно быть Телом Христовым по отношению к людям, страдающим влечением к своему полу.

Теперь мы должны обратить своё внимание на одно самых великих наших дарований и на одно из наших самых уязвимых мест – на нашу сексуальность. Дар человеческой сексуальности отчасти заключается в ощущении постоянного желания быть единым с кем-то и быть кем-то дополненным. Одно из проявлений этого желания близости и единения состоит в генитальной сексуальной активности, но это не единственное выражение этого желания. Многие люди общаются с близкими друзьями и членами семьи и испытывают удовольствие, в том числе и от выражения своей человеческой природы, без вовлечения их в какие-либо сексуальные действия.

Не так давно был задан вопрос: «Будут ли люди на небесах сочетаться браком»? Это один из тех важных вопросов, которые имеют непосредственное отношение к нашей дискуссии. Ответ на него очевиден: да, будут. Но это будет не брак между людьми, которые состоят в браке здесь, на Земле. На небесах будет сочетание браком, потому что Невеста Христова, Церковь, будет сочетаться со Христом. Все христиане, одинокие и семейные, сражающиеся с гомосексуальным влечением и свободные от него – все будут сопричтены и полностью дополнены Им, Христом.

Этот дар также даёт возможность следовать за Христом в смиренном исполнении Божественного замысла о нас – в том, как мы несём на себе образ Христа в нашей жизни. В этом смысле дар сексуальности является одним из самых уязвимых наших мест, поскольку

народ Божий всегда сталкивался с проблемой – как строить наши взаимоотношения с Господом? На Его условиях или на наших? На самом деле это вопрос идолослужения – «поклонения чему-либо и принесение служений, какие надлежит приносить лишь одному Богу».<sup>3</sup> Это включает в себя и наши сексуальные влечения. Это не значит, что люди поклоняются своим сексуальным влечениям. Это значит, что некоторые люди могут стремиться к тому, чтобы проводить свою жизнь в служении Богу, а не в обслуживании своих сексуальных влечений. К данной теме мы ещё вернёмся в конце этой главы.

Теперь мы перейдём к рассмотрению христианского взгляда на человеческую сексуальность. Для нас может оказаться довольно сложным соединить христианскую этику с сексуальным поведением. Особенно в такой культуре, как наша, где сексуальное поведение превозносится чрезвычайно. Это весьма ярко проявляется, когда человек реализует свою сексуальность таким образом, что становится затруднительно следовать традиционной христианской сексуальной этике с учётом раскрытого Господом Своего замысла о сексуальном поведении. В нашем либеральном обществе принято удовлетворять сексуальные желания или стремиться к их удовлетворению, не задумываясь об изначальном Божественном предназначении сексуального поведения. Но всё-таки, какова Его воля касательно сексуального поведения?

### **Христианский взгляд на сексуальность**

Для начала следует прояснить, что в Библии не существует какой-то явной и аккуратно изложенной теологии человеческой сексуальности. Во всяком случае, в рамках привычного для нас взгляда на Писание, как на инструкцию, к которой мы можем обратиться, чтобы узнать, участвовать ли нам в каком-то определённом действии. Действительно, в священных текстах мы можем найти осуждение конкретных сексуальных практик. Они включают в себя прелюбодеяние (супружеская измена), инцест, насилие, содомию и блуд. Другие действия, наоборот, в явной форме одобряются: сексуальные отношения в браке и целибат вне брака. При этом касательно различных иных явлений попросту нет чётких указаний: мастурбация, оральный секс, петтинг и нагота. Однако на самом деле в Библии мы находим достаточно ясный набор этических ориентиров в таком широком вопросе, как человеческая сексуальность, и эти ориентиры могут помочь выяснить, что такое христианская сексуальная этика и сексуальное поведение. Это значит, что каждая страница Священного Писания отражает подробный план того, как нам следует вести себя в отношении нашей сексуальности и в других сферах нашей жизни, чтобы жить честно пред Богом. Эти ориентиры можно распределить вокруг четырёх актов библейской драмы<sup>4</sup>: творение, грехопадение, искупление и прославление.

В книге Бытия мы читаем о том, что Господь сотворил два пола: мужской и женский. Человек – венец Божьего творения, и Господь, задумавшись о Своем творении – о мужчине и женщине – провозгласил, что это «хорошо». Таким образом, в Ветхом Завете мы видим, что Господь установил брак как то, что должно происходить между одним мужчиной и одной женщиной; теперь они «плоть едина». Соответствующее подтверждение этого замысла мы находим в Новом Завете, в частности, когда Иисус отвечает на вопрос о разводе. Иисус признал, что Господь дозволил разводиться во времена Моисея «по жестокосердию» человеческому, но развод, определённо, в Его планы не входил. Он этого не желает. В Своем ответе Иисус говорит о творении и напоминает нам о том, что Господь сочетал мужчину и женщину, для того чтобы они могли наслаждаться этим единением, которое будет включать в себя и выражение их сексуального влечения друг к другу. Этот общий посыл, который говорит нам о благодати творения и положительном взгляде на человеческую сексуальность, подхватывается в Ветхом Завете в книге Песни Песней (Песн.4:1-15), в Новом Завете в послании апостола Павла к Ефесянам (Еф.5), и ещё во многих других местах Священного Писания.

Но христиане также понимают, что человек – падшее творение. Хотя мы несём на себе образ

Божий, мы запятнаны грехопадением, и все стороны нашей жизни и нашего мира отражают это падшее состояние. Таким образом, не удивительно, что наша сексуальность, которая изначально была благой частью творения, тем или иным образом поражена грехом.

Иными словами, каждый из нас сражается со своими уникальными проявлениями нашего падения, и не удивительно, что зачастую человеческая сексуальность становится той сценой, на которой для многих из нас разворачивается драма нашей поражённой природы. И существует множество проявлений того, что наша сексуальность поражена грехом. Во взаимоотношениях мужчины и женщины есть соперничество, которого в них не было до грехопадения. Также есть и новоприобретённая тенденция искать сиюминутного удовлетворения и относиться к другим людям не как к целостным образам, а просто-напросто как к предметам наших собственных желаний. Вместо созданных по образу и подобию Божию людей, которые достойны того, чтобы их уважали и ценили, люди стали объектами для использования, для нашего собственного наслаждения. Также присутствует ещё и некий общий протест как движущая сила в нашей жизни. Особенно протест против Бога и различных властей.

Если говорить более конкретно, то многие люди вынуждены бороться с таким результатом грехопадения, как чувство похоти. У большинства людей это чувство заключается в страстном влечении к лицам противоположного пола; у некоторых оно проявляется в форме гомосексуальных влечений. С точки зрения традиционной христианской сексуальной этики гомосексуальное влечение является просто проявлением общечеловеческой греховности, и такой взгляд на это, как кажется, ставит его в более правильное положение относительно других проявлений нашей поражённой грехом природы (1Кор.5:9-13; 6:9-20; 7:1-9; Мф.5:27-28).

Но Бог не оставляет человечество в состоянии греха. Правильное понимание искупления и прославления имеет принципиальное значение для понимания этой книги. Писание напоминает нам, что Бог не бросает нас в нашем падшем состоянии. Наоборот, Он сходит в наш поражённый грехом мир через Своё вочеловечение, через воплощение в Иисусе Христе, и Он твёрдо намерен искупить верующих, очистить их от греха, сделать их святыми, исполнить в них Своей замысел.

И так, мы хотим рассмотреть нашу сексуальность в контексте Божьего искупительного плана. Неважно, борется человек именно с гомосексуальным влечением или нет - многие люди вынуждены бороться с различными проблемами, которые превращают сексуальность в очень болезненную для них область. Одни сражаются с сексуальной озабоченностью. Другие пытаются справиться с зависимостью от порнографии. Третьи хотят получать удовольствие от своих сексуальных отношений с супругом. Все эти проявления показывают, насколько наша сексуальность отличается от того, что Бог для нас изначально замыслил. Это проявления нашей падшей природы. Снова скажем, что во многих отношениях не следует рассматривать гомосексуальное влечение, как нечто более порочное, чем гетеросексуальная похоть, сексуальная озабоченность или зависимость от просмотра порнографии в интернете.

В дополнение к пониманию христианского взгляда на человеческую сексуальность сквозь призму четырёх актов библейской драмы, важно прояснить некоторые моменты, которые усложняют наше понимание сексуальности и сексуального поведения. Они включают в себя (1) нашу поло-ролевую идентичность как мужчины или женщины, (2) нашу изначально присущую телесность, (3) «плоть» и то, что мы подразумеваем под этим словом, и (4) роль сексуальной идентичности в проявлениях идолослужения.

### ***Поло-ролевая идентичность***

Бог сотворил людей мужчинами и женщинами, и наши мужественность и женственность, и взаимоотношения между ними были признаны хорошими. Мужчина был хорош. Женщина была хороша. Вместе они были хороши. Но и по отдельности они тоже были хороши.

Одна знакомая нам женщина чувствовала себя бесполой – ни мужчиной, ни женщиной. У неё было сексуальное влечение к женщинам, и в мыслях она никогда не ощущала себя женщиной. «Возможно, лучше было бы родиться мальчиком» – фактически так ей казалось в детстве из-за всего того насилия, которое имело место в её доме. На самом-то деле, конечно, ей не хотелось становиться мальчиком, но и быть девочкой было не так уж здорово. В служении ей порекомендовали делать то, что делают все обычные девушки, и помогли с подбором одежды, макияжа, причёски и так далее. Последней каплей для неё стал случай с одной дамой, которая предложила ей обратиться к консультанту по стилю. Предложения консультанта свелись к следующему: «Откажись от ношения трусиков на год и попробуй пару дней в неделю походить без нижнего белья... Это поможет тебе почувствовать себя более женственной – поможет почувствовать своё тело». Хотя наша знакомая все эти рекомендации испробовала, она всё ещё не ощущала, что быть женщиной «хорошо». Она продолжала молиться и приносила это своё желание Богу. Наконец, делая покупки с подругой в местном секонд-хенде, её вдруг накрыло ошеломляющее чувство – она почувствовала себя «девушкой». Она крикнула своей подруге через ряд вешалок с одеждой: «Я девушка, и это здорово!» Эта незатейливая, но глубокая фраза вызвала лавину мыслей и перевернула все её представления о себе. Она неделями ходила, рассказывая людям о том, как хорошо, что Бог сотворил её девушкой.

Хотя и сложно сказать, как взрастить в себе это внутреннее чувство – ощущение себя мужчиной или женщиной, – нам кажется очень важным примирение со своим полом (с мужским или женским), со своей поло-ролевой идентичностью (с мужественностью или женственностью). Важно понимать, что оба варианта являются двумя непохожими, но восхитительными проявлениями высшей формы Божественного творения – они «хороши». Они восхитительно хороши в контексте брака, где имеет место интимная сексуальная жизнь. «Хороши» в платонических отношениях вне брака, где восторг вызывают личностные качества и различия в темпераментах. «Хороши» в глазах Божьих сами по себе.

## ***Телесность***

Святое Писание говорит об изначально присущей нам телесности.<sup>5</sup> Это значит, что мы были созданы с физическими телами определённого пола не просто так – мы существуем во плоти в соответствии с Божественным замыслом, и наши тела являются благой частью творения. Вам это может показаться очевидным. Вы не могли бы читать эту книгу, не имея рук, которыми вы её держите, не имея зрения, и т.д. Мы нечто большее, чем душа – мы душа и тело. Однако если быть честным с самим собой, то вы, возможно, признаете, что сильно сомневаетесь на счёт того, является ли эта ваша физическая составляющая «благой» частью творения. Тело ломается и получает повреждения. Побуждаемые нашими желаниями, мы через наши тела участвуем в совершении всех тех поступков, о которых потом сожалеем. Поэтому мы испытываем смешанные чувства касательно того, являются ли наши тела «благими». Мы можем сопротивляться, считая, что физические тела являются чем-то малозначимым по сравнению с нашей душой или духом, который нам дал Господь, и в реальности можем желать единения со Христом, которое – как мы в тайне ожидаем – произойдёт духовно и мало что-то сделает – если вообще сделает – с нашими физическими телами. Другими словами, некоторые люди желают отделить своё духовное Я от Я телесного за счёт подчёркнутого смещения акцентов в сторону духовности, в то время как на самом деле духовное и физическое соединены в нас, и в Божественном искупительном плане физическим телам отведена своя роль. Мы хотим ещё раз отметить, что сотворение нас в физическом теле – это часть плана Господа; что нам изначально присуща телесность, и что эта телесность с точки зрения Бога

хороша. Наиболее чётко это прослеживается в актах творения, вочеловечения, и прославления, и поэтому мы рассмотрим эти три события более детально.

В истории творения нам говорят, что Бог создаёт Адама из праха земного. Что Он придаёт форму телу и затем вдыхает в него Свой дух. Другими словами мы являемся телесными созданиями, которые получают животворящее дыхание Господа. Мы телесные по замыслу Божьему. Фактически, нам изначально присуща телесность. Снова Бог взглянул на Своё творение и признал его «хорошим».

Вочеловечение – то есть факт того, что Господь, Иисус Христос, стал человеком – снова подчёркивает благодать физического мира. Иисус воплотился человеком и ел, пил, спал, работал Своими руками и так далее точно так же, как это делаем мы. Как мог Господь стать чем-то, что по сути своей было плохим? Ответ и состоит в том, что Он не мог. То есть, мы должны прийти к выводу о том, что Иисус стал человеком, что Он имел реальное, физическое тело, и что наличие физического тела само по себе является хорошей вещью.

Наконец, о благодати наших физических тел говорит наша надежда на будущее прославление на небесах. Нам сказано, что на небесах мы будем иметь «новое тело». То есть что-то – что по своей сути и обозначает быть человеком – требует, чтобы мы по изначальному замыслу имели тела. Причём это требование настолько сильно, что мы обладаем телами даже здесь, на этой земле, и мы будем обладать телами в той славе, которая нас ожидает.

## **Плоть**

Возможно, самой большой проблемой, мешающей пониманию благой природы наших физических тел, являются упоминания о плоти в Священном Писании. Например, в Послании к Галатам 5:19-21 нас убеждают не поддаваться плоти этого мира:

Дела плоти известны; они суть: прелюбодеяние, блуд, нечистота, непотребство, идолослужение, волшебство, вражда, ссоры, зависть, гнев, распри, разногласия, (соблазны), ереси, ненависть, убийства, пьянство, бесчинство и тому подобное. Предваряю вас, как и прежде предварял, что поступающие так Царствия Божия не наследуют.

Многие христиане просто-напросто считают, что слово «плоть» здесь относится к нашему физическому телу. Конечно, в некоторых ситуациях слово «плоть» может обозначать тело, но в Послании к Галатам мы ясно видим список грехов, которые в своих проявлениях заходят весьма далеко. Потратьте несколько минут на то, чтобы прочитать список полностью. В этом списке далеко не все грехи имеют физическую основу. Поэтому в данном контексте слово «плоть» не может иметь отношение к нашим физическим телам. Другим значением этого слова является наше сопротивление, непокорность по отношению к Богу. Если мы читаем 5 главу Послания к Галатам и размышляем о том, как от этой нашей непокорности избавиться, то этот список действительно обретает смысл. Вот та самая плоть, которой мы должны сопротивляться, а не наши физические тела как таковые.

## **Идолослужение**

Последний важный аспект, который мы видим в Священном Писании, это беспокойность Бога нашей склонностью к идолослужению. Ричард Линтс недавно написал статью о взаимоотношениях между идолопоклонством и образом Божьим, и некоторые его соображения мы коротко обсудим, пытаясь применить их к ситуации человека, который борется с гомосексуальным влечением. На самом деле идолопоклонство является только внутрихристианской проблемой. Беспокойство, вызванное идолослужением, в Священном

Писании адресовано только Израилю, Богом избранному народу, а не другим нациям. Бог реагировал на идолопоклонство Своего народа, поскольку Израиль периодически отворачивался от Него ради других божеств. Идолопоклонство, если бы его выделили в чистой форме, фактически является разрушением своих отношений с Богом.

Мы вернёмся к теме идолопоклонства чуть позже, а сейчас мы бы хотели рассмотреть три уровня понимания гомосексуального влечения. На *первом*, наиболее описательном уровне некоторые люди просто испытывают гомосексуальное влечение. Совершенно не обязательно, что за этим стоит что-нибудь ещё: это просто чувство, которое у них есть. Одних людей влечёт к представителям противоположного пола, в то время как другие испытывают влечение к представителям как противоположного, так и своего пола. Как мы в дальнейшем покажем на страницах этой книги, наш опыт свидетельствует о том, что для большинства людей, которые испытывают гомосексуальное влечение, такой уровень объяснения и осмысления является наиболее правильным и конструктивным. Например, если Джо испытывает гомосексуальное влечение, то для него будет более правильным и целесообразным говорить о себе «Я мужчина, который также испытывает и гомосексуальное влечение», вместо «Я гей». Последний вариант предполагает, что он мужчина, но его идентичность связана не с поло-ролевой идентичностью, а с тем гомосексуальным влечением, которое он испытывает. Также эта формулировка предполагает определённый взгляд на гомосексуальное поведение как на нормальное проявление того, кем он является как личность. Первый вариант описания себя – сказать «Я мужчина, который также испытывает и гомосексуальное влечение» – является чисто описательным, и он не содержит никакой скрытой информации о том, что это влечение означает, и какие нравственные выводы могут быть сделаны, если подчиняться этим влечениям.

*Второй* уровень объяснения и осмысления отражает стойкую, постоянную направленность гомосексуальных влечений. Обычно мы обозначаем такую направленность влечения к представителям своего пола как гомосексуальную ориентацию. Для таких людей их влечения чётко проявляют свою избирательность; они отражают направленность их сексуальных предпочтений. Например, если Джо с раннего подросткового возраста сексуально привлекают исключительно мужчины, если на данный момент у него отсутствует какое-либо сексуальное влечение к женщинам, и его влечение к мужчинам проявляется часто и достаточно сильно, то, возможно, более правильно будет сказать, что Джо имеет «гомосексуальную ориентацию». Джо испытывает влечение к мужчинам в такой мере и в такой степени, что он может чётко определить направленность своих влечений как «гомосексуальную».

На *третьем* уровне находятся те, кто интегрирует своё гомосексуальное влечение в гей-идентичность. Это значит, что они облачают в формулировку «Я гей» своё решение об отождествлении себя. При этом такая идентичность косвенно свидетельствует об определённых взглядах на гомосексуальное поведение – чаще всего как на естественное проявление того, кем они являются в личностном плане. Например, Джо мог бы интегрировать своё гомосексуальное влечение в гей-идентичность. В отличие от человека, который испытывает гомосексуальное влечение, или который имеет гомосексуальную ориентацию – для которого гомосексуальное поведение всё ещё находится под нравственным запретом – Джо мог бы интегрировать свои чувства в гей-идентичность, которая за собой влечёт сопутствующее признание гомосексуального поведения нравственно оправданным; признание его неким естественным продолжением того, что обычно обозначают как стремление к сексуальной самореализации по отношению к себе и к другим.

Теперь мы вернёмся к вопросу идолопоклонства. Традиционная христианская сексуальная этика говорит о том, что согласно Божественному замыслу сексуальное проявление любви возможно только в контексте брака между одним мужчиной и одной женщиной, и что



целомудрие является обязательным для всех. Мы полагаем, что тех христиан, которые принимают такую этику, описательный язык обеспечивает бóльшим пространством, где они могут формировать и изменять свою сексуальную идентичность и служить Богу на Его условиях, а не на своих собственных (в Главе 6 мы расскажем более подробно о том, что мы имеем в виду под словами «формирование» и «изменение» сексуальной идентичности). Важно понимать, что использование описательного языка по отношению к себе и таких формулировок, как «Я женщина, которая испытывает влечение к женщинам» или «Я мужчина, и я испытываю также и гомосексуальное влечение», обеспечивает вас большей свободой, позволяет более широко взглянуть на свою сексуальную идентичность. Не интегрируя гомосексуальное влечение в гей-, лесби- или бисексуальную идентичность, вы ничего не говорите о гомосексуальном поведении и вашем отношении к нему. Вы не делаете никаких преждевременных выводов о вашей сексуальной идентичности и не принимаете скоропалительных решений в более глубоком вопросе о том, кем вы являетесь как личность. И это может стать чем-то, что вы решаете сами для себя, во что вы в частном порядке верите и чем вы можете делиться с другими людьми в той мере, в которой это вас устраивает. Даже для тех, кто испытывает постоянное гомосексуальное влечение и может сказать, что имеет гомосексуальную ориентацию, остаётся значительная свобода служить Богу на Его условиях – как мы понимаем это – в рамках традиционной христианской сексуальной этики.

На третьем уровне – на уровне интегрирования переживаемых гомосексуальных влечений в гей-идентичность – кажется неизбежным то, что такие люди определяют свою идентичность как преимущественно гомосексуальную, и что тогда их отношения с Богом строятся на этих условиях. Конечно, это неплохо; люди, которые соглашаются со своей гей-идентичностью, могут строить очень глубокие отношения с Богом, но вопрос состоит в следующем: *на чьих условиях?* Мы становимся тем, кому или чему мы служим и поклоняемся, но условия соглашения с гей-идентичностью также участвуют в формировании наших чувств и конечного результата. Как отмечает Линтс, «в истинном служении речь идёт не просто о том, чтобы "отдать себя", но ещё и о том "кому ты себя отдаёшь и каким образом предаёшься"». Цитируя Мартина Бубера, Линтс напоминает нам, что мы можем относиться к Богу с большой долей идолопоклонства, как к «средству достижения наших собственных целей».

Таким образом, мы с искренним участием относимся к тем христианам, которые приняли гей-идентичность и на таких условиях служат Богу, но мы переживаем, поскольку то, чего можно достичь на этом пути, приобретается ценой того, что может быть утрачено. Мы беспокоимся из-за того, что эти христиане, возможно, слишком быстро отказались от других возможных вариантов, учитывающих их сексуальную идентичность, их идентичность во Христе, и их отношение к Богу. Мы задаёмся вопросом: «Что это за компромиссы в служении Богу у христиан, интегрировавших своё гомосексуальное влечение в гей-идентичность, и служащих Ему на условиях, ими же и устанавливаемых?» Истинная идентичность обретается в контексте послушания Божественному зову в нашей жизни.

Мы возвращаемся к идее о том, что наша сексуальность – это действительно дар Божий. Даже если ваша сексуальность – не по вашей вине – направлена на представителей своего пола, это дар Божий, потому что во всех наших жизненных ситуациях и переживаниях мы имеем возможность следовать нашему предназначению, призыву жить за гранью наших сиюминутных желаний и с учётом Божьего замысла о человеческой сексуальности. Поступая так, мы приобщаемся к святости, больше и больше возрастаем в образе и подобии Божьему.

### **Заключительные слова**

Поскольку мы подошли к завершению данной главы, нам хотелось бы отметить, что темы, которые раскрываются в Писании в отношении христианской сексуальной этики, часто

называются *традиционной* христианской сексуальной этикой. Мы использовали это понятие в данной главе и продолжаем использовать его на страницах всей книги. Эта книга предназначена для тех, кто принимает эту традиционную христианскую сексуальную этику, кто борется с гомосексуальным влечением, и кому хотелось бы жить честно пред Богом, поскольку они понимают Его открытую волю о человеческой сексуальности. Но более правильно на самом деле было бы назвать это благовестнической христианской сексуальной этикой. Принятая нами благовестническая роль заключается в постоянном тщательном анализе традиции таким образом, чтобы мы имели возможность подтвердить то, что является правдой о христианском взгляде на сексуальность и сексуальную этику, и в то же время отвергнуть те утверждения, которые являются ложными, даже если они произрастают на почве христианской традиции. Другими словами, традиция не является гарантом правильности. Но нам удаётся оставаться осторожными и консервативными, даже когда мы отклоняемся от традиционной христианской сексуальной этики, чтобы вынести некоторое суждение о традиции, в частности по вопросам того, что к настоящему моменту церковь считает важным в сфере нравственности. Это не просто вопросы чьего-либо мнения. Это вопросы, имеющие огромное значение для церкви и для тех, кто искренне желает понять и следовать открытой воле Господа в том, как она относится к человеческой сексуальности и сексуальному поведению.

### **Вопросы для самостоятельной работы:**

1. Как вы раньше реагировали на рассуждения других людей о том, что сексуальность – это «дар Божий»? Каким образом ваше влечение к представителям своего пола мешало принять такое утверждение? Прорабатывая основные темы из данной главы, попробуйте ответить: существует ли внутри вас такая область, которая допускает возможность того, что ваша сексуальность всё-таки *является* даром Божиим, но не в таком смысле, как вы возможно привыкли понимать слово «дар»? В каком именно смысле?
2. Мысленно вернитесь к четырём актам библейской драмы: творению, грехопадению, искуплению и прославлению. Каким образом структурирование благовестнической христианской сексуальности вокруг каждого из этих четырёх актов помогает вам в свете вашей текущей борьбы?
3. Что лично для вас значит быть мужчиной или женщиной, быть мужественным или быть женственной? Какие у вас имеются на данный момент переживания и чувства, усложняющие ответ на этот вопрос? Насколько ответ на этот вопрос важен для вашего ощущения того, кем вы являетесь в плане личности?
4. Что вы думаете об идее того, что нам изначально присуща телесность? Если вы согласны с этим утверждением, то к каким практическим последствиям это приводит в вашей повседневной жизни? Как ваша изначальная телесность влияет на вашу сексуальность?
5. Каким образом понимание слова «плоть», как склонности человечества противиться воли Бога, изменит ваш взгляд на ваше собственное тело и вашу борьбу с влечением? Некоторым людям это позволяет «играть на равных» в тех случаях, когда речь заходит о грехах. Дело в том, что вместо упорядочивания грехов по степени тяжести и такого чувства, как будто гомосексуальное поведение является наиболее тяжким из них, многие люди находят действительно полезным ещё раз просмотреть те места из Священного Писания, где такое поведение ставится в один ряд с другими грехами, с которыми абсолютное большинство людей борются в повседневной жизни.
6. Согласны ли вы с тем, что Богу можно служить со значительной долей идолопоклонства? Как это могло бы происходить? Насколько полезным для вас является разграничение трёх «уровней» осознания: гомосексуальное влечение, гомосексуальная ориентация и гей-идентичность?

### Глава 3. Гомосексуальное влечение: мифы и реальность

Сегодня многие полагают, что тема гомосексуальности является неким водоразделом для церкви и широкой общественности. Её считают важной по разным причинам, среди которых не последнее место занимают взгляды христиан на авторитет Священного Писания и его актуальность, требования христианского вероучения к жизни человека и чей-либо личный опыт приобщения к святости. Таким образом, текущие публичные обсуждения затрагивают на самом деле очень широкий круг вопросов, и это делает проверенную информацию о гомосексуальности особенно ценной.

К сожалению, дискуссии и дебаты о гомосексуальности могут стать весьма запутанными, поскольку существует множество мифов о гомосексуальном влечении и поведении, и почти никто из тех, кто достаточно хорошо знаком с предметом, не готов обсуждать его беспристрастно. В этой главе мы рассмотрим многие мифы и факты о гомосексуальности и гомосексуальном влечении. Поскольку мы стремимся к взаимопониманию в вопросах того, что мы знаем о гомосексуальности и чего не знаем, то просим вас потратить несколько минут и ответить на следующие десять вопросов:

Верно Неверно

- |                          |                          |  |
|--------------------------|--------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 1. Гомосексуалисты составляют примерно 10% всего населения.  |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 2. Гомосексуальность и гомосексуальное влечение вызваны особым геном гомосексуальности.  |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 3. Гомосексуальность признана психическим заболеванием большинством психиатрических организаций.   |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 4. Если человек приложит достаточно усилий, то он или она может изменить свою сексуальную ориентацию.  |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 5. Самовыражение посредством сексуального поведения крайне важно для счастья человека и его целостности.   |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 6. Серьёзные отношения или брак помогают человеку избавиться от нежеланного гомосексуального влечения.   |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 7. У большинства определившихся геев и лесбиянок ровно столько же сексуальных партнёров, сколько у гетеросексуальных мужчин и женщин.  |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 8. Должно быть, Библия устарела или неправильно переведена, поскольку часть церкви и общества признаёт гомосексуальные влечения и модели поведения как правомерную сексуальную альтернативу. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 9. Существует системный подход, который помогает людям изменить гомосексуальное поведение и работает для каждого.  |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 10. Если стремление к целомудренной жизни преобладает над желанием сменить ориентацию, то это означает, что человек сдался.  |

Теперь мы подробно ответим на каждый из вышеперечисленных вопросов.

#### ***Гомосексуалисты составляют примерно 10% населения.***

Ответ на этот вопрос – *неверно*. На самом деле мы даже встречали цифры раздутые до 12-15%, а в некоторых случаях и того выше. Это очень значительное искажение того, что на сегодняшний день, по мнению исследователей, является правдой. Число 10% было растиражировано благодаря исследованию, проведённому Альфредом Кинси и его коллегами. Правда состоит в том, что Кинси никогда в действительности не говорил – «10% населения – геи», а говорил он это о тех 10% опрошенных людей (выборки), которые согласно собранной им информации испытывали гомосексуальное влечение в течение примерно 3-4 лет. Однако

результаты его выборки нельзя распространить на всё население, поскольку в ней с избытком представлены люди, которые с большей вероятностью были склонны вступать в гомосексуальные отношения за период в 3-4 года (такие как сексуальные маньяки и заключённые).

Более свежие и более точные исследования оценивают долю распространения гомосексуальности примерно в 2-3% населения. Если людей спрашивают «испытываете ли вы гомосексуальное влечение» (вместо «считаете ли вы себя гомосексуалистом»), то это число вырастает примерно до 5% населения. Таким образом, людей, считающих себя гомосексуалистами или испытывающих гомосексуальное влечение, – меньше, чем многие думают. Также можно сказать, что людей, которые испытывают гомосексуальное влечение, – больше чем тех, кто при этом считает себя гомосексуалистом.

Также на данный момент существуют некоторые исследования, сравнивающие сельские и пригородные области страны с городскими центрами. В условиях города результаты показали более высокую долю людей, считающих себя гомосексуальными, чем в других условиях. Такие данные могут частично говорить в пользу текущего мифа о гомосексуальности 10% населения просто потому, что в городских условиях это может быть чуть ближе к истине, чем в остальных частях страны.

### ***Гомосексуальность и гомосексуальное влечение вызваны особым геном гомосексуальности.***

Ответ на этот вопрос – *это неверно*. До недавнего времени главенствующей точкой зрения было то, что гомосексуальность вызвана проблемами в отношениях родителей и ребёнка. Эта теория не имеет однозначной поддержки с точки зрения исследования, но игнорируют её в значительной степени в угоду биологическим исследованиям. Некоторые исследования, получившие широкую известность, в период 1990-х попытались поддержать «биологическую гипотезу» о том, что гомосексуальность вызвана генетическими факторами или пренатальным воздействием гормонов. Эти исследования привлекли ошеломляющее количество внимания и активно использовались с целью лоббирования своих интересов некоторыми организациями внутри гей-сообщества.

Исходя из нашего собственного опыта, большинство людей верит в то, что (а) люди рождаются гомосексуальными, или в то, что (б) люди выбирают гомосексуальность. С одной стороны, некоторые люди считают, что человек, испытывающий гомосексуальное влечение, рождён «таким»; что на уровне биологии произошло *нечто*, приведшее его к тому, чтобы быть «геем». С другой стороны, есть те, кто считают, что люди выбирают гомосексуальность. Поскольку эти люди отвергают биологическую гипотезу (как прямую причину гомосексуальности), они считают, что людей необходимо привлечь к ответу за гомосексуальность, словно человек однажды принял для себя решение: «Я думаю, что проживу какое-то время с гомосексуальной ориентацией».

Если один из этих подходов относится и к вам, то мы убедительно просили бы вас пересмотреть ваши взгляды на гомосексуальность и гомосексуальное влечение. Относясь к этому сложному вопросу как к «игре с нулевой суммой» (игра, в которой выигрыш одного игрока всегда является проигрышем другого – *прим. перев.*), вам может показаться, что вас принуждают поверить во что-то одно (биологию), если другое среди некоторых людей (в некоторой обстановке) считается неприемлемым, или наоборот. Но правда, по-видимому, отражает сложную комбинацию этих двух точек зрения. Мы ещё ни разу не встречали кого-либо, кто выбрал для себя гомосексуальное влечение или гомосексуальную ориентацию. Большинство же или желает избавиться от своих влечений, или желает, чтобы церковь изменила своё

учение о нравственном статусе гомосексуального поведения. Ни один из тех, с кем мы работаем, не говорил о целенаправленном стремлении к этим гомосексуальным влечениям, и большинство избрало бы освободиться от них, если бы это было в их силах.

Может ли тот факт, что люди не выбирают гомосексуальное влечение, обозначать, что биология «приводит» к гомосексуальности таким же образом, как к очевидной разнице в цвете волос и глаз? Нет. Проведённые на сегодняшний день исследования по генетике и пренатальным гормональным факторам являются неоднозначными. С исследовательской точки зрения, биологическая теория находится примерно в таком же положении, как и теория влияния окружения. Так что, кажется, нет никаких веских причин выбирать одну теорию в ущерб другой. Более правильным является рассматривать комбинацию различных факторов, включая, возможно, биологию, проявляющуюся в различиях характера или индивидуальных особенностей, которая сама по себе не «привела» бы к гомосексуальности, но для некоторых людей могла бы обеспечить толчок в этом направлении. Окружение также может играть роль – для разных людей в разной степени. Никакие два человека, испытывающие гомосексуальное влечение, не расскажут двух в точности одинаковых историй.

Ещё одна, заключительная мысль, перед тем как мы перейдём к следующему мифу: может ли тот факт, что люди не выбирают гомосексуальное влечение, оправдывать гомосексуальное поведение? Кажется, многие люди полагают, что в случае согласия с этим утверждением они должны согласиться и с тем, что гомосексуальное поведение является нормальным. Но это не соответствует логике. У людей существует масса различных ощущений и чувств, которые они не выбирают. Люди сражаются с мыслями, фантазиями и влечениями, которые они себе не выбирают, но, так или иначе, они сражаются с ними. Исторически христиане никогда не считали эти мысли, фантазии и влечения чем-то хорошим; вместо этого, христиане держатся сексуальной этики, которая призывает людей властвовать над своими мыслями и фантазиями и в своём поведении не подчиняться влечениям.

### ***Гомосексуальность признана психическим заболеванием большинством психиатрических организаций.***

Ответ на этот вопрос – *это неверно*. В середине 1970-х президиум Американской психиатрической ассоциации вынес на голосование вопрос об исключении гомосексуальности из официального перечня психических расстройств. Ассоциации психологов и психотерапевтов одобрили это решение, и сегодня гомосексуальность не считается психическим заболеванием ни в одной из ведущих психиатрических организаций. Однако не все сотрудники этих организаций согласны с официальными заявлениями.

Хотя в официальном справочнике психопатологий гомосексуальность не указывается в списке психических расстройств, есть исследования касательно того, существует ли повышенный риск развития психопатологий у тех людей, которые позиционируют себя как геи или лесбиянки. Другими словами, помещает ли человека такая самоидентификация в группу риска развития психических заболеваний? Например, исследование говорит о том, что мужчины и женщины, определяющие себя как геи или лесбиянки, имеют более высокий риск развития депрессии, тревожности, расстройства поведения, никотиновой зависимости, наркотической и алкогольной зависимости, суицидальных настроений и попыток самоубийств.<sup>1</sup> Результаты этих исследований, как многие полагают, являются отражением того, что значит жить в обществе, не поддерживающем гомосексуалистов; однако, как минимум одно исследование было проведено в Нидерландах, где гомосексуалисты обеспечены значительной поддержкой. Таким образом, данная тема может оказаться весьма интересной областью для дальнейших исследований, и она будет важна как для людей, готовящихся принять решение о своей идентичности и поведению, так и для тех, кто уже позиционирует себя как гей или лесбиянка

и желает улучшить качество своей жизни.

***Если человек приложит достаточно усилий, то он или она может изменить свою сексуальную ориентацию.***

Это утверждение также *неверно*. Важно понять, что усилия не всегда определяют успех, когда дело касается смены ориентации. Многие люди тратят годы и вкладываются эмоционально и финансово в соответствующие программы только для того, чтобы, по крайней мере, снизить частоту приступов гомосексуального влечения. Их всегда ранит, когда некоторые христиане упрекают их в том, что они просто недостаточно стараются или недостаточно верят в то, что Господь исцелит их. Этот последний случай заслуживает несколько большего внимания. Как христиане могли бы ответить на обвинения в том, что недостаточно успешные изменения являются показателем недостатка веры в исцеляющую силу Господа?

Хотя мы верим в то, что Бог может вмешаться в жизнь человека и чудесным образом решить все наши проблемы, включая нежеланную для человека сексуальную ориентацию, в большинстве случаев Бог так не действует. Как и в случае большинства навязчивых состояний, Бог может принести исцеление, но зачастую Он выбирает другой путь. В каждой конкретной ситуации мы не знаем, почему Бог позволяет какому-то состоянию преследовать человека. Но мы точно знаем, что Бог обещает не оставлять нас в нашей борьбе. К.С. Льюис однажды по этому поводу заметил, что мы должны смириться с нашим неведением о причинах гомосексуальности. Он предложил верующим больше сосредоточиться на ощущении призвания или предназначения, которое можно найти в любых обстоятельствах, в любой жизненной ситуации.

Также мы должны упомянуть о том, что некоторые люди, если они честны по отношению к себе, могли бы признаться в противоречивости и даже неискренности своих попыток измениться. Мы работали с мужчинами и женщинами, которые всегда оставляют себе «открытую возможность» и никогда искренне не сожалеют или не отказываются от имеющихся моделей поведения. Они часто торгуются с Богом: «Я перестану себя так вести, когда ты полностью исцелишь меня». Таким образом, принимая во внимание, что сама мотивация не гарантирует полного успеха, противоречивость и неискренность почти наверняка сведут на нет все усилия человека по части его желания достичь или поддерживать целомудрие или в попытках работать над сексуальной идентичностью или ориентацией.

***Самовыражение посредством сексуального поведения крайне важно для счастья человека и его целостности.***

Это тоже *неверное* утверждение. Ещё раз заметим: христианская сексуальная этика утверждает, что генитальное проявление сексуальности зарезервировано для мужа и жены – для брака. Это предполагает, что найдётся много людей, которые не будут прибегать к такому способу сексуального самовыражения, если они решат жить согласно такой этике. Среди них гораздо больше неженатых людей, которые испытывают влечение к противоположному полу, чем тех, кто борется с гомосексуальным влечением. Каждый неженатый человек, таким образом, имеет полноценную возможность быть счастливым и целостным не только в контексте брака.

Также интересно заметить, что в психологии не существует никакой главенствующей теории, которая бы утверждала, что генитальное проявление сексуальности является необходимым условием человеческого счастья и целостности. Высказывая такие замечания, мы никоим образом не хотим приуменьшить значение нашей сексуальности как части изначального

замысла о нашем сотворении. Но существует несколько уровней нашей сексуальности, включая нашу поло-ролевою сексуальность (как представителей мужского и женского пола), нашу эротическую сексуальность (проявляющуюся в нашем стремлении к близости и дополненности во взаимоотношениях с другими), и нашу генитальную сексуальность (фактическую генитальную сексуальную активность).<sup>2</sup> Вместо того, чтобы фокусировать внимание исключительно на генитальном проявлении сексуальности, может быть полезно расширить своё понимание сексуальности и её выражения, чтобы принятое вами решение о том, что значит проявлять свою сексуальность и наслаждаться ею, не оказалось слишком поспешным.

### ***Серьёзные отношения или брак помогают человеку избавиться от нежеланного гомосексуального влечения.***

Ответ на этот вопрос такой же – *неверно*. Мы считаем, что ни гетеросексуальные отношения, ни брак не могут «вылечить» кого-либо от гомосексуальных влечений. И мы, конечно же, не рекомендуем в качестве «лечения» выбирать вступление в брак. Это было бы плохим советом.

Реальность такова, что некоторые мужчины и женщины состоят в браке или имеют серьёзные отношения, но при этом испытывают гомосексуальное влечение и борются с гомосексуальным поведением. Тот факт, что они женаты или встречаются, не приводит к завершению их борьбы, хотя, возможно, это и обеспечивает некую отдушину в сексуальной сфере, которая может быть важна, в частности, если человек испытывает смешанные гомо- и гетеросексуальные влечения (в отличие от человека, который испытывает только гомосексуальные влечения).

Как такое возможно? Разве восполнение сексуальной близости в гетеросексуальном браке не искореняет все прочие желания? Нет, и это очевидно, даже если мы говорим не о гомосексуальном влечении. В случае гетеросексуального влечения брак не «излечивает» человека от влечения к тем, кто не является его или её супругом. Вновь и вновь мы вспоминаем, что быть человеком значит быть падшим созданием, и это падшее состояние проявляется во всех сферах человеческой жизни, включая сексуальность. Люди, состоящие в серьёзных отношениях или в браке, не только испытывают гомосексуальные влечения: они также борются с порнографией, похотью, гетеросексуальной неверностью, и другими различными сексуальными зависимостями. Гомосексуальное желание – лишь одно искушение из числа тех, с которыми борется человеческий разум и сердце.

Несколько лет назад к Лори пришла замужняя женщина, глубоко расстроенная тем, что её гомосексуальные влечения никуда не исчезли. В ходе разговора она рассказала, что испытывала гомосексуальные желания ещё со школы и дважды состояла в гомосексуальных отношениях. После выпуска эта молодая леди поступила в колледж и попыталась отказаться от прежних отношений и старых друзей. Она встретила молодого человека и, влюбившись, решила выйти за него замуж. В ходе их брака, к её сильному разочарованию, она начала испытывать влечение к своей коллеге по работе и, как следствие, у неё появились проблемы с гомосексуальными фантазиями. Убеждая себя в том, что всё под контролем, она считала ненужным рассказывать кому-либо о своих желаниях. После нескольких месяцев борьбы с интенсивными сексуальными влечениями, она завела отношения на стороне. На момент её консультации с Лори эти отношения продолжались уже больше года.

Брак не является «лекарством» для человека, который сражается с гомосексуальным влечением. Это не значит, что такой человек не может жениться; но подобное решение следует принимать осторожно и при этом необходимо всегда быть открытым для общения, осознавать ответственность, стремиться к созданию прочной основы для доверия и близости.

***У большинства определившихся геев и лесбиянок ровно столько же сексуальных партнёров, сколько у гетеросексуальных мужчин и женщин.***

Ответ на этот вопрос такой же – *неверно*. Различные исследования показали, что люди, определяющие себя как геи или лесбиянки, в среднем имеют больше сексуальных партнёров, чем гетеросексуальные мужчины и женщины. На сегодняшний день самое масштабное исследование сексуальности в США утверждает, что на протяжении всей жизни мужчина-гей имеет в среднем 42,8 сексуальных партнёра, по сравнению с 16,5 у гетеросексуальных мужчин. Лесбиянка же в среднем за всю жизнь имеет 9,4 сексуальных партнёров, по сравнению с 4,6 у гетеросексуальных женщин.

Сексуальная моногамия или отношения исключительного характера также находятся в центре обсуждения, особенно среди мужчин-геев. В небольших нерепрезентативных (которые могут не отражать общую тенденцию – *прим. перев.*) выборках среди стабильных состоявшихся гей-пар многие из опрашиваемых – если не все – имели сексуальные контакты за пределами этих отношений. Например, в проведённых Маквёртером и Мэттисоном исследованиях среди 156 состоявшихся мужских гей-пар, ни одна из более чем ста пар, которые были вместе уже более 5-ти лет, не имела отношений исключительного характера.<sup>3</sup> Исследователи фактически показали, как мало беспокойства вызывает сексуальная не-моногамность, сказав «... мужчины-геи ожидают взаимного *эмоционального* доверия от своего партнёра и считают, что такая верность в отношениях выше какого-то беспокойства о сексуальности и исключительности».<sup>4</sup> Другими словами, они проводят различия между эмоциональной и сексуальной верностью.

Это не означает, что первый же попавшийся вам гей или лесбиянка будет неспособен поддерживать моногамные или исключительные отношения. Некоторые могут, и выясняется, что их такие отношения полностью удовлетворяют. Но в целом исследование показывает, что определившиеся мужчины-геи и лесбиянки на протяжении всей жизни имеют значительно большее число сексуальных партнёров, и что не-моногамность весьма распространена, особенно в отношениях между мужчинами-геями.

***Должно быть, Библия устарела или неправильно переведена, поскольку часть церкви и общества признаёт гомосексуальные влечения и модели поведения как правомерную сексуальную альтернативу.***

Ответ на этот вопрос тоже – *неверно*. Многие пытались убедить самих себя и других в том, что Библия почти ничего не говорит о гомосексуальности, и стихи, которые запрещают такое поведение, либо неправильно переведены и предназначены для «другой эпохи и другого места», либо говорят не о том типе любовных, гомосексуальных, партнёрских отношений, которые мы сегодня наблюдаем. Используя эти аргументы, некоторая часть церкви и общества стала признавать гомосексуальное поведение законным, рукополагая священников из числа открытых и практикующих гомосексуалистов, регистрируя гомосексуальные союзы, и содействуя изменениям на региональном и федеральном уровнях.

Не так давно одна женщина рассказывала Лори о желании быть принятой в своей церковной общине как «гомосексуальная христианка». Она была разочарована тем, что церковь не рассматривает лесби-идентичность как правомерную сексуальную альтернативу. Она хотела, чтобы община приняла её лесби-идентичность и с уважением отнеслась к её гомосексуальным влечениям. Она назвала две причины, по которым её местной церкви следует сменить свои взгляды на традиционную христианскую сексуальную этику. Во-первых, в городе уже была церковь, в которой в качестве молодёжных пасторов служили две женщины-лесбиянки. Во-вторых, штат Вермонт узаконил гомосексуальные союзы. Эта женщина не одинока в своих заблуждениях касательно того, следует ли на основании личного опыта требовать коренных



изменений в сексуальной этике.

Но на самом деле вопрос состоит в том, рассматривает ли Священное Писание гомосексуальное поведение как нравственную ценность. Большинство библеистов сходятся на том, что Писание не принимает гомосексуальное поведение. Все разногласия сосредоточены в вопросе, следует ли церкви изменить своё понимание христианской сексуальной этики, и иногда этот вопрос помещается в один ряд с утверждениями о том, что церковь уже изменила свои взгляды на рабов и женщин. Многие церкви сегодня не ограничивают область деятельности женщин; ни одна церковь не поддерживает рабство. Хотя мы и не можем дать исчерпывающий ответ на все эти вопросы о толковании Священного Писания, мы настоятельно рекомендуем вам почитать такие работы, как книга Роберта Ганьона «Библия и гомосексуальное поведение»<sup>5</sup> – беспристрастное исследование, одинаково признаваемое как консервативными, так и либеральными библеистами. В качестве убедительного аргумента Ганьон приводит тот факт, что всё Священное Писание свидетельствует о такой открытости по отношению к женщинам и рабам, какая на момент написания просто отсутствовала в других культурах. Иными словами, в Священном Писании содержалось развивающееся на тот момент свидетельство об изменениях, которые в дальнейшем отделили народ Израиля, а затем и раннюю церковь от других культур. Но всё это является полной противоположностью тому, что происходит в отношении гомосексуальности. Если бы отношение к гомосексуальности не вносило такого глубокого различия между Божьим народом и всеми остальными, то было бы сравнительно легко принять её. Но Священное Писание свидетельствует о том, что гомосексуальное поведение является безнравственным. Священное Писание призывает христиан воздерживаться от такого поведения. И именно такое воздержание и жизнь в пределах раскрытого Божьего замысла о сексуальном поведении и есть та граница, которая отделяет народ Божий от всех остальных.

***Существует системный подход, который помогает людям изменить гомосексуальное поведение и работает для каждого.***

Ответ на этот вопрос такой же – *неверно*. Ни одна методика не является универсальной, и какой-то конкретный подход поможет далеко не каждому. Вопреки распространённому мнению, не существует никакой системы процедур или действий, через которые нужно пройти, чтобы достичь «исцеления» от гомосексуальности. Каждый человек уникален. Такие же разные как отпечатки пальцев, каждый из нас в своём слёзном прощении приносит к трону благодати множество взаимосвязанных поступков и переживаний, которые влияют на все сферы нашей жизни. Отчасти борьба с гомосексуальным влечением будет протекать одинаково, но при этом для каждого отдельного человека она будет заметно отличаться так же, как будут отличаться и ваши жизненные цели и действия по их достижению.

Отсутствие ответов может чрезвычайно расстраивать. Блуждания по неизведанной территории и постоянные возвращения на уже пройденные места вызывают страх и растерянность. Эта неизвестность, требующая, чтобы кто-то ответил на вопросы «Что произойдёт дальше?» или «Что я должен дальше делать?», может казаться единственным средством, способным удовлетворить и унять внутреннее беспокойство.

Один молодой человек, Дэвид, неделями сражался с этим беспокойством, спрашивая у кого только возможно: «Как мне избавиться от этих ощущений? Что мне поможет?» Он хранил листок бумаги с ответами у изголовья кровати. В различных служениях его воодушевляли читать специальную литературу и посещать терапевтические группы для людей, имеющих проблемы с гомосексуальным влечением. Священники и друзья из благих намерений давали различные советы. Его семья хотела, чтобы он делал *всё что угодно* – лишь бы делал *что-нибудь*. Дэвид искал самый быстрый и надёжный путь к успеху.

Может быть достаточно трудным задать себе этот вопрос, но что в *первую очередь* мотивирует вас в вашем стремлении преодолеть гомосексуальные влечения? Делаете ли вы это по просьбе жены, мужа или кого-то из членов семьи? Делаете ли вы это для того, чтобы лучше себя чувствовать, чтобы избавиться от чувства стыда и вины? Или же вами в первую очередь движет желание, чтобы Господь дополнил вас, чтобы Он бережно и с присущим Ему умением убрал всё, что отдаляет вас от Него?

Дэвид не сильно отличается от большинства тех, кто борется с нежеланным гомосексуальным влечением и надеется найти правильный ответ, найти идеальную комбинацию шагов, чтобы избавиться от гомосексуальных желаний. Но таковых не существует. Это звучит безнадежно, но это же одновременно несёт с собой великую надежду. Ибо в нашей уникальности Господь раскрывает Свой идеальный план того, как каждого из нас привести в идеальную близость с Ним. Некоторые из полученных Дэвидом ответов никак не повлияли на его борьбу, а некоторые подвели его чуть ближе к тому, чтобы жить честно пред Богом. Мы надеемся на то, что эта книга поможет вам раскрыться для Его действия в вашей жизни и принять христианское понимание Божьей нормы сексуальной чистоты.

***Если стремление к целомудренной жизни преобладает над желанием сменить ориентацию, то это означает, что человек сдался.***

Ответ на наш заключительный вопрос такой же – *неверно*. Сдаться – это значит отвернуться от благодати Божьей. Перестать концентрировать усилия только на том, чтобы изменить свою ориентацию, не означает, что вы сдаётесь. Если вашей главной целью было целомудрие (а изменение ориентации рассматривается как возможно достижимый, но не определяющий фактор), то мы можем заверить вас, что целомудренность – это одинаково хорошее качество и для одиноких, и для семейных людей, и никакое движение навстречу Богу и Его правде нельзя считать ошибочным. Меньше концентрироваться на изменении своей сексуальной ориентации и уделять больше внимания честной жизни пред Богом в условиях всё ещё продолжающихся гомосексуальных влечений – это *не лёгкое* решение. Оно требует мужества и решимости осознавать сексуальные желания и лицом к лицу противостоять им, и параллельно с этим принять замысел Господа о вашей сексуальности и вне зависимости от того, угасают ваши влечения или нет, открыться для жизни по правде Божьей в стремлении к целомудрию.

Борьба с гомосексуальными влечениями – это путешествие по невероятно глубоким долинам и высоким горам. Это путешествие описывают как переход через Долину Бакка (см. Пс.84:6; в русском Синодальном переводе это место названо долиной плача – *прим. перев.*), где часто слышны рыдания, а надежда ожидает за следующим холмом. Мы не желаем препятствовать или разубеждать вас на вашем пути к изменению ориентации, если это то, что вы выбираете. И всё-таки, мы хотим ободрить вас словами о том, что целомудренность, в качестве центральной составляющей борьбы с гомосексуальным влечением – это высокая и достойная цель. Это цель, которая выбирает сексуальную чистоту и Божью правду.

### **Вопросы для самостоятельной работы:**

1. Перечитайте мифы, приведённые в начале этой главы. Есть ли среди них такие, которые вы раньше считали правдой? Можете ли вы определить какие-нибудь источники такой дезинформации? Можете ли вы выделить какую-то основную мысль этих источников?
2. Если поразмышлять о том, в каком положении вы находились в своей жизни до настоящего момента, и о том, какие жизненные цели вы обнаруживаете для себя сегодня, то ответьте: как на вас повлияло то, что вы «купились» на неверные и искажённые сведения? По вашему мнению: как такая дезинформация мешает семьям и церкви откликнуться на чаянья людей, имеющих проблемы с гомосексуальными

влечениями?

3. Существуют ли другие мифы, не включённые в эту главу, с которыми вам лично пришлось бороться? Если да, то скажите: что служило источником неверных сведений в данном конкретном случае?
4. Какую пользу могло бы принести обществу и церкви распространение правды о мифах, связанных с гомосексуальностью? Каким образом вы могли бы способствовать распространению правдивой информации в будущем?

## **Часть 2: Управление сексуальной идентичностью**

### **Глава 4. Распознавание моделей поведения**

Какими характерными привычками наполнен ваш день? Часть из них достаточно безобидна. Пьёте ли вы по утрам кофе? Выпиваете ли ещё одну-две чашки после обеда? Как рано вы просыпаетесь? Насколько поздно вы ложитесь спать? Влияет ли продолжительность сна на вашу способность конструктивно выстраивать отношения с другими людьми?

Другие привычки отражают модели поведения, которые могут затрагивать (а могут и не затрагивать) сексуальное поведение. Часто ли вы заскакиваете в мини-маркет из-за того, что вам приглянулся кассир? Когда вы блуждаете в интернете, заходите ли вы на форумы, где ведутся специфические разговоры на тему секса? Может быть, вы смотрите определённые теле-шоу с провокационными сюжетами? Слушаете ли какую-то характерную музыку, когда вам грустно и одиноко?

Модели поведения и привычки становятся настолько обыденными, что мы можем не замечать их до тех пор, пока внимательно не рассмотрим нашу повседневную жизнь. Первым шагом в нашей методике является поиск специфических моделей поведения. Отслеживание моделей чрезвычайно важно, потому что, не осознавая своего поведения, мыслей или чувств, мы имеем все шансы продолжить строить свою жизнь и отношения с другими людьми в ключе саморазрушения и поражения. Начинать с привычек и моделей поведения – весьма распространённая практика почти во всех программах помощи людям с рядом различных проблем. Суть в том, чтобы прочувствовать, что же происходит за вашими ежедневными и еженедельными хлопотами. Просто большинство людей приобретают привычки, которые прошли бы незамеченными, если бы человек со своей стороны не предпринимал усилий, чтобы распознать их или обратить на них внимание.

К примеру, возьмём ваш путь на работу. Скажем, вы ездили на работу на машине по одному и тому же маршруту последние четыре года. Вас повысили, но ваше место работы теперь находится в другом офисе на другом конце города. Вы доезжаете до конца улицы и, вместо того чтобы повернуть налево – ваш новый маршрут – вы поворачиваете направо. Вы понимаете, что едете не в том направлении. Привычка. Поворот направо уводит вас на неправильный маршрут. Действия, предпринимаемые неосознанно, приводят к последствиям разной степени значимости.

Особенно важными для вас являются модели гомосексуального поведения и влечения. Некоторые читатели сейчас скажут, что это достаточно очевидно: «Ну да. Я лучше, чем кто-либо ещё, знаю, когда я чувствую влечение к другим. А в чем суть-то?» Суть в том, что большинство людей, которых беспокоит гомосексуальное физическое и эмоциональное влечение или сексуальное поведение, зачастую очень мало знают о своём распорядке дня и недели, и о том, как различные переживания увеличивают интенсивность, частоту или продолжительность приступов гомосексуального влечения. Как часто вы на самом деле

садитесь и начинаете размышлять о своих сексуальных или эмоциональных влечениях? Когда вы в последний раз задумывались о моделях ваших сексуальных желаний и о том, как они разгораются и угасают в течение недели? Конечно, это не то, что вы обсуждаете на работе, стоя возле кофейного автомата, но попробуйте притормозить и взглянуть на свои сексуальные и эмоциональные влечения и своё сексуальное поведение.

Давайте рассмотрим короткий пример. Сэму было 32, когда он стал посещать сеансы терапии в поисках помощи в борьбе с гомосексуальным влечением и недавними случаями проявления гомосексуального поведения. У него не было никаких идей о том, какие повседневные события стимулируют приступы гомосексуального возбуждения или повышают их интенсивность. Он также не понимал влияния тех факторов его жизни, которые приводят к разрядке посредством гомосексуального поведения в периоды глубоких эмоциональных потрясений и напряжённых отношений с окружающими. Поэтому несколько недель он работал над отслеживанием своих гомосексуальных влечений. Сэм вёл дневник, записывая в него свои физические ощущения, мысли и поступки в той мере, в какой они касались гомосексуального влечения. Для Сэма всё это сводилось преимущественно к таким физическим ощущениям, как эрекция; к мыслям сексуального характера; к мыслям, направленным на то, чтобы отвлечься от навязчивых сексуальных образов; к чувству вины и одновременно к ощущению эмоциональной возбуждённости. Нашей целью было помочь Сэму увидеть взаимосвязи между его влечением и различными факторами. Эти взаимосвязи помогали Сэму предугадывать вероятность того, что он будет действовать сообразно целям своего консультирования. Когда он обнаруживал, что действует противоположным образом, мы проверяли эти модели поведения повторно, чтобы лучше понять его проблемы.

Как показывает опыт Сэма, четырьмя главными областями, над которыми мы хотим поразмышлять вместе с вами в этой главе, являются ваши физические ощущения, мысли, чувства и поведение. Сэм записывал свои переживания в таблицу, пример которой можно найти на Рабочей странице 4.1. Начните с записи даты и времени события. Затем опишите ситуацию сразу после того, как она произошла – не ждите слишком долго, потому что ваши воспоминания о случившемся потускнеют, а вам необходимо добыть как можно больше информации о своих переживаниях. На протяжении следующей недели или двух вы могли бы заполнять эту Рабочую страницу для каждого конкретного замеченного приступа гомосексуального влечения, чтобы получить начальные условия (отправная точка, к которой с целью сравнения вы можете периодически возвращаться через несколько недель, месяцев или даже лет по мере того, как вы отслеживаете свои переживания).

Например, Сэм мог бы начать так: «15 апреля, 12:30». Затем он может обрисовать *ситуацию*: «Я пошёл с приятелями обедать. Очень привлекательный мужчина сел со своим другом за соседний столик». Так как в записях он отражает свои *физические ощущения*, он может написать: «Сердце бешено колотится; чувствую, что краснею». Он может также отслеживать свои *мысли*: «Мне хочется сесть рядом с ним; не уверен, что следует это делать». Сэм также может отслеживать свои *чувства*: «Возбуждение, тревога, волнение, чувство вины». И наконец, Сэм может записать, что он сделал дальше: «Продолжил смотреть в его сторону. Я отвлёкся от общения с приятелями. Мужчина в итоге ушёл из ресторана; взглядом я следил за ним до самой двери».

В следующих разделах мы раскрываем значение каждой из этих областей – физические ощущения, мысли, чувства и поведение – и даём практические рекомендации. Также мы приведём примеры дневниковых записей и покажем дополнительные направления, в которых можно вести дальнейшую работу.

## **Модели реагирования**

## **Физические ощущения**

Существует множество физических ощущений, связанных с сексуальным влечением. В их число входят учащение сердечного ритма и повышение потоотделения, эрекция (у мужчин), выделение смазки (у женщин) и прочие. Одним из многих различий между мужчинами и женщинами – если говорить о проявлениях гомосексуального влечения – является то, что распознавание физических ощущений может оказаться более лёгкой задачей для мужчин, чем для женщин. Мужчины часто говорят о таких характерных физических изменениях, как увеличение размеров пениса, которое, собственно, и происходит, когда они испытывают эрекцию – кровь притекает к пещеристой ткани полового члена. У мужчин также не исключено и появление таких симптомов, как потные ладони, сильное сердцебиение и т.д.

Мы настоятельно рекомендуем вам работать с разделом, отведённым под описание физических ощущений, по мере того, как вы описываете ситуации, в которых возникает сексуальное влечение и/или страстное желание. Люди, которых мы консультировали, отмечали, что именно этот элемент дневника раскрыл им глаза на многие вещи и оказался наиболее полезным, когда они пытались добиться изменений в своих мыслях и поведении. В данном разделе мы хотим сосредоточиться на физических ощущениях. Не исключено, что процесс отслеживания ваших характерных ощущений может оказаться полезным по ходу того, как вы боретесь гомосексуальным влечением.

Джеф был убеждён в том, что никогда не сможет сдержать свои «порывы». Согласно его версии, «это» просто случилось бы. Он оказался бы в парке, вовлечённый в какие-нибудь сексуальные действия, ещё до того, как понял бы, что произошло. Описание физических ощущений позволило Джефу больше узнать о своём теле и о тех людях и ситуациях, которые его возбуждают. Он начал замедлять процесс – делать «стоп-кадр», если угодно. Через какое-то время, используя приобретённые знания, Джеф в своём поведении и мыслях добился ряда изменений, которые более соответствовали его стремлению к целомудрию.

Хотя женщины тоже могут испытывать такие отчётливые физические ощущения, как выделение вагинальной смазки, учащение сердечного ритма, потливость ладоней и т.д., по их словам, они скорее настроены на ощущение своего единения с другими. Это ощущение в значительной степени основано на чувствах и эмоциях. И иногда оно проявляется как едва различимое изменение, которое может медленно перерасти в близкие отношения с другой женщиной.

Мэнди чувствовала себя пойманной в круговорот эмоциональной зависимости и сексуальной близости и хотела, чтобы ей помогли разобраться, каким образом она постоянно оказывается в отношениях, которые сама считает «разрушительными». Распознавание физических ощущений было чрезвычайно сложной вещью для Мэнди – вещью, которой она избегала из-за своего прошлого, связанного с насилием. В каком-то смысле, она отрешилась от такой грани своей личности. Изначально Мэнди могла объяснить свои ощущения лишь как навязчивое желание побыть с человеком наедине, полностью завладеть его вниманием. Благодаря своему стремлению понять это «навязчивое желание» и связанное с ним поведение, Мэнди методично исследовала различные проявления своих желаний и влечений.

Мы настоятельно рекомендуем вам начать обращать внимание на свои физические ощущения и отслеживать их. Вы можете записывать их как начальные данные для дневника, используя таблицу на Рабочей странице 4.1. Какие физические ощущения сопровождают ваши приступы физического или эмоционального гомосексуального влечения? Снова отметим, что они могут включать в себя вполне очевидные вещи, такие как увеличение размера пениса или выделение вагинальной смазки, или вы можете обнаружить менее явные признаки сексуального

возбуждения, которые характерны для вас, как, например, потные ладони, колотящееся сердце и головокружение.

Иногда простая осведомлённость о первых признаках сексуального возбуждения может помочь решить: хотите ли вы продолжать мыслить, выстраивать отношения и вести себя так, чтобы это в дальнейшем приводило к сексуальному возбуждению или острой эмоциональной привязанности, или же вы скорее выбрали бы альтернативные варианты, которые более согласуются с вашими жизненными целями.

## **Мысли**

Физические ощущения являются важным индикатором сексуального возбуждения, но подчас решающую роль в том, что происходит после, играют сопровождающие человека мысли и чувства. Давайте порассуждаем о ваших мыслях, чтобы углубить наше понимание этого факта. Для начала вы можете попробовать распознавать мысли, которые проходят через ваш разум в тот момент, когда вы испытываете гомосексуальное влечение. Мысли будут сильно различаться от человека к человеку и будут зависеть от множества факторов. Может быть, вы – молодой человек с очень небольшим сексуальным опытом (если он вообще есть). Возможно, вы раздумываете о целомудренной жизни в ответ на испытываемое вами гомосексуальное влечение. У вас может быть множество фантазий касательно того, какое место в вашей жизни могли бы занимать гомосексуальные отношения. Эти фантазии могут доставлять вам особенно много проблем просто из-за того, что целомудренность на их фоне вряд ли будет выглядеть такой же привлекательной: ведь они несут с собой все ваши надежды и ожидания от воплощения сексуальных переживаний в жизнь.

В мечтах об идеальных отношениях Сара потратила кучу своего времени, рисуя себе встречу с кем-нибудь, кто её полюбит. Один за другим она проигрывала различные сценарии в своём разуме. Она проработала прошлые отношения, избавившись от оскорбительных замечаний и наполнив смыслом обещания, бывшие прежде пустыми. В итоге, она была любима и обожаема. Она решила открыться для христианского вероучения, но обнаружила, что отказаться от некоторых «приятных вещей» в отношениях очень сложно. Стремясь к дружескому общению и принятию, Сара погрузилась в размышления о том, как всё могло бы быть, говоря её словами, «в другом месте и в другое время». Мысли Сары влияли на её чувства и поведение. Идеал был гораздо лучше реальности, но этот идеал и зависимость Сары от этого вымышленного состояния управляла её будущим.

У Френка не было никакого сексуального опыта, за исключением поцелуев и лёгких ласк. Но всё же у него было сильное сексуальное влечение, и, по его словам, у него часто возникали гомосексуальные мысли и фантазии. Если у вас похожая ситуация, то вы можете обнаружить, что содержание ваших фантазий достаточно богато и настолько развито, что гомосексуальное поведение обещает приносить невероятное удовлетворение. Фактически, целомудрие, которое было конечной целью Френка, давалось ему особенно тяжело по той причине, что он не разочаровался в гомосексуальном поведении, как другие; он часто искал соответствия между исключительной силой своих фантазий и своими проблемами в воздержании. На самом деле, никакой связи не было. Его фантазии побеждали каждый раз, за исключением тех случаев, когда он начинал рассматривать и ощущать целомудренную жизнь как награду саму по себе – жизнь в соответствии со своими ценностными установками и религиозными верованиями в изначальный Божественный замысел о сексуальных мыслях и поведении.

Может быть, у вас был ряд гомосексуальных отношений, и на данный момент у вас есть какой-то сексуальный опыт. Возможно, сейчас вам двадцать, тридцать или сорок лет. Не исключено, что вы пытаетесь жить целомудренной жизнью после скольких-то лет гомосексуального

поведения. Соответственно, ход вашей мысли может отражать ваш предыдущий опыт. Для вас может оказаться более сложным выкинуть из головы мысли о сексуальных контактах, людях или различных ситуациях, связанных с прошлыми отношениями, в тот момент, когда вы испытываете сексуальное возбуждение в отношениях нынешних. Когда вы не заняты каким-нибудь проектом по своей работе или не сосредоточены на домашних или приходских делах, то, возможно, ваши мысли возвращаются к этим сексуальным контактам или гомосексуальным отношениям, и вам сложно вытряхнуть их из головы.

Марио Бергнер в своей книге *«Приводя Любовь в Порядок»* пишет, что его история относится именно к такому типу. Он пытался жить честно пред Богом после нескольких лет гомосексуального поведения. Он фактически говорит, что с головой бросился в гей-жизнь. Его мысли отражали его предыдущую историю. Он пишет о тех трудностях, с которыми столкнулся: сказать «нет» этим мыслям и фантазиям, для того чтобы иметь возможность сказать «да» другим вещам, которые, как он чувствовал, Бог возжелал для него. Марио также обсуждает необходимость внести изменения в окружающую его обстановку и молиться о каких-то конкретных вещах, и пишет о характерных действиях, которые стали символом его борьбы с гомосексуальным влечением. Такой тип организации окружающей обстановки очень важен, и мы обсудим его более подробно в следующей главе.

На самом основном и описательном уровне Марио Бергнер и многие другие, кто борется с гомосексуальным влечением, сталкиваются с некоторыми противоречиями в своих мыслях. Люди часто разрываются между двумя желаниями: желанием поддаться соблазну и желанием справиться с этим позывом к проявлению сексуальности. Например, один человек может думать «Кажется, этот парень мною заинтересовался», одновременно с этим говоря себе «Прекрати! Ты знаешь, что не должен думать об этом». Другая подумает «Кажется, она та, с кем я могла бы действительно быть одним целым», и в то же время скажет себе «Дружба – это хорошо, но я начинаю скатываться на путь фантазий». Не удивляйтесь, если у вас есть такие противоречивые мысли. Это вполне нормально. Такая двойственность просто отражает ваше желание единения с другими и тот факт, что вы испытываете гомосексуальное влечение, а также свидетельствует о ваших ценностных установках и вашей вере в то, что выражение этих мыслей посредством гомосексуального поведения было бы безнравственным. По нашему опыту, лучше просто быть честным с самим собой. Полезнее будет признать, что у вас есть такие двойственные мысли, чем отрицать или преуменьшать факт их наличия.

Отслеживание помышлений также открывает вам более глубокое понимание того, как отдельные мысли могут провоцировать усиление гомосексуального влечения. Если вы видите кого-то, кто вам симпатичен, и говорите себе «Ну что же, этот парень неплохо выглядит, но я не собираюсь в это ввязываться», то это будет достаточно сильно отличаться от ситуации «Я могу с ним пофлиртовать, и, если он поведётся, значит, мне удалось его заинтересовать». Так что, иногда мысли играют важную роль и подталкивают к проявлению поведения.

Распространённый способ работы с мыслями – это представить их в виде «магнитофонной плёнки», которая прокручивается у вас в голове. Какую кассету вы сейчас слушаете? Откуда она взялась? Отслеживая мысли, вы можете открыть для себя альтернативы тем записям, которые прокручиваются в данный момент. Некоторые люди по-настоящему представляют, как они нажимают кнопку «Стоп» на магнитофоне в своём разуме, а затем «извлекают» прослушиваемую кассету. Что нам кажется полезным, так это сразу же заменить извлечённую кассету новой – той, на которой записаны мысли, соответствующие вашим жизненным целям.

Примеров подходящих кассет с мыслями очень много. Однако нам представляется важным, чтобы вы разработали собственные модели мышления специально для себя и для ваших личных нужд. Одна девушка рассказывала, что использует образ льющейся воды, которая

гасит горящие стрелы. В виде горящих стрел она представляла свои дурные мысли о себе или сексуальные мысли о ком-либо. Другой человек говорил, что для контроля своих помышлений использует следующую молитвенную формулу «Упование славы, Иисус Христос во мне пребывает» (см. Кол.1:27 – прим. перев.). Многие люди, которые обращались к нам за консультацией, использовали подобные приёмы – от чтения молитв и Священного Писания до представления различных жизнеутверждающих образов – и отмечали значительные изменения как в настроении, так и в мыслях.

Вы не обязаны жить по воле разрушительных моделей мышления. Вместо этого вы можете сделать выбор в пользу анализа и применения более здравых моделей. Вернувшись к Рабочей странице 4.1, запишите свои мысли в той мере, в какой они связаны с сексуальным влечением и страстными желаниями. Так же как раньше, отметьте дату и время, опишите ситуацию и физические ощущения. После этого мы рекомендуем вам начать работать с разделом для ваших мыслей. При этом не забывайте обращать внимание на противоречивые мысли, поскольку они не редкость.

## **Чувства**

Мысли и чувства тесно связаны. То, как человек *думает* об обстоятельствах своей жизни, часто сильно влияет на то, какие он *испытывает чувства* в связи с этими обстоятельствами. Например, если бы вас остановили за превышение скорости, то вы, возможно, подумали бы: «Я на скорости проехал всего каких-то 7-8 миль. Почему они не оштрафовали вон ту гоночную машину, которая притормозила лишь минуту назад?» Это могло бы привести к чувству разочарования, ярости, негодования. Вместо этого вы могли бы подумать так: «Ну что ж, я превысил скорость, и сам прекрасно это знаю». Мысли такого типа не разжигают ярость, хотя не исключено, что вы будете чувствовать некоторое разочарование из-за того, что вы превысили скорость и что вас оштрафовали. Но это не стимулирует чувство обиды или гнев как таковое.

Давайте применим понимание этой взаимосвязи между мыслями и чувствами, для того чтобы пронаблюдать за вашими приступами гомосексуального влечения. Если недавно вы испытывали гомосексуальное влечение во время встречи с кем-нибудь на конференции или в деловой поездке, то вы могли бы подумать про себя: «Что я делаю? Это абсолютно неприемлемо. У меня не должно быть проблем с этим! Что я за человек?» Эти мысли могли бы вызвать разочарование, гнев, чувство вины и стыда. Чувства же могут привести к тому, что вы сорвётесь – просто потому что люди чаще всего пытаются найти себе утешение, когда они чувствуют себя оторванными или выведенными из равновесия. Это то, что переживают некоторые люди, когда они испытывают отрицательные эмоции. Отрицательные эмоции в дальнейшем могут распалить сексуальное влечение и привести к срыву.

Бэт пришла на очередную консультацию расстроенной. Она воскликнула «Ну вот! Опять!» По словам Бэт, она испытывала сексуальные мысли о Робин – своей новой подруге, с которой она познакомилась несколько месяцев назад. Когда она достала свою рабочую страничку, она высказала сомнения по поводу записи своих переживаний: «Ну и что теперь прикажете делать?! Дружбе конец; я даже не могу ни с кем общаться, чтобы при этом не думать о сексе!» К концу следующего часа Бэт была готова изложить на бумаге то событие, которое её так расстроило и убедило в необходимости прекратить дружбу с Робин. Исследование своих мыслей и пришедших вслед за ними чувств стыда, разочарования и ненависти к себе пролило свет на желание Бэт разорвать общение. Также это облегчило обсуждение альтернативных вариантов действий, которые она могла предпринять в своих размышлениях и поступках в ответ на такую ситуацию.



Сравните эту описанную выше реакцию со следующими мыслями: «Ну что ж, это влечение вполне понятно. Это тот тип людей, к которым меня эмоционально притягивает. Но я могу выбирать, что с этим влечением делать. Я могу пойти у него на поводу, или же я могу сказать ему «нет», для того чтобы потом иметь возможность сказать «да» тем вещам, к которым я действительно стремлюсь в своей жизни». Эти мысли не отрицают и не преуменьшают тот факт, что человек испытывает гомосексуальное влечение; также они не разжигают ощущение стыда или чувство вины, которое в дальнейшем могло бы спровоцировать срыв.

На следующей неделе Бэт пришла на консультацию с широкой улыбкой, которая была словно приклеена к её лицу. Переосмысливая в качестве «домашнего задания» своё сексуальное влечение к Робин, Бэт почувствовала себя кем-то вроде юного сыщика. Она рассказала о том, как во время обеда с Робин её стали захлёстывать образы, в которых она обнимала свою подругу. Она описала ситуацию следующим образом: «Я обедала с Робин, и мы болтали о том, что нам обоим нравятся морозные зимы с уютными посиделками перед камином. *Физические ощущения:* я заметила, что физически ощущаю жар и ломоту в теле. Мне пришёл в голову образ, как будто я обнимаю Робин. *Мысли:* я бы очень хотела обнять её. Дело не в Робин; дело в желании быть любимой; Робин – моя подруга. *Чувства:* грустно, но при этом радостно. Грустно от того, что мне одиноко, но я рада, что могу вполне отчётливо разобраться в своих желаниях».

Взгляните на свою Рабочую страницу. Помимо описания физических ощущений и мыслей мы настоятельно рекомендуем вам поупражняться ещё и в описании чувств. Уделите минутку, чтобы поразмышлять о какой-нибудь недавно произошедшей ситуации. Изложите её на бумаге, а затем просто посидите какое-то время, сосредоточившись на тех физических ощущениях, которые вы испытали. Опишите их. Теперь, запишите сопровождающие мысли и, наконец, ваши чувства. Придерживайтесь описанного примера. Мы вернёмся к нему после того, как вы прочтёте следующий раздел.

## **Поведение**

Также может быть полезно отслеживать своё поведение в те моменты, когда вы испытываете гомосексуальное влечение. Например, один человек может описывать, как он проезжал мимо парка, где привык назначать «свидания». Он может написать следующее: «Еду мимо парка, где встретил такого-то в прошлом году». Тот же самый человек может отметить, что он стал делать со своим влечением: «Я остановил машину и стал прогуливаться вокруг». Или, возможно, человек запишет, что он сделал после того, как почувствовал гомосексуальное влечение: «Я позвонил подруге и сказал ей, где я нахожусь; она предложила мне заехать в кафе и встретиться там».

Подумайте о своём поведении в его наиболее полном смысле. Происходит какое-то событие, и вы испытываете физические ощущения. В связи с событием вам приходят в голову мысли, за которыми следуют чувства. Этот процесс подкрепляется поведением, и его завершающей стадией является некая форма действия. Представьте себе, что вы смотрите по телевизору весьма откровенный романтический фильм и от этого испытываете сексуальное возбуждение.

Поразмышляйте о том, что привело к той ситуации, которая вас возбудила. Давайте вернёмся немного назад и вместе изложим это на бумаге. *Ситуация:* «После паршивого дня на работе я купила телепрограмму и заметила, что по кабельному каналу будет идти фильм с моей любимой актрисой». *Физические ощущения:* «Щекотно где-то в груди». *Мысли:* «Мне не следует смотреть этот фильм – в нём есть обнажённые сцены. Да ладно! Это никому не повредит!» *Чувства:* «Взбудоражена». *Поведение:* «Посмотрела фильм».

Вы точно также можете использовать рабочую страничку, для того чтобы отслеживать, что вы

сделали, когда были возбуждены. В примере, с которым мы работали, вы можете сначала отследить ваши ответные действия (*ситуация*): «Я продолжила смотреть этот фильм». *Физические ощущения*: «Моё дыхание стало частым; лицо покраснело; пульсирующее ощущение в области гениталий». *Мысли*: «Сексуальные образы и мысль о том, что мне лучше выключить телевизор. Это ни к чему хорошему не приведёт». *Чувства*: «Взбурдана; чувство вины». *Поведение*: «Посмотрела фильм до конца».

Что вы сделали после того, как почувствовали возбуждение? Размышляя над этим вопросом, вы можете придумать целый ряд сценариев, но также и ваш предыдущий жизненный опыт может продиктовать свои варианты развития событий. Каждый человек уникален, и все по-разному отвечают на провоцирующие ситуации. А как насчёт вас самих? Как бы вы поступили? Задумайтесь на какое-то мгновение об этой ситуации. Можете ли вы представить, с какими физическими ощущениями вы бы столкнулись? А что с вашими мыслями и чувствами? Можете ли вы предугадать своё поведение?

Давайте вернёмся к тому листку бумаги, который вы чуть ранее отложили в сторону. У вас есть описанная вами ситуация, физические ощущения, которые вы испытали, и ваши мысли и чувства. Теперь опишите своё поведение. Что вы сделали дальше? Как вы отреагировали? Основываясь на своих знаниях о взаимодействии между физическими ощущениями, мыслями, чувствами и поведением, спросите себя, как бы вы могли по-другому отреагировать, если бы снова оказались в такой же ситуации?

Снова заметим, что вы можете использовать эту рабочую страничку в любое время. Мы особенно рекомендуем вам обязательно использовать её уже в самом начале пути, чтобы почувствовать общий мотив, который возникает в моделях, характеризующих вашу повседневную жизнь. Такое занятие само по себе будет полезно: оно обеспечит вас большим количеством необходимой информации о различных ситуациях и действиях, которых вы по своему желанию сможете избегать, чтобы облегчить своё продвижение к жизненным целям. Конечно, чтобы добиться результата от этих мотивов и моделей, вы захотите выяснить, как часто они встречаются. Являются ли они частью ваших повседневных забот? Можете ли вы отслеживать их на протяжении нескольких недель или даже месяца? Сможете ли вы изо дня в день противостоять желанию сорваться, хотя это может стать более сложным через несколько недель или месяцев? Можете ли вы предугадать ситуации, которые будут особенно сложными для вас? По сути, это уже другой взгляд на модели поведения.

## **Другой взгляд на модели поведения**

До настоящего момента мы фокусировали своё внимание на отслеживании моделей в физических ощущениях, в мыслях, чувствах и в поведении. Но существует и другой взгляд на эти модели. Можно рассмотреть продолжительность действия этих моделей. По продолжительности действия модели делятся, по крайней мере, на четыре отдельных типа, которые следует обсудить: краткие модели «здесь-и-сейчас», модели повседневной жизни, недельные и месячные модели, а также модели поколений.<sup>1</sup>

### **Краткие модели «здесь-и-сейчас»**

Самые краткосрочные модели – это те, с которыми мы сталкиваемся на протяжении дня. Мы можем рассматривать их как краткие сиюминутные модели, но они также включают в себя те разговоры, которые каждый человек ведёт с самим собой каждый день. Такие модели сложно отследить уже потому, что они содержат постоянный внутренний диалог. Но всё же некоторую ценную информацию можно получить, если попытаться немного замедлиться, прислушаться к своим мыслям и отследить модели, которые вращаются вокруг всего того, что вы сами себе

говорите о своём влечении и поведении.

Если подумать о тех моментах, когда вы буквально лицом к лицу общаетесь с другими людьми (в отличие от внутреннего диалога): как вы взаимодействуете с ними и что вы им говорите? Вы можете размышлять о том, что вы в действительности думаете о гомосексуальном влечении и поведении, но также вы можете подумать и о той манере, в которой вы выстраиваете отношения с людьми – о той манере, которая может усугубить ваше чувство обособленности от других. Когда такое общение продолжается в течение всего дня или даже в течение нескольких дней или недель, тогда вы начинаете понимать, что в совокупности все эти модели оказывают сильное влияние.

Давайте рассмотрим некоторые примеры кратких моделей «здесь-и-сейчас». Скажем, вы работаете с заносчивым руководителем, которому нравится ставить своих подчинённых в неловкое положение. Вам приходится периодически взаимодействовать с ним, в результате чего вы часто чувствуете себя униженным. Вы боретесь со своими мыслями, с ощущением пренебрежительного отношения к себе и с чувством неполноценности, но вы боитесь открыто противостоять ему. После разговора с ним вы, возможно, начнёте «переигрывать» ситуацию в своём воображении. Вместо того чтобы разобраться в случившемся, вы в своих мечтах можете представлять, как ситуация повернулась бы, если бы вы ему ответили или – ещё лучше – если бы вы были начальником. Также не исключено, что вы попытаетесь сбежать от своих эмоций, используя воображение: станете фантазировать, как вы живёте не своей жизнью – жизнью какого-нибудь другого человека в каком-нибудь другом месте. Любое столкновение с начальником может вас глубоко расстроить, но беда ещё и в том, что такие столкновения могут стать характерной чертой вашей повседневной жизни, и через какое-то время это может привести к значительным последствиям. Для начала мы хотим, чтобы вы просто поразмышляли о своих краткосрочных моделях поведения и подумали, действительно ли вы общаетесь и выстраиваете отношения с другими людьми таким образом, что это согласуется с вашими жизненными целями.

### ***Модели повседневной жизни***

Со следующими моделями поведения соотносятся наши повседневные занятия. Они часто представляют собой цепь кратких сиюминутных взаимодействий. Также они могут отражать ритмы вашей повседневной жизни и распорядок дня: как вы просыпаетесь, как вы идёте на работу, как общаетесь с коллегами, начальниками и подчинёнными, как вы взаимодействуете с обществом в целом, как вы проводите время с семьёй и с друзьями и т.д. Вы можете считать, что ваша повседневная жизнь полностью удовлетворяет вас. Или же у вас могут быть проблемы с ней. Возможно, каждый ваш день наполнен новыми сражениями, и вы замечаете, что большая часть ваших сил растрачивается в непростых отношениях на работе или дома.

Распознать эти модели чуть легче, чем в общении лицом к лицу, но в то же время их не так легко увидеть, как недельные и месячные модели. Другими словами, вы можете достаточно хорошо знать свой распорядок дня, но, возможно, вы не догадываетесь о том, как этот распорядок разжигает вашу потребность в успокоении, в отдыхе, в том, чтобы как-то снять напряжение или найти отдушину. Ваш распорядок дня встроен в более долгосрочную модель – в ваш недельный и месячный распорядок.

Давайте ещё раз рассмотрим вышеописанный пример с грубым начальником. Весь день вам приходится общаться с ним, что-то уточнять и сверяться. В своих фантазиях вы выплёскиваете стакан воды ему в лицо. Или увольняете его, когда воображаете себя начальником. По дороге домой вы покупаете себе бургер в дешёвой забегаловке, потому что «заслужили вкусняшку». Добравшись до дома, вы хватаетесь за бутылку и на несколько часов застываете в кресле перед

телевизором – вы хотите, чтобы этот день скорее закончился. Перед тем как лечь спать вы ставите песню, которая напоминает вам о прежних гомосексуальных отношениях. Скользя сквозь мысли о «потерянной любви», вы проваливаетесь в сон. К вашему разочарованию, будильник звенит слишком рано, и вы просыпаетесь с нерешёнными проблемами предыдущего дня.

### ***Недельные и месячные модели***

Последовательности поступков, которые мы часто упускаем из виду – это наши недельные и месячные модели. С нашими повседневными заботами мы, возможно, некоторым образом знакомы, но одновременно с этим почти никто из нас не знаком с тем, как эти заботы встраиваются в более длительные последовательности сроком в неделю и более. Выше мы упоминали о том, что недельные или месячные модели легче заметить, чем повседневные, но это может показаться вам нелогичным. Позвольте нам пояснить этот момент. Действительно, идентифицировать всё множество факторов вашего недельного и месячного распорядка может быть очень сложно (в сравнении с вашим распорядком дня), но, как правило, именно ваш недельный или месячный распорядок ведёт к срывам, которые причиняют вам страдания. Конечно, не все недельные и месячные модели являются проблемными, но имеющиеся у вас проблемы, вероятно, легче всего рассматривать сквозь призму недельных и месячных моделей поведения. У большинства людей это выглядит так, как будто сложности в отношениях с другими людьми или самоуничижительные внутренние диалоги копятся на протяжении нескольких дней или недель, и эти люди обнаруживают, что с каждым днём становится всё тяжелее сопротивляться навязчивому желанию заняться какой-нибудь успокаивающей деятельностью. Многие виды успокаивающей деятельности (чтение книг, прогулки, тренировки, общение с друзьями) весьма полезны. Но часто люди обращаются к такой деятельности, которая идёт в разрез с их жизненными целями. Одни могут часами сидеть в Интернете и смотреть гомосексуальную порнографию. Другие забываются в гомосексуальных фантазиях и мастурбации или ищут гомосексуальных партнёров. Всё это является «успокаивающей деятельностью», поскольку человек теряет контроль над собой и чувствует себя оторванным, до того как прибегнет к ней, и ощущает себя более уравновешенным и более единым с другими после.

Давайте вернёмся к Сэму и посмотрим, как его недельные и месячные модели приводили его к успокаивающей деятельности, которая мешала достижению его жизненных целей. Сэм, о которого мы писали ранее, посещает консультации уже в течение нескольких месяцев. Он говорит, что у него близкие отношения с матерью и отчуждённые отношения с отцом. После нескольких месяцев консультаций он признаётся, что его близкие отношения с матерью иногда бывают чересчур близкими. В конце концов, он рассказывает о том, что его задевает критика с её стороны по поводу его увлечений и хобби. Его задевает, когда она высказывает своё мнение о том, как ему следует одеваться и в каком доме жить. Когда его об этом спрашивают, Сэм отвергает все негативные эмоции по отношению к своей матери. Порою он признаётся, что чувствует некоторое раздражение, но, по его словам, он не расстроен, не обижен и не злится. Однако по прошествии четырёх месяцев Сэм осознаёт, что тщательно скрывает эти неприятные чувства. Когда у него происходят особенно тяжёлые конфликты с матерью, он чувствует, что совершенно неспособен отстоять себя в отношениях с ней, и он обращается к сексуальному поведению, чтобы справиться со своими вышедшими из-под контроля чувствами – он предпочитает поискать кого-нибудь в Интернете, чтобы с вполне конкретной целью с кем-нибудь встретиться. Будучи христианином, Сэм говорит, что ему очень горько от этого. Он говорит, что хочет жить в целомудрии. Но он отказывается от свободы выбирать иной путь, когда погружается в чувство раздражения и обиды на свою мать, особенно когда в их взаимоотношениях эти чувства остаются невыраженными, и они лишь подогревают

его потребность в успокоении.

### **Модели поколений**

Самые долгосрочные модели – это модели поколений. Это модели взаимоотношений, которые передаются от старших к младшим. На практике их так же трудно распознать, как краткие модели «здесь-и-сейчас». Большая часть всех остальных моделей взаимоотношений встраивается в более длительную последовательность поступков, которая передаётся из одной семьи в другую. Вероятно, самый эффективный способ выявить эти модели – это работа с профессионалом, который может проанализировать ситуацию в вашей семье именно в таком ключе. Этот человек работает совместно с вами и извлекает на поверхность различные возможные темы, с которыми вам необходимо разобраться.

По сути, вы размышляете над тем, как члены вашей семьи относились друг к другу. Как они проявляли раздражение? Как члены вашей семьи понимали, что кто-то злится? А как насчёт любви? Как любовь выражалась в вашей семье, когда вы были ребёнком? Как в вашей семье относились к стыдливости, наготы и другим подобными вещами? Когда дело дошло до полового воспитания, всё ли правильно вам рассказали об устройстве половых органов и о сексуальном поведении? Обсуждались ли все эти вещи с точки зрения норм – что хорошо, а что плохо? Если да, то опишите, какими были эти нормы? А сами ваши родители жили в соответствии с теми нравственными нормами, которым они вас учили? Или же они подходили к сексуальной этике с позиции «Делай так, как я говорю, а не так, как я делаю»?

Вместе с тем, мы не хотим слишком сильно заострить ваше внимание на родителях и при этом не выразить никакого понимания по отношению к ним, к их опыту и чувствам. Знаете ли вы что-нибудь об их детстве? Какой была семья, в которой они росли? Каким в их семье было отношение к половому воспитанию, и какие установки, касающиеся сексуальной этики и здоровых ограничений сексуального поведения, они получили в своей семье? Некоторые люди просто ничего об этом не знают, и при этом у них нет возможности спросить об этом более подробно у своих родителей. У других с этим всё в порядке и они могут узнать, каким было детство их родителей в семье бабушки и дедушки. Иногда родители делятся очень ценной информацией о том, что значило в семье быть мужчиной или что значило быть женщиной. Не исключено, что ваши родители привлекли эти полученные в детстве установки (или категорически избегали их), чтобы вырастить и воспитать вас.

Но для большинства семей эти установки едва ли являются системными. Иногда они передаются непреднамеренно. Семьи просто делятся ими и воспитывают, делая всё возможное. В большинстве семей воспитание гораздо чаще идёт через наблюдение модельных ситуаций, взаимоотношений и способов выразить раздражение и любовь, и при этом все эти модельные ситуации не являются частью официальной «воспитательной» программы. Просто наблюдая за тем, как их родители строят отношения друг с другом (или за тем, как эти отношения с треском разваливаются), дети усваивают целую кучу всего, что связано с близостью, уважением, доверием и тому подобными вещами.

Было бы полезным, если бы вы поразмышляли над этими скрытыми и явными установками, касающимися отношений и нравственных норм, которые неизбежно формировали ваши взгляды на сексуальность и сексуальное поведение. Например, мать Лауры ненавидела мужчин. Она пренебрежительно относилась к своему мужу и учила Лауру никогда не доверять мужчинам и ни в чём на них не полагаться. Лаура описывала своего отца как слабого и пассивного человека. Она злилась на него за то, что он не стал сопротивляться такому положению. Она никогда не хотела быть такой, как её мать, и не хотела, чтобы её муж оказался таким же человеком, как её отец. Представления Лауры о любви, отношениях и

половых ролях сложились под сильным влиянием взаимоотношений и обстановки, царивших внутри её семьи.

Каким образом вы можете использовать полученные знания обо всех видах моделей поведения, чтобы устроить вашу жизнь в соответствии с вашими жизненными целями? Во-первых, вы, наверное, уже почувствовали, что весьма полезно даже просто поразмышлять о моделях поведения. Размышляя о них, вы можете обнаружить некоторые вещи, которые в другом случае вы бы даже не заметили. Вы можете начать принимать более правильные решения, выстраивая отношения со своим начальником, соседями, друзьями или членами семьи. Иногда осознанный отказ выстраивать отношения по привычным моделям способствует достижению жизненных целей.

Во-вторых, обнаруженные вами проблемы, можно обсуждать с близким другом или с надёжным партнёром, который обеспечивает вам поддержку и подотчётность. Очень важно иметь рядом такого человека или небольшую группу людей, с которыми вы можете обсудить ваши переживания, и которые обеспечат вам честную обратную связь. Начать можно с того, чтобы поискать группу, оказывающую поддержку тем, кто борется с проблемами, связанными с сексуальностью. Группы, относящиеся к таким организациям, как *Exodus International*, *Homosexuals Anonymous* или *Courage*, во всём мире обеспечивают поддержку и подотчётность множеству людей, сражающимся с гомосексуальностью и другими проблемами (см. Приложение Б).<sup>2</sup> Если вы проживаете в регионе, где нет доступа к такой группе, вы могли бы поискать группу поддержки в Интернете (например, *Homosexuals Anonymous* предлагают такие группы), и пусть это не идеальный вариант, но всё-таки они предоставляют поддержку и содействие.

### **Вопросы для самостоятельной работы:**

1. Какие физические ощущения у вас чаще всего возникают, когда вы чувствуете сексуальное или эмоциональное влечение к другим? Допуская, что наиболее часто физические ощущения рассматриваются как краткие сиюминутные модели, подумайте: замечали ли вы, что они проявляются в определённое время дня или недели? Когда и в каких ситуациях вы более склонны ощущать физические проявления вашего сексуального или эмоционального влечения к другим?
2. Можете ли вы распознать те «аудиозаписи», которые чаще всего прокручиваются в вашей голове, когда вы предчувствуете приближающийся гомосексуальный срыв, когда вы непосредственно его переживаете и когда размышляете о нём? Бывают ли периоды в течение данного дня или недели, когда вы чаще слышите записи, идущие в разрез с вашими жизненными целями? Бывают ли периоды, когда вам удаётся успешно «извлекать» такие записи и заменять их записями, согласующимися с вашими стремлениями?
3. Какие чувства у вас ассоциируются с моделями влечения? Проводили ли вы когда-нибудь различие между чувством вины – тем, что связано с какими-то конкретными поступками – и чувством стыда – тем, что связано с вашим мнением о себе, как о плохом человеке? Что делает такое различие полезным?
4. Видите ли вы связь между моделями своих мыслей и чувств и тем, какие поступки вы впоследствии совершаете? Существуют ли какие-то конкретные мысли и чувства, которые уводят вас в сторону от ваших жизненных целей? Существуют ли способы мыслить и чувствовать себя так, чтобы это согласовывалось с вашими стремлениями? Поразмышляйте над этим с позиций кратких моделей «здесь-и-сейчас», моделей вашей повседневной жизни и более долгосрочных моделей, действующих на протяжении недель и месяцев.

## Рабочая страница 4.1. Описание и проработка сексуальных влечений / сильных эмоциональных желаний

Дата / Время

Ситуация

<i>Физические ощущения</i>	<i>Мысли</i>	<i>Чувства</i>	<i>Поведение</i>
1. _____ _____	1. _____ _____	1. _____ _____	1. _____ _____
2. _____ _____	2. _____ _____	2. _____ _____	2. _____ _____
3. _____ _____	3. _____ _____	3. _____ _____	3. _____ _____

## Глава 5. Планирование окружающей обстановки

Одним из самых потрясающих открытий в сфере сексуального поведения является следующий факт: окружающая нас обстановка в значительной мере определяет не только весь тот набор ощущений, которые мы испытываем при сексуальном влечении, но так же и то поведение, которое мы в результате этого влечения демонстрируем. Это удивительно, поскольку зачастую мы воспринимаем сексуальность как нечто внутреннее, биологическое, и думаем, что наше сексуальное поведение управляется Природой, а не Воспитанием. В 90-х было время, когда исследователи пытались представить ситуацию так, будто бы генетика определяет гомосексуальную ориентацию точно так же, как она определяет цвет глаз или волос. Одно из тех исследований, которые упоминаются чаще всего, было проведено на плодовых мушках с изменённым генетическим кодом. Эти плодовые мушки – или, как их ещё называют, дрозофилы – были генетически модифицированы таким образом, чтобы мушки демонстрировали «гомосексуальное» поведение. Некоторые члены гей-сообщества объявили это свидетельством того, что гомосексуальность «обусловлена» биологией, а не окружающей обстановкой. Однако при этом часто опускается тот факт, что обычные плодовые мушки – без модификаций в генетическом коде – тоже начинали демонстрировать «гомосексуальное» поведение в тех случаях, когда их подсажали к генетически модифицированным сородичам.<sup>1</sup> Мы хотим сказать, что одновременно и Природа, и Воспитание являются важными факторами, определяющими, что именно человек будет считать сексуально привлекательным. И хотя старый спор «Природа или Воспитание» никогда не будет целиком и полностью решён в отношении гомосексуальных влечений, в конце концов мы можем согласиться, что окружающая обстановка имеет существенное влияние на дальнейшее поведение.

Один из способов, с помощью которых окружающая обстановка может влиять на поведение, связан с устранением барьеров, мешающих человеку экспериментировать с гомосексуальностью. Другими словами, окружающая обстановка может способствовать принятию влечения, поведения и соответствующего образа жизни, заявляя о том, что гомосексуальное поведение является нормальным. Например, на данный момент из результатов исследований уровня распространения гомосексуальности мы знаем, что в городской среде этот уровень выше, чем в пригородах и сёлах.<sup>2</sup> Нам бы не хотелось сейчас уделять слишком много внимания этим исследованиям, но вместе с тем полученные результаты, по всей видимости, предполагают, что человеку следует задуматься о том множестве рычагов, с помощью которых окружающая обстановка может облегчить или

усложнить путь к цели.

Среда влияет на наше поведение множеством способов. Например, человек, который старается хранить сексуальную чистоту, но при этом не желает избавляться от своего архива порнографии, тем самым усложняет свой путь к цели за счёт сохранения определённых элементов в окружающей обстановке. Священное Писание говорит нам о том, что от искушений и соблазнов надо бежать. В определённом смысле, «бегство» это крайняя форма управления окружающей обстановкой. Хранение порнографических материалов и/или проживание в таком районе города, где к гомосексуальности относятся одобрительно, может сильно помешать человеку достичь поставленной цели. Таким образом, управление окружающей обстановкой – это здоровый и разумный подход, позволяющий вам выявить в окружающей обстановке и устранить все доступные факторы, которые лишают вас свободы в выборе и хранении целомудрия.

Майкл Ланди и Джордж Рэкерс, два специалиста по вопросам пола, отмечают, что «подкрепление моделей поведения и мышления проистекает из множества источников. Взаимоотношения в семье, различные представившиеся возможности для экспериментов, установившиеся сексуальные модели поведения, отношение общества и сигналы от окружающей обстановки, а также возможность сохранения конфиденциальности и анонимности – это только немногие из них».<sup>3</sup> Ввиду всего этого, окружающая обстановка чрезвычайно важна, особенно если вы ищите способы облегчить свой путь к целям, достижение которых для вас равноценно жизни во всей её полноте. Перед тем, как мы более подробно рассмотрим, что значит управлять окружающей обстановкой, мы хотим рассказать вам о той идее, на которой по большей части основан наш подход. Мы говорим о том, что скрывается за словами *распознавать* и *устранять затруднения*.

### **Распознавание и устранение затруднений**

Согласно одной из моделей психического здоровья, те проблемы, которые есть у людей, можно объяснить как в положительном, так и в отрицательном ключе. Если вы боретесь с депрессией, вы могли бы начать с поиска её причин. Отражает ли депрессия особенности вашего мышления? Может быть, вы в целом слишком плохо о себе думаете? Или ваша депрессия говорит о состоянии вашей щитовидной железы? Или она является реакцией на те лекарства, которые вы принимаете? В любом случае, это *положительное* объяснение депрессии, поскольку оно сосредоточено на её причинах. Но также вы можете дать *отрицательное* объяснение: Что именно мешает вам испытывать радость, чувство удовлетворения или удовольствия – те чувства, которые бы присутствовали, не будь у вас депрессии? Возможно, те факторы, которые мешают вам, связаны с вашими отношениями в семье или на работе. Может быть, чувство радости затруднено для вас из-за чрезмерных требований, которые к вам предъявляют на службе, или того пренебрежительного отношения к вам, которое ваш начальник демонстрирует на глазах у ваших коллег. Отрицательное объяснение призвано обеспечить вас правильными формулировками – на практике дать возможность говорить о тех проблемах, которые вас беспокоят, и решать их. В случае депрессии, благодаря такому взгляду на проблему, вы распознаёте и устраняете те затруднения, которые мешают вам испытывать радость или удовлетворение.

Представьте себе человека, который испытывает гомосексуальное влечение или страдает от гомосексуальных мыслей и поведения, и который стремится к изменениям посредством нашей методики. *Положительное* объяснение того, почему человек испытывает гомосексуальное влечение, можно было бы связать с генетической или пренатальной гормональной предрасположенностью, с особенностями ранних отношений между родителями и ребёнком или с пережитым в детстве сексуальным насилием. Ключевым вопросом в данном случае



является: Что «приводит» к развитию гомосексуальной идентичности или гомосексуальной модели поведения? Это очень важный вопрос для многих людей, и вы в своей борьбе, возможно, желаете получить ответ на этот вопрос. К сожалению, с уверенностью определить, что же именно «привело» к возникновению у вас гомосексуального влечения, скорее всего, будет очень сложно.

Желая выяснить, как помочь своему сыну Джессу, Пол очень часто посещал духовников и психотерапевтов. Он думал, что, зная причину проблем Джесса, можно будет точно определиться с дальнейшим «лечением» или найти какое-нибудь решение. Казалось, что эти вопросы захлестнули Пола целиком, и он твёрдо намерился найти ответы. «Почему это произошло в моей семье и с моим сыном? Как нам избавиться от этих влечений? Как родители, мы сделали что-то неправильно? Это результат психологической травмы в детстве?» Слишком озабоченный поиском *положительного* объяснения гомосексуальных влечений своего сына, Пол так и не смог помочь ему добиться сексуальной чистоты и преодолеть эти влечения.

В отличие от положительного объяснения, *отрицательное* касается тех факторов, которые не позволяют человеку достичь поставленных целей или которые мешают ему стать таким человеком, каким он стремится быть. Снова отметим, при работе с человеком, который испытывает гомосексуальное влечение или страдает от гомосексуальных мыслей и поведения, основной упор делается на том, что мешает этому человеку достичь цели. И это не зависит от того, к какой конкретной цели он стремится: к поддержанию целомудрия, верности, безбрачия, к управлению сексуальной идентичностью, планированию окружающей обстановки или к снижению интенсивности гомосексуальных мыслей и поведения. Таким образом, возможно, вам следовало бы начать смещать своё внимание в сторону от вопроса «Почему меня тянет к гомосексуальному поведению?» (*положительное* объяснение) в направлении вопроса «Что мешает мне достичь целомудрия или какой-то другой подобной цели и поддерживать полученный результат?» (*отрицательное* объяснение).

Шерил понимала, что посиделки с подружками в местном лесбийском кафе не делают её жизнь лучше. Будучи христианкой, Шерил хотела строить свою жизнь в соответствии с библейскими принципами. Она не могла урегулировать проблему своих гомосексуальных отношений в свете Писания, и поэтому решила подобные отношения закончить. Но она все ещё держалась за некоторые вещи, связанные с её прежним образом жизни – она по-прежнему искала общения в местных лесбийских заведениях. В числе первых шагов по направлению к праведной жизни пред Богом Шерил начала исследовать те факторы, которые мешали ей достичь цели (это *отрицательное* объяснение).

Теоретическая база, стоящая за этим подходом, обсуждалась Дугласом Бройнлином в статье, опубликованной в издании *Journal of Marital and Family Therapy*. Такой подход называют «теорией затруднений». При работе с людьми, которые испытывают гомосексуальное влечение, основное предположение данной теории заключается в следующем: люди могли бы достичь поставленной цели и поддерживать результат, если бы некое *затруднение* не мешало им это сделать. Такой подход вполне уместно использовать при работе с гомосексуальностью и гомосексуальными влечениями, поскольку он не концентрирует внимание на патологии или психическом расстройстве (а как ранее говорилось, большая часть психиатрических организаций не рассматривает гомосексуальность как психическое расстройство).<sup>4</sup> В теории затруднений упор делается на тех факторах, которые мешают человеку решить проблему. Такое смещение акцента даёт важное преимущество: оно позволяет сконцентрировать внимание на том, что вы можете сделать – на ваших знаниях и навыках. Данный подход открывает для человека новые горизонты и помогает ему более плодотворно управлять течением его жизни.

В предыдущей главе мы говорили о распознавании привычек и моделей, которые влияют на сексуальное влечение и поведение. Теперь нам бы хотелось продвинуться ещё дальше: мы хотим помочь вам понять те процессы, из-за которых вы всё время застреваете в нежеланных моделях поведения. Взгляните на это с такой точки зрения: анализируя модели поведения, мы действуем как полицейский, который патрулирует определённый участок и внимательно наблюдает, не появятся ли вдруг какие-нибудь опасные элементы. В следующей главе нас повышают до следователя. Имейте в виду, мы не отбрасываем то, чему научились, патрулируя вверенный нам участок. Мы просто расширяем свой арсенал. Есть много способов того, как можно анализировать затруднения. Здесь из всех возможных подходов мы кратко излагаем лишь один<sup>5</sup>, который при этом организован вокруг нескольких ключевых факторов. Мы решили ограничиться следующим набором факторов: модели поведения, ценностные установки, полоролевая идентичность, особенности развития и внутренние части.

### ***Модели поведения***

В предыдущей главе было упомянуто, что существует четыре класса моделей поведения и поступков. Эти четыре класса включают в себя (1) краткие взаимодействия «здесь-и-сейчас», (2) модели повседневной жизни, (3) более долгосрочные модели, которые могут действовать на протяжении нескольких недель и месяцев, и (4) модели поколений. Если вы боретесь с гомосексуальным влечением и поведением, то проблемные модели должны быть связаны с тем, как вы общаетесь с окружающими, включая членов вашей семьи и друзей, с вашей повседневной жизнью, с недельными и месячными моделями взаимоотношений с другими людьми (и с самим собой тоже), и с моделями поколений, влияние которых на ваши переживания основано на усвоенных вами словах и ситуациях, касающихся вопросов сексуального поведения и просвещения.

Помните грубого начальника и его подчинённого из предыдущей главы? Подчинённый переполнен чувством собственной неполноценности и ощущением пренебрежительного отношения, корень которых кроется в повседневном общении с эмоционально жестоким начальником. Подчинённый использует еду, телевизионные передачи и грустные песни, напоминающие о предыдущих отношениях, чтобы забыть тревоги прошедшего дня. Со временем, дни превращаются в недели. Недели – в месяцы. А между тем, теряя контроль над собой, этот человек возвращается к своему «старому другу» за ощущением комфорта и надёжности.

### ***Ценностные установки***

Система ценностей человека неизбежно вступает в игру, потому что каждый человек придерживается каких-то верований и ценностных установок в вопросах, касающихся определённых форм поведения. Эти верования и ценностные установки могут происходить из различных источников, включая ваши культурные традиции, религиозное воспитание или текущую приверженность к какой-то религии. Эти верования и ценностные установки поставляют для вашего мышления определённые сведения о сексуальности и сексуальном поведении. Каким образом ваша раса, национальность и религия влияют на ваше отношение к гомосексуальному влечению и поведению? Все ли члены вашей семьи разделяют одни и те же религиозные взгляды? Какие взгляды на человеческую сексуальность закрепились в вашей семье благодаря национальным традициям или религиозным предпочтениям?

Пока вы обдумываете ответы на эти вопросы, очень важно принять во внимание следующую вещь: являются ли те верования и ценностные установки в вопросах сексуальности, которые вам передавались, теми ценностями и верованиями, которых вы сегодня придерживаетесь. Другими словами, заявляете ли вы об этих ценностных установках как о своих собственных?

Если это так, то скажите: откуда взялось такое ощущение? То есть, как вы пришли к тому, чтобы принять эти верования, культурные или национальные ценностные установки, основы религиозных или семейных взглядов как свои собственные? Когда вы, к примеру, почувствовали переход от слов «Это то, чему меня учили родители» к словам «Это то, во что я верю»?

Шерил, в приведённом выше примере, воспитывалась в благочестивой христианской семье и выросла с верой в слова Священного Писания. Будучи ещё подростком, она осознавала, что сексуальное влечение, которое она испытывает, противоречит её религиозным верованиям и ценностным установкам. После многолетних попыток принять свои гомосексуальные влечения и перейти к обычному для лесбиянок образу жизни, Шерил решила сосредоточиться на своих взаимоотношениях со Христом и на том, чтобы более бережно относиться к своим ценностным установкам и верованиям. Хотя временами ей было довольно трудно, но её мысли, чувства и поступки стали больше соответствовать её жизненными целями.

### ***Поло-ролевая идентичность***

Если говорить о поло-ролевой идентичности, то нам кажется, что в рамках нашего подхода очень большое значение имеет ваше собственное представление об этом. Что вообще значит быть мужчиной или женщиной? Такое деление связано с вашим биологическим строением («пол»), и также оно связано с вашим личным и общественным образом как мужественного или женственного человека («поло-ролевая идентичность»).

Возможно, для начала неплохо было бы поразмышлять над тем, что вы в своей семье узнали о значении слов «быть мужчиной» или «быть женщиной». Какие сведения вы получили от отца и матери о том, что значит быть мужчиной? Какие установки они передали вам касательно того, что значит быть женщиной? Что в вашем доме считалось мужественным или женственным? По каким признакам вы это понимали? Иногда такие установки являются для детей очевидными, и у вас может не возникать проблем с их распознаванием. В других случаях эти установки передаются неявно: через то, что *не делается* или *не обсуждается* – в равной мере, как и через то, что *обсуждается* и *делается*.

### ***Особенности развития***

Особенности развития связаны, во-первых, с жизненным циклом вашей семьи, а во-вторых, с тем, как вы развивались в сравнении с другими людьми. Жизненный цикл семьи говорит о том, как ваша семья проходила через различные стадии своего развития: начало самостоятельной жизни, образование семейных пар в браке, семьи с маленькими детьми, семьи с подростками, семьи с взрослыми детьми и семьи на дальнейших этапах жизни.<sup>6</sup> Каждая такая стадия связана с возникновением характерного ряда проблем и значительных изменений в жизни, которые позволяют человеку необходимым образом скорректировать свои потребности на данной стадии. Не так давно это понятие стали применять и в тех случаях, когда необходимо осмыслить потребности людей, не имеющих семьи, а так же потребности неполных семей или семей, столкнувшихся с разводом и вторым браком.

Чтобы понять, как вы развивались в сравнении с другими людьми, можно рассмотреть разные уровни развития. Например, можно рассмотреть особенности биологического развития. Можно рассмотреть развитие личностное или развитие в рамках некоторой группы людей – друзей, сверстников. Можно рассмотреть особенности семейного развития или развития в обществе. Возможно, у вас есть проблемы с формированием или поддержанием определённой идентичности. Но в свете текущей темы важным соображением является то, что на формирование идентичности можно влиять на каждом из этих уровней.

Дерек вот-вот должен был впервые стать отцом. Его беспокойство просто зашкаливало. Уже больше года у него не возникало мысли поискать в интернете гомосексуальную порнографию. Но теперь, когда на него столько всего навалилось, он вдруг заметил, что хочет отвлечься и хоть как-нибудь унять это беспокойство. Дерек ворочался в постели и просыпался посреди ночи – его просто парализовало этим шквалом сомнений и неуверенности. «А вдруг я стану таким, как мой отец? Как я вообще могу отвечать за жизнь другого человека? Во что превратятся мои отношения с женой?»

## **Внутренние части**

Как уже упоминалось в предыдущей главе, о «внутренних частях» было сказано в статье Дугласа Бройнлина и Ричарда Шварца, которые работали с внутренними переживаниями человека. Они тщательно исследовали, как действуют внутри человека различные внутренние части. Интуитивно это становится понятным, если подумать об определённых решениях, которые мы принимаем – например, сходить к зубному. Может быть, какая-то часть вас не хочет идти к зубному, поскольку с лечением зубов у вас связаны очень болезненные воспоминания. В то же время другая ваша часть знает, что к зубному всё-таки следует сходить, чтобы избавиться от более серьёзных проблем в дальнейшем. Возможно, одна часть пытается защитить вас от временного дискомфорта, но, в конце концов, вам придётся принять решение. Ваше «Я» делает шаг и решает сходить к зубному, несмотря на существующий конфликт между различными «внутренними частями».

Таким образом, несмотря на то, что есть «Я», которое может взять на себя бремя принятия решения и которое в итоге отвечает за ваше поведение, также существуют «внутренние части», которые конфликтуют и объединяются в альянсы точно так же, как семьи, враждующие друг с другом, и члены семей, согласные друг с другом. Такой подход может помочь вам увидеть себя более ясно, как человека, у которого имеются смешанные чувства, но который, в конечном счёте, отвечает за те решения, которые он принимает каждый день.

## **Уровни затруднений**

Согласно Бройнлину и его коллегам, люди могут сталкиваться с затруднениями на разных уровнях: *биология, личность, отношения, семья, община и общество*. Задача врача заключается в том, чтобы охарактеризовать затруднения как в плане ключевых *факторов* (таких, как поло-ролевая идентичность, модель поведения, ценностные установки, религия и культура), так и в плане *уровней*. Например, девушка-подросток может столкнуться с затруднениями на уровне *отношений*, если какая-то её внутренняя обострённая часть вступает в конфликт с обострённой частью её родителей. Это происходит, если её «протестная» часть возбуждается в ответ на «контролирующую» часть её отца, которая особо чётко выделяется в сравнении с «подконтрольной» частью его супруги. То есть, у неё конфликт с родителями, и сами родители состоят в некотором конфликте между собой. Возможно, у этой девушки также имеются затруднения на уровне *личности* в её собственном разуме. Когда это происходит, её различные части (внутренняя семейная система) обостряются, и некоторые из них вступают в конфликт друг с другом, объединяются, образуют треугольники и т.д. Её «протестная» часть может враждовать с её «взрослой» частью – той частью, которая стремится быть более ответственной и верной.

Эти принципы станут более понятными, если мы рассмотрим следующий пример. Альберт пришёл на сеанс терапии и попросил помочь ему разобраться в некоторых проблемах с сексуальной идентичностью. Он сказал, что у него есть устойчивое влечение к женщинам, но при этом признался, что в гетеросексуальных отношениях он состоял лишь один-два раза, и до сексуальных контактов дело тогда так и не дошло. Однако за прошедший год он много

экспериментировал с гомосексуальными отношениями и успел вписаться в гей-сообщество в соседнем городе. Он сказал, что у него было «множество» гомосексуальных партнёров. Тем не менее, он был заинтересован в том, чтобы развивать своё влечение к женщинам, несмотря на очень ограниченный опыт гетеросексуальных отношений. По словам Альберта, он решил отказаться от гомосексуального образа жизни из-за своих религиозных взглядов, но при этом он признался в двойственности своих чувств.

Альберт описал свои отношения с матерью как близкие. Отец ушёл из семьи, когда он был ещё совсем маленьким. У его матери было несколько ухажёров на протяжении всего его детства, но ни один из них не стал тем, кого Альберт мог бы описать как отцовскую фигуру. Альберт определил себя как христианина, который хочет покончить с гомосексуальным образом жизни и который хочет, чтобы его жизнь была более угодной Богу. Но, говоря так, он рассказал также и о борьбе с влечением к сверстникам, о навязчивых мыслях и о чувстве оторванности от тех, кто мог бы его поддержать. Он хотел видеть рядом с собой христиан, которые ценили бы его, несмотря на его продолжающиеся проблемы с гомосексуальным влечением.

Альберт также столкнулся с трудностями в определении поло-ролевой идентичности, как это видно по его вопросам о мужественности и роли мужчины в обществе. Он беспокоился по поводу соотнесения его собственных религиозных и культурных верований с более широкими культурными и религиозными идеями. У Альберта были вопросы о Божественном замысле для человеческой сексуальности и о нравственном статусе гомосексуального поведения. Наконец, у Альберта были внутренние конфликты, которые легче всего описать на языке «частей». Были испуганные «части» Альберта, ощущавшие вину и стыд. Также одновременно с этим была определённая двойственность чувств в отношении экспериментов с гомосексуальным поведением, с самоопределением в гей-сообществе и с последующим выходом из него.

В дополнение к затруднениям, которые можно было охарактеризовать через общие понятия поло-ролевой идентичности, «частей» и т.д., у Альберта также имелись затруднения на различных уровнях. Они включали в себя уровни отношений и общины. Возможно, у Альберта также существовали некоторые затруднения на уровне биологии – не в том смысле, что биология *определяет* гомосексуальное поведение – а в том, что в силу определённых биологических причин у него, возможно, развилась предрасположенность к гомосексуальному влечению, и гомосексуальное поведение в определённых обстоятельствах оказалось более привлекательным. Затруднения в отношениях возникали всякий раз, когда Альберт пытался наладить близкое, несексуальное, дружеское общение с мужчинами. Он очень хотел близких отношений, но по мере того как он ближе узнавал других, близость в его представлении начинала уравниваться с генитальным сексуальным поведением. Также затруднения возникли и внутри общины, когда стало понятно, что некоторые члены той консервативной христианской группы, к которой присоединился Альберт, не желают поддерживать его в борьбе с такой проблемой. В результате этого он чувствовал оторванность от тех, кто мог бы поддержать его.

Бройнлин предлагает следующий четырёхступенчатый процесс распознавания и устранения затруднений: (1) определить имеющиеся проблемы и рассмотреть предпринятые попытки их решения, (2) задать «затруднительный вопрос», (3) определить затруднение и (4) обсудить, как его устранить. Это процесс проиллюстрирован на Рисунке 5.1. Чтобы пройти по всем четырём ступеням, вам для начала следует задумываться о такой конкретной проблеме, как, например, желание близких несексуальных отношений. Или же вам следует задать затруднительный вопрос: «Что мешает мне ощущать близость с другими людьми без её эротизации? Что произошло бы, если бы я стал эмоционально близок с другим человеком, но при этом не имел бы с ним сексуальных контактов?» Возможно, отвечая на эти вопросы, вы сможете определить затруднение. Может быть, при ответе на первый вопрос вы признались, что путаете

сексуальные контакты и близость во всех ваших отношениях, и что вы вообще склонны эротизировать отношения. По второму вопросу, возможно, вы рассказали бы о постоянном страхе оказаться отвергнутым, если бы вы были эмоционально близки с другим человеком при отсутствии сексуальных контактов.

И так, что же такое затруднения? Очевидно, что все они вертятся вокруг страхов – страха близости и страха отвержения. Теперь важно подумать о возможных путях к устранению этих затруднений.

Давайте вернёмся к вышеописанному примеру и, в качестве первого шага, определим имеющуюся у Альберта проблему и рассмотрим предпринятые им попытки решить её. Альберт хотел, чтобы ему помогли разобраться в вопросах его сексуальной идентичности. Он посчитал, что разумно будет отказаться от гомосексуальных отношений. В числе прочих попыток найти решение он съехал из своей городской квартиры, где провёл весь прошедший год, и присоединился к консервативной христианской общине. По словам Альберта, у него были большие проблемы с тем, чтобы избавиться от телефонных номеров и подарков, которые он получил от друзей-геев – некоторые из этих подарков разжигали и усиливали его гомосексуальные чувства.

Следующим шагом было разобраться с затруднением. Например, спросить: «Что мешает мне строить близкие, но при этом несексуальные отношения с представителями своего пола?» и «Что не давало мне выбросить номера телефонов или подарки, которые вызывают гомосексуальные воспоминания?» На первый вопрос Альберт ответил так: у него возникают затруднения из-за недостатка *опыта* (он никогда не знал близости с другим мужчиной, которая бы в конце концов не сводилась к сексу), недостатка *ролевого моделирования* (он не видел, как мужчины в его семье развивают близкие отношения друг с другом) и недостатка *возможности* (он понял, что для некоторых членов его христианской общины сложно быть близким с кем-либо, кто борется с гомосексуальным влечением). В ответ на второй вопрос Альберт сказал, что временами его охватывает чувство оторванности и утраты, которое могло бы усилиться, если бы он вдруг избавился от определённых вещей. Эти вещи напоминали ему о чувстве близости и единения.

Третьим шагом было обсудить те затруднения, которые теперь, благодаря ответам на затруднительные вопросы, стали более очевидными. Например, хотя Альберт с готовностью признал, что хочет избавиться от телефонных номеров и подарков, стало очевидно, что он испытывает по этому поводу двойственные чувства.

Это подводит нас к четвёртому шагу – к совместной работе с Альбертом над устранением затруднения. Такая работа могла бы принять форму обсуждения «внутренних частей» Альберта, враждующих между собой. Одна часть хочет, чтобы вокруг Альберта находилось как можно меньше вещей, действующих как гомосексуальные стимулы. Другая часть хочет сохранить эти вещи, потому что она наоборот заинтересована в гомосексуальных отношениях – она по ним скучает. При этом вторая часть необязательно гонится именно за гомосексуальными отношениями: она стремится к чувству близости и единения, которое в свою очередь было тесно связано с сексуальными контактами – гомосексуальными или гетеросексуальными. Можно предположить, что защитная часть Альберта боится риска, связанного с возможными изменениями, или же боится чувства окончательно принятого решения, которое могло бы возникнуть после выбрасывания этих подарков и телефонных номеров. В каком-то смысле, такое обсуждение и составляет суть терапии. И это процесс. В течение долгого времени Альберт упорно работал над тем, чтобы рассортировать свои двойственные чувства, и в результате он принял решение устранить из своей окружающей обстановки все эти вещи, чтобы таким образом поддержать свои стремления измениться.

Обобщённые результаты по работе Альберта в таком четырёхступенчатом процессе представлены на Рисунке 5.2.

Мы уже начали разбираться с планированием окружающей обстановки. Альберт проявил интерес в том, чтобы управлять своей окружающей обстановкой, и честно признавался в своих проблемах в этой области. И так, теперь мы переходим к тому, что же это значит – целенаправленно размышлять об окружающей вас обстановке и о тех вещах, которые облегчают или затрудняют вам достижение ваших личных целей.

### **Планирование окружающей обстановки**

Согласно Майклу Ланди и Джорджу Рэкерсу, «Планирование обстановки включает в себя методики, которые могут быть использованы человеком для изменения своей окружающей обстановки, что, в свою очередь, окажет определённое влияние на его поведение».<sup>7</sup> Начать можно с определения чувств, отношений, предметов и т.д., которые находятся в чьём-либо окружении и способствуют появлению гомосексуальных мыслей, влечений или поведения. Они будут меняться от человека к человеку. Давайте рассмотрим три примера.

У Сары есть несколько предметов, которые являются для неё гомосексуальными стимулами. Это рубашка, заколка, шейный платок, картина и свеча. Часть этих вещей ей подарили подруги, а другие просто напоминают о том времени, когда она активно состояла в тесном, близком дружеском общении, которое позже переросло в сексуальные отношения.

У Джона, в отличие от Сары, гораздо меньше *предметов*, вызывающих беспокойство, но у него есть проблемы с местами, в которых он может увидеть что-то, от чего вспыхивают гомосексуальные фантазии или появляется тяга к срыву в гомосексуальное поведение или мастурбацию. В числе этих мест бары, спортивные площадки, велосипедные дорожки и общественные туалеты, которые по каким-то причинам вызывают прочные ассоциации с гомосексуальным поведением и фантазиями.

Мэри понимает, что отношения с определёнными людьми для неё становятся особенно трудными в свете целей её терапии. Некоторые из этих отношений связывают её с бывшими сексуальными партнёрами, в то время как другие – с друзьями, к которым она сейчас ощущает эмоциональное стремление к близости.

Планирование окружающей обстановки будет отличаться в каждой из этих ситуаций. Для большинства людей, планирование обстановки будет означать решение проблем во всех трёх областях – предметы, места и отношения – но для большей ясности мы разбираем их по отдельности. Для Сары планирование окружающей обстановки может состоять в поиске и устранении тех предметов, которые для неё являются гомосексуальными стимулами. Возможно, она согласилась бы, что хранение этих вещей что-то для неё символизирует. Однако решение должна принимать Сара, и нам не следует принижать её привязанность к этим символам. Саре следует проработать свои смешанные чувства перед тем, как размышлять: избавляться от этих вещей или нет. И так, возможно, Сара хочет подумать над тем, есть ли среди её «внутренних частей» такие, которые желают оставить эти предметы, в то время как другие «части» желают, чтобы она приняла решение освободиться от них. Может получиться, что к моменту, когда Сара будет готова подарить кому-нибудь эти вещи, она проработает некоторое чувство печали и утраты, связанное с избавлением от них.

Для Джона планирование окружающей обстановки может включать определение мест, которые для него являются гомосексуальными стимулами, и разработку планов того, как таких мест избегать – например, изменить привычные маршруты при походе в колледж или на

работу, ходить в магазины с другом, который оказывает поддержку, и т.д. Тогда важным может оказаться наличие у Джона доверительных дружеских отношений, в которых проблема планирования окружающей обстановки является прозрачной. Такие отношения требуют, чтобы у Джона был друг или член семьи, который знает о его проблемах. Такой человек сопровождает его в провоцирующих местах и может говорить открыто и свободно, руководствуясь чувством любви и уважения к Джону.

Планирование окружающей обстановки для Мэри может подразумевать предварительную разработку планов касательно того, как ей не оставаться один на один с теми людьми, к которым она испытывает сексуальное влечение или стремится к близости и единению путями, несогласующимися с её жизненными целями. Это может оказаться сложно, и, как и в описанных выше случаях Сары и Джона, мы бы не хотели, чтобы Мэри совершила какой-нибудь опрометчивый поступок для того, чтобы отрезать себя от привычных и таких необходимых систем поддержки. Любое подобное решение следует принимать осмысленно и неторопливо, хорошенько взвесив все возможные последствия.

Для начала вам хорошо было бы взглянуть на Рабочую страницу 5.1 и определить предметы, места и отношения, которые могут препятствовать вашим личным целям. Затем оцените, насколько сильно, по вашему мнению, вам препятствуют те или иные вещи, места и отношения. Вы могли бы заниматься этим самостоятельно или по мере работы с терапевтом. Вы можете использовать рабочую страницу на начальном этапе вашей работы или в любое другое время, если у вас вдруг возникнет желание целенаправленно поразмышлять о каких-то вещах, которые, по вашим ощущениям, мешают вам в ваших стремлениях. Также мы рекомендуем вести дневник, чтобы по окончании этой рабочей страницы проработать происходящее вокруг.

Многим людям бывает сложно избавиться от каких-то предметов или держаться подальше от определённых мест, мешающих им двигаться к осуществлению своих целей. Но вопрос о том, что делать с дружбой и знакомствами, возможно, является самым проблемным. Нам бы не хотелось недооценивать эту область планирования окружающей обстановки. При этом основной упор делается вовсе не на разрыве отношений и изоляции от важных систем поддержки: вреда от таких действий может оказаться гораздо больше, чем от сохранения некоторых эмоциональных связей. Но мы настоятельно рекомендуем вам подумать над тем, как правильно реагировать и вести себя в отношениях с теми людьми, которые усложняют ваш путь к цели.

Следующий важный шаг – это составить список тех действий, которые вы могли бы предпринять для управления своей окружающей обстановкой, и начать обдумывать последствия внесения изменений в вашу жизнь. Использование Рабочей страницы 5.2 поможет вам предусмотреть некоторые проблемы, с которыми вы столкнётесь, по мере того как будете пытаться менять окружающую обстановку.

Например, Роберт осознал, что есть большой соблазн вернуться в гей-бар, который он часто посещал раньше. В своей рабочей странице он написал: «Ехать с работы домой по другой дороге, а не мимо гей-бара, в который я раньше ходил». Практическим результатом для Роберта стало то, что «ему с меньшей вероятностью захочется остановиться и искать себе сексуальных партнёров». А у Альберта была проблема с определёнными подарками, которые для него наполнились сексуальным значением. Он записал: «Избавиться от подарков, которые я получил от гомосексуальных партнёров и которые могут быть сексуальными стимулами для меня». Альберт признал, что «эти подарки с меньшей вероятностью будут сексуально провоцировать» его.



Почему же нам так сложно расстаться с определёнными предметами, местами или отношениями? Места и предметы особенно часто являются для нас символами каких-то ощущений и переживаний. Каким образом эти вещи стали для вас символами? Можете ли вы докопаться до их значения? По мере того как вы проясняете для себя значения этих предметов и мест, можете ли вы найти другие пути к тому, чтобы восполнить скрывающиеся за ними нужды? Такое переключение может занять недели и месяцы, и мы не хотим преуменьшать значимость этого процесса.

Удовлетворяя свои нужды какими-то другими способами, вы со временем заметите, что, по сути, пере-символизируете свою жизнь. Что мы подразумеваем под этим? По ходу работы над собой, вы восполняете свои нужды за счёт других средств, и эти средства становятся символами ваших новых жизненных целей. Возьмите, к примеру, понятие близости. У каждого человека будут свои символы, с которыми связано представление о близости. Кейт любила свечи, и горение свечей для Кейт было символом физической близости. Спустя какое-то время, когда много сгоревших свечей осталось позади, представление о близости для Кейт изменилось или пере-символизировалось. Общение со своим партнёром по подотчётности стало для Кейт символом близости.

Мы уделили сравнительно больше внимания предметам и местам, но давайте подумаем и об отношениях. Будем применять тот же подход. Если вы размышляете о том, как держаться подальше от таких знакомств, которые, по вашему мнению, препятствуют вам, то в случае действительно значимых для вас отношений вы не захотите просто так взять и расстаться. Конечно, было бы идеальным, если бы уже имеющиеся дружеские отношения могли поддержать ваши попытки перестроить свою жизнь в соответствии с вашими верованиями и ценностными установками. Но если в них участвуют люди, которые обесценивают принятые вами решения и пренебрежительно относятся к вашим ценностным установкам, то вам, возможно, придётся искать какие-то другие отношения, в которых ваши взгляды найдут больше поддержки.

Что стоит за нашими предложениями по планированию окружающей обстановки – так это наше представление о затруднениях. Затруднения это те вещи, которые удерживают нас от достижения наших целей, и в планировании окружающей обстановки они имеют, как мы видим, решающее значение. Вы увидите, что чёткое понимание того, как обнаруживать и устранять затруднения, является одним из ключевых моментов в используемом нами подходе.

### **Вопросы для самостоятельной работы:**

1. Потратьте какое-то время на то, чтобы переключить ваши размышления о борьбе с гомосексуальным влечением и поведением с положительных объяснений причин на отрицательное объяснение: подумайте о тех вещах, которые мешают вам достичь таких конкретных целей, как целомудрие. Каким образом такое переключение в языке и восприятии помогает вам обнаруживать и устранять затруднения?
2. Мы уже говорили, что затруднения могут быть условно разделены по таким категориям, как: модели поведения, ценностные установки, поло-ролевая идентичность, особенности развития и внутренние части. Начните перебирать свои переживания в каждой из этих пяти областей. Какие из обнаруженных вами проблем связаны с существенными затруднениями? Если у вас есть доверенный друг или наставник, с которым вы можете об этом поговорить, то вместе с ним подумайте над тем, что в вашем случае может означать восполнение нужд другими способами и устранение имеющихся затруднений.
3. Подумайте и скажите, затруднения какого уровня вы испытываете? Они могут относиться к любому из следующих уровней: *биология, личность, отношения, семья, община и общество*. Или даже ко всем сразу. Поразмышляйте о том, как расположить

испытываемые затруднения вокруг этих шести основных категорий, так чтобы можно было начать искать какие-то практические стратегии для устранения затруднений.

4. Прорабатывая эту сложную и замысловатую систему затруднений и восполняя свои нужды через такое поведение, которое соответствует вашим жизненным целям, вы значительно упрощаете планирование окружающей обстановки. Также вы можете предпринять и некоторые другие конкретные и практические шаги, чтобы планировать и управлять своей окружающей обстановкой: например, определить ключевые предметы, места и отношения, которые делают достижение целей особенно проблемным для вас.

### **Рисунок 5.1. Четырёхступенчатый процесс по Бройнлину**

Определите имеющиеся проблемы и рассмотрите предпринятые попытки их решения

□

Задайте «затруднительный вопрос»

□

Определите затруднение

□

Обсудите, как устранить затруднение

### **Рисунок 5.2. Опыт работы Альберта по четырёхступенчатому процессу**

*Определите имеющиеся проблемы и рассмотрите предпринятые попытки их решения*

- Просил помочь разобраться в проблемах с сексуальной идентичностью
- Хотел держаться в стороне от гомосексуальных отношений
- Очень хотел избавиться от телефонных номеров и подарков, которые напоминали ему о гомосексуальном влечении
- Предпринятые попытки: переезд, присоединение к христианской общине

□

*Задайте «затруднительный вопрос»*

- «Что мешает мне строить близкие, но при этом несексуальные отношения с представителями своего пола?»
- «Что не даёт мне выбросить номера телефонов или подарки, которые вызывают гомосексуальные воспоминания?»

□

*Определите затруднение*

- Обсудить те затруднения, которые стали более очевидными благодаря ответам на затруднительные вопросы.
- Пример: «Что не даёт мне выбросить номера телефонов или подарки, которые вызывают гомосексуальные воспоминания?» Ответ: они вызывают во мне смешанные чувства, они что-то значат для меня и т.д.

□

*Обсудите, как устранить затруднение*

- Совместная работа с Альбертом по устранению затруднений
- Определение моделей поведения и привычек
- Обсуждение «внутренних частей», находящихся в конфликте
- Планирование окружающей обстановки

### **Рабочая страница 5.1. Определение затруднений в окружающей обстановке**

Определите и оцените затруднения, которые вы испытываете в трёх следующих областях планирования окружающей обстановки: предметы, места и отношения:

Предметы	Места	Отношения
1. оценка ____	1. оценка ____	1. оценка ____
2. оценка ____	2. оценка ____	2. оценка ____
3. оценка ____	3. оценка ____	3. оценка ____
4. оценка ____	4. оценка ____	4. оценка ____

Оцените по десятибалльной шкале, насколько имеющееся затруднение – предмет, место или отношения – мешает вам достичь намеченных целей:

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Никак		Слабо		Умеренно		Значительно				Очень сильно

### Рабочая страница 5.2. Управление окружающей обстановкой

Определите те изменения, которые вы могли бы внести в вашу окружающую обстановку и которые помогли бы вам двигаться к намеченной цели:

*Конкретные изменения  
в окружающей обстановке*

1. Ехать с работы домой по другой дороге, а не мимо гей-бара, в который я раньше ходил.
2. Избавиться от подарков, которые я получил от гомосексуальных партнёров и которые могут быть сексуальными стимулами для меня.

*Результат*

С меньшей вероятностью захочется остановиться и искать себе сексуальных партнёров

Эти подарки с меньшей вероятностью будут сексуально провоцировать меня

## Глава 6. Меняем старые сценарии на новые

Актёры, играющие злодеев, иногда рассказывают о том, что зрители присылают им гневные письма. Для них это, конечно, удивительно, поскольку на самом деле большинство актёров – весьма приятные люди. Они много занимаются благотворительностью и жертвуют своё время на помощь другим людям. Ведь, на сцене актёры придерживаются сценария, в котором говорится, какими им необходимо быть и как вести себя с другими людьми. Если какой-то конкретный актёр играет злодея и следует сценарию, написанному с целью вызвать определённую реакцию зрителей, и «подкупает» зрителей достоверным изображением персонажа, то некоторые зрители могут начать переносить своё отношение к персонажу на самого актёра. В действительности, иногда актёры специально ищут участия в таких телепередачах, спектаклях или фильмах, где отражался бы их резкий контраст с персонажем, по которому они наиболее широко известны. Если они играют по другому сценарию – и если им удаётся передать в деталях особенности другого персонажа – они могут противодействовать сложившемуся образу злодея.

Мы часто говорим о «сценариях», когда помогаем людям бороться с гомосексуальным влечением и поведением. Поскольку у актёра есть готовый сценарий, по сути, для

изображения персонажа он использует свои собственные навыки и качества, которые у него есть внутри. Конечно, раз за разом сценарии пишутся, редактируются и снова переписываются. Поэтому человек получает широкую свободу, если он рассматривает свою жизнь, как игру по сценарию. Вы можете спросить, откуда вы взяли тот сценарий, по которому до сих пор играли. Вы можете не просто спросить о происхождении этого сценария – кто написал его? кто ожидает от вас идеального исполнения? и т.п. – но вы можете сделать больше: можете отредактировать полученный вами сценарий. Именно в таком духе эта глава и написана: она сосредоточена на том, как относиться к другим людям вообще и к самому себе в частности. Вопрос идентичности мы рассмотрим как «сценарий», который предлагает вам какую-то роль – точно так же как любому актёру.

Когда вы размышляете о сценариях в связи с испытываемым гомосексуальным влечением, подумайте вот о чём: с учётом своей идентичности как вы сами относитесь к этому влечению и как вы относитесь к самому себе? Упав на диван, Салли заявила: «Я гомо. Я не могу избавиться от этих чувств, и я все перепробовала. Я продолжаю ехать по жизни как лесбиянка и на свою машину вешаю розовый треугольник (один из старейших символов ЛГБТ-сообщества – *прим. перев.*)». Салли определила себя как лесбиянка, исходя из испытываемого гомосексуального влечения. К сожалению, она пренебрегла возможностью определения себя через другие составляющие своей идентичности: как дочь, как христианка, как мать. Из-за своего сценария Салли остаётся расстроенной и чувствует, что гомосексуальные влечения победили её. Сценарий не даёт ей отойти от своей убеждённости в том, что гомосексуальные влечения свидетельствуют о гей-идентичности.

В приложении к управлению сексуальной идентичностью из этого вырастают два широких подхода, позволяющие помочь людям, которые борются с гомосексуальным влечением и стремятся к изменениям: целомудрие и переориентация. Мы не считаем, что это две дискретные и взаимоисключающие категории. Мы полагаем, что они так соотносятся друг с другом, что между ними есть некоторое перекрытие.

Первый подход – это подход, основанный на *целомудрии*. Сторонники этого подхода склонны думать, что ориентация может не измениться, но они твёрдо верят в то, что люди могут выбирать, как им жить и как поступать. Вне зависимости от того, может ли ориентация измениться или остаться прежней, человек всегда может брать на себя ответственность за своё поведение. В таком случае целомудрие выражается одновременно и в мыслях, и в поступках. С точки зрения христианской сексуальной этики, целомудрие в отношениях – это цель, к которой следует стремиться всем христианам.

Вариантом подхода, основанного на целомудрии, является *свобода от гомосексуальности*. Этот подход направлен на то, чтобы помочь человеку выбраться из гомосексуального образа жизни и перестать безудержно срывать в гомосексуальное влечение. Ориентация человека может поменяться, а может остаться прежней – снова это не является главным – но люди действительно освобождаются от навязчивых гомосексуальных мыслей и поведения, которое раньше отнимало столько сил и времени.

Подходя к управлению сексуальной идентичностью с другой стороны, *переориентация* намеренно сосредотачивает усилия именно на изменении ориентации человека с гомосексуальной на гетеросексуальную. Сторонники такого подхода могут рассматривать целомудрие как возможность, но считают переориентацию наиболее желанной целью. Нам бы хотелось помочь вам ощутить некоторую свободу в использовании элементов каждой из этих точек зрения без полного посвящения себя лишь одной из них. Наш подход, по сути, основывается на целомудрии и свободе от гомосексуальности – для человека это оставляет открытой возможность почувствовать изменения и в то же время применять принципы,

которые могут облегчить этот процесс и помочь подходящим образом управлять своей идентичностью. То есть, наш подход достаточно широк и многогранен.

## **Сексуальная идентичность и отождествление**

Мы начали эту главу с замечания о том, что со сценариями можно работать с позиций причины – почему человек испытывает гомосексуальное влечение – и мы упоминали, что сценарии могут также отражать ситуацию и условия, в рамках которых человек осмысляет своё текущее гомосексуальное влечение. Что мы имеем в виду? Если вы когда-то приняли гей-идентичность или испытываете проблемы с этим непосредственно в данный момент, спросите себя: кто написал этот сценарий, который вы читаете? Кто написал сценарий, согласно которому испытываемое вами гомосексуальное влечение непременно должно означать, что вы гей? Очень часто можно ответить, что окружающая культура помогла написать этот сценарий. Возможно, средства массовой информации и киноиндустрия тоже приписали к этому сценарию несколько слов, поскольку через них было передано очень многое о стандартных ощущениях, по которым определяется гей-идентичность. Может быть, члены гей-сообщества призывали вас быть честным с собой в плане гей-идентичности. Иногда люди говорят нам, что они «всегда это знали»: испытываемое гомосексуальное влечение означает, что они геи. Однако поскольку такое само-определяющее отождествление оформилось в западной культуре совсем недавно, то вероятно существуют другие факторы, вызвавшие такую уверенность – даже если порою кажется, что так было «всегда». Если вы «всегда знали», что вы гей, то откуда это знание пришло? Возможно, вы «всегда знали», что вы отличаетесь от остальных, но в какой-то момент вам пришлось с чем-то отождествить ощущаемое отличие, и не исключено, что вы выстроили свои представления и взгляды вокруг испытываемых влечений, тем самым приняв гей-идентичность как отражение культуры, в которой вы выросли.

По мере того, как мы продолжаем выяснять «Что вообще означает иметь сексуальную идентичность?», вам нужно держать в голове следующие вопросы: Кто написал сценарий, которому вы до сих пор следовали? Может ли он быть переписан? Может ли он быть отредактирован? Можете ли вы, работая вместе с другими людьми, написать новую главу?

Если вы не сильно отличаетесь от большинства людей, у которых есть проблемы в данной области, и вы стремитесь найти другие пути, то в формировании и укреплении вашего взгляда на испытываемое гомосексуальное влечение приняло участие множество различных источников. Большая часть этих источников имеет одну общую особенность: по их предположению, наличие гомосексуального влечения означает, что вам следует принять «гей» идентичность. Таковы культура и время, в котором мы живём. Возможно, вам было бы полезно поразмышлять о культуре окружающего мира. Гилберт Гердт, теоретик гей-движения, выделил четыре формы гомосексуальности, существующие в различных культурах: (1) *структурно-возрастная гомосексуальность* (например, обряды инициации у некоторых племён в Новой Гвинее); (2) *гендерно-обращённая гомосексуальность* (например, *бердаши* у индейцев Северной Америки); (3) *профессионально-ролевая гомосексуальность* (например, шаманы чукчей – иногда потусторонние видения требуют от шамана совершать действия гомосексуального характера); и (4) *современное гей-движение*. Согласно Гердту, современное гей-движение качественно отличается от всех остальных форм гомосексуальности: «Только за счёт отделения сексуальности от традиций семьи, отцовства и материнства и продолжения рода, развитие гей-движения стало действительно возможным в социальном и историческом плане».<sup>1</sup> Ключевой фактор, являющийся точкой отделения современного гей-движения от остальных форм гомосексуальности в других культурах в мировой истории – это само-определяющее отождествление «Я гей».

На одном из уровней описания люди не являются ни «геями», ни «натуралами». Это ярлыки, и

с их помощью мы что-то говорим о человеке, который испытывает гомо- или гетеросексуальные влечения. В рамках нашего подхода мы используем описательный язык, который отображает, формирует и перестраивает вашу идентичность и ощущения. Вы испытываете гомосексуальное влечение, и поэтому мы используем этот язык, чтобы отображать ваши ощущения. В свою очередь, язык формирует вашу идентичность, по мере того как вы начинаете рассматривать себя как человека, испытывающего гомосексуальное влечение в различных условиях и взаимоотношениях. Этот язык также перестраивает вашу идентичность и ощущения, позволяя вам точнее описывать ваши чувства (чтобы избежать их отрицания или преуменьшения) и в то же время предоставляя вам возможность определять себя через другие составляющие вашей личности.

Перед тем как перейти к другим аспектам того, кем вы являетесь как человек, не забудем сказать кое-что ещё об испытываемых вами сексуальных влечениях. На Рабочей странице 6.1 изображена шкала с числами от 1 до 10, где «1» соответствует полному отсутствию, а «10» – наличию стойкого влечения к представителям *противоположного* пола. Как бы вы оценили своё текущее состояние? Запомните эту оценку, а потом посмотрите на вторую шкалу, также пронумерованную от 1 до 10. По аналогии, на этой второй шкале «1» соответствует полному отсутствию, а «10» – наличию стойкого гомосексуального влечения. Какую оценку вы бы поставили себе сегодня? Эту Рабочую страницу можно использовать в самом начале работы, а потом возвращаться к ней раз в несколько месяцев, чтобы проследить, как ощущаемое гомосексуальное влечение меняется с течением времени.

По нашему опыту, многие люди, испытывающие гомосексуальные влечения, также испытывают и некоторое влечение к представителям противоположного пола. Если у вас оно тоже присутствует, то тогда вы можете определить себя через эту часть вашей личности, по мере того как вы работаете над управлением сексуальной идентичностью. Принятие сценария, в котором наличие у вас гомосексуальных влечений означает, что вы гей, игнорирует содержательное начало любых проявлений гетеросексуального влечения. Некоторые отдельные люди даже утверждают, что само наличие гомосексуальных влечений сводит на нет все влечения к противоположному полу – и тем самым они вешают на себя ярлык гея или лесбиянки.

Как вы определяете себя через ту часть, которая испытывает влечение к противоположному полу? Ответ на этот вопрос будет меняться от человека к человеку, поскольку у кого-то может быть «5» или больше по гетеросексуальным влечениям и «5» или меньше по гомосексуальным влечениям, в то время как у других всё будет совсем наоборот. Мы предлагаем несколько принципов, которые могут помочь вам определить себя через свою гетеросексуальную часть. Эти принципы согласуются с темами, разбираемыми на страницах нашей книги:

1. Обращайте внимание на то, как ваши ежедневные модели поведения или распорядок дня способствуют усилению гетеро- и гомосексуальных влечений.
2. Определяйте ключевые предметы, места и отношения, которые могут разжигать в вас гомосексуальные влечения, а также ищите символические предметы и места и развивайте отношения, которые отражают ваши верования и ценностные установки, связанные с целомудрием или усиливающие имеющиеся у вас гетеросексуальные влечения.
3. Избегайте отрицания или преуменьшения ваших гомосексуальных влечений. Вернитесь к тем оценкам, которые вы себе поставили, и будьте честны с собой, говоря: «Да, я испытываю гомосексуальные влечения, но они не определяют, каким человеком я являюсь». Вы не обязаны говорить себе или кому-то ещё, что ваши гомосексуальные чувства ослабли, если на самом деле это не так. В действительности они подобно волнам могут временами накатывать и отступать, тем самым отражая различные другие

процессы, происходящие в вашей жизни.

4. Не раздувайте в своём воображении ощущаемые гомосексуальные влечения. Когда люди понимают, насколько ценно избегать отрицания и преуменьшения влечений, у них иногда начинаются проблемы с поиском баланса. Они могут преувеличить свои ощущения, связав их с тем, насколько хорошо или плохо им удаётся с этими влечениями справляться, и в результате начнут слишком остро реагировать на свои влечения.

Каким же образом сексуальная идентичность и отождествление связаны с заменой старых сценариев на новые? Давайте вернёмся к оценкам, который вы поставили себе чуть ранее. Даже если вы отметили «1» по шкале гетеросексуального влечения и «10» по шкале гомосексуального влечения, вы всё ещё можете принять решение по поводу управления сексуальной идентичностью. И если в будущем вы ощутите какие-то изменения в оценке своих влечений по этим двум параметрам, то в таком случае вы всегда можете вернуться к управлению сексуальной идентичностью в свете усилившихся гетеросексуальных и ослабевших гомосексуальных влечений.

Как это *позволит* вам определять себя через свою веру в Христа, через поло-ролевую идентичность, национальность или любой другой аспект вашей личности? Позволить – означает дать волю, дать возможность действовать по собственной воле. Мы полагаем, что вы можете восстановить свою идентичность путём осмысленного решения касательно того, через какие аспекты вы будете себя определять. Вы можете определять себя через испытываемое гомосексуальное влечение. Многие так поступают. Сегодня в нашей культуре принято обозначать таких людей как «геев» или «лесбиянок». Точно так же они и сами себя обозначают. Они сами определяют себя как «геи» или «лесбиянки». Они проводят само-определяющее отождествление. Они отождествляют свои гомосексуальные влечения с центральными частями своей идентичности и интегрируют испытываемые влечения в гей- или лесби-идентичность. Вы могли бы поступить так же. Но наш подход *позволяет* вам выбрать другой путь. Вы можете разграничить себя с этими влечениями, то есть, быть честным с собой в вопросе их наличия и в то же время осмысленно рассматривать их как нечто, лежащее на периферии вашей личности. Другими словами, вы не считаете, что эти влечения определяют, каким человеком вы являетесь. Вы пересматриваете их и заменяете старые сценарии на новые. Испытываемые вами влечения являются лишь одной частью вас. За счёт разграничения с этими влечениями, вы *вольны* определять себя через другие части своей личности. Что это за другие части? Ответы на этот вопрос могут быть разными. Если вы верующий человек, ваша идентичность может включать в себя религиозную идентичность, например, вы можете иметь идентичность христианина, иудея, мусульманина или мормона. Поскольку вы родились мужчиной или женщиной, вы можете определить себя через вашу поло-ролевую идентичность, как более близкую к центру своей личности область. Если вы состоите в браке или у вас есть дети, то вы в значимой степени могли бы определить себя через ваше положение как мужа или жены, отца или матери. А кроме того, есть ещё и такие аспекты идентичности, как национальность, раса и т.д.

### **Управление сексуальной идентичностью**

Управление сексуальной идентичностью непосредственно связано с осознанным поиском и выбором тех аспектов, через которые вы хотите определять себя, и с тем, как вы в таком случае заявляете о себе перед другими людьми. Для того чтобы облегчить управление сексуальной идентичностью вы можете воспользоваться несколькими практическими стратегиями: мысленное упражнение, размышления о само-определении и само-определение перед самим собой и перед окружающими.

### **Мысленное упражнение**

Чтобы помочь вам распознать другие аспекты вашей личности, давайте в качестве одного из подходов рассмотрим следующее мысленное упражнение:

*Закройте глаза, глубоко вдохните и медленно выдохните. Повторите несколько раз... Теперь представьте себя – как личность – в виде чистого экрана. Это может быть экран телевизора или компьютера. Представьте, что этот экран разделён прямо посередине вертикальной чертой – на две половины. В левой части экрана расположен ваш опыт гомосексуального поведения. Весь ваш опыт гомосексуального поведения находится на левой половине экрана. Теперь посмотрите, что находится на правой половине экрана. Что вы видите?*

Как вариант, вместо опыта гомосексуального поведения в данном упражнении можно помещать на левую половину экрана гомосексуальные влечения, мысли или фантазии. При этом нам хотелось бы предостеречь вас от одной ошибки касательно применения этого упражнения к гомосексуальным влечениям или ориентации: мы считаем, что не следует дистанцироваться от испытываемых вами гомосексуальных влечений с помощью данного упражнения, если это с большой вероятностью приведёт к отрицанию или преуменьшению факта наличия у вас этих влечений. Как нам кажется, лучше признать факт наличия этих влечений и использовать данное упражнение, чтобы рассмотреть варианты того, как уменьшить их интенсивность и сделать их менее влиятельными, и поразмышлять над тем, могут ли эти влечения сигнализировать о какой-то невосполненной потребности – как об этом говорят некоторые теории – вместо того, чтобы отрицать их, преуменьшать или огульно отвергать.

Одна женщина рассказала нам, что некоторое время посещала психотерапевта, но так и не ощутила изменения сексуальной ориентации; тем не менее, она почувствовала, словно её влечения «уменьшились» и стали более управляемыми. Она представила их как картинку на экране компьютера: на консультациях она научилась справляться со своими состояниями и в результате смогла уменьшить эту картинку. Это при том, что раньше её ощущения гомосексуального влечения были очень сильными, то есть, они занимали весь экран и были неуправляемы.

В каком-то смысле мы говорим о том, чтобы в себе как в отдельно взятой личности найти правильное место испытываемым влечениям, вместо того чтобы совершенно отрезать их от себя или же смотреть на них как на некое ядро или на центральную часть своей личности.

### ***Само-определение***

Второе упражнение нацелено на то, чтобы определить три (или больше) главных направления, через которые вы определяете себя перед самим собой и перед окружающими. Используйте Рабочую страницу 6.2, чтобы отметить все варианты вашего определения себя в личностном плане. Если вы спросите себя «Кто я? Какой я человек?», то каким будет ваш ответ? Используйте дневник, чтобы обдумать свои ответы – что они говорят о вашей идентичности и о вашем собственном отношении к себе.

Затем отметьте три (или около того) предпочтительных для вас варианта того, как вы определяете себя по отношению к членам семьи, друзьям и коллегам по работе. Снова опишите в дневнике свои размышления о данных вами ответах. Что они значат для вас? Обдумывая всё написанное вами, вы получаете полезную информацию, которая может помочь вам более ясно увидеть, как вы определяете себя перед самим собой и перед окружающими.

### ***Управление сексуальной идентичностью***



Третье упражнение заключается в том, чтобы определить ваши текущие основную и дополнительную идентичности (например, гей, лесби, би, гетеро, экс-гей, экс-экс-гей, верующий и т.д.), а затем ваши идеальные основную и дополнительную идентичности. Посмотрите на Рабочую страницу 6.3 и подумайте о том, как вы сейчас определяете себя перед самим собой и как хотели бы определять себя по отношению к себе, если бы могли достичь идеала.

Также поразмышляйте над тем, как вы на текущий момент определяете себя перед другими людьми – членами своей семьи, друзьями и коллегами по работе – и о том, как вы хотели бы определять себя по отношению к ним в идеальном случае. Продолжайте записывать свои размышления в дневник.

В отличие от предыдущего в данном упражнении основной упор сделан на вашем текущем и на вашем идеальном вариантах само-определения перед самим собой и перед окружающими – это даст вам почувствовать, что вы способны придерживаться образа той личности, которую вы хотите обрести, или, по крайней мере, двигаться в тех направлениях, через которые вы могли бы определить себя как личность и как член общества.

Обе части данного упражнения призваны напомнить вам о том, что существует множество различных аспектов вашей идентичности, и что гомосексуальное влечение является лишь одним из них. Конечно, сексуальное влечение человека является очень важным и для самого человека, и для окружающих. Однако, это не единственный и даже не самый центральный аспект идентичности – уже одно только осознание этого факта может ощутимо расширить альтернативы гомосексуальному влечению и поведению.

Очень важно то, что вы можете решить интегрировать своё гомосексуальное влечение в гей-, лесби- или бисексуальную идентичность, а можете этого не делать и жить, испытывая гомосексуальное влечение, но при этом не позволяя ему определять вашу идентичность. Этот вопрос, разбираемый дальше в этой главе, следует понимать более широком контексте практического богословия святости (более подробно об этом в Главе 7).

## **Сценарии и поиск смысла**

Давайте вернёмся к вопросу понимания сценариев в плане того, как вы сами относитесь к своему гомосексуальному влечению и что о нём думаете. Результаты недавнего исследования, представленные в Американской психиатрической ассоциации, показали, что существует связь между изменениями сексуального влечения (добровольно зарегистрированные случаи изменения ориентации и снижения гомосексуального влечения) и тем, что человек думает о смысле своих гомосексуальных влечений. Многие представители гей-сообщества считают, что наличие у человека гомосексуальных влечений имеет лишь один конкретный смысл – что этот человек гей, лесбиянка или бисексуал. Несмотря на такую позицию, случаи успешного изменения рассказывают совсем другую историю. Люди, добровольно поделившиеся своим опытом, отмечали, что на пути к изменениям им очень помогло следующее обстоятельство: они смотрели на свои сексуальные влечения как на вещь, за которой стоит определённый смысл, но которая при этом не определяет, кем они являются как личности. Этот смысл может меняться от человека к человеку, но в обозреваемой литературе выделяется одно направление: гомосексуальные влечения наводят на мысль о стремлении к близкому общению с родителем – чаще всего с родителем того же пола – который мог внушать страх, быть эмоционально удалённым или отсутствовать. В таких случаях, терапия чаще всего бывает направлена на восполнение неудовлетворённых эмоциональных потребностей в общении с представителями своего пола. Хотя данное исследование вызвало смешанную реакцию<sup>2</sup> в плане поддержки описанной теории, оно снова и снова появляется в литературе. Возможно, стоит обратить на

него более пристальное внимание, особенно в тех случаях, когда сценарий, объясняющий гомосексуальное влечение, может быть связан с опытом успешного изменения.

Другое исследование<sup>3</sup> добровольно зарегистрированных случаев изменений показало, что наличие альтернативной схемы понимания смысла гомосексуальных влечений уже само по себе достаточно для того, чтобы произошли определённые изменения влечения и ориентации. Другими словами, эти люди не углублялись в восполнение своих неудовлетворённых потребностей в представителях своего пола; произошедшие изменения они связывают с поиском смыслов, с наличием приобретённого представления о других взглядах на скрытое значение их гомосексуальных влечений.

Коротко скажем ещё об одном исследовании<sup>4</sup>, посвящённом женщинам, которые перестали определять себя через испытываемое гомосексуальное влечение. В добровольно рассказанных историях этих «экс-лесбиянок» изменения снова оказались связаны с поиском альтернативных смыслов. Эти женщины понимали скрытое значение своих влечений очень по-разному, и их переосмысление своих «историй» или «сценариев» в соединении с той помощью, которую они получили в религиозно-ориентированных группах поддержки, способствовало изменению их сексуальной идентичности.

### ***Детско-родительские взаимоотношения***

Ранее мы уже упоминали о том, что в связи с гомосексуальным влечением наиболее часто обсуждают истории или сценарии, включающие взаимоотношения в раннем детстве, в частности взаимоотношения родителей и ребёнка. Среди тех теорий, которые сопоставляют детско-родительские взаимоотношения с причинами гомосексуального влечения и гомосексуальной ориентации, наиболее заметной является психоаналитическая теория. Данная теория полагает, что к мужской гомосексуальности приводит комбинация близкой привязанности к матери и отношений с отвергающим или эмоционально отстранённым отцом. По сути, мужчины являются гетеросексуальными в той мере, в какой они развивают надёжную мужскую идентичность. Если этого не происходит – если молодой мужчина ощущает своего отца как эмоционально отсутствующего или недоступного, и свою мать как эмоционально подавляющую или резко критически настроенную по отношению к мужчинам – то у него может развиться сексуализированное стремление к близости с мужчинами.

Следует заметить, что эта теория может оказаться применимой далеко не для всех. Если вы подумаете о воспитании в своей собственной семье и об испытываемом гомосексуальном влечении, и при этом выяснится, что ваши взаимоотношения с родителями согласуются с этой теорией, то для вас, возможно, будет полезно поразмышлять, является ли сильное желание эмоциональной близости с членами семьи одного с вами пола нормальной потребностью развития, которая, возможно, осталась неудовлетворённой. Если это так, то существующие желания единения с этими членами семьи могут ощущаться очень настойчиво и, возможно, становятся сексуально окрашенными. Возможно, ваше половое влечение ошибочно воспринимает как проявление близости и тесного эмоционального общения те моменты, когда эти желания физически реализуются посредством генитального самовыражения.

Тем, кто считает, что эта теория соотносится с их ощущениями, возможно, будут очевидны три уровня заинтересованности в единении с представителями своего пола. Это (1) желание эмоционального единения с некоторыми представителями своего пола, (2) увлечённость некоторыми представителями своего пола, желание получить их одобрение и, возможно, настойчивое желание находиться рядом с ними, и (3) сексуально окрашенное увлечение представителями своего пола.

Некоторые люди, которые испытывают гомосексуальное влечение, вполне ясно видят связь между своими текущими ощущениями и стремлением восполнить эмоциональные потребности, которые не были удовлетворены в отношениях с родителем того же пола. Рассмотрим следующий пример.

Гомосексуальные влечения очень беспокоили Брэтта. Начав терапию, он связал свои текущие проблемы сексуального влечения со своими прошлыми ощущениями эмоционального пренебрежения. Он читал о людях, которым удалось изменить сексуальное поведение и ориентацию, и он хотел двигаться по направлению к этой цели. После обсуждения исследований в данной области и глубокой работы по осознанному согласию на терапию, Брэтт поделился тем, что по его ощущениям было особенно важной составляющей в испытываемом сексуальном влечении. Он описал своего отца как человека безэмоционального и не участвовавшего в семейных делах. Хотя физически отец присутствовал, в эмоциональном плане его словно не было. Брэтт описал свою мать как эмоционально близкую, и выразил некоторое беспокойство из-за того, что, возможно, слишком сильно эмоционально зависит от неё. По мере того, как мы обсуждали прежние проявления гомосексуального влечения, Брэтт рассказал об особенно болезненном случае отвержения со стороны бывшего начальника, к которому его эмоционально очень влекло. Фактически, Брэтт описывал это влечение как «настойчивое желание» эмоциональной близости с ним и «эмоциональную увлечённость». Он начал развивать эту мысль и в итоге поделился тем выводом, к которому смог прийти: то, что превратилось в сексуально окрашенную эмоциональную увлечённость этим человеком, у Брэтта было связано с его собственным чувством утраты из-за отсутствия эмоционально удовлетворительных взаимоотношений с отцом. Брэтт смог заменить «старые сценарии» на новый и стал рассматривать свои сексуальные влечения и ощущения более комплексно.

Вы можете начать разбираться с вашими ощущениями в этой области с описания своих отношений с отцом и матерью. Вы могли бы одновременно подумать о том, как они выстраивались, когда вам ещё не было 15 лет, и о том, как они выстраиваются сейчас. Период жизни до того момента, когда вам исполнилось 15 лет, позволяет взглянуть на ваши детские ощущения от эмоционального единения и на чувство границ с обоими родителями. Вы можете поразмышлять о вашем чувстве близости, эмоционального общения, единения, эмоциональных границ и привязанности в отношениях с отцом (Рабочая страница 6.4) и с матерью (Рабочая страница 6.5). Посвятите какое-то время описанию в дневнике ваших размышлений об отношениях с отцом и матерью, особенно по части близости и привязанности.

Также вам было бы полезно подумать о тех установках, которые вы восприняли, когда учились понимать смысл слов «быть мужчиной» и «быть женщиной». Источники этих установок могут быть самые разные, но очень часто они перенимаются через взаимодействие с родителями. Используйте Рабочую страницу 6.6, чтобы определить установки, которые вы получили (или не получили) от обоих родителей или же от кого-то другого. После этого вы могли бы выбрать те из них, которые сильнее всего выделяются на фоне остальных записей. Это даёт возможность подробно обсудить значение слов «быть мужчиной» или «быть женщиной», разные способы передачи таких установок, а также возможности культуры – сюда входят средства массовой информации, развлекательная индустрия и другие источники – влиять на наши взгляды.

Вы можете также поразмышлять и о других людях одного с вами пола, которые не являются членами вашей семьи (например, сосед по комнате в колледже, коллега, начальник и т.д.), но в общении с которыми вы почувствовали стремление к глубокому эмоциональному единению или близости. Используя Рабочую страницу 6.7, подумайте о масштабах вашего стремления к *эмоциональному единению* с этим человеком. Также рассмотрите степень своей *увлечённости* этим человеком (или *настойчивого желания* общения с ним). Затем поразмышляйте о той мере, в которой вы ощущаете *сексуально окрашенную увлечённость* этим человеком. После

этого, вы можете подумать о своих ответах на эти вопросы и поразмышлять, существует ли вероятность того, что где-то вы рассчитываете восполнить неудовлетворённые эмоциональные потребности за счёт сексуальных контактов.

Конечно, если вам кажется, что данная теория хорошо описывает ваши ощущения, то вы, возможно, захотите выяснить, каким образом вы могли бы восполнить свои эмоциональные потребности так, чтобы это согласовывалось с вашими жизненными целями. Одним из возможных способов является развитие эмоционально значимых для вас отношений с представителями своего пола, в общении с которыми практически отсутствует риск сексуальных срывов. В соответствии с данной теорией, этот подход можно осуществлять в рамках курса терапии, если психотерапевт и клиент одного пола: вопросы и конфликты, связанные с эмоциональной напряжённостью, будут прорабатываться в ходе безопасных терапевтических взаимоотношений. Затем вместе со своим психотерапевтом вы могли бы поработать над тем, чтобы распространить успехи, достигнутые вами в терапевтических отношениях, на отношения за рамками терапии. Иногда это происходит так, что терапевт рассматривает возможность передать вас на попечение группы поддержки, но также можно выстраивать эмоционально значимые для вас отношения за рамками терапии с одним или двумя людьми, при общении с которыми риск сексуальных срывов минимален.

### **Тем, кто пережил сексуальное насилие**

Перед тем как закончить эту главу, мы хотим рассмотреть некоторые связанные с идентичностью вопросы и проблемы, с которыми столкнулись люди, пережившие сексуальное насилие. При этом мы хотим ещё раз подчеркнуть, что далеко не у каждого человека проблемы с гомосексуальным влечением связаны с пережитым сексуальным насилием. Сексуальное насилие напрямую не приводит к гомосексуальности, хотя оно может быть одним из нескольких факторов, которые повышают шансы появления гомосексуальных влечений у некоторых людей.

### **Подбираем слова**

Майк Лью в своей книге «Больше не жертвы»<sup>5</sup> проводит полезное разграничение между отношением к себе как к *Жертве* насилия и отношением к себе как к *Пережившему* насилие. Лью пишет, что слово «Жертва» очень точно передаёт всю правду о сексуальном насилии – ведь ребёнок не по своей вине сталкивается с подобной жестокостью по отношению к себе. Но при этом само слово «Жертва» также подразумевает состояние беспомощности. Поэтому его уместно использовать лишь для того, чтобы точно выразить ваши ощущения или ваше состояние во время совершения насилия над вами.

Слово «Переживший», напротив, сообщает о вас какую-то принципиально другую информацию. Оно означает, что вы пережили трагедию. Лью отмечает, что перед ним возникает образ человека «цепляющегося за плавающие обломки, когда его корабль идёт ко дну».<sup>6</sup> Это образ человека, спасшегося после гибели «Титаника» или после какого-то другого кораблекрушения – человека, держащегося до тех пор, пока кто-нибудь не придёт ему на помощь. Если человек пережил – значит, он выстоял перед лицом тягот и страданий, и подобная стойкость является важным качеством этого человека, через которое он может определить себя. Однако способность пережить трагедию указывает на определённые внутренние ограничения, присущие самому слову: положение человека, спасающегося на обломках – это «временное состояние, которое будет заменено на что-нибудь лучшее».<sup>7</sup> Это «что-нибудь лучшее» может оказаться чувством более полного удовлетворения от жизни и от её качественных изменений, или обретенной способностью развивать отношения с другими людьми и с самим собой, радоваться и получать удовольствие от этого.

## ***Движемся от Жертвы к Пережившему***

Как выглядит движение от Жертвы к Пережившему? Как понять, что вы достигли умонастроения Пережившего или приняли его? В нашем обществе многие по-прежнему считают женщин слабым полом. Отношение к женщинам, как к беспомощным и бессильным, удерживает многих из них в состоянии жертвы. Некоторым женщинам преодоление губительных последствий сексуального насилия кажется недостижимым. Пойманные в ловушку окружающего мира, наполненного воспоминаниями о насилии, некоторые из них опускают руки и каждый день снова и снова «проживают» эти болезненные ощущения. Подавленные пренебрежительным отношением окружающих и своими изматывающими реакциями на их действия, эти женщины давно забыли о том, что значит быть живыми. Без помощи Бога и других людей и без желания изменить свои мысли, чувства и поведение, жертвы сексуального насилия останутся в этом порочном круге, предпочитая страдать от той скрытой тьмы, которая окутывает эту форму насилия.

Для людей, сражающихся с последствиями сексуального насилия, часто оказывается трудным говорить о случившемся и о тех его последствиях, с которыми они продолжают сталкиваться. Их отношение к самим себе и к тому человеку (к тем людям), кто надругался над ними, их мысли и чувства по-прежнему кипят где-то внутри, пока они ищут способы совладать с болезненными воспоминаниями. Им кажется, что сексуальное насилие бросает тень на них самих, как на Божьих детей, и на Бога, как на их отца. Одной из причин, по которой людям сложно говорить о совершенном над ними насилии, является тот факт, что данная тема все ещё остаётся в какой-то степени неприличной, запрещённой для обсуждения, особенно в церковных общинах. Доброжелатели, неуверенные в том, как правильно помочь израненной душе, скорее всего, предложат Пережившему читать Писание и молиться «о том, чтобы забыть это».

Люди, пережившие сексуальное насилие, более склонны «застревать» в своём выздоровлении из-за проблем, связанных с безопасностью и доверием. Среди жертв сексуального насилия слишком широко распространена самоизоляция. Для кого-то самоизоляция равнозначна безопасности. Бегство от отношений и участия в общественной жизни обеспечивает некоторым людям защитный барьер. Однако долгосрочные последствия такого отделения не дают человеку обрести то, в чём он больше всего нуждается – обрести общину для восстановления, то место, где человека принимают полностью, помогают лицом к лицу встретиться со своим прошлым, поддерживают и вдохновляют на принятие решений, способствующих исцелению.

Для мужчин большое затруднение вызывает тот факт, что сама мысль увидеть в мужчине жертву является *неприемлемой* для общества. Мужчинам отводится роль быть защитниками для самих себя и для других, поэтому нашему обществу трудно понять, как относиться к мужчинам, пострадавшим в детстве от насилия. И у самих мужчин есть проблемы с тем, как относиться к совершённом над ними насилии. Как пишет Лью, мужчины из-за произошедшего часто ощущают себя так, словно их лишили мужественности. Одни пытаются вернуть себе мужественность за счёт рискованных форм поведения, в то время как другие отказываются как-либо продвигаться дальше или испытывают побуждение скрыть своё унижение от других.

У Ролло, как у человека, пережившего сексуальное насилие, были проблемы с идентичностью. Когда он был ребёнком, над ним надругался его родственник, и пережитое поставило перед ним реальные вопросы о его идентичности как мужчины. Ему было особенно трудно, когда он повзрослел. Только к тридцати годам он почувствовал, что может проработать эту трагедию в ходе психотерапевтического консультирования. Он часто думал и говорил о себе как о Жертве

сексуального насилия, и у него ушло несколько месяцев на то, чтобы начать ощущать себя Пережившим совершённое когда-то над ним насилие.

Как для мужчин, так и для женщин одинаково важно думать и говорить о себе, употребляя слова, которые передают ваш статус Пережившего, а не статус Жертвы. Это включает в себя использование Я-утверждений: решиться сказать «Я буду в этом участвовать» в противоположность пассивному ожиданию того, когда другие сами шагнут вам навстречу и сделают ваше участие возможным.

Для поддержания идентичности Пережившего важно уметь позаботиться о себе. Это значит быть способным задать себе вопрос «В чем я сегодня нуждаюсь?» и ответить на него «Я нуждаюсь вот в этом». Для христианина такой вопрос ставится в контексте «В чем я сегодня нуждаюсь? Бог говорит мне, что я сегодня нуждаюсь вот в этом». Те, кто движется от Жертвы к Пережившему, продвигаются быстрее, задавая себе вопросы такого типа и принимая ответственность за поиск ответов на них.

Важным является поддержание правильных границ в общении с другими. Это подразумевает понимание того, где начинается и где заканчивается ваше общение с другими людьми в плане эмоциональных состояний, и как вы относитесь и реагируете на их проблемы и ожидания. Ролло часто общался со своей женой с позиции Жертвы. Его проблема сводилась к тому, что он начинал вести себя слишком резко в ссорах с ней. Он быстро уходил в оборону и начинал реагировать, исходя из своих прошлых эмоциональных и сексуальных травм, к которым его супруга была непричастна. Через какое-то время он добился улучшений. Он научился на ранних стадиях останавливать свои гневные защитные реакции по отношению к жене, и стал осознавать, что его привычки, связанные с защитными навыками выживания в детстве, сейчас мешают ему наслаждаться близостью со своей супругой.

Бывают ли минуты, когда вы реагируете с позиции жертвы? Можете ли вы определить какие-то моменты общения с конкретными людьми, повседневные или еженедельные модели поведения, которые усугубляют такую реакцию? Элиана Джил пишет о «расшифровке и удержании смысла проявляющихся симптомов».<sup>8</sup> Под этими словами подразумевается умение понимать, когда ваши действия связаны с результатами насилия: например, когда вы чувствуете себя слабым и беспомощным в отношениях с коллегами и замечаете, что вы срываетесь в саморазрушительные формы поведения из-за того, что не проработали привычку пассивного участия во взаимоотношениях с другими людьми. Для Переживших чрезвычайно важно оплакать свои утраты и свою боль. Встречаться с воспоминаниями о перенесённой травме и разбираться с ней бывает очень трудным и иногда откровенно пугающим. Поэтому Пережившим часто предлагают «смириться и забыть об этом». Но, направляясь к месту исцеления, никто не может обойти стороной место скорби. Мы не оправдываем заикленность на прошлом и не призываем вас к этому, но разобраться с пережитым насилием действительно очень важно.

Бывают ли моменты, когда вы пытаетесь отбросить боль прошлого и отказываетесь от неё? Вы сдерживаете боль прошлых дней и не даёте ей свободы. Как это влияет на ваш выбор в плане отношения к себе и к другим? Какие привычки или модели поведения вы разработали, чтобы не связываться с болезненными воспоминаниями? Когда вы оплакиваете потери прошлых дней, мы рекомендуем вам «по-царски твёрдо» верить в завтрашний день. Под этими словами мы подразумеваем, что вам нужно решительно помнить о будущем, когда идёте по пути исцеления. Возможно, вам понадобится помощь друга или консультанта, который сопровождал бы вас по ходу этого процесса.

Никогда не преуменьшайте силу изменений. Изменение может ошеломить вас, но так же оно

может сбить вас с толку. Об этом важно помнить, когда вы вносите изменения в свои мысли, чувства и поведение. Когда вы определяете необходимые изменения и начинаете что-то менять в общении с конкретными людьми, в повседневных и еженедельных моделях поведения, вам может начать казаться, что окружающий мир, ваши друзья, семья, да и вы сами – всё вдруг стало другим. Кто-то сказал однажды, что храбрость – это способность действовать перед лицом страха. Изменения часто приносят с собой неизвестность – состояние бесчисленных возможностей. С этими возможностями приходит необходимость делать выбор, будь то ваш выбор в пользу свободы и жизни или выбор, ведущий к застою и нездоровым взаимоотношениям. Бывают ли моменты, когда изменение застаёт вас врасплох, и вы решаете остаться Жертвой и возвращаетесь к разрушительным моделям отношений? Можете ли вы описать, каким образом вы так организуете свою повседневную жизнь, чтобы избежать какой-нибудь мелочи, которая может стать непредсказуемой? В каких областях вашей жизни уже произошли изменения?

Когда вы начинаете принимать для себя более правильные решения, мы советуем вам отмечать это. Отмечать? Да, отмечать вне зависимости от того, насколько вы продвинулись – на дюйм, фут, ярд или на целую милю. Бэверли Энджел пишет об этом важном аспекте процесса исцеления и рекомендует Пережившим заботиться о себе таким образом – отмечать свои успехи, большие или маленькие.<sup>9</sup> Неважно, нашли вы в себе смелость установить границы в отношениях или же вы всего лишь сумели правильно выразить другу своё разочарование – закрепляйте результаты и отмечайте это.

Для Сары, пережившей сексуальное насилие, изначально было сложно отмечать свои достижения в терапии. Она полагала, что отмечать их – это признак гордыни, которая отвлекает её от Христа, творца и подателя её веры. Через пару месяцев Сара начала воспринимать Бога как друга по «команде» – Того, Кто поддерживал её, когда она, совершенно обессиленная, доверила Ему свою жизнь и процесс исцеления. Возможно, об этом полезно помолиться, попросить Господа помочь вам более ясно и чётко увидеть, Кто Он для вас среди всего вами пережитого и что означает на практике ощущать Его поддержку.

### **Вопросы для самостоятельной работы:**

1. Как вы на текущий момент оцениваете интенсивность своего гетеросексуального влечения (по десятибалльной шкале), и как оцениваете интенсивность гомосексуального влечения? Эти оценки как-то менялись с течением времени? Бывало ли, что они колебались в течение нескольких недель или месяцев? Если это так, то чём, по вашему мнению, вызваны эти колебания? Начните присматриваться к своим моделям поведения и повседневным делам, отслеживая то влияние, которое они оказывают на ваше влечение, и попробуйте поразмышлять о тех повседневных делах и взаимоотношениях, которые согласуются с вашими жизненными целями.
2. Отставив в сторону вопрос сексуальных влечений, подумайте, какие существуют другие аспекты вашей личности, через которые, как вам кажется, вы можете себя определить? Как вы относитесь к религии? Через что вы определяете себя в плане принадлежности к определённому полу? Как насчёт вашего семейного статуса? Может быть, есть что-то, связанное с вашей национальностью или расой?
3. Подумайте, отражают ли ваши детские переживания обсуждаемую выше теорию о детско-родительских взаимоотношениях? Если так, скажите, что вы думаете об этой теории? Как изменилась бы ваша ситуация, если бы вы начали рассматривать испытываемое гомосексуальное влечение, как кривое отражение здорового, нормального стремления к близкому общению с такой значимой фигурой одного с вами пола, как ваш отец или мать, и к определению себя через это общение?
4. Вы когда-нибудь испытывали сильное желание эмоционального единения с некоторыми

людьми одно с вами пола? Вы чувствовали увлечённость некоторыми представителями своего пола – желание получить их одобрение или чувство, словно вам необходимо быть рядом с ними? Это чувство увлечённости когда-нибудь приобретало сексуальную окраску? Если вы размышляете над вашими ответами на эти вопросы, видите ли вы в них какой-то общий смысл? Какие само-определяющие отождествления вы проводите? Как эти отождествления отражают ваши убеждения и предположения касательно вашей сексуальной идентичности? Вы могли бы провести какие-то другие отождествления, которые находились бы в согласии с вашими жизненными целями?

5. Если в прошлом вы испытали сексуальное насилие, то как вы определили бы себя сегодня: как Жертву насилия или как Пережившего насилие? Можете ли вы сказать, что уже вышли за рамками простого «Пережить» и пошли дальше? Какое слово вы могли бы в таком случае использовать, чтобы передать свои ощущения? Благоденствие? Какие другие слова приходят на ум? Если же вы находитесь в процессе движения от Жертвы к Пережившему, то какие шаги вы можете предпринять, чтобы двигаться в этом направлении? Определите конкретные и практические достижения, которые вы имеете на текущий момент. Что вы можете сделать сегодня, чтобы продолжать идти по пути исцеления?

### Рабочая страница 6.1. Интенсивность сексуального влечения

*Указания:* На каждой шкале отметьте, пожалуйста, число, которое лучше всего отражает ваш текущий уровень соответствующего сексуального влечения.

10 Сильное гетеросексуальное влечение

9

8

7

6

5

4

3

2

1 Полное отсутствие гетеросексуального влечения

10 Сильное гомосексуальное влечение

9

8

7

6

5

4

3

2

1 Полное отсутствие гомосексуального влечения

### Рабочая страница 6.2. Само-определение

Пожалуйста, определите 2-3 главных аспекта вашей идентичности – каким вы сами себя видите на ТЕКУЩИЙ момент. Также отметьте идеальный вариант вашего определения по отношению к себе.

- Гей / Лесбиянка / Бисексуал
- Гетеросексуал (Натурал)
- Экс-гей
- Экс-экс-гей
- Верующий (христианин, иудей, мусульманин и т.д.)
- Мужественный / Женственный (поло-ролевая идентичность)

Пожалуйста, определите 2-3 главных аспекта вашей идентичности – как вы заявляете о себе другим людям на ТЕКУЩИЙ момент. Также отметьте идеальный вариант вашего определения по отношению к другим.

- Гей / Лесбиянка / Бисексуал
- Гетеросексуал (Натурал)
- Экс-гей
- Экс-экс-гей
- Верующий (христианин, иудей, мусульманин и т.д.)
- Мужественный / Женственный (поло-ролевая идентичность)



<input type="checkbox"/> Другое (пожалуйста, уточните): <hr/> Что эти идентичности значат для вас?  Текущее само-определение: <hr/> <hr/> Идеальное само-определение: <hr/> <hr/>	<input type="checkbox"/> Другое (пожалуйста, уточните): <hr/> Что эти идентичности значат для вас?  Текущее само-определение: <hr/> <hr/> Идеальное само-определение: <hr/> <hr/>
--	--

**Рабочая страница 6.3. Управление сексуальной идентичностью (само-определение перед самим собой и перед окружающими)**

Как вы определяете себя перед самим собой? Ответьте, пожалуйста, на данный вопрос, основываясь на каждой из категорий, перечисленных ниже. Затем пронумеруйте их (от 1 до 3) следующим образом: 1 - самый важный аспект само-определения, 2 - следующий наиболее важный аспект само-определения, и 3 - следующий наиболее значимый аспект само-определения.

На текущий момент

- Раса: «Я чернокожий / белый / азиат».
- Пол: «Я мужчина / женщина».
- Сексуальная ориентация: «Я гомо- / гетеросексуал»
- Религиозные взгляды: «Я христианин».
- Происхождение: «Я американец».
- Национальность: «Я пуэрториканец»
- Другое (пожалуйста, уточните): «Я \_\_\_\_\_».

Идеальный вариант

- Раса: «Я чернокожий / белый / азиат».
- Пол: «Я мужчина / женщина».
- Сексуальная ориентация: «Я гомо- / гетеросексуал»
- Религиозные взгляды: «Я христианин».
- Происхождение: «Я американец».
- Национальность: «Я пуэрториканец»
- Другое (пожалуйста, уточните): «Я \_\_\_\_\_».

Как вы определяете себя перед окружающими (членами семьи, друзьями, коллегами)? Ответьте, пожалуйста, на данный вопрос, основываясь на каждой из категорий, перечисленных ниже. Затем пронумеруйте их (от 1 до 3) следующим образом: 1 - самый важный аспект само-определения, 2 - следующий наиболее важный аспект само-определения, и 3 - следующий наиболее значимый аспект само-определения.

На текущий момент

- Раса: «Я чернокожий / белый / азиат».
- Пол: «Я мужчина / женщина».
- Сексуальная ориентация: «Я гомо- / гетеросексуал»
- Религиозные взгляды: «Я христианин».
- Происхождение: «Я американец».
- Национальность: «Я пуэрториканец»
- Другое (пожалуйста, уточните): «Я \_\_\_\_\_».

Идеальный вариант

- Раса: «Я чернокожий / белый / азиат».
- Пол: «Я мужчина / женщина».
- Сексуальная ориентация: «Я гомо- / гетеросексуал»
- Религиозные взгляды: «Я христианин».
- Происхождение: «Я американец».
- Национальность: «Я пуэрториканец»
- Другое (пожалуйста, уточните): «Я \_\_\_\_\_».

**Рабочая страница 6.4. Взаимоотношения с отцом**

Оцените, насколько вы были эмоционально близки со своим отцом в то время, когда вам ещё не исполнилось 15 лет:

1.           0       1       2       3           4       5       6       7           8       9       10  
          Не близки                                   Умеренно близки                                   Очень близки

Опишите ваши отношения с отцом в этот период (обратите внимание на чувство близости, эмоционального общения, единения, эмоциональных границ и привязанности):

---

---

---

Оцените степень эмоциональной близости между вами и вашим отцом на текущий момент:

2.           0       1       2       3           4       5       6       7           8       9       10  
          Не близки                                   Умеренно близки                                   Очень близки

Опишите ваши текущие отношения с отцом (обратите внимание на чувство близости, эмоционального общения, единения, эмоциональных границ и привязанности):

---

---

---

### Рабочая страница 6.5. Взаимоотношения с матерью

Оцените, насколько вы были эмоционально близки со своей матерью в то время, когда вам ещё не исполнилось 15 лет:

1.           0       1       2       3           4       5       6       7           8       9       10  
          Не близки                                   Умеренно близки                                   Очень близки

Опишите ваши отношения с матерью в этот период (обратите внимание на чувство близости, эмоционального общения, единения, эмоциональных границ и привязанности):

---

---

---

Оцените степень эмоциональной близости между вами и вашей матерью на текущий момент:

2.           0       1       2       3           4       5       6       7           8       9       10  
          Не близки                                   Умеренно близки                                   Очень близки

Опишите ваши текущие отношения с матерью (обратите внимание на чувство близости, эмоционального общения, единения, эмоциональных границ и привязанности):

---

---

---

### Рабочая страница 6.6. Какие установки вы переняли?

*Указания:* Мысленно вернитесь к своим родителям и к тем людям, которые, возможно, сообщили вам что-то важное о значении слов «быть мужчиной» и «быть женщиной». Определите, что именно вы восприняли из этих источников: что они говорили, о чем умалчивали, что делали и чего никогда не делали?

Из общения с отцом

О том, что означает быть мужчиной...

О том, что означает быть женщиной...

Из общения с матерью

О том, что означает быть мужчиной...

О том, что означает быть женщиной...

Из \_\_\_\_\_

(общения с членами церкви, с друзьями, из фильмов, из средств массовой информации и т.д.)

О том, что означает быть мужчиной...

О том, что означает быть женщиной...

### Рабочая страница 6.7. В поисках близости

Указания: Подумайте о каком-нибудь человеке в вашей жизни (одного с вами пола, не из числа родственников), с которым вы хотели бы ощущать более глубокое чувство эмоциональной близости и единения. Пожалуйста, оцените (а) своё желание эмоциональной близости с этим человеком, (б) степень испытываемой вами увлечённости (или настойчивое желание находиться рядом с ним), и (в) масштаб, в котором испытываемая увлечённость приобретает сексуальную окраску.

Желание быть эмоционально близким с \_\_\_\_\_.

А. 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
Нет желания Умеренное желание Сильное желание

Опишите:

---

---

---

Степень, в которой я испытываю увлечённость \_\_\_\_\_ (или настойчивое желание находиться рядом с ним):

Б. 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
Не настойчивое Умеренно настойчивое Очень настойчивое

Опишите:

---

---

---

Масштаб, в котором в котором испытываемая увлечённость \_\_\_\_\_  
приобретает сексуальную окраску.

В. 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
Не приобретает Средне Очень сильно

Опишите:

---

---

---

## Глава 7. Жизнь и практическое богословие святости

### Понятие святости

Вы когда-нибудь пробовали соблюдать диету? Возможно, вы пытались отказаться от сладкого на некоторое время или в течение нескольких недель снижали потребление углеводов. Может быть, вы пробовали сократить количество приёмов пищи. Хотя вы часто слышали о дюжинах новейших диет, которые «действительно работают», теперь вы сильно сомневаетесь в существовании какой-либо фиксированной программы, которая будет эффективной в вашем случае. Другими словами, вы начали понимать, что такой вещи как «действительно работает» не существует, когда речь заходит об успешном похудении.

Большинство экспертов по питанию сегодня согласны с тем, что люди лучше всего проявляют заботу о своём здоровье, когда говорят «нет» модным диетам и «да» – изменению образа жизни. Диета предполагает нечто формальное – будто существует простая формула, которой вы можете следовать, чтобы «сбросить лишние килограммы». Изменение образа жизни предполагает, что все те вещи, из которых ваша жизнь состоит, необходимо пересмотреть в свете вашей цели позаботиться о своём теле. В каком-то смысле, это сложнее. Это мероприятие из разряда гораздо более долгосрочных, по сравнению с тем, чтобы просто отказаться от ужина или «зарезать» углеводы. Но это и легче – в том смысле, что однажды решив позаботиться о своём теле и переработав для этого свою жизнь, вы находите определённый ритм, согласованный с новыми моделями поведения. Это не означает, что вы сразу становитесь свободным от искушений или от эпизодических падений – нет, но это действительно означает, что в вашу повседневную жизнь и в еженедельные дела можно внести изменения, в результате чего на передний план выйдет ваше здоровье, а не бесконтрольное желание есть всё подряд в любое время дня и ночи.

Подход, который мы представляем в этой книге – это не «программа», которой вы следуете в течение нескольких недель или месяцев. Сейчас мы переходим к последнему важному элементу из тех, которые мы нашли наиболее полезными для людей, сражающихся с гомосексуальным влечением и стремящихся к изменениям. Поэтому мы хотим отметить, что мы выступаем за *процесс*, а не за программу. Мы не призываем вас просто делать некоторые вещи по-другому в течение нескольких недель или месяцев – мы в гораздо большей степени говорим о той траектории, по которой движется ваша жизнь.

Всё это будет становиться более понятным и ясным по мере вашего знакомства с идеей *святости*, поскольку наивысшая точка святости (*прославление*) по большей части ощущается в жизни вечной. Вы сами всё увидите: по мере приближения к святости мы обнаруживаем, что наши взаимоотношения начинают всё более и более соответствовать слову Шалом (справедливость и мир). Конечно, между людьми не сразу завязываются взаимоотношения, которые описываются этим словом. Но в данной главе мы покажем, что вечность начинается

здесь и сейчас, и что вы можете целенаправленно поместить свою жизнь в контекст Божьего замысла о том, каким Он видит вас сегодня и каким Он видит вас в свете вечности. Для начала, давайте разберёмся с тем, как действует святость; затем мы перейдём к идее о Шаломе.

## **Практическое богословие святости**

Что такое практическое богословие святости? По сути, это конкретный способ думать о том, что Бог делает в вашей жизни. Это вещь *практическая*, потому что мы концентрируем внимание на конкретных путях того, как человеку возрасти духовно, как ему мыслить и вести себя в отношениях. Это практическое *богословие святости*, потому что мы говорим о том, что значит жить честно пред Богом в свете продолжающихся гомосексуальных влечений. Стяжание святости это христианская идея, которая связана с тем, что значит сделаться святым; это процесс, в котором человек «отводит себя» для целей Бога. Люди, которых влечёт эта идея, по сути, принимают решение жить свою жизнь, основываясь на определённых убеждениях и ценностях: на убеждениях, согласующихся с их верой и, возможно, с религиозным – в данном случае христианским – изначальным учением о Божьем замысле о сексуальном поведении. В случае христианства это учение говорит о соблюдении верности в гетеросексуальном браке и о воздержании вне брака.

Если такое описание соответствует вашим личным убеждениям, то вы не одиноки. Есть много христиан из католических, православных или, например, евангелистских общин, которые стараются привести в порядок свою внутреннюю и внешнюю жизнь и «верой и правдой работают со своим влечением к представителям своего пола в согласии со стройным учением Священного Писания»<sup>1</sup>. В этой связи особенно важно слышать голоса тех христиан, кто по-прежнему испытывает гомосексуальное влечение и при этом воспринимает данное обстоятельство как средство, через которое Бог являет свою благодать и милосердие.

Позвольте заметить, что это не вопрос отказа от какого-то удовольствия или наслаждения – вещь, более далёкую от истины с христианкой точки зрения, сложно даже представить. Ведь характер желаний и удовольствий, которые нам сегодня предлагаются, едва ли может являться тем, из чего состоит христианство. Мы можем надеяться и желать радости и мира, но какого рода? К.С. Льюис в своём эссе *Бремя славы* отмечает:

...кажется, что Господь наш находит наши стремления не слишком сильными, а слишком слабыми. Мы существа с половинчатым сердцем – гоняемся за выпивкой, сексом и успехом, в то время как нам предлагается бесконечная радость. Мы словно невежественный ребёнок, который хочет и дальше лепить из грязи куличики в трущобах, потому что не может вообразить, что скрывается за предложением съездить на выходные к морю. Нас так легко удовлетворить.<sup>2</sup>

Критики могли бы сказать: «Ну вот. Явился ещё один христианин, который обещает награды в жизни грядущей и отвергает удовольствия земной жизни». Но это неверная интерпретация – Льюис смотрел на мир иначе. Как он отмечал, тот факт, что христианина ожидают небеса, вовсе не «привязан просто к трудам» – к послушной жизни, например – но наградой являются «сами труды в своём полном завершении»<sup>3</sup>. Он продолжает:

Те, кто достигли жизни вечной и зрят Господа, несомненно, очень хорошо понимают, что это не плата и не компенсация – это полнота завершения их земного ученичества и следования за Христом; но мы, которые ещё не достигли этого, не можем понимать этого в такой же мере. И вообще никак не можем даже начать понимать это, разве лишь путём продолжения нашего послушания и поиска награды за это послушание в нашей возрастающей силе желать высшей награды.<sup>4</sup>

Другими словами, полный контекст христианской жизни связан с вечностью. Это не значит, что мы кое-как продираемся через эту жизнь, а затем после смерти наслаждаемся небесной славой. Наоборот, всё то, что мы делаем в нашей земной жизни как ученичество – которое включает в себя послушание христианской сексуальной этике насколько для того по благодати, даруемой от Бога Духом Святым, хватает наших сил – всё это часть того, чем в его полном завершении мы продолжаем наслаждаться на небесах.

И так, что же такое *труды* и что такое их *завершение*? Наши *труды* – это послушание, ученичество, следование за Христом и стяжание святости. Это значит стремиться стать всё более и более подобным Христу. А *завершение* означает полностью уподобиться Христу в том прославлении, которое ожидает нас на небесах.

С точки зрения христианства, необходимо на практике уделить внимание развитию того, что Даллас Уиллард выражает словами «программа уподобления Христу»<sup>5</sup>. Возможно, вы встречали людей, которые носят браслеты с буквами WWJD? Это аббревиатура: *Как поступил бы Иисус?* (What Would Jesus Do? – прим. перев.). Эта фраза имеет непосредственное отношение к тому, что имеет в виду Уиллард, когда говорит о программе уподобления Христу, но при этом, как он сам дальше замечает, ответ на вопрос «*Как поступил бы Иисус?*» можно дать только с учётом того, как жил Иисус. С такой точки зрения, вопрос не в том «*Как Иисус поступил бы?*», а в том «*Как Иисус Жил?*» Это задаёт необходимую основу для программы уподобления Христу, и она содержит два ключевых элемента:

- Чёткое виденье ситуации перед лицом власти Небесного Бога Отца, проистекающей через Иисуса Христа, и
- Сопровождение человека в реальных ситуациях в его жизни, чтобы он мог на своём опыте ощутить понимание и поддержку.<sup>6</sup>

Первый из этих двух ключевых элементов касается того, чтобы ясно и с христианской позиции рассмотреть обстоятельства жизни человека: это значит взглянуть на его обстоятельства в контексте спасительного Божьего замысла. Этот первый элемент в сжатой форме отражает всё то, что мы до сих пор так долго обсуждали. Если вы хотите жить свою жизнь честно пред Богом в плане того, как вы понимаете христианскую сексуальную этику, то тогда вы должны рассматривать свою жизнь – ваши текущие обстоятельства, проблемы, искушения, падения, победы и т.д. – с точки зрения Бога и Его высшей власти над всем, что Он сотворил.

Второй ключевой элемент – это обращение за помощью к друзьям и членам семьи (а в некоторых случаях – к профессиональным консультантам или около-профессиональным группам поддержки), чтобы сопровождать вас на вашем пути и быть рядом с вами в вашей борьбе с гомосексуальным влечением. Также в своей книге Уиллард высоко оценивает пользу от классических духовных упражнений и предлагает использовать их, чтобы помочь реализовать программу уподобления. Эти упражнения включают личную молитву и активное участие в молитве совместной, соблюдение поста, уединение, служение другим и прочие подобные действия. Когда мы говорим о духовных упражнениях в контексте нашего подхода, мы хотим отметить, что духовные упражнения используются не для того, чтобы изменить ориентацию как таковую (хотя такое изменение может произойти по даруемой Господом благодати). Духовные упражнения «это практики которые так меняют нашу внутреннюю суть и её взаимоотношения с «Помощником» (*Утешителем, Заступником*), что мы действительно можем делать то, что должно, и избегать того, что не должно»<sup>7</sup>.

Это приводит нас к действию Святого Духа. Если вы согласны с тем, что Даллас Уиллард говорит о духовной жизни, тогда вы, наверно, согласитесь с тем, что Святой Дух «действует внутри нашей души и особенно нашего разума, выражает Слово Отца – Сына Божьего, Иисуса

Христа – и свидетельствует истинность Его Царствия»<sup>8</sup>. Если вы христианин, то в таком случае Дух Святой играет активную и жизненно важную роль в устройении вашей внутренней жизни и тех действий, которые начинают отображать природу этой внутренней жизни.

В этом подходе нет ничего нового. Он согласуется с изначальным учением Церкви о самодисциплине. Очевидно, такой взгляд приносит с собой и чувство благодарности за наше будущее. Если наше будущее находится в замкнутой системе причин и следствий и измеряется лишь тем, что мы накопили к концу жизни, то в таком случае неудивительно, что любой подход, призывающий к самодисциплине, становится непереносимым. Но если мы помним о том, что перед нами лежат две жизни – жизнь земная и жизнь будущая – которые, по словам Уилларда, обе надо правильно понимать как Царство Божие, то в таком случае мы будем жить в ожидании окончательного преображения мира и нас самих, и это будет иметь непосредственное отношение к тому, как мы живём сейчас.

Следующие предлагаемые действия опираются именно на такое понимание и имеют целью помочь вам развить в себе духовные основы практического богословия святости и восприимчивость к его раскрытию в вашей жизни.

### **Зоны борьбы**

Рассмотрим сначала ваши индивидуальные зоны борьбы. Майкл Мэнгис, коллега Марка, называет это «фирменными грехами». Это ваша индивидуальная система грехов и проблем – личная, неповторимая. Вы можете сказать: «Ну, ведь это очевидно. Я борюсь с гомосексуальным поведением и мыслями». Что же... Это достаточно честный ответ. Но вместо того, чтобы размышлять только о вашей борьбе с сексуальным влечением и поведением, попробуйте взглянуть на свои проблемы более широко. Подумайте о том, как каждый из нас борется с различными чувствами. Одним приходится бороться с комбинацией гнева, раздражительности и нетерпения. Другие скорее сражаются с комбинацией гордости и зависти. Третьи, возможно, пытаются справиться со смесью похоти и уныния. Какими отличительными чертами обладают ваши индивидуальные проблемы? Какие ваши фирменные грехи?

Одним из вариантов того, с чего можно было бы начать отвечать на этот вопрос – это прочитать главу из молитвослова Блаженного Августина (сборник молитв, принятый у англиков; православные читатели, полагаю, с той же целью могут использовать первую часть книги «Опыт построения исповеди» архим. Иоанна (Крестьянкина) или текст «Общей исповеди», например, из книги «Мы входим в храм» о. Михаила (Шполянского) - *прим. перев.*), где обсуждаются семь смертных грехов. Каждый из семи смертных грехов в дальнейшем подразделяется на ряд других более конкретных грехов, с которыми может бороться человек. По мере того, как вы читаете данный материал, попросите Господа помочь вам углубить ваше понимание своей индивидуальной проблемы. Когда вы начнёте с этим разбираться, постарайтесь найти скопления грехов, среди которых какие-то будут встречаться вам наиболее часто или отличаться особой силой.

Чтобы более глубоко разобраться с этими вопросами, заведите дневник и начните записывать в него ваши фирменные грехи и ваши размышления о том, что вы узнаете по мере чтения вышеуказанной книги и прочей связанной с ней литературы. Затем попытайтесь ответить на следующие вопросы: Что, на ваш взгляд, особенно выделяется среди ваших размышлений о прочитанном? Заметили ли вы какие-то конкретные темы, и связаны ли с ними какие-то определённые зоны борьбы? Опишите историю вашей борьбы в этих зонах: Что вы уже сделали в прошлом, чтобы со всем этим разобраться? Каким образом всё, что вы заметили, связано с вашими жизненными целями?

## **Злое вожделение**

Одной особенной зоной борьбы, на которую указывают некоторые люди, пытающиеся преодолеть влечение к представителям своего пола, является «злое вожделение». Это может показаться вам удивительным. Не так много людей знакомо с этим термином, поэтому давайте потратим некоторое время на то, чтобы лучше понять это чувство само по себе. Злое вожделение – это «форма извращённого, неприемлемого или недопустимого желания, направленного на чужое имущество или собственность, или даже на другого человека».<sup>9</sup> Это сильное желание завладеть теми чертами и качествами, которые вы находите у других. Некоторые люди, испытывающие гомосексуальные влечения, говорят в таком случае о присутствии сильного, искажённого желания получить качества или характеристики других представителей своего пола. Например, Сэм говорил о желании обладать теми же мужскими чертами, которые он видел в других мужчинах, в том числе их телосложением, уверенностью и решительностью. Он обнаружил, что эти качества привлекают его в других мужчинах, и предположил, что именно чувство злого вожделения играло значительную роль в испытываемом им гомосексуальном влечении.

Такой вид злого вожделения вы можете испытывать, а можете и не испытывать. Если испытываете, то используйте Рабочую страницу 7.1, чтобы понять смысл ваших ощущений – определите желанные для себя черты и качества, которые вас привлекают в других представителях своего пола. Снова заметим, что у вас может и не быть этого чувства. Но если оно есть, то оно может оказаться реальной проблемой для вас. При этом у вас может присутствовать некоторое стремление обладать качествами других людей, но, возможно, вы никогда не думали об этом как о злом вожделении. Нам бы хотелось, чтобы выбранная нами формулировка – злое вожделение – не вводила вас в ступор. Некоторые люди описывали это как сильное желание «поглотить, пожрать» других – полностью принять в себя те качества, которые по вашим ощущениям у вас отсутствуют. В контексте нашего разговора о практическом богословии святости, мы предпочитаем использовать фразу «злое вожделение» в основном из-за духовных оттенков заблуждения, связанного с испытываемым чувством отсутствия у вас всех тех или иных желанных черт или качеств.

Когда вы станете выписывать «вожделенные» для вас черты или качества других людей, начните определять затруднения, которые мешают вам внести изменения в этой зоне борьбы, и поразмышляйте о путях к устранению этих затруднений. Помните наш предыдущий разговор об Альберте и определении имеющихся у него затруднений и возможных путей решения? Если вам нужно освежить в памяти подробности определения и устранения затруднений, то вы можете вернуться к соответствующему разделу Главы 5.

## **Навстречу преданности**

Следующее понятие зачастую связано со святостью, особенно у людей, имеющих проблемы в вопросах сексуального характера. Это преданность. Слово «преданность» напоминает нам о *верности*. Преданность – это определённый вид верности, который мы имеем в браке, в нашем призвании (в нашем предназначении), в дружбе, в отношениях с Богом и в каких-то других вещах. Но в то же время преданность – это нечто большее, чем статичная верность; она включает в себя творчество и труд, благодаря чему наши текущие отношения и наше призвание постоянно преображаются и обновляются.<sup>10</sup>

Прочитайте историю о верности в Священном Писании – она находится в книге пророка Осии 2:21-22 – и некоторое время поразмышляйте о том, как сильно Бог предан Своему народу (в книге пророка Осии отношение Бога к Своему народу раскрывается через образ любви и преданности мужа своей неверной жене – *прим. перев.*). После прочтения этой истории



откройте Рабочую страницу 7.2 и попробуйте подумать о своей верности: кому или чему вы призваны быть верным – например, Богу, вашему супругу (если вы в браке), детям (если они у вас есть) и т.д. Для того чтобы понять практическое значение преданности, вы могли бы начать размышлять о ней как о реальной вещи – как о предмете в комнате, на который вы можете указать и подумать: Какие требования преданность накладывает на вас прямо сейчас в таких упомянутых вами областях жизни, как отношения с супругом? Что для вас затрудняет достижение большей преданности в этих областях? Другими словами, мы полагаем, что достигнуть преданности трудно, и что вы столкнулись с определёнными вещами (внутренними или внешними), которые препятствуют этому. В таком случае, существуют ли у вас другие варианты того, как разобраться с этими затруднениями – в процессе размышления о «творческой преданности» или продолжающегося преобразования или обновления вашей верности в конкретных отношениях?

### ***По направлению к целомудрию***

Ещё одно важное слово – это целомудрие. *Целомудрие* подразумевает быть верным Божьему замыслу о человеческой сексуальности и сексуальном поведении, включая преданность в браке и воздержание вне брака. Целомудрие – это «ответственное с нравственной точки зрения упражнение человеческой сексуальности в человеческом обществе. Быть целомудренным – это быть нравственно безупречным, относиться честно и беспристрастно, с почтением и уважением к себе и своим ближним как к личностям, носителям образа Божия... [Целомудрие] это чистота сердца и человеческая целостность, с которыми мы должны относиться к себе и друг к другу, как дети Божьи, призванные всё делать во имя любви».<sup>11</sup>

Когда вы начнёте размышлять о том, что значит жить целомудренной жизнью, воспользуйтесь Рабочей страницей 7.3: попробуйте определить три вещи, которые вам необходимо поменять в своей жизни для того, чтобы жить более целомудренно. Что удерживает вас от внесения конкретных изменений, способствующих целомудрию? Снова отметим, что эти вещи, стоящие на пути, действуют как препятствия. Поразмышляйте о конкретных действиях, которые могли бы помочь вам устранить эти затруднения.

### ***Прощение***

Другой значительный шаг в практическом богословии святости – это получение прощения и свободный дар прощения другим. Прощение – это «взаимное понимание того, что раскаяние одной или обеих сторон является истинным и что правильные взаимоотношения восстановлены или достигнуты. Три условия прощения включают: восстановление чувства любви, проработку боли, гнева и отчуждения, а также открытость для подобающих взаимоотношений в будущем...»<sup>12</sup> Два первых аспекта прощения возможно являются самыми важными, то есть, ощущение восстановления чувства любви по отношению к человеку, которого прощают, и проработка негативных эмоций, которые делают этот процесс сложным. Открытость для взаимоотношений в будущем уже связана с примирением.

Подумайте о приведённом выше определении прощения. На каком этапе вы находитесь в процессе прощения самого себя? Используя Рабочую страницу 7.4, попробуйте определить три вещи, в которых вам следует что-то изменить, чтобы простить себя. Какие конкретные вещи особенно затрудняют этот процесс? Что именно препятствует прощению? Какие конкретные шаги вы можете предпринять, для того чтобы устранить эти затруднения?

Давайте рассмотрим пример прощения себя. Мэри раз в неделю приходила на консультацию к Лори, чтобы обсуждать вопросы, связанные с испытываемым гомосексуальным влечением и поведением. В одну встречу Мэри начала разговор со слов о том, что она очень злится на себя.

«Как я могла снова это сделать?» – повторяла она себе. Было видно, что она достаточно сильно расстроена из-за недавнего сексуального контакта с подругой. Будучи спрошенной, чувствует ли она прощение от Бога и простила ли она себя, Мэри сказала: «Как же я могу простить себя? Ведь я понимала, что делаю!»

Во время консультации Лори помогла Мэри определить ряд мыслей, которые затрудняли для неё процесс прощения себя, такие как: «Мне следовало знать», «Я осознавала, что делаю, и не остановила себя», «Я хотела заняться с ней сексом». Во время разговора прояснились некоторые конкретные вещи, которые не давали Мэри простить себя. Первоначально Мэри думала, что в данной ситуации она была ответственна не только за свой грех, но и за грех подруги. Должность в местном служении также затрудняла для Мэри прощение.

Работа с Мэри по устранению затруднений, удерживающих её от прощения себя, заняла некоторое время. Мэри узнала, что испытывает внутренний конфликт, связанный с её поведением. Одна «часть» Мэри знала, что её поведение неправильно, но другая её «часть» наслаждалась той близостью, которую она через такое своё поведение получала. Пересмотрев свои чувства и мысли о прощении, Мэри смогла увидеть, что мыслила иррационально – это вело к чувству стыда и самоосуждению за то, каким человеком она является. Мэри описывала себя с позиции всё-или-ничего. «Я извращенка. Как я могу при этом быть Божьим чадом?» В конце концов, Мэри смогла простить себя и проанализировать модели поведения и поступки, которые привели к сексуальным контактам с подругой. Опыт Мэри определённо извлекает на свет лишь некоторые из многих проблем, с которыми люди сталкиваются в процессе размышлений о том, что значит простить самих себя и принять прощение от Бога.

Теперь давайте снова вернёмся к определению прощения и поразмышляем о том, что означало бы простить кого-то из ваших близких. Для кого-то это будет один из родителей – отец или мать. Для кого-то это будет брат, сестра или другой член семьи. Также это может быть супруг. У вас могут быть проблемы с прощением близкого друга, священника, соседа или коллеги. На каком этапе вы находитесь в процессе прощения членов семьи или своих друзей? Попробуйте определить три вещи, которые вам следует изменить, для того чтобы простить конкретного человека. Определите те вещи, которые затрудняют вам внесение таких изменений. Какие ваши действия помогли бы устранить эти затруднения?

Давайте рассмотрим другой пример. Хелен пришла на терапию, намереваясь спасти свой брак. Недавно её муж был арестован за домогательства в мужском туалете в местном торговом центре. За последние два года это был уже второй такой случай. По словам Хелен, в первый раз она простила его. Но она сомневалась, сможет ли простить его снова. Хелен поняла, что ей трудно говорить с Джимом вежливо. Она заметила, что испытывает чувство презрения и гнева, часто кричит на него и оскорбляет во время ссор. Она хотела «поступить правильно» и простить Джима. Она считала это своим «христианским» долгом.

Что мешало Хелен простить Джима? А что произошло бы, если бы она его простила? На эти вопросы Хелен пыталась ответить по мере проработки своих сложных мыслей и чувств. Она думала о том, что сказали бы её родители, если бы она его простила. «Джим всё прекрасно понимал. Ему следовало думать головой! Он обещал мне, что этого больше не повторится». Хелен также задавалась вопросами по поводу своей женственности – из-за них она застряла в разрушительных моделях мышления и взаимоотношений. «Я женщина – что со мной не так? Почему Джим хочет кого-то ещё? Я его не удовлетворяю? Я заслуживаю гораздо большего!».

У Хелен – как и у многих других – были проблемы с прощением. Не будем забывать, что прощение – это совсем не то же самое, что попустительство или принятие поведения. То есть, это не вопрос попустительства или принятия со стороны Хелен поведения своего мужа.

Определение этапа, на котором она находилась в процессе прощения Джима, и тех затруднений, которые мешают ей проработать прощение, позволило Хелен взглянуть на сложившуюся ситуацию с другой стороны. Она начала систематично отслеживать мысли и чувства, разжигающие её непрощение. В какой-то момент Хелен смогла определить те вещи, которые ей было необходимо изменить, чтобы простить Джима, и конкретные шаги, которые могли помочь ей в этом процессе. Некоторые из шагов оказались предельно простыми: например, сделать короткий перерыв и успокоиться, если во время разговора с Джимом она чувствует, что сердце начинает биться быстрее.

## **Молитва**

Молитва тоже очень важна с точки зрения практического богословия святости. Молитва – это ваш разговор с Богом. К молитве можно подходить очень по-разному, и мы просто предлагаем вам сделать молитву постоянной практической частью вашей жизни. Один из возможных способов начать молиться – это условно разделить время молитвы на четыре части: *восхваление* Господа, *исповедание* проблемных областей и каких-то конкретных случаев внутренней борьбы, *благодарение* и *просьба* о помощи. Начните с восхваления Бога за то, кто Он есть. Здесь вы могли бы сосредоточиться на таких качествах Бога, как Его благодать и доброта, или Его верность и милосердие.

Далее подумайте о проблемных областях, которые вы находите в своей жизни. Это широкий круг «фирменных грехов», которые вы различаете всё более отчётливо. Также в это время можно исповедать конкретные случаи внутренней борьбы. Например, вы могли обнаружить, что у вас есть «фирменный грех», который включает эгоистичность, гордость и злое вожелание. Возможно, это ваше «фирменное» скопление грехов. Вместе с этим вы можете исповедать какой-то конкретный эпизод. Например, недавно во время общения с другом вы слишком сосредоточились на себе и из-за этого упустили возможность явить в жизни вашего друга свою любовь и поддержку. По сути, в этой части молитвы вы исповедуете те пути, встав на которые, вы отошли от Божьей воли о вас.

Затем уделите время благодарению Бога за всё то множество вещей, которое Он вам даёт. Для некоторых людей это может быть благодарность за личное здоровье и работу, за отношения в семье, за общение с друзьями и т.д. Конечно, это сфера чувств, и мы понимаем, что на данный момент у вас могут быть проблемы в отношениях с какими-то конкретными людьми. Может быть, ваши родители отвергли вас, когда узнали, что вы испытываете гомосексуальное влечение. Возможно, для вас будет полезно принять решение всё же благодарить Бога за встретившихся в вашей жизни людей, даже если эти люди относятся к вам не так, как того хотел бы Господь. Вы можете более подробно остановиться на этом, когда будете просить Бога помочь вам восстановить разладившиеся отношения, но сейчас важно выразить искреннюю благодарность за всё, что Бог даёт вам.

Наконец, позвольте Богу узнать, в чём вы нуждаетесь, и также помолитесь о нуждах других людей. Прислушивайтесь к любым ответам – важно помнить, что Бог всегда остаётся верен нам и отвечает на наши молитвы.

Разобравшись с нашим пониманием святости и её практическим значением для тех, у кого есть проблемы с гомосексуальным влечением, мы переходим теперь к идее о Шаломе. Ранее мы сказали, что с приближением святости будет усиливаться наше ощущение Шаломы. Но для начала нам надо более внимательно изучить, что это значит, и определить конкретные шаги для возвращения взаимоотношений, характеризующихся через Шалом.

## **Жизнь в Шаломе**

Шалом это древнееврейское слово, связанное с радостью от взаимоотношений, для которых характерны справедливость и мир. В своей книге *Пока справедливость и мир не объемлют* христианский философ Николас Уолтерсторфф определяет Шалом как возможность развиваться в ваших отношениях, наслаждаться взаимоотношениями с самим собой, с другими людьми, с Богом и с окружающим миром.<sup>13</sup> Это больше, чем просто свобода от конфликтов, когда две нации сосуществуют в период мира. Можно рассмотреть более конкретный пример – на Ближнем Востоке сегодня продолжается тяжёлый конфликт между некоторыми народами. Даже если мирные переговоры приведут к прекращению огня, скажем ли мы, что эти народы живут в Шаломе? Нет. Прекращение огня может покончить с насилием (с негативным аспектом того, как эти народы выстраивают отношения), но это не обязательно обеспечит Шалом (позитивный аспект того, как эти народы могут выстраивать отношения). Другими словами, два народа не начнут жить в Шаломе только из-за того, что они освободились от войны; скорее наоборот, это их опыт Шалом даёт им возможность действительно развиваться в их отношениях на межгосударственном уровне. То же самое относится и к вашим отношениям. Независимо от того, говорим ли мы о ваших отношениях с самим собой, с другими людьми или с Богом – простое отсутствие у вас открытого конфликта с кем-нибудь вовсе не означает, что вы ощущаете Шалом.

Теперь давайте подумаем, что означает жить в Шаломе, когда это касается вашей проблемы гомосексуальных влечений.

### ***С самим собой***

Многие из тех, кто испытывает гомосексуальные влечения и желает каким-то образом это изменить, не ощущают радости в отношении самих себя. Критики христианской сексуальной этики скажут: «Конечно! Никакой радости в отношениях с самим собой вы получить не сможете! Потому что вы сами себя обманываете. Вы отказываетесь принять свою гей-идентичность и открыто заявить о себе!» Напомним, однако, что вы гораздо больше, чем совокупность ваших гомосексуальных влечений. И что наша культура и наше время – единственные культура и время в мировой истории, когда люди проводят само-определяющее отождествление «Я гей». Также напомним, что вы честны с собой в том, что испытываете гомосексуальное влечение. Вы не отрицаете этого, но в ответ на конкретные свои влечения вы выбираете жить целомудренной жизнью таким образом, чтобы ваши поступки соответствовали вашим ценностным установкам и вере в определённый Божий замысел о человеческой сексуальности.

В то же время мы хотим отметить, что у некоторых людей, испытывающих гомосексуальное влечение, действительно есть проблемы с самооценкой. Их может мучить чувство вины за отдельные поступки, они могут просить прощения за какие-то конкретные случаи падений... Даже если они получают прощение, у них всё равно могут быть проблемы с более глубоко запрятанным чувством личного стыда. Этот стыд связан с ощущением гомосексуальных влечений, как некой характеристики всей личности человека. Если вы считаете, что ваши гомосексуальные влечения свидетельствуют о том, кто вы как личность, тогда у вас могут возникать большие проблемы с чувством стыда, когда вы придерживаетесь христианской сексуальной этики по части гомосексуального поведения. Другими словами, если у вас с этим проблемы, то вы можете обнаружить, что слишком часто склонны осуждать не какие-то отдельные свои действия, а *всего себя целиком*.

Если это отражает имеющиеся у вас проблемы, то мы можем поделиться с вами некоторыми соображениями, которые могут вас воодушевить. По нашему опыту, люди не выбирают, испытывать ли им гомосексуальное влечение. За все годы консультаций мы ни разу не сталкивались с людьми, которые начали испытывать гомосексуальное влечение по

собственному желанию. Наоборот, большинство людей, у которых есть проблемы в этой области, просто-напросто обнаруживают, что испытывают подобные влечения. Как вам возможно известно, некоторые само-определившиеся геи используют этот факт в спорах о нравственных обоснованиях гомосексуального поведения. Они утверждают, что люди не выбирают свои влечения, и поэтому не могут нести ответственность за связанные с ними действия. Однако, такое объяснение ошибочно. Вероятно, вы знаете множество людей, испытывающих чувства, которые они никогда себе не выбирали, но вместе с тем эти люди должны решать, что с этими чувствами делать. Таким образом, мы не согласны, когда кто-то оправдывает гомосексуальное поведение отсутствием выбора в плане испытываемых влечений. Но мы считаем, что отсутствие выбора влечений при всём том вызывает в нас огромное чувство сопереживания тем людям, которые всё же сражаются с гомосексуальным влечением. Среди всех чувств и влечений, с которыми человеку приходится бороться, безусловно, гомосексуальное влечение является одним из самых сложных.

И так, Бог не меняет своих нравственных норм, но вместе с тем Он не меняет и Своей любви к вам. Нам кажется, что Бог явно и недвусмысленно соотносит Себя с вами в вашей человечности, и на вашем жизненном пути Он желает встретиться с вами там, где вы сейчас находитесь, даже если на данном этапе жизни вы испытываете гомосексуальное влечение. Эти влечения могут не отражать Божий замысел о человеческой сексуальности и её сексуальном выражении, но эти влечения были выбраны не вами, и вам не нужно ни определять себя через них, ни испытывать чувство стыда за само их существование. Как мы уже отмечали, причины возникновения гомосексуальных влечений меняются от человека к человеку – они могут вовлекать несколько факторов, вклад каждого из которых будет разным для разных людей. Нет никаких указаний на то, что за какой-то из этих факторов вам должно быть стыдно. Если вы, будучи взрослым, по доброй воле участвовали в каких-то гомосексуальных действиях, то тогда, возможно, существуют поступки, за которые вы жаждете получить прощение. Но всё это отдельные случаи, которые достаточно сильно отличаются от самих влечений. Даже если ваше участие во всём этом происходило на протяжении нескольких лет, и вы долгое время состояли в каких-то периодических отношениях, вы всё равно находитесь в пределах досягаемости благодатного Божьего голоса.

По нашему мнению, если ваше гомосексуальное влечение сохраняется, вам не нужно за это просить у Бога прощения, за исключением тех случаев, когда вы осознаёте, что какими-то действиями потворствуете этим влечениям. В то время как многие продолжают двойственно относиться к своим гомосексуальным влечениям (например, ищут возможность удовлетворить их через фантазии и параллельно с этим часто испытывают чувство вины за такие действия), среди тех, кто стремится к изменениям, практически никто не пытается потакать своим влечениям в той мере, в какой это делают люди, принимающие гей- или лесби-идентичность.

Существуют и другие возможные пути, как помочь себе разобраться со своей склонностью испытывать стыд. Многие из них связаны с развитием системы поддержки со стороны достаточно зрелых друзей и с возрастанием в ваших отношениях с Богом. Поэтому мы переходим к обсуждению этих двух областей в той мере, в какой отношения в них по замыслу Бога должны характеризоваться через Шалом.

### ***С другими людьми***

Существуют очевидные связи между радостью по отношению к себе и радостью во взаимоотношениях с другими. Действительно, многие верят, что человеку сначала необходимо принять самого себя, прежде чем он в должной мере сможет кого-то полюбить. В современном понимании эти слова очень часто приводят к достаточно узкому взгляду на любовь. В большинстве случаев их смысл сводят, по сути, к самореализации – в современном понимании

это очень узко, потому что имеет мало общего с воплощением Божьего замысла о том, каким вам быть. На месте замысла мы обнаруживаем некую форму эгоизма, повышенное внимание к своему Я и к его удовлетворению, так что люди в значительной мере гонятся за тем, что доставляет им удовольствие, и избегают того, что причиняет боль. Но слово Шалом призывает вас к радости в отношениях с самим собой, с другими людьми и с Богом – к тому, чтобы ваша самореализация стала воплощением ваших возможностей во взаимоотношениях с другими людьми в глазах Бога. Он считает это Своим лучшим замыслом о вас в плане ваших отношений.

Действительно, в отношении испытываемого вами гомосексуального влечения многое из того, о чем мы до сих пор писали, было сосредоточено на достижении и поддержании целомудрия в отношениях с другими. Хоть это и может быть дверью, которая открывается в Шалом, само по себе это Шаломом не является. Но каким образом целомудрие может быть связано с самореализацией? Разве целомудрие не является негативной категорией? Не лишает ли оно меня сексуальной близости? По правде, во всех или почти во всех взаимоотношениях, которые у вас сейчас есть, целомудрие является целью каждого человека, который стремится жить честно перед Богом и в согласии с Его открытым замыслом о сексуальной этике. Но мы делаем христианскую сексуальную этику несправедливой, если даём целомудрию негативное определение. Правильное понимание целомудрия требует правильного понимания слова *любовь*.

Чтобы понять значение слова *любовь*, нам придётся ненадолго заехать на Аляску. Нам надо обсудить снег. Говорят, будто некоторые представители народа инуитов на Аляске используют более 17 слов для обозначения снега. Поскольку повседневная жизнь инуитов связана со снегом больше, чем мы можем себе представить, они настолько хорошо знакомы с ним, что «видят» множество различных вариантов текстуры, которых многие из нас не замечают. Никто не станет утверждать, что коренные американцы заимствовали это понятие откуда-нибудь из Теннесси, Вирджинии или Калифорнии. Действительно, мы могли бы много узнать у них о снеге.

Что-то похожее происходит, когда мы думаем о значении слова *любовь*. К сожалению, сегодня большинство людей в нашей культуре уравнивают любовь с сексом. Они говорят, что во время сексуального контакта «занимаются любовью». Но что они делают на самом деле, так это берут несколько разновидностей любви и урезают их до одного лишь такого выражения – до генитальной сексуальной активности. Не удивительно, что люди чувствуют себя «ограниченными» в любви из-за «узкой» христианской сексуальной этики, которая запрещает сексуальное поведение вне брака. Если сексуальное поведение является единственным или первостепенным выражением того, что значит дарить и принимать любовь, то тогда генитальная сексуальная активность обретает особое значение как *правильное* отражение подлинной человеческой природы.

Но христианам доступно понимание любви, которое далеко превосходит это узкое определение. На самом деле, любовь определяется не менее чем четырьмя способами в греческом языке:

*Эрос*. Первое слово, которое мы хотим рассмотреть – это *эрос*. Это слово, которое отражает своего рода сильное желание обладать другим, а также оно охватывает стремление к близости с другим человеком, нежное желание соединиться. От слова *эрос* происходит слово эротический. Вероятно, из-за того что наша культура узко сосредотачивается на сексуальном поведении как на выражении любви, мы чаще всего думаем о любви и близости, как о чём-то наиболее близко связанном с генитальной сексуальной активностью.

*Сторге*. Противоположностью эроса является *сторге*, греческое слово для обозначения любви, которое говорит что-то о привязанности среди членов семьи. Эта семейная любовь представляется в образе матери, которая заботится о ребёнке.

*Филео*. Очень распространённое слово для обозначения любви в Писании – *филео*. Это взаимная любовь между друзьями, которая обычно наиболее часто ощущается как дружеская привязанность. *Филео* выражается в проявлении заботы и внимания к другим в трудные моменты их жизни. Возможно, у вас есть хорошие друзья, с которыми вы близки, но этот тип любви – любви действительно полноценной и значимой – может теряться из виду при нынешнем повышенном внимании к любви эротической и к сексу.

*Агапе*. Последнее греческое слово и самое часто употребляемое слово для обозначения любви в Священном Писании это – *агапе*. Для такой любви характерно самопожертвование; в ней отражено стремление отдавать, стремление выстраивать с другими такие отношения, в которых человека любят не за его заслуги. Любовь-агапе обретает в другом человеке наивысшую ценность. Если вы любите человека любовью-агапе, то вы желаете для него самого лучшего, и ваша любовь раскрывается в желании что-то отдать, чем-то поделиться и чем-то пожертвовать. На самом деле, природа Самого Бога и есть то, что часто используется для определения *агапе* – что «Бог есть любовь», как мы читаем в Первом послании апостола Иоанна (4:8). Та любовь, которой мы наслаждаемся, будучи людьми, является доступной для нас благодаря тому, что такова природа Бог.

С помощью этого краткого курса греческого языка мы просто хотели помочь вам понять, что существует много разных вариантов того, как выражать любовь, заботу и стремление к близости в ваших отношениях с окружающими и как к этому относиться. Возможно, что вы – как, впрочем, и многие другие люди – под влиянием современной массовой культуры слишком рано сделали выводы о том, что такое любовь, и ограничили её проявление набором сексуальных действий, которые якобы позволяют проявлять любовь, но лишь так, как это подразумевается в известном выражении «заниматься любовью». Эта фраза не только вносит путаницу в сферу всех сексуальных переживаний – она вообще является искажением того, что значит чувствовать и выражать любовь во взаимоотношениях с самим собой, с другими и с Богом.

## **С Богом**

Поскольку людям, испытывающим гомосексуальные влечения, очень сложно пребывать в мирных отношениях – чувство стыда не даёт им быть в мире с самим собой, а узкое представление о любви и её выражении не позволяет быть в мире с другими – для них может оказаться чрезвычайно сложно ощутить мир в отношениях с Богом. Снова отметим: речь идёт не о том, что людям кажется, будто Бог не может или не желает прощать их за какие-то конкретные случаи падения. Многие люди, имеющие проблемы в определённых сферах жизни, стремятся получить прощение за свои поступки и получают его. В данном случае мы размышляем о готовности человека к тому, что Бог принимает его таким, каков он есть, даже если этот человек продолжает испытывать гомосексуальное влечение, несмотря на несколько лет консультаций или терапии. Есть ли в данном вопросе возможность для человека ощутить мир в своих отношениях с Богом, даже при наличии продолжающихся проблем с гомосексуальным влечением? Да.

Как к этому прийти? Начнём с того, что посмотрим на гомосексуальные влечения более широко. С христианской точки зрения все наши проблемы с желаниями, которые противоречат замыслу Бога о нас, являются просто отражением нашего падшего состояния. Когда мы поддаёмся этим желаниям, мы несём ответственность за наши действия. В данном контексте

действия включают в себя блудные помыслы и непосредственно сами поступки. Гомосексуальные образы и влечения могут впоследствии привести к греху, а именно, к блудным помыслам и определённым поступкам. То есть, вы не несёте никакой вины за испытываемые гомосексуальные влечения и за возникающие желания. Точно так же женщина, которая борется с сексуальными влечениями до замужества, не несёт ответственности за возникающие желания или влечения к другим мужчинам. Но она отвечает за то, мечтает ли она о других мужчинах, участвует ли она эмоционально или физически в каких-то любовных интригах с ними.

Таким образом, когда вы помещаете испытываемые вами влечения в более широкий контекст, вы можете увидеть, что не одиноки в своей беде. Вы относитесь к большой категории людей – а в реальности это вообще всё человечество – которые борются с различными проявлениями нашего падшего состояния. Тот факт, что ваша приходская или более широкая христианская община может объявить конкретно вашу проблему особенно постыдной или отвратительной, не меняет того, что все мы тем или иным образом допускаем промахи. Каждый из нас так устроен, и каждый по-особому борется со склонностью к греху. На самом деле вы можете помочь христианской общине увидеть её ответственность за тех христиан, которые борются с гомосексуальным влечением и в окружении своей приходской общины пытаются жить честно пред Богом. По нашему мнению, именно то, как церковь откликается (или не откликается) на проблемы христиан, борющихся с гомосексуальным влечением, вероятно и приводит к печальным последствиям: люди слишком рано делают выводы о том, что церковь может им предложить. В качестве наиболее жизнеспособной альтернативы они выбирают влиться в гей-сообщество, которое они рассматривают как готовое принять их в свете их текущих проблем.

### **Вопросы для самостоятельной работы:**

1. Каким образом размышление о ваших проблемах – в контексте вашего личного приобщения к святости – меняет ваш взгляд на испытываемые влечения? Конечно, вы никогда не можете знать наверняка о том, что происходит на небесах, но как вы думаете: как Бог участвует в вашей жизни в свете этих проблем?
2. Подумайте о том, что для вас означает испытывать радость в ваших отношениях с самим собой. Что вам приходит на ум? Чем «наслаждение в отношениях с самим собой» – как об этом говорится в данной главе – отличается от эгоизма или заикленности на себе?
3. Что означает ощущать радость во взаимоотношениях с другими людьми? Вы прежде никогда не думали о различных типах любви? Как данная глава расширила ваши представления о различных видах выражения любви?
4. Подумайте о ваших взаимоотношениях с Богом. Испытываете ли вы наслаждение в ваших с Ним отношениях? Как насчёт того, что ваши текущие проблемы мешают ощутить эту радость? Чего вам не хватает для того, чтобы ощущать больше радости от ваших взаимоотношений с Ним?
5. Чему вы можете научить свою приходскую и более широкую христианскую общину в плане того, что значит жить мужественно и честно пред Богом?

### **Рабочая страница 7.1. Злое вожделение**

Злое вожделение – это «форма извращённого, неприемлемого или недопустимого желания, направленного на чужое имущество или собственность, или даже на другого человека» (Исх.20:17; Втор.5:21).<sup>14</sup> Некоторые люди, испытывающие гомосексуальное влечение, говорят о наличии у них сильного, искажённого желания обладать чертами или качествами других представителей своего пола.

Подумайте о других людях, одного пола с вами, чертами и качествами которых вы хотели бы



обладать:

Человек:

Черты или качества:

Человек:

Черты или качества:

Видите ли вы какие-то взаимосвязи между желанием обладать этими качествами и испытываемым вами гомосексуальным влечением? Поясните:

---

---

Определите затруднения, которые мешают вам ценить имеющиеся у вас качества, развивать эти качества далее и ценить желанные качества в других людях такими, какие они есть:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

Определите возможные шаги и направления, которые помогли бы вам эти затруднения преодолеть:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

### **Рабочая страница 7.2. Навстречу преданности<sup>15</sup>**

*Преданность* в числе прочего связана с верностью в браке, в нашем призвании (в нашем предназначении), в дружбе, в отношениях с Богом. Но преданность – это нечто большее, чем статичная верность; она включает в себя творчество и труд, благодаря чему наши текущие отношения и наше призвание постоянно обновляются.

Прочтите отрывок из Книги пророка Осии 2:21-22. Опишите преданность Бога Своему народу:

---

Бог верен Своей клятве и Своему замыслу о благополучии избранного Им народа.

Чему или кому вы, по вашему мнению, призваны быть верным?

- Бог
- Жена или муж
- Безбрачие
- Другое (поясните): \_\_\_\_\_
- Ваша местная церковная / религиозная община
- Служение или призвание (поясните): \_\_\_\_\_
- Ваши дети

Какие требования преданность накладывает на вас в областях, отмеченных вами выше?

---

Что затрудняет для вас достижение большей преданности в вышеуказанных областях?

---

Определите затруднения:

---

Каким образом вы можете достичь творческой преданности (постоянно преображающиеся и обновляющиеся призвание и взаимоотношения) в вышеуказанных областях?

---

### **Рабочая страница 7.3. По направлению к целомудрию**

*Целомудрие* подразумевает быть верным Божьему замыслу о человеческой сексуальности и сексуальном поведении, включая преданность в браке и воздержание вне брака. Целомудрие – это «ответственное с нравственной точки зрения упражнение человеческой сексуальности в человеческом обществе. Быть целомудренным – это быть нравственно безупречным, относиться честно и беспристрастно, с почтением и уважением к себе и своим ближним как к личностям, носителям образа Божия... [Целомудрие] это чистота сердца и человеческая целостность, с которыми мы должны относиться к себе и друг к другу, как дети Божьи, призванные всё делать во имя любви».<sup>16</sup>

Какие три вещи вам необходимо поменять в своей жизни для того, чтобы жить более целомудренно?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

Что мешает вам изменить каждую из этих трёх вещей?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

Определите затруднения:

---

Определите возможные шаги и направления, которые могли бы вам помочь преодолеть эти затруднения:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

### **Рабочая страница 7.4. Прощение**

Прощение обозначает «отставить», «отложить» или «отпустить» обиду. С точки зрения богословия, прощение основывается на христианском опыте получения прощения от Бога в ответ на раскаяние в грехах и покаяние (изменение ума, разворот в другую сторону). Милосердие, являемое нам от Бога в прощении грехов, призывает и нас прощать других людей. Это правда, даже если человек, обидевший нас, не просит нас о прощении или считает, что не нуждается в прощении. Прощение не означает, что мы ставим себя в положение, в котором нас

снова ранят: простить значит признать, что мы (и люди, обижающие нас) не соответствуем замыслу Бога о нашей жизни.

Какие три вещи вам необходимо поменять в своей жизни для того, чтобы простить?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

Что мешает вам изменить каждую из этих трёх вещей?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

Определите затруднения:

\_\_\_\_\_

Определите возможные шаги и направления, которые могли бы вам помочь преодолеть эти затруднения:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

## **Часть 3: Служение образу Божьему в каждом человеке**

### **Глава 8. Обращение к семьям**

Мы хотели, чтобы эта книга стала источником практических рекомендаций для тех, кто испытывает нежеланные гомосексуальные влечения. Но такие люди ведут свою борьбу не в вакууме. Они испытывают влечения и борются с ними зачастую в одиночку, но всё же в окружении более крупного сообщества – своей семьи и церкви. Таким образом, мы теперь хотим обратить наше внимание на тех, с кем эти люди делятся своими проблемами с гомосексуальным влечением. К этой категории относятся члены семьи, особенно родители и супруги, а также более широкие сообщества верующих и церковь.

Традиционно больше всего беспокойства в такой ситуации проявляют родители, братья и сёстры, жёны и мужья – те люди, чей близкий, любимый человек испытывает гомосексуальное влечение. Если вы отец или мать, давайте вместе взглянем на некоторые конкретные причины вашего беспокойства.

#### **Родители**

Джеймс и Аманда обратились за консультацией для своего 15-летнего сына Скотта. Они обратились за помощью, потому что некоторое время назад Скотт рассказал им об испытываемом гомосексуальном влечении. Джеймс сказал, что почувствовал «обеспокоенность» и «разочарование», когда Скотт впервые поделился этим. Джеймс пояснил, что он не разочаровался в своём сыне как в человеке – просто, услышать, что Скотт испытывает гомосексуальные влечения и может стать геем, было слишком далеко от представлений Джеймса о будущем своего сына. Это ощущалось им как своего рода чувство утраты. Он отметил, что в одежде и в музыке Скотт очень гордился своей «непохожестью» на

других – Джеймс думал, что непохожесть Скотта связана только с такими проявлениями, а не с испытываемым гомосексуальным влечением.

Со стороны Аманды реакция на слова Скотта была гораздо более негативной. Она настояла на том, чтобы Джеймс обратился к ближайшему психотерапевту за «помощью» для сына – она считала, что Скотту нужно сменить ориентацию. В сравнении с Джеймсом она была гораздо сильнее расстроена из-за того, что Скотт испытывает гомосексуальное влечение. Аманда винила его в том, что у него возникают такие чувства, как будто бы говоря: «Если бы ты не пытался всё время выделиться, у тебя не было бы таких проблем».

Будучи родителями, как Джеймс и Аманда, вы можете беспокоиться уже от того, что ваш ребёнок всего лишь рассказал вам о своих проблемах с гомосексуальным влечением. Или может оказаться так, что ваш сын или дочь вообще «никаких проблем» с этим не имеет – просто принимает эти чувства вместе с гей- или лесби-идентичностью. Возможно, вы обеспокоены тем, что он или она слишком поспешно принял решение, не рассматривая другие возможные пути. Конечно, здесь не может быть простых ответов, но мы хотели бы поделиться с вами некоторыми принципами и проиллюстрировать их применение на различных примерах.

### ***Слушать, слушать, слушать***

Начать можно с того, чтобы просто выслушать своего сына или дочь. Если ваш ребёнок испытывает гомосексуальное влечение, чувство стыда и страха и обеспокоен тем, что вы можете отвергнуть его, то выслушайте всё, о чем он расскажет. Выслушайте его историю и обеспечьте ему уверенность в вашей любви, которая проявляется не только на словах, но и явно подтверждается вашими последующими действиями.

В приведённом выше сценарии одним из вариантов того, как помочь этой семье, было предложить Джеймсу и Аманде выслушать Скотта и открыто поговорить с ним об их опасениях за его будущее. Для Аманды выслушать было особенно сложно, а вот Джеймс очень хотел посвятить несколько встреч разговору о том, какие чувства испытывает его сын и какие связи существуют между верой Скотта как христианина и его сексуальным поведением. Оба – и Джеймс, и Аманда – работали над тем, чтобы честно поговорить со Скоттом о своих страхах за его жизнь. Им хотелось, чтобы он мог жениться и чтобы у него были дети. Джеймс особо переживал из-за того, станут ли другие люди относиться к Скотту как к изгою или клеймённому, особенно если бы в будущем он стал активно участвовать в гомосексуальных отношениях. Проблемы Скотта с гомосексуальным влечением вызвали негативную реакцию у его родителей отчасти потому, что они стали преждевременно ощущать чувство скорби и утраты из-за ещё не выраженных страхов. Эти страхи были связаны с его будущей жизнью: женится ли он, будут ли у него дети, и будут ли у них внуки. Внимательно выслушать и откровенно поговорить – наш следующий принцип – может помочь вашей семье сориентироваться на этом непростом пути.

### ***Будьте откровенны***

Очень важно, чтобы вы честно говорили о том, что для вас представляется особенно проблематичным. Проблемы могут возникать самых разных форм и масштабов. Если ваш ребёнок расстроен из-за испытываемого влечения, то вы можете присоединиться к нему и открыто обсудить сложившуюся ситуацию. Обязательно выслушайте его и поделитесь своим мнением о сексуальности, сексуальной идентичности и сексуальном поведении. Но помните при этом, что ваш ребёнок не планировал испытывать такие чувства. Конечно, может существовать множество различных действий, которые ваш ребёнок может предпринять, чтобы уменьшить интенсивность, частоту и продолжительность гомосексуального влечения, но он не

по своему выбору испытывает эти влечения – в сложившейся ситуации это может перерасти в более глубокое сопереживание с вашей стороны.

Быть честным и откровенным всегда очень важно, но это может оказаться особенно сложным, если ваш ребёнок принял гей-идентичность, и однажды вы вдруг обнаруживаете, что столкнулись с ним лбами в вопросах веры и нравственных ценностей. Например, ваша дочь захотела, чтобы её партнёрша приехала к вам в гости на время институтских каникул. Вы можете беспокоиться из-за того, поймёт ли ваша дочь, если вы скажете, что ваша вера не позволяет дать на это разрешение. А может быть, вас интересуют, справедливо ли по отношению к вашей дочери вообще что-то говорить об отношениях. Это очень сложные случаи, но, исходя из нашего опыта, мы считаем очень важным, чтобы вы честно и откровенно говорили со своим сыном или дочерью о том, к чему вас призывает ваша вера.

Ханна, одинокая мать, столкнулась с такой проблемой. Её 32-летняя дочь, Мишель, недавно рассказала ей о том, что она лесбиянка и состоит в отношениях с Сьюзен. Мишель приглашала Сьюзен встретить Рождество в семейном кругу и хотела остановиться у Ханны, пока они будут в городе. Мишель росла в консервативном христианском доме и знала, что её мать не одобрит эти отношения. Ханна хотела донести до Мишель, что она любит её и принимает, но не может принять её гомосексуальных отношений. Внимательно слушая о том, что вызывает беспокойство у Мишель, и уважая её свободу в принятии решений, Ханна очень хотела честно и откровенно поговорить с Мишель о своих взглядах на гомосексуальное поведение. Она объяснила Мишель, что основные правила были бы точно такими же, даже если бы она планировала привести домой мужчину: любые формы сексуальной безнравственности не допустимы в её доме. Она пригласила их остаться, если они изволят придерживаться установленных ею правил поведения. Мишель и Сьюзен приехали к Ханне и были удивлены тем, с какой любовью они были приняты ею. Их восхитила её приверженность своей вере и нравственным ценностям.

### ***Служить образу Божьему в своих детях***

Одновременно с необходимостью внимательно выслушать и быть честным и открытым, помните о том, что ваш сын или дочь несёт в себе образ Бога. Для нас это означает несколько вещей, первой из которых является то, что ваши дети заслуживают уважительного отношения. Это значит стоять рядом со своим ребёнком, быть на его стороне, когда у него или у неё возникают проблемы с гомосексуальным влечением. Это означает не унижать их и не превращать их выбор в повод для насмешек, даже если вы с таким выбором не согласны.

Служение образу Божьему в вашем сыне или дочери также обозначает такое отношение к ним, при котором вы выражаете не только уважение к их свободе выбора, но и беспокойство за их благополучие. Это станет понятнее, если рассмотреть другие возможные варианты. Ситуация, когда вы говорите другому человеку, что его жизнь принадлежит лишь ему, и что вы будете поддерживать или попускать любое принятое им решение, не является служением образу Божьему в другом человеке. Конечно, в каком-то смысле их жизнь *принадлежит* им и они *вольны* в своём выборе; но с точки зрения христианства их жизнь предназначена для Бога, и Бог через действие Святого Духа активно являет Себя в жизни всех христиан, отводя им определённое место в Своём замысле. Например, Пол очень хотел, чтобы его родители просто «хоть что-нибудь сказали». Из-за нежелания родных говорить о его решениях, связанных с сексуальностью, свиданиями и браком, Пол стал ощущать себя ещё более одиноким, после того как открылся своей матери и отчиму. За два прошедших года никто из его семьи не поинтересовался и не обговорил с ним его решение участвовать в гомосексуальных отношениях. Его мать, Анита, лишь однажды сообщила о своём несогласии с его «решением» познакомиться с каким-нибудь парнем. Вместо того чтобы открыто всё обсудить, она начала

пассивно поддерживать разговоры, в которых Пол рассказывал ей о своих «друзьях». Не лучше была ситуация и с отчимом, который пытался «оживить» беседу, рассказывая «гейские» шутки. Из-за их действий Пол чувствовал себя униженным. Он обратился за помощью к психотерапевту, чтобы рассмотреть возможные варианты того, как сообщать членам семьи о своих потребностях.

### ***Будьте разумны в своих ожиданиях***

Некоторые родители могут ожидать от своих детей слишком много, а некоторые наоборот почти ничего не ждут. Из-за того что многие экс-гей служения в своих рекламных акциях и проповедях приводят примеры людей, изменивших свою сексуальную ориентацию, у некоторых родителей могут появиться нереально высокие ожидания того, что их ребёнок может полностью изменить свою сексуальную ориентацию. Такие установки в вашем общении с ребёнком могут вызвать в нём ощущение неудачи и страх быть отвергнутым, особенно если он продолжает затрачивать время, средства и свои эмоциональные ресурсы на профессиональное лечение или на работу с около-профессиональным служением, чтобы добиться хоть каких-то изменений. Даже для тех, кто изо всех сил стремится к изменениям, не существует простых ответов или запатентованных формул, способных устранить все следы гомосексуального влечения. Избегайте обвинений в адрес ребёнка и старайтесь не употреблять выражений со словами «если (бы) только». Например, «если бы ты только делал, что они тебе говорят, тебе стало бы лучше», «если бы ты только не крутился возле N, у тебя бы не было таких проблем» или «если бы ты только начала краситься и ходить на свиданья...»

Давайте рассмотрим следующий пример. Аманде 34 года. Сколько она себя помнит, у неё всегда были проблемы с гомосексуальным влечением. Она редко ходила на свидания в школе, и ещё реже в колледже. Соглашаясь с традиционной христианской сексуальной этикой, Аманда отказалась принимать себя как лесбиянку и стала искать профессиональную и около-профессиональную помощь. Желая получить от близких какую-то поддержку и содействие, Аманда решила поделиться с ними своими проблемами. Как ей ответили многие родные, они уже давно знали, что она «другая». И за всё то время, что она посещала консультации, это была единственная вещь, которую она услышала в связи со своей проблемой. Долгие годы никто в семье Аманды открыто не обсуждал её «ситуацию». Правда, её близкие при этом делали какие-то неявные намёки о её проблемах с сексуальностью и, что более важно, о её дальнейшей жизни. Однажды во время разговора с отцом, когда речь зашла о браке и внуках, Аманда с удивлением услышала, какие ожидания были у отца в отношении неё. Он заявил: «Я надеюсь, твой брат и сестра поторопятся и скоро обзаведутся семьями. Я хочу увидеть внуков, пока ещё не слишком стар». Когда Аманда спросила, что он хотел этим сказать, её отец ответил: «Я никогда не рассчитывал, что ты когда-нибудь выйдешь замуж и родишь детей – с твоими-то проблемами».

Очень важно иметь разумные ожидания от своих сыновей или дочерей, испытывающих гомосексуальное влечение, но также важно, чтобы у родителей вообще были какие-то ожидания. Баланс является ключевым моментом, а три вышеперечисленных принципа – внимательно слушать, быть откровенным и служить образу Божьему в вашем ребёнке – влияют на то, как вы будете обсуждать с вашими детьми ваши ожидания.

### ***Занимайтесь самообразованием, чтобы лучше понимать своего ребёнка***

Покупка данной книги сама по себе уже неплохое начало! Существует много других полезных источников, к которым вы можете обратиться, чтобы лучше понять некоторые наиболее важные вопросы, связанные с гомосексуальным влечением и поведением (см. Приложение А). Когда вы размышляете о проблеме своего ребёнка, важно помнить, что в плане личной борьбы

с гомосексуальным влечением у каждого человека есть свои особенности. Учитывая, что не существует запатентованных формул или простых ответов, мы рекомендуем вам углублять свои знания о гомосексуальном влечении, гомосексуальной ориентации и о том, что значит интегрировать влечения в гей-идентичность. Общайтесь с другими родителями. Наверное, легче это сделать, обратившись в местную группу поддержки, но всё же выясните, какого рода организации вообще доступны для членов семьи и друзей тех, кто борется с гомосексуальным влечением (см. Приложение Б).

Ваши знания не должны быть просто академическими. Будьте готовы оказать поддержку своему ребёнку, когда появляется такая возможность. А ещё необходимо отметить следующее: мы ни в коем случае не призываем вас заваливать вашего ребёнка различными брошюрами или подкладывать на журнальный столик книжку «Как излечиться от гомосексуальности». Эти действия могут захлопнуть дверь для общения, особенно, если ваш ребёнок принял гей-идентичность. В двух следующих примерах рассмотрите поведение родителей, которые желали своим детям только добра, но при этом выбрали очень отличающиеся способы выразить это.

Мэри выяснила, что её сын Джейкоб состоит в гомосексуальных отношениях, живя в Калифорнии вдали от дома. Желая занять влиятельное положение в своём сообществе, он стал членом местного комитета по защите прав геев. Джейкоб сообщил своей матери, что его всё устраивает, он доволен и не беспокоится из-за того, что она не одобрит его образ жизни. Мэри была вне себя и решила выяснить о гомосексуальности всё возможное. Мэри стала «экспертом». Она прочитала все книги, которые смогла раздобыть, и стала участвовать в группе поддержки для родителей, чьи дети борются с гомосексуальным влечением. Она решила спасти Джейкоба. Спасти от чего? Она и сама бы толком не ответила. Мэри стала присылать ему каждую газетную статью, брошюру или книгу, которые могла раздобыть. Когда Джейкоб приезжал к матери, он неизменно находил Священное Писание, умышленно оставленное у изголовья кровати, и книги экс-геев на журнальном столике. Мэри не хотела ничего дурного, она желала своему сыну только добра. К сожалению, её попытки лишь оттолкнули Джейкоба. На последней консультации терапевт посоветовал Мэри поработать со своими собственными чувствами в отношении того выбора, который сделал её сын. После того как Мэри рассмотрела некоторые из своих страхов, она смогла с большей любовью ответить своему сыну, вместо обычной реакции на его выбор.

Когда Лоис нужно было откликнуться на проблему своего ребёнка, она повела себя несколько иначе, чем Мэри. Её дочь, Вэнди, «открылась» ей, когда училась в колледже. Хотя Лоис тоже отреагировала на это негативно, её план помочь дочери был другим. Лоис, по примеру Мэри, читала всё, что попадалось в руки. Она стала посещать консультации психотерапевта и встретила с главой местного экс-гей служения. Лоис уже на раннем этапе получила все необходимые рекомендации, и это помогло ей ответить Вэнди с большей любовью, с уважением к выбору дочери, но при этом без необходимости искать компромиссы в плане своей веры.

Однажды вечером, когда Лоис уже собиралась лечь спать, ей вдруг позвонила Вэнди. Совершенно расстроенная из-за разрыва отношений с подругой, Вэнди стала изливать душу матери. Во время разговора Лоис смогла более глубоко вникнуть в проблемы своей дочери и откликнуться на её нужды благодаря стремлению понять внутренние процессы и основные моменты, связанные с гомосексуальным влечением. В конце разговора, Вэнди выразила свою благодарность матери за её ответ, наполненный любовью к ней как к человеку и как к дочери, за те слова, в которых она так нуждалась. Вэнди знала, что мать не одобряет её образ жизни, но она также знала, как сильно Лоис любит её.

Понять, как отвечать сыну или дочери, может быть очень не просто. Приведённые здесь сценарии не нужно воспринимать как «правильный» или «неправильный» подход к этому вопросу. Возможно, наиболее полезным для вас будет подумать о непредвиденных результатах,

к которым могут привести различные варианты вашего ответа. Какие потенциальные достоинства имеются у одного ответа по сравнению с другим? Какие имеются потенциальные недостатки?

Также важным моментом является то, что вы как родитель можете воспользоваться помощью ваших местных сообществ – в том числе вашей приходской общины – для того чтобы суметь обеспечить ребёнка поддержкой и пониманием и более явно выразить эту поддержку на практике. Это приводит нас к нашему последнему, завершающему принципу: к молитве.

### ***Молитесь о вашем ребёнке***

Молитва достигает таких мест, которые кажутся недостижимыми. Открыт ли ваш ребёнок для обсуждения вопросов, связанных с его сексуальностью? Ищет ли он помощи и поддержки в борьбе с нежеланными влечениями? Или же он наоборот не откликается на подобные разговоры и в целом испытывает радость в гомосексуальных отношениях? Всё это не имеет значения, потому что молитва не знает границ. Родители часто спрашивают: «Что я могу сделать?» Молитва в таком списке будет стоять на первом месте. В ответ на это некоторые с негодованием переспрашивают: «Нет, на самом деле, что я могу сделать?» Но в списке лучших ответов молитва всё равно не опустится на вторую строчку. Помолиться так же просто, как прошептать имя своего ребёнка, но молитва обладает такой силой, что может сдвигать горы.

Кэри, молодая девушка, испытывающая проблемы с влечением к женщинам, однажды сказала: «Возможно, прямо сейчас в это и сложно поверить, но божественная любовь откликается и всегда будет откликаться на нужды каждого человека». Во время консультаций она очень нежно говорила об огромной любви к ней её тётки, которая каждый день со всей решимостью молилась о нуждах Кэри. Кэри называла это «штурмовать небесные врата». Она говорила: «Я верю, что ради меня моя тётка в своих молитвах достигала таких высот, куда ангелы опасаются залетать».

### **Братья и сёстры**

Все вышеупомянутые принципы могут быть применены не только в контексте отношений между родителями и детьми. Их можно использовать также и в отношениях с братом или сестрой, но при этом мы хотели бы отметить некоторые уникальные черты этих взаимоотношений. В отличие от родителей брат или сестра человека, испытывающего гомосексуальное влечение, в плане взаимоотношений находится в уникальном, отличающемся положении. Между братьями и сёстрами существуют более ярко выраженные горизонтальные взаимоотношения, что приводит к самым разнообразным вопросам и проблемам, влияющим на нашу жизнь. Возможно, кто-то охотнее расскажет о своих переживаниях сестре или брату, чем родителям. Братья и сестры человека, борющегося с гомосексуальным влечением, находятся в уникальном положении, поскольку, будучи частью одного и того же «поколения» или возрастной группы, они могут схожим образом смотреть на некоторые вещи, но при этом всё же имеют возможность предлагать другую точку зрения.

У Линн есть старший брат и младшая сестра. У всех троих было трудное детство. На каждого из них повлияла обстановка в семье, и каждый по-своему на неё отреагировал. Когда Линн встретила с ними, чтобы рассказать об испытываемых гомосексуальных влечениях, они вдруг начали делиться друг с другом своими личными уникальными проблемами. Линн, её брат и сестра получили возможность выразить друг другу свои чувства и ощущения и при этом выслушать точку зрения близкого человека. Открытость Линн распахнула дверь общения между нею, её братом и сестрой – ту дверь, которая всё ещё была заперта для их родителей.



Не всегда общение с братом или сестрой может обеспечить поддержку и помощь. Братья и сёстры занимают особое положение и имеют возможность предлагать слова, способствующие исцелению и восстановлению, но также их реакция может оказать разрушительное действие. Это чрезвычайно мощные родственные связи. Как брат или сестра вы можете предложить свой особый взгляд на ситуацию. Мы рекомендуем вам с молитвой поразмышлять о своём ответе дорогому для вас человеку, который испытывает гомосексуальное влечение.

## **Супруги**

Если вы состоите в браке с человеком, который испытывает гомосексуальное влечение, у вас тоже есть свои уникальные причины для беспокойства. По нашему опыту, наиболее часто причиной беспокойства одного из супругов является то, что второй: (а) считал свои гомосексуальные влечения «причудой», которая со временем уйдёт, (б) вступил в брак, чтобы «вылечиться» или (в) думал, что «вылечился».

### ***Люди, которые считали свои влечения просто «причудой»***

Сначала поговорим о людях, думавших, что их гомосексуальные влечения являются просто «причудой», которая со временем уйдёт. Ролло, 38 лет, обратился за консультацией сразу после того, как его жена обнаружила, что он скачивал гомосексуальную порнографию из интернета. Хотя он говорит, что всё равно «однажды» записался бы на терапию, но открытие его жены, конечно, сильно подстегнуло его в этом. Он сказал, что он искренне верующий человек и даже является лидером в своей местной общине. Он верит, что гомосексуальное поведение безнравственно, и что гомосексуальные влечения не соответствуют Божьему замыслу о его сексуальности. Когда Ролло говорил об интимной стороне своей жизни, он сказал, что в браке он и его жена сексуально активны, и что его влечение к мужчинам сильно ослабевает, когда он чувствует «эмоциональное единение» со своей женой.

Ролло испытывал гомосексуальные влечения, но считал это какой-то необычной причудой, которая, как он думал, уйдёт через некоторое время. Поскольку он вступил в брак и взял на себя ответственность быть мужем, в том числе и ответственность за устроение своих сексуальных отношений с супругой, он думал, что эти чувства исчезнут. Такие люди, как Ролло, могли рассказать, а могли и не рассказывать об испытываемых влечениях своим жёнам. При этом они, возможно, преуменьшают интенсивность своих влечений или вовсе отрицают их наличие. Когда такие люди вступают в брак, они часто оказываются расстроенными и подавленными из-за испытываемых влечений, которые вопреки их ожиданиям никуда не делись.

### ***Люди, которые вступили в брак, чтобы «вылечиться»***

Одной из особенно сложных является ситуация, когда ваш супруг женился, чтобы «вылечиться». Эти люди верят или же им внушили, что всё, что им необходимо, так это жениться – что близость в браке развяжет узлы любых проблем с сексуальной идентичностью, какие только могут быть. Рону<sup>1</sup> 32 года. Проблемы с гомосексуальным влечением у него возникли, когда он был ещё подростком. Он состоял в нескольких гомосексуальных отношениях, но он никогда полностью не определял себя как гея. У Рона никогда не было «успешных» гетеросексуальных отношений. Близкий друг и наставник сказал Рону, что всё, что ему нужно сделать, это найти достойную женщину, жениться, завести детей, и тогда его гомосексуальные влечения уйдут. Рон прислушался к совету своего друга, познакомился с симпатичной девушкой, женился, и у него тут же родился ребёнок. Его брак длился уже около двух лет, а его ребёнку было полтора года, когда он обратился за консультацией, обеспокоенный и расстроенный из-за продолжающегося влечения к мужчинам.

Зачастую люди, которые вступают в брак ради избавления от гомосексуальных влечений, делают это по рекомендации какого-нибудь значимого для них человека, например, священника или близкого родственника. Возможно, они считают, что лучше всего использовать именно брак в качестве средства, чтобы погасить свои навязчивые желания. Важные проблемы, которые могут всплыть на поверхность, связаны с изначальным интересом вашего супруга к такому «лечению». Люди часто говорят о своём твёрдом решении проработать свои влечения и сохранить брак. Но, состоя в браке с таким человеком, вы можете знать, а можете и не знать о его переживаниях или о «запланированном лечении».

### ***Люди, которые думали, что «вылечились»***

Теперь поговорим о людях, которые до своего вступления в брак уже обращались за профессиональной или около-профессиональной помощью и думали, что их «вылечили». Зачастую такие люди по несколько лет работают с психотерапевтом или связаны с каким-нибудь служением, где они добиваются уменьшения интенсивности, частоты или продолжительности приступов гомосексуального влечения и поведения. Рассмотрим следующий пример. Всё время, сколько она себя помнит, предпочтения Синди были направлены на женщин. После того как она осознанно пришла к вере осенью первого года в колледже, Синди стала искать помощь, как профессиональную так и около-профессиональную, чтобы вылечиться от лесбиянства. Через два года Синди вышла замуж и стала посещать «экс-гей» служение. В конце концов, в служении она стала лидером маленькой группы поддержки для женщин, в которой делилась своей историей изменения и исцеления от гомосексуальности. Три года Синди избегала любого намёка на физическую близость с женщинами, пока однажды не познакомилась с женщиной из своего прихода и не влюбилась в неё. Вместе с мужем Синди обратилась за помощью к психотерапевту, чтобы справиться с болезненной реальностью – с тем фактом, что она не вылечилась.

Случай Синди иллюстрирует ещё одну проблему, характерную для людей, которые вступили в брак, потому что они действительно поверили в своё исцеление или из-за того что их в этом убедили. Они нередко отрицают или преуменьшают интенсивность своего влечения, а когда всё это вскрывается, у них начинается кризис. Окружающие могут из благих побуждений поддерживать нереалистичные ожидания того, что эти люди больше никогда не будут испытывать гомосексуальное влечение. Как супруг, вы можете знать, а можете и не знать о том, что любимый человек проходил курс психологической помощи и «исцелился». Человек может испытывать чувство вины и стыда из-за того, что в своё время не проинформировал партнёра, подумав «А почему я должен рассказывать ей об этом, если я исцелился? Ведь всё в прошлом». Широко распространённым ощущением является страх того, что супруг не согласился бы на брак с ними, если бы знал об их прошлом.

Мы представили вам несколько наиболее распространённых проблем, с которыми сталкиваются пары, где один из супругов борется с гомосексуальным влечением. Однако обнадеживающим является тот факт, что некоторые пары свидетельствуют о своём семейном счастье – они довольны своим браком, несмотря на имеющиеся у одного из партнёров прошлые и текущие проблемы с гомосексуальным влечением. Такие пары мы называем «устойчивыми»<sup>2</sup> – пары, в которых один партнёр испытывает гомосексуальное влечение, но которые при этом ощущают обоюдную радость от супружеской жизни и не чувствуют какой-либо угрозы расторжения брака.

Хотя в этой области проводилось очень мало исследований, мы считаем, что существуют некоторые возможные предвестники устойчивости семейной пары. Во-первых, нам кажется, что пара чувствует себя более комфортно, если в отношениях присутствует открытость в плане испытываемых гомосексуальных влечений, по сравнению с ситуацией, когда эта проблема

внезапно вскрывается. Другими словами, как нам кажется, если муж обсуждает свои проблемы с женой, то для пары это лучше, чем внезапное разоблачение, когда жена открывает историю браузера и обнаруживает, что её супруг посещает сайты с гей-порнографией. В то время как оба варианта – и открытость, и разоблачение – могут угрожать стабильности брака и доверительным отношениям между партнёрами, разоблачение ставит под сомнение несоизмеримо больше, по сравнению с открытым, честным обсуждением проблем одного из супругов.

Во-вторых, мы полагаем, что в большинстве обстоятельств полная открытость лучше, чем частичная. Под «полной» мы не подразумеваем то, что супруг должен рассказывать о каждом блудном помысле, каждом проявлении влечения или о каждом срыве. Мы хотим сказать, что иногда под видом частичной открытости супруг может преуменьшать интенсивность испытываемых влечений или преподносить их как «это всё в прошлом», когда на самом деле они являются реальной текущей проблемой. По сути, частичная открытость такого сорта приводит к появлению секретов, а в браке секреты рано или поздно вскрываются. В конечном счёте, это разрушает чувства доверия и близости, которые служат основанием для глубокого, взаимно поддерживающего брачного союза.

Третий принцип состоит в том, что устойчивые пары склонны уделять больше внимания развитию своих навыков общения. Они работают над тем, чтобы быть понятными друг другу в плане своих чувств и мыслей. В таких парах возникает гораздо меньше недопонимания, характерного для пар, которые всё держат в себе и в которых партнёры, по сути, всё больше отдаляются друг от друга.

В-четвёртых, устойчивые пары склонны более открыто относиться к подотчётности. Иногда подотчётность возникает в браке сама по себе. Некоторые пары раз в месяц проверяют на своих компьютерах историю браузера, который выступает просто как некий независимый фактор. Большинство пар либо вдвоём посещают малую группу подотчётности, где они могут открыто говорить о своих ежедневных ощущениях, либо испытывающий гомосексуальное влечение супруг сам активно участвует в малой группе с представителями своего пола. Участники таких групп получают необходимую поддержку, учатся вовремя обнаруживать склонность к самооправданию и сопротивляться ей, учатся трезво оценивать модели своего мышления и поведения с точки зрения того, действительно ли они отвечают интересам брака или же представляют угрозу для жизненных целей.

Теперь мы переходим к некоторым ключевым проблемам, с которыми сталкивается церковь, Тело Христово. Даже если наш ребёнок или супруг не испытывает проблем, связанных с гомосексуальным влечением, у нас у всех есть братья и сёстры во Христе, которые мужественно сражаются за то, чтобы жить честно пред Богом в имеющихся на данный момент обстоятельствах. Поэтому следующая глава обращена ко всем верующим читателям.

### **Вопросы для самостоятельной работы:**

1. Если ваш ребёнок испытывает гомосексуальное влечение, то подумайте: что особенно сильно мешает вам внимательно выслушать его рассказ о проблемах с гомосексуальностью? Бывают ли моменты, когда вы боитесь честно и открыто говорить с ним? Какая связь существует между внимательным отношением к его рассказу и открытостью и честностью в общении с ним на такую сложную тему?
2. Какие у вас есть ожидания – высказанные или невысказанные – в отношении вашего ребёнка? Как эти ожидания могут помешать вам стать источником поддержки для него? Каким образом вы можете проработать свои реакции и ожидания, так чтобы они не стали дополнительным грузом, который ваш ребёнок будет вынужден нести в этот непростой

период жизни?

3. Что вы сделали для того, чтобы лучше понять ситуацию, в которой оказался ваш ребёнок? Подумайте, к каким положительным результатам для вас и ваших отношений с ним приведёт то, что вы станете лучше разбираться в данном вопросе? Приведите два или три примера. Какие конкретные шаги вы можете предпринять на практике, чтобы лучше понять переживания вашего ребёнка?
4. Что для вас значит служить образу Божьему в вашем сыне или дочери? Потратьте несколько минут, чётко сформулируйте и выпишите десять конкретных примеров того, как вы можете служить образу Божьему в вашем ребёнке на протяжении следующих двух или трёх недель.
5. Если ваш супруг испытывает гомосексуальное влечение, то подумайте: с какими необычными проблемами вы столкнулись в своём браке? Каким образом вы помогаете вашему супругу и поддерживаете его в том, чтобы разбираться с этими проблемами?
6. Если ваш брат или сестра испытывает гомосексуальное влечение, то подумайте: с какими необычными проблемами вы столкнулись в ваших взаимоотношениях? Каким образом вы помогаете вашему брату или сестре и поддерживаете его (её) в том, чтобы разбираться с этими проблемами?

## Глава 9. Обращение к Церкви

Наша жизнь в настоящем протекает «между временами»: между благодатью, которая нам даётся по вере нашей, и славой от Господа, которую мы надеемся стяжать. Между ними лежит любовь. В целом, любовь является тем, что Церковь до сих пор не смогла явить гомосексуально ориентированным людям.<sup>1</sup>

В предыдущей главе мы говорили о семьях и о тех страданиях, о которых рассказывают очень многие родители и супруги, столкнувшиеся с тем, что их близкий и любимый человек имеет проблемы с гомосексуальным влечением или поведением. Для семьи подобные переживания могут оказаться просто разрушительными. Но в обсуждении данной проблемы должна принимать участие не только семья – малая церковь – но и церковь в более полном смысле этого слова. Этот вопрос касается всех нас, а не только тех семей, в которых кто-то из близких испытывает гомосексуальное влечение или ведёт гомосексуальный образ жизни. С христианской точки зрения, все мы несём ответственность друг за друга и за эти семьи. Поэтому мы не должны оставлять их бороться в одиночестве, особенно когда они стыдятся открыто обсуждать эти проблемы с братьями и сёстрами во Христе. Ведь все мы так или иначе стремимся к святости и свободе от греха.

Но каким образом наша церковь стала местом, где эти проблемы держатся в секрете? Конечно, в церкви есть те, кто пытается изменить христианскую сексуальную этику: объявить гомосексуальное поведение нравственно оправданным и добиться того, чтобы церковь начала благословлять однополые союзы и рукополагать священников, ведущих гомосексуальный образ жизни. Но мы говорим не об этом. Мы говорим о том, что делает церковь местом, где люди лишаются возможности бороться с различными проблемами, среди которых числится и гомосексуальное влечение и поведение.

Ситуация, которая так часто встречается в местных христианских общинах, сводится к тому, что люди, борющиеся с гомосексуальным влечением, живут очень обособленно от других. В церкви нравственные проблемы зачастую пытаются упорядочить по степени тяжести, и приходская община может так или иначе намекать о том, какие грехи являются более терпимыми в её среде. Например, как мы упоминали во второй главе, в целом в большинстве консервативных церквей считают приемлемым признаваться в таких проблемах, как гордость и зависть. Но гораздо сложнее открыто и честно говорить о своих проблемах с

гомосексуальностью. Всё это ещё более усложняет поиск необходимой человеку поддержки. Определённо, гомосексуальность остаётся запрещённой темой в большинстве современных церквей.

Что происходит, если человек делится своей проблемой в церковной общине, которая недостаточно зрелая, чтобы по-пастырски откликнуться на такие переживания? Молодой человек по имени Марк выяснил это несколько лет назад, когда у него диагностировали СПИД. Он пришёл на консультацию с желанием бороться с болезнью и был полностью уверен, что Бог намерен исцелить его. К сожалению, он умер от сопутствующих заболеваний – это был результат ослабления иммунной системы. Во время наших встреч и подготовки к его смерти он рассказал о священнике в его приходе, который узнал, что Марк заразился ВИЧ через гомосексуальный контакт. Священник настоял на том, чтобы Марк исповедался в грехе гомосексуальности перед всей общиной. После некоторых размышлений молодой человек решил послушаться священника. Это была его родная христианская община, его спасательный круг жизни во Христе, и у него не было другого места, куда он мог бы обратиться за поддержкой. Для Марка это был очень болезненный опыт. Он испытывал дикий стыд, когда ему пришлось публично рассказывать о своих гомосексуальных отношениях, и ему было очень тяжело сохранять самообладание пред лицом своей последней болезни.

Примерно через неделю после такой публичной исповеди священник подозвал Марка и сообщил ему о том, что он раскрыл недостаточно информации, чтобы исполнить свой долг перед общиной. Священник сказал, что Марк должен принести ещё одну публичную исповедь – более подробную. В противном случае он столкнётся с церковным наказанием. Снова ему пришлось размышлять над услышанным требованием. Мы вместе обсуждали возможные разрушительные последствия такого шага. Но Марк чувствовал, что у него нет другого выхода. В эту церковь ходила вся его семья. Это был его дом во Христе. Он согласился ещё раз более подробно исповедаться перед всей общиной и таким образом выполнить свой долг перед собранием верующих так, как это понимал священник.

Эта история поражает по многим причинам. Не последней из них является тот факт, что она напоминает нам, насколько сильное влияние оказывают на нашу жизнь религиозные общины и духовные лидеры. Христиане духовно возрастают в собраниях верующих. В идеальном случае, христиане обретают в своей общине родной дом – здесь их наставляют в вере, поддерживают и побуждают возрастать в тех проблемных областях их жизни, где действует Бог, здесь они получают возможность участвовать в совместном исповедании веры и служении. Собрание верующих может стать невероятно мощным источником исцеления для сломленных людей. Но также оно может нанести колоссальный вред человеку, который в данный момент своей жизни является очень уязвимым. Снова заметим, что здесь нет простых ответов, но мы хотели бы поделиться с вами некоторыми принципами и затем проиллюстрировать их применение на различных примерах. Часть из них будут похожими на принципы, предложенные семьям, но их применение несколько отличается.

## **Принципы Тела Христова**

### ***Слушать как Христовы ученики***

Важно слушать других людей так, как это должны делать ученики Христа. Ваш собеседник наверняка уже всякого наслушался от различных проповедников и религиозных лидеров и внутренне готов к худшему. На деле, очень часто за счёт отказа от шаблонных фраз и скоропалительных решений такое внимательное отношение к словам человека может компенсировать ту жестокость, с которой ему пришлось столкнуться в прошлом.

## ***Делиться правдой как Христовы ученики***

Польза для человека бывает не только от того, что его по-христиански внимательно выслушают. Таким же полезным для него будет услышать правду, если христиане действительно делятся ею так, чтобы прославить имя Христа. Зачастую человека обижает не то, что ему говорят, а как ему это говорят. Человеку будет трудно поверить в то, что вы его любите и печётесь о его благополучии, если вы выкрикиваете что-то в его адрес из толпы митингующих. Но это крайний случай. Человеку сложно поверить в то, что вы его любите, если вы лишь говорите об этом, но при этом не проявляете никакой любви и участия в его жизни. Прежде чем излагать свою точку зрения на сексуальность и сексуальную этику, спросите себя «А заслужил ли я право быть услышанным? Что мои слова будут значить в контексте текущих отношений?»

Иллюстрацию к этому можно найти в книге Мэла Уайта «Незнакомец на пороге». Мэл рассказывает о своей проблеме с гомосексуальным влечением и, в конце концов, о своём решении оставить жену и детей ради того, чтобы строить гомосексуальные отношения. Он пишет о том, как негативно многие христиане отозвались на его решение, в том числе и некоторые известные религиозные лидеры. Наиболее впечатляющий пример христианского участия, как нам кажется, в этой книге демонстрирует Филип Янси – широко известный христианский писатель и давний друг Мэла Уайта. Янси был не согласен с решением Мэла и не оправдывал его поведение, но при этом не возникало ни малейшего сомнения в его любви к своему другу. Это пример преданного и искреннего участия, и христиане должны стремиться следовать ему. Говорите правду, но только после того, как заслужили право быть услышанным, и только в контексте таких отношений, где ясно засвидетельствовано взаимное внимание, уважение и любовь.

## ***Служить образу Божьему в каждом человеке***

Как мы упоминали ранее, фраза «Что сделал бы Иисус?» помогает меньше, чем фраза «Как жил Иисус?» Он жил в непосредственной близости к тем, кому больше всего нужна была Его благодать. Он стал частью их жизни, и в Своём служении им Он продемонстрировал высшее призвание откликаться на нужды других людей.

Мэгги работает в местном хосписе для больных СПИДом. Каждую субботу в течение всего года она садится в автобус и едет в ту часть города, про существование которой почти никто в её приходской общине не знает. Мэгги 72 года. Её муж умер три года назад, и с тех пор её уже взрослые дети всячески призывали её чаще посещать службы и больше общаться с людьми из её прихода. Мэгги познакомилась с Дэвидом во время игры в лото. На этом мероприятии Дэвид вместе с другими молодыми волонтерами должен был помогать пожилым людям и обеспечить их прохладительными напитками и закусками. Когда между ними завязались дружеские отношения, Дэвид начал делиться с Мэгги своими проблемами с гомосексуальным влечением. Полагая, что может доверять ей, Дэвид рассказал Мэгги, что болен СПИДом. Хотя для Мэгги большая часть всего этого была абсолютно чуждой, она любила Дэвида, как её научил этому Христос Своей любовью к ней самой. В последние несколько месяцев его жизни Мэгги оставалась с Дэвидом, читала ему вслух, пела ему песни и в меру сил помогала и ухаживала за ним.

## ***Видеть человека, а не его поступки***

Рэнди стоял на обочине дороги, где вместе с другими демонстрантами митинговал против проходившего в городе гей-парада. Он очень хотел, чтобы его голос был слышен среди множества других. Рэнди чувствовал, что это его долг – провозгласить гомосексуалистам Слово

Божье. На плакате, который он держал в руках, было написано: «Все геи попадают в ад!» Прямо под этим лозунгом был нацарапан соответствующий стих из Писания. Больше двух часов Рэнди скандировал цитаты из Библии и обещания Божьего гнева. Идя вслед за парадом, он через какое-то время завернул в местный ресторан с несколькими друзьями из своего прихода. Выходя из ресторана, Рэнди оступился на лестнице и пролетел несколько ступенек вниз. Оказавшийся рядом молодой человек подал ему руку, помог подняться и отряхнуться, удостоверился, что с ним все в порядке. Рэнди стал благодарить его, а молодой человек вдруг сказал «Вы меня не помните? Я был сегодня на параде, а вы говорили, что я грешник, который будет гореть в аду». Когда Рэнди вернулся домой, он сел на диван и попытался вспомнить лицо хотя бы одного человека, прошедшего мимо него во время парада. Рэнди не смог вспомнить ни одного.

Не все верующие ведут себя как Рэнди. Хотите - верьте, хотите - нет, Рэнди был уверен, что в глазах Бога поступает правильно. Люди, имеющие проблемы с гомосексуальным влечением и поведением, остаются людьми, сотворёнными по образу Божьему. Они не измеряются одной лишь своей сексуальностью. Так же как не измеряются своей работой, автомобилем или хобби. Мы можем общаться с людьми, но с поступками общаться невозможно. Принять человека вовсе не означает одобрять его поведение. Снова мы должны спросить себя «Как жил Иисус?»

### ***Стремиться к правде вместо ярлыков и стереотипов***

Самым большим препятствием для любви является страх. Библия уверяет нас, что совершенная любовь изгоняет страх (см. 1Ин.4:18 - прим. перев.). В церкви очень многие люди испытывают различные страхи, связанные с гомосексуалистами и лесбиянками. «А вдруг я ему понравлюсь, и он попытается соблазнить меня?» «А безопасно ли моим детям находиться рядом с ними?» «А вдруг кто-нибудь увидит меня с ней и подумает, что я тоже лесбиянка?» Стереотипы и ярлыки искажают наше отношение к человеку, у которого имеются проблемы с гомосексуальным влечением, но более важными являются те сообщения, которые мы с их помощью посылаем ему: что он другой, что он нам не нужен. Вспомните, сколько жестоких слов придумано, чтобы задеть и унижить такого человека.

Надеясь помочь Дженис выстроить взаимоотношения в местной церкви, Лори посоветовала ей присоединиться к домашней евангельской группе. Дженис совершенно не хотела связываться с церковью. Отец Дженис был священником и, по её словам, она уже уделаила должное время этому «логову лицемерия». С большими сомнениями, Дженис начала посещать группу по пятницам вечером. Другая участница группы, Джейн, часто шутила в кругу друзей, что за версту учует «лесбо». Но она и не подозревала, что у Дженис есть внутренние проблемы с гомосексуальным влечением. Снова придя на консультацию, Дженис клялась, что никогда больше не вернётся в эту группу. Лори обнадежила её и посоветовала не заострять своё внимание на каком-то одном участнике, а обратить его на тех, кто действуют в зрелой и любящей манере. Несмотря на сомнения, Дженис осталась в группе, выстраивая ряд надёжных, безопасных отношений.

Схожей проблемой является и то, что местные церкви склонны смотреть на мужчин и женщин сквозь призму стереотипов. Церковь порой путает современные западные представления о мужчинах и женщинах с библейским пониманием того, что значит быть мужчиной или женщиной. Это может затрагивать самые разные сферы жизни, начиная с каких-то предположений о том, что любят делать настоящие мужчины и женщины, и заканчивая манерой исполнения родительских обязанностей или организации досуга. Стереотипы сами по себе могут ограничить конкретного человека в том, чем он мог бы заниматься по своим собственным ощущениям, поскольку в таком случае его работа будет рассматриваться как достаточно мужская или достаточно женская. Церкви незачем усложнять и без того

непростую ситуацию своим отношением к западным стереотипам, как к библейским.

### ***Действовать с позиции веры, надежды и любви***

Люди, у которых имеются проблемы с гомосексуальным влечением, не безнадёжны. Да, проработка нежеланных гомосексуальных влечений отнимает много сил и порою связана с очень некомфортными стрессовыми ситуациями и разочарованием. Но, поскольку всегда есть надежда преодолеть любой фирменный грех, то и для тех, кто борется с нежеланными гомосексуальными влечениями, надежда тоже есть.

Будучи Телом Христовым, мы должны ощутимо проявлять нашу веру в Бога – что Он участвует в жизни людей, которые борются с гомосексуальным влечением. Отношение с позиции любви одновременно дарит этим людям надежду и говорит лучше всяких слов. Мы как церковь должны быть готовы сказать людям, что они не одиноки в своей борьбе, с какими бы грехами им не приходилось бороться. Сказать, что они не безнадёжны, что другие люди не осуждают и не клянут их. Ведь все мы отпали от славы Божьей.

Каким образом церковь может ощутимо помочь людям, борющимся с гомосексуальными влечениями? Церковь может начать с просвещения своих прихожан, с открытия правды в противовес различным стереотипам и ярлыкам. Церковь может взаимодействовать с местным около-профессиональным служением для людей, борющихся с гомосексуальным влечением или любыми другими сексуальными проблемами. Возможно, местное служение само стремится к развитию связей и ищет пути для более эффективного служения общине. Ваша церковь могла бы обеспечить поддержку и контроль, так чтобы отношения между церковным руководством и сотрудниками служения были более прозрачными. Если поблизости от вас нет такого служения, молитесь о том, чтобы ваша церковь могла предложить какую-то группу поддержки. Будьте готовы предоставить надёжных и зрелых партнёров по подотчётности для тех, кто ищет духовного наставления и роста.

### **Образ церкви**

Мы хотим завершить эту главу обсуждением образа такой церкви, в которой стремятся действительно служить людям, имеющим совершенно разные проблемы, включая сексуальные. Среди людей с сексуальными проблемами будут и те, кому приходится бороться с гомосексуальным влечением и поведением. Вот, как нам это видится:

### ***Проницательность, прозрачность и целостность пастора***

*Проницательность пастора.* В церкви, которую мы представляем себе, трудится пастор с идеей служения надломленным людям. Это служение предполагает, что каждый человек в приходе с чем-нибудь борется. Каждый имеет свой клубок проблем, которые уникальны для него, и пастор «видит» в этом предпосылки для служения всем, кто участвует в жизни церкви. Но пастор не просто видит нужды каждого человека; он видит возможности служения для всей общины. Он начинает рассматривать местное собрание верующих как источник взаимной помощи и поддержки. Возможно, вы слышали о том, что где-то в Европе есть большая статуя распятого Христа, и за долгие годы Господь на ней потерял обе руки. Под этой статуей висит табличка «У Иисуса есть только наши руки, чтобы что-то сделать» (скорее всего, это отсылка к соответствующей проповеди Билли Грэма, но корни этой истории я не нашёл – прим. перев.). Пастор знает об этой статуе и верит, что Бог помогает людям руками людей: община верующих то место, с которого надо начать.

*Прозрачность пастора.* Пастор делится с приходом личной борьбой со своим клубком



фирменных проблем, которые являются частью его жизни. Пастору вовсе не обязательно быть «экс-геем» или бывшим сексоголиком. Но пастор показывает, что он тоже человек, и что у него есть проблемы, как у всех людей. Он делится с прихожанами «человечностью» своих проблем, и каждый человек в приходе может определить себя через такое отношение к проблеме.

*Целостность пастора.* Пастор должен быть целостным человеком. Это значит жить в определённом соответствии с тем, о чём заявляется публично. Описываемый нами образ церкви воплощается в реальности лишь в той степени, в какой жизнь церковных руководителей согласуется с их проповедью. Прихожане могут откликнуться на просьбы поддержать или поучаствовать в благотворительной акции, поскольку сам пастор всегда готов кому-то помочь или отдать что-то другим людям. Пастор может обсуждать что-то с группами подотчётности, поскольку пастор сам участвует в малой группе с другими людьми.

### **Взаимозависимость и смирение в приходе**

*Приходская взаимозависимость.* В ответ на поведение пастора – пронизательность, целостность и прозрачность – уже и сами прихожане начинают реагировать на всё, что видят и слышат. Благодаря их чуткости, бремя пронизательности частично переносится с плеч пастора на плечи всего прихода. Они способны откликнуться, потому что понимают, насколько они внутренне друг от друга зависят. Они нужны друг другу, чтобы друг друга поддерживать. Бог посылает их друг другу как выражение Своей любви и Своего непреходящего участия в их жизни.

На практике это выглядит так, что добровольцы из прихода координируют работу в малых группах и ищут внутренние ресурсы прихода. Они проводят семинары и консультации, чтобы разобраться с любыми проблемами, с которыми люди сталкиваются. Среди прихожан есть люди со специальными навыками в различных областях, включая медицину, психологию, административную деятельность и просвещение. Эти прихожане либо сами напрямую оказывают помощь, либо они помогают косвенно, например, в случаях, когда они отвечают за приходские внутренние связи и служат своеобразными хранителями ресурсной базы общины.

В этом приходе люди и сами являются своеобразным ресурсом. Когда человек делает даже небольшой шаг к изменению в своих собственных проблемных областях, он становится источником помощи для других. То есть, существует круговорот ресурсов. Каждый ученик становится учителем; каждый учитель всё ещё учится, поскольку такая атмосфера помогает в определённом смысле «учиться всю жизнь» во всех сферах духовного роста и зрелости.

*Приходское смирение.* Люди в приходе также обеспечивают помощь, находясь в духе смирения. Нет никакого стремления выделяться в той помощи, которую предлагают, или в тех нуждах, которые озвучивают. Нужды и просьбы адресованы всем, кто нуждается в них, потому что прихожане ощущают, насколько они все вместе нуждаются в той благодати и том милосердии, которые они получают от Бога каждый день. К такому результату приводит взаимозависимость и круговорот ресурсов – люди осознают, что им нужен Бог, и что они нужны друг другу, потому что через людей Бог распространяет Свою любовь, благодать и милосердие.

### **Вопросы для самостоятельной работы:**

1. Внимательно слушать и делиться правдой – это два важных, но очень сложных принципа, чтобы строго им следовать и придерживаться. Как человек, борющийся с гомосексуальным влечением, мог бы описать ваше умение внимательно слушать других?

Может ли кто-нибудь сказать о вас, что ваша манера слушать выдаёт в вас христианина? Почему? А почему нет?

2. Как вы теперь думаете, что является ключом к возможности говорить людям правду и при этом избегать каких-то личных нападок, которые вбивают клинья между вами и другим человеком? Знаете ли вы людей, которые, как вам кажется, умеют соблюдать этот баланс? Опишите, что вам особенно нравится в их манере отношения к другим людям. Как бы это выглядело, если бы вы решили перенять некоторые из их навыков и пользоваться ими на практике?
3. Просите Бога направлять вас в ваших отношениях с людьми, борющимися с гомосексуальным влечением. Просите Его дать вам уши, чтобы слышать, и слова, чтобы ими делиться, равно как и мудрость, чтобы рассудить, когда необходимо слушать, а когда делиться правдой.
4. Бывали в вашей жизни моменты, когда вы верили в справедливость каких-то стереотипов и ярлыков и действовали, основываясь на них? Как это мешало вам приблизиться к образу такого человека, каким вы хотели бы стать в ваших взаимоотношениях с другими людьми? Бывали случаи, когда вам успешно удавалось избегать стереотипов и ярлыков?
5. Что для вас означает действовать в согласии с такими добродетелями, как вера, надежда и любовь? Каким образом вы можете в реальной жизни послужить верой, надеждой и любовью тем людям, которые имеют проблемы с гомосексуальным влечением?
6. Замечаете ли вы, что ваша церковь каким-то образом откликается на нужды людей, борющихся с гомосексуальным влечением? Что вы можете сделать на практике, чтобы помочь вашему приходу рассмотреть вопрос о взаимодействии с местными служениями, о ведении просветительской деятельности и о развитии системы поддержки для людей, которые борются с гомосексуальным влечением? Назовите два или три конкретных примера.

## **Глава 10. Заключительное обращение к преодолевающим**

Впрочем, братия, радуйтесь, уславившись, утешайтесь, будьте единомысленны, мирны, и Бог любви и мира будет с вами. Приветствуйте друг друга лобзанием святым. Приветствуют вас все святые. Благодать Господа нашего Иисуса Христа, и любовь Бога Отца, и общение Святаго Духа со всеми вами. Аминь. (2Кор.13:11-14)

Сказать, что борьба с нежеланным гомосексуальным влечением тяжела – это ничего не сказать. Многие из вас прямо или косвенно столкнулись с осуждением и множеством стереотипов, связанных с этой фирменной проблемой. Мы надеемся, что материалы нашей книги помогут вам продолжить свой путь к избавлению и праведной жизни пред Господом.

Мы хотели бы дать вам несколько практических советов, поскольку вы продолжаете своё путешествие по жизни. Мы рассматриваем этот заключительный этап как этап закрепления результатов, достигнутых вами в той работе, которую вы проделываете над своей сексуальной идентичностью. В него входит разработка практических путей предотвращения рецидива. Затем в завершение этой главы и всей книги мы опишем несколько принципов, которые предлагаем вам держать в голове при общении и взаимодействии с родными, друзьями и членами местной приходской общины.

### **Закрепление достижений**

Когда вы понемногу приближаетесь к свободному выбору целомудрия в интимных отношениях и обретаете возможность поддерживать его, вы можете задаться вопросом: «В какой момент я могу считать, что добился успеха в достижении своих целей?» Хотя на этом пути и не существует какой-то установленной «конечной точки» (вспомните, что это *процесс*, а не

программа), вы могли бы поразмышлять над тем, что вы установили для себя в качестве целей в области интимности, сексуального поведения и сексуальной идентичности.

Вот некоторые вещи, о которых вы могли бы подумать:

1. Можете ли вы достичь целомудрия и поддерживать его?
2. Знаете ли вы о ситуациях, которые стимулируют у вас приступы гомосексуального влечения?
3. Вы стали реже испытывать приступы гомосексуального влечения? Их интенсивность снизилась?
4. Можете ли вы распознать связь между своими физическими ощущениями, мыслями, чувствами и поведением?
5. Восполняете ли вы свои эмоциональные потребности через близкие, несексуальные отношения с представителями своего и противоположного пола?
6. Распознаете ли вы модели возникновения чувства оторванности или близости с другими людьми? Предпринимаете ли какие-то действия в соответствии со своим целями в жизни для успокоения себя?
7. Можете ли вы чётко и последовательно определить «внутренние части» себя, и может ли ваше «Я» взять на себя бремя ответственности в принятии решений?
8. Часто ли вы задаёте себе «затруднительные вопросы»? Умеете ли вы распознавать и устранять затруднения?
9. Есть ли у вас надёжное чувство своей собственной идентичности, которое согласуется с вашими жизненными целями?
10. Распознаёте ли вы свои уникальные области борьбы? Видите ли вы, как в вашей жизни действует Бог и «отводит» вас для Своих целей и воплощения Своего замысла?

## **Прогнозирование проблем**

Помимо честного ответа на вышеперечисленные вопросы вы могли бы уделить некоторое время определению трёх на ваш взгляд самых сложных проблем, которые могут препятствовать вашей способности поддерживать результаты, достигнутые в процессе работы с нашей книгой. Среди этих проблем могут значиться встречи со старыми друзьями, выслушивание в церкви полных ненависти историй о «геях», открытое участие кого-то из окружающих людей в гомосексуальных отношениях и любые другие подобные вещи.

Затем вы можете попробовать определить, что могло бы помешать вам ответить на эти проблемы таким образом, чтобы это согласовывалось с вашими жизненными целями. Снова необходимо распознать затруднения. Какие затруднения могут быть особенно проблемными для вас? Как можно эти затруднения устранить? Рабочая страница 10.1 поможет вам поразмышлять над некоторыми из обнаруженных проблем и над тем, какие изменения возможно следует внести, предвидя сложные обстоятельства. Начните с определения трёх вещей, которые по вашим ощущениям представляются реальной проблемой для вашей способности поддерживать достигнутые результаты. Затем поразмышляйте о том, что могло бы помешать вам разобраться с этими проблемами. Таким образом, вам сначала необходимо выписать около трёх вещей, которые могли бы вас беспокоить, а затем поразмышлять о них. Определите затруднения, которые могут помешать вам разобраться с этими проблемами, и затем разработайте несколько чётких и конкретных способов для устранения обнаруженных затруднений. Вы можете периодически возвращаться к этой рабочей странице, когда хотите помочь себе подготовиться к проблемам в поддержании различных достигнутых результатов. Помните, что в абсолютном большинстве случаев нет замены хорошему планированию и прогнозированию.

## Определение фирменных моделей рецидива

Каждый человек, который борется с гомосексуальным влечением и применяет описываемый нами подход, будет иметь свою собственную неповторимую модель возможного рецидива. Что мы подразумеваем под рецидивом? Рассмотрим ситуацию Майка – молодого человека, имеющего предрасположенность к алкоголизму. Нет никаких видимых «причин» для пьянства, но Майк борется с этой проблемой и уже несколько раз прошёл курс терапии по программе 12 шагов в группе анонимных алкоголиков (АА) на своём пути к выздоровлению. Завязав с алкоголем, Майк уже больше года не пьёт, но он всё ещё иногда испытывает сильную тягу к спиртному. В конце концов, ему действительно нравились и сами алкогольные напитки, и определённые формы общения, которые связаны с их употреблением. В какой момент Майк может считать, что добился «успеха» в своём лечении? Это связано с тем, когда он в последний раз выпил? Или с тем, что он воздерживался два года? Даже если он никогда больше не будет пить, означает ли периодически испытываемая тяга к спиртному, что он не справился? Что произошло бы, если бы у Майка случился рецидив?

Особенно интересным в таком сравнении становится тот факт, что участников групп анонимных алкоголиков учат всегда рассматривать себя как потенциально уязвимых для рецидива. Им рассказывают об эффекте нарушения воздержания. Он заключается в следующем: когда человек срывается и тем самым нарушает своё обещание воздерживаться от спиртного, он чувствует, что «облажался», и уходит в запой. Такие ситуации могут очень сильно подрывать попытки человека, уязвимого для злоупотребления спиртным, изменить свой образ жизни.

Когда люди, испытывающие гомосексуальное влечение, делают выбор в пользу целомудрия и других связанных с этим целей, они сталкиваются со схожей проблемой в том, как они представляют себе «успех». Они могли бы смотреть на успех достаточно узко, как на свободу от любых следов гомосексуальных влечений. Однако, как мы уже обсуждали, в большинстве случаев такой результат маловероятен. И это достаточно высокая планка даже по меркам АА и других программ. Какие ещё существуют варианты? Можно определить успех как честную жизнь пред Богом. Это может подразумевать честность и искренность с Богом в плане испытываемого вами гомосексуального влечения. Это может означать разработку и применение конкретных стратегий для поддержания целомудрия в вашем поведении и внутренней жизни. Это может означать принятие Божьей благодати даже в те моменты, когда вам очень тяжело бороться с гомосексуальными мыслями и фантазиями или когда вы снова срывается через гомосексуальное поведение. Таким образом, успех можно определять достаточно широко, но при этом весьма близко к тому, как это делают в АА и других программах. Однако вместе с широким определением успеха приходит и обеспокоенность по поводу того, что мы всегда находимся в зоне риска. Чего бы не хотелось, так это определять себя через свою проблему (хотя в АА вы были бы склонны всегда думать о себе как об алкоголике). Возможно, вы бы всё время рассматривали себя как человека, испытывающего гомосексуальное влечение, но при нашем подходе вам не нужно определять себя через свои проблемы. Ведь существует множество других аспектов вашей личности, через которые вы можете себя определять, включая вашу идентичность как верующего человека («Я христианин» или «Я иудей») или вашу поло-ролевую идентичность («Я мужчина» или «Я женщина»).

Возвращаясь к вопросу о рецидиве, мы хотели бы порекомендовать вам определить свои «фирменные» модели рецидива. Поскольку не существует двух одинаковых человек, огромную пользу вам принесёт то, что в процессе такой работы вы сможете больше узнать о самом себе. Используйте Рабочую страницу 10.2, чтобы облегчить себе работу и составить план, в котором будут детально разобраны ваши фирменные модели. Вы могли бы начать с того, чтобы ясно

представить свои цели. Например, если вашей целью является целомудрие в мыслях и поступках, то тогда становится достаточно ясно, к чему вы стремитесь.

Следующим шагом является поиск и определение того, что называется мнимыми неважными решениями или МНР. Это множество различных ежедневных решений, которые кажутся оправданными на момент принятия, но которые на самом деле ставят вас (физически или эмоционально) в положение, близкое к рецидиву. Как мы уже говорили ранее, они могут быть связаны с определёнными предметами, местами или отношениями, или же они могут указывать на элементы вашей повседневной жизни, которые вы в данный момент переносите нормально, но через некоторое время эти еженедельные и ежемесячные модели поведения могут сделать вас уязвимыми перед рецидивом.

На третьем шаге вы принимаете одно из таких мнимых неважных решений и ставите себя «рискованную» ситуацию. Вы можете поставить себя в такое положение, потому что в данный момент с большой вероятностью ваши мысли, фантазии или совершаемые поступки противоречат вашим жизненным целям.

Четвертым шагом является оплошность – как в мыслях, так и в поступках, которая всё-таки ещё недотягивает до настоящего рецидива. Например, провести время наедине с привлекательным человеком можно рассматривать как рискованную ситуацию, в то время как потереть друг другу спинку может быть поведением, которое достаточно близко, но до рецидива ещё недотягивает.

Есть один ключевой момент, который следует за оплошностью и приводит либо (а) к изменению поведения, либо (б) к отказу сопротивляться этим мыслям, фантазиям и поступкам. Часто такой отказ разжигается нашими собственными заявлениями, такими как «Я уже слишком далеко зашёл со всем этим. Я перешёл черту. С таким же успехом я могу довершить начатое». По сути, вы говорите, что слишком погрязли в своих мыслях, фантазиях и поступках – вам сложно остановиться, и вы можете просто опустить руки и сдаться.

Заключительный шаг в модели рецидива, по сути, и есть сам рецидив. Для человека, целью которого было целомудрие, рецидивом будет активное участие в гомосексуальных фантазиях или поведении.

После определения фирменной модели рецидива используйте Рабочую страницу 10.3, для того чтобы разработать план, который будет служить вам в качестве «Альтернативного варианта» действий при угрозе рецидива. Эту Рабочую страницу хорошо использовать, когда вы начинаете делать успехи в достижении своих жизненных целей. Когда вы только почувствуете, что немного освоили наш подход и достигли определённых успехов, вам будет необходимо составить план того, как в дальнейшем работать с возможными случаями рецидива. По сути, вы составляете план действий на случай каких-то очень сложных обстоятельств, с которыми можете столкнуться. Вы наперёд определяете какие-то конкретные и практические шаги, которые вы можете предпринять, когда стараетесь жить в соответствии со своими верованиями и нравственными установками касательно гомосексуального влечения и поведения. Начните рассматривать каждый шаг «Альтернативного варианта» как ключевую точку своего решения. Попросите своего партнёра по подотчётности или группу поддержки проработать с вами эти шаги и быть доступными для вас в те моменты, когда вам потребуется их помощь и поддержка.

Снова начните с ясного определения своих целей. Если вашей целью является целомудрие в мыслях и поведении, то так и запишите это. Затем продумайте альтернативные варианты к мнимым неважным решениям, которые вы записывали в Рабочей странице 10.2. Если оказалось так, что вы всё-таки приняли одно из таких мнимых неважных решений, то какие

действия на самом деле вы можете предпринять в качестве альтернативного варианта в данный момент? Не забывайте о том, что решения подобного рода ставят вас в «рискованное» положение. Что вы можете сделать, если оказались в такой ситуации? Есть ли у вас друг или партнёр по подотчётности, к которому вы можете обращаться за поддержкой 24 часа в сутки? Какой будет ваша реакция, если вы допустили оплошность в мыслях или поведении? В случае оплошности в поведении, важно, что в мыслях вы продолжаете сопротивляться склонности «завершить начатое» и перейти границу. Для человека такая склонность является естественной, но и ей вы можете сопротивляться, если напоминаете себе, что допущенная оплошность ещё не является рецидивом – не надо опускать руки. Вы можете остановиться и воспользоваться помощью партнёра по подотчётности или группы поддержки и продолжить двигаться в направлении своих жизненных целей.

Сейчас мы переходим к заключительной части наших слов поддержки и ободрения. Ниже приведены некоторые ключевые принципы, над которыми вы могли бы поразмышлять. Они касаются вашего взаимодействия с членами семьи, друзьями и представителями местной церковной общины.

### **Заключительные принципы**

*Будьте терпеливы: не всякий отвергнет вас.* Отвержение. Это простое слово вызывает в памяти множество образов и эмоций. Каждый из нас успел в своё время ощутить боль отвержения и различным образом на неё отреагировать. Одни из нас выстраивают стены и отгораживаются от людей. Другие переходят к новым отношениям, надеясь найти принятие. К сожалению, вас ещё не раз отвергнут. К сожалению, церковь временами не желает откликаться на нужды людей, борющихся с различными сложностями. Мы и сами так поступаем. И вы тоже. Должно быть, это горькая чаша, из которой очень больно пить. Мы все, так или иначе, повреждены. Все без исключения. Этими словами мы призываем вас отложить в сторону свой страх перед отвержением и некоторые свои ожидания. Запаситесь терпением. В духе любви и смирения давайте искать хорошее в нашей семье и в церкви, вдохновляя друг друга жить честно перед Христом.

*Делитесь, станьте частью решения.* В духе блаженного Августина, сейте множество терпения и знания там, где есть невежество. Кто лучше вас может знать вашу проблему? Кто лучше вас рассказал бы другим людям о ней? Мы не призываем к тому, чтобы каждый читающий эту книгу, становился помощником или собеседником для людей, борющихся с нежеланным гомосексуальным влечением. Рассказывать каждому встречному о своей проблеме, вероятно, не самое мудрое решение, но есть и другие пути. Осознание того этапа, на котором вы находитесь согласно модели развития и синтеза сексуальной идентичности, может помочь вам определить имеющиеся у вас возможности стать частью решения. Тот, кто продвинулся дальше в достижении и поддержании своих жизненных целей, возможно, захочет обеспечить церковную библиотеку или пасторов специальной литературой. Если вам комфортно открыться в своей местной церковной общине, то обсуждение проблем и разбор стереотипов и заблуждений в малой группе может способствовать открытому и искреннему общению между прихожанами. Помните, не всякий человек готов принять другого, но и не всякий отвергнет. Когда обе стороны отворачиваются друг от друга, пропасть между ними лишь увеличивается. Но если кто-то желает сохранить отношения и разворачивается обратно, то становится возможным решать существующие проблемы.

*Думайте, прежде чем кому-то открыться.* Когда можно поделиться своей проблемой с другим человеком? Каждый из нас сталкивается с этим вопросом независимо от наших фирменных проблем. Для тех, кто хотел бы без опасений выстраивать близкие отношения с другими людьми, Генри Клауд и Джон Таунсенд предлагают ряд принципов в своей книге

*Надёжные люди* (оригинальное название *Safe People, Safe Places* – прим. перев.). Эта книга станет прекрасным пособием для любого, кто хочет выстроить здоровые близкие отношения с другими, при этом поддерживая безопасные и приемлемые границы. Не каждый человек готов откликнуться на вашу проблему в данный момент, и поэтому мы призываем вас молитвенно поразмышлять и всё хорошенько взвесить, если вы вдруг решите открыться семье, друзьям и членам вашей церковной общины.

*Доверьте себя в подотчётность.* Христианин не может быть «одиноким рейнджером». Нет такого замысла, чтобы нам брести по этой жизненной дороге в одиночестве. Мы были сотворены для дружбы и общения. Как Тело Христово мы вместе празднуем наши победы и вместе же оплакиваем наши потери. Это и есть тело – взаимосвязанная система частей, действующих вместе как единое целое. Проблемы начинаются, когда ноги хотят идти в одну сторону, а голова в другую. Что произошло бы, если бы все пальцы на ногах решили пойти своей дорогой, не спрашивая остальные части тела? При таком хаосе вы далеко не ушли бы. Подотчётность вовсе не подразумевает под собой абсолютный контроль и подчинение. Подотчётность – это дар и неотъемлемая часть пути к святости. Группа поддержки является одним из возможных источников поддержки и подотчётности. Мы уже упомянули три христианские группы поддержки – *Exodus International, Homosexuals Anonymous* и *Courage*. Мы рекомендуем вам подумать о поиске такой группы (смотри Приложение Б). Как мы помним, «железо острит железо». Так же и подотчётность пробуждает в нас характерные черты и образ Христа.

### **Вопросы для самостоятельной работы:**

1. Прочитайте снова список вопросов, поставленных нами в самом начале главы, когда мы писали о закреплении результатов. После прочтения подумайте: какие именно изменения должны произойти в вашей жизни, по которым вы сможете чётко определить, что добились успеха в достижении своих жизненных целей? Другими словами, как вы узнаете, что чего-то достигли, направляя свою жизнь по этой новой траектории?
2. Что значит для вас слово «подотчётность»? Какую ответственность за других людей вы несёте, будучи частью Тела Христова? Подумайте, каким образом вы можете содействовать подотчётности в кругу своих друзей и местной церковной общине. Опишите два-три конкретных способа.
3. В каких ситуациях вам сложно быть терпеливым по отношению к другим людям? Каким образом вы можете поддерживать дух любви и терпения в своей семье, в кругу своих друзей и местной церковной общине?
4. В зависимости от того, на каком этапе вы находитесь в плане достижения и поддержания своих жизненных целей, ответьте: какие возможности стать частью решения вы видите для себя? Опишите два-три варианта того, как вы можете повлиять на свою местную церковную общину. Насколько сложно для вас было бы поделиться своими проблемами с членами своей семьи или друзьями и рассказать им о сложностях борьбы с гомосексуальным влечением?
5. Рассказывали ли вы о своей проблеме другим людям? Каким был этот опыт, если он у вас имеется? А как вы реагируете, когда кто-то делится своими проблемами с вами? В каком случае вы бы чувствовали себя безопасно, если бы вам нужно было поделиться своей проблемой с другими? Как вы думаете, какие в принципе существуют достоинства и недостатки подотчётности или участия в группе поддержки с другими людьми со схожими проблемами, которые могут делиться своим опытом?

### **Рабочая страница 10.1. Прогнозирование проблем**

Какие три проблемы, как вам кажется, будут мешать вашей способности поддерживать

результат?

1.

2.

3.

Что могло бы помешать вам разобраться с этими проблемами?

1.

2.

3.

Определите затруднения: \_\_\_\_\_

Обозначьте несколько конкретных способов устранения обнаруженных затруднений:

1.

2.

3.

### **Рабочая страница 10.2. Модели рецидива**

*Указания:* (1) обозначьте цель вашей терапии, (2) перечислите мнимые неважные решения, (3) опишите рискованную ситуацию, (4) определите оплошность в мыслях или поведении, и (5) опишите рецидив.

Модель	Описание
Целомудрие (или другая цель терапии)	
Мнимые неважные решения	
Рискованная ситуация	
Оплошность в мыслях или поведении	
Рецидив	

### **Рабочая страница 10.3. Альтернативный вариант**

*Указания:* (1) обозначьте цель вашей терапии, (2) определите альтернативные варианты для мнимого неважного решения, (3) перечислите альтернативные варианты действий в рискованной ситуации, (4) определите, что вы могли бы сделать, если бы вы допустили оплошность в мыслях или поведении, и (5) опишите в подробностях альтернативный вариант



действий в случае угрозы рецидива.

Модель	Описание
Целомудрие (или другая цель терапии)	
Мнимое неважное решение	
Рискованная ситуация	
Оплошность в мыслях или поведении	
Рецидив	

## **Приложение. Избранная литература по проблемам гомосексуальности и сексуальной идентичности**

Balch, D. (Ed.) (2000). *Homosexuality, science, and the "plain sense" of scripture*. Grand Rapids, MI: Eerdmans.

*Различные мнения об этике, Священном Писании и научных исследованиях.*

Bergner, M. (1995). *Setting love in order*. Grand Rapids, MI: Baker

*Душепечительство / евангельская церковь*

### **Издано на русском языке:**

а) Бергнер М. Приведи в порядок свою сексуальную жизнь. Киев: Маранафа, 2003. - 263 с.

б) Бергнер М. Приводя жизнь в порядок (автобиография экс-гея). [Эл. изд.]  
<http://overcoming-x.ru/privodja-zhizn-v-porjadok-avtobiografija-ehks-geja.html>

Comiskey, A. (1989). *Pursuing sexual wholeness*. Lake Mary, FL: Creation House.

*Душепечительство / евангельская церковь*

Consiglio, W. (1991). *Homosexual no more*. Wheaton, IL: Victor .

*Душепечительство / евангельская церковь*

Dallas, J. (1991). *Desires in conflict*. Harvest House.

*Душепечительство / евангельская церковь*

Davies, B., & Rentzel, L. (1994). *Coming out of homosexuality*. Downers Grove, IL: InterVarsity Press.

*Евангельская церковь*

### **Издано на русском языке:**

а) Дэвис Б., Рентзел Л. Свобода от гомосексуальности. Киев: Варух, 2011. - 216 с.

Gagnon, R. (2002). *The Bible and homosexual practice*. Lexington, KY: Abingdon.

Богословие / анализ

Harvey, J. (1996). *The truth about homosexuality: The cry of the faithful*. San Francisco: Ignatius.

Римская католическая церковь

Harvey, J. (1996). *The homosexual person: New direction in pastoral care*. San Francisco: Ignatius.

Римская католическая церковь

Jones, S., & Yarhouse, M. (2000). *Homosexuality: The use of scientific research in the church's moral debate*. Downers Grove, IL: InterVarsity Press.

Теоретические работы / научные исследования / евангельская церковь

Moberly, E. (1983). *Homosexuality: A new Christian ethic*. Greenwood, South Carolina: The Attic Press.

Теоретические работы

Nicolosi, J. (1993). *Healing homosexuality: Case stories of reparative therapy*. New York: Jason Aronson.

Профессиональная литература / примеры клинической практики

**Издано на русском языке:**

а) [Николоси Дж. Исцеление от гомосексуальности. Случаи репаративной терапии.](#)

Nicolosi, J. (1993). *Reparative therapy of male homosexuality*. New York: Jason Aronson.

Профессиональная литература / репаративная терапия

Payne, L. (1981). *The broken image*. Wheaton, IL: Crossway Books.

Душепопечительство / евангельская церковь

**Издано на русском языке:**

а) [Пэйн Л. Искажённый образ.](#)

Prichard, R. (1992). *A wholesome example: Sexual morality and the Episcopal Church*. Lexington, KY: Bristol Books.

Богословие / экклезиология

Satinover, J. (1996). *Homosexuality and the politics of truth*. Grand Rapids, MI: Baker.

Теоретические работы / евангельская церковь

Shmidt, T. (1994). *Straight and narrow? Compassion and clarity in the homosexuality debate*. Downers Grove, IL: InterVarsity Press.

Теоретические работы / евангельская церковь

Siegel, E. (1988). *Female homosexuality: Choice without volition*. Hillsdale, NJ: The Analytic Press.

#### Профессиональная литература

Siker, J. (Ed.) (1994). *Homosexuality in the church: Both sides of the debate*. Louisville, KY: Westminster John Knox Press.

#### Различные мнения об этике, Священном Писании и научных исследованиях.

Webb, W. J. (2001). *Slaves, women and homosexuals: Exploring the hermeneutics of cultural analysis*. Downers Grove, IL: InterVarsity Press.

#### Богословие / анализ

Wold, D. J. (1998). *Out of order: Homosexuality in the Bible and Ancient Near East*. Grand Rapids, MI: Baker.

#### Богословие / анализ

Worthen, A., & Davies, B. (1996). *Someone I love is gay: How family and friends can respond*. Downers Grove, IL: InterVarsity Press.

#### Евангельская церковь / для семейного ознакомления

Yamamoto, J. (Ed.). (1990). *The crisis of homosexuality*. Wheaton, IL: Victor Books.

#### Евангельская церковь

Yarhouse, M., & Jones, S. (1997). The homosexual client. In R. K. Sanders (Ed.), *Christian counseling ethics*. Downers Grove, IL: InterVarsity Press.

#### Этика / проблемы консультации

Yarhouse, M. (2001). *Expanding alternatives to same-sex attraction and behavior: Clinical modules for informed consent, assessment, and intervention*. Self-published, Virginia Beach, Virginia.

#### Профессиональная литература / клиническое пособие

## Примечания

### Глава 1. Сексуальная идентичность

1. Такое определение дано в соответствии с Stanley E. Althof «Erectile Dysfunction: Psychotherapy with Men and Couples» в книге S.R. Leiblum & R.C. Rosen (Eds.) *Principles and Practices of Sex Therapy* (3<sup>rd</sup> edition) (New York: Guilford, 2000), pp.242-275.
2. Смотри, например, Mario Bergner, *Setting Love in Order* (Grand Rapids, MI: Baker, 1995); Andrew Comiskey, *Pursuing Sexual Wholeness* (Lake Mary, FL: Creation House, 1989); William Consiglio, *Homosexual No More* (Wheaton, IL: Victor, 1991); Robert Davies & Lori Rentzel, *Coming Out of Homosexuality* (Downers Grove, IL: InterVarsity Press, 1991).
3. Смотри главу 5 в Jones, S., & Yarhouse, M. *Homosexuality: The use of scientific research in the church's moral debate* (Downers Grove, IL: InterVarsity Press, 2000).
4. Kim W. Schaeffer, R.A. Hyde, T. Kroencke, B. McCormick & L. Nottebaum, "Religiously-Motivated Sexual Orientation Change", *Journal of Psychology and Christianity*, 2000, Vol. 19,

- No. 1, pp. 61-70; Kim W. Schaeffer, Lynn Nottebaum, P. Smith, K. Dech & J. Krawczyk, "Religiously-Motivated sexual Orientation Change: A Follow-Up Study", *Journal of Psychology and Theology*, 1999, Vol. 27, pp. 329-337.
5. Robert L. Spitzer, "Two Hundred Subjects Who Claim to have Changed their Sexual Orientation from Homosexual to Heterosexual". В сборнике Phillip A. Bialer (Chair), *Clinical Issues and Ethical Concerns Regarding Attempts to Change Sexual Orientation: An Update*. Статья была представлена на ежегодной встрече Американской психиатрической ассоциации, Новый Орлеан, Луизиана, 9 мая 2001г.
  6. Mark A. Yarhouse, "Sexual Identity Development: The Influence of Valuative Frameworks on Sexual Identity Synthesis", *Psychotherapy*, 2001, Vol. 38, No. 3, pp. 331-341. Вся последующая дискуссия основывается на данной модели и взята из статьи Mark A. Yarhouse, "Reorientation or Identity Synthesis? Metaphysical Reflections on Current Ethical Debate", *Christian Bioethics* (выходные данные отсутствуют).
  7. Существует множество различных теорий о причинах гомосексуального влечения, в том числе и такая, что основной вклад в его развитие делает биология. Другие теории учитывают различные факторы из внешней среды. Например, некоторые специалисты считают, что человек может испытывать гомосексуальное влечение из-за проблем в детско-родительских отношениях. Однако сегодня большая часть специалистов склоняются к «интеграционной» теории причин гомосексуального влечения. Она говорит, что есть много факторов, которые в зависимости от человека по-разному взаимодействуют и влияют на него. Таким образом, нельзя выявить какую-то одну причину гомосексуального влечения, которая является решающей для всех. Смотри Jones & Yarhouse, *Homosexuality*.
  8. Исходя из нашего опыта, можем сказать, что чувства гомо- и гетеросексуального влечения необязательно так связаны между собой, что уменьшение гомосексуального влечения подразумевает одновременное увеличение гетеросексуального влечения. Их лучше измерять по двум независимым шкалам.
  9. Crystal L. Park & Susan Folkman, "Meaning in the Context of Stress and Coping", *Review of General Psychology*, 1997, Vol. 1, No. 2, pp. 115-144.
  10. S. Lewis, *A Severe Mercy, Letter to Sheldeon Vanauken* (14 May 1954), chap. 6, p. 147.

## **Глава 2. Наша сексуальность**

1. К. С. Льюис, *Письма Баламута*.
2. Эта фраза принадлежит Майклу Мэнгису (Michael Mangis) и связана с его размышлениями об уникальных клубках «фирменных» грехов, с которыми борются христиане.
3. D. Knudsen, "Images" в книге под редакцией Sinclair B. Ferguson, David F. Wright, J.I. Packer, *New Dictionary of Theology* (Downers Grove, IL & Leicester, England: InterVarsity Press, 1988), p. 330.
4. Этот раздел основывается на материалах из Stanton L. Jones, Brenna B. Jones (Date), *How and When to Tell Your Kids about Sex* (Grand Rapids, MI: Baker, 1993).
5. Части этого раздела взяты из L. Jones, B. B. Jones *How and When...* и Lewis Smedes, *Sex for Christians, second edition* (Grand Rapids, MI: Eerdmans, 1994).
6. Richard Lints, "Imaging and Idolatry: The Sociality of Personhood and the Ironic Reversals of the Canon". Работа была представлена на семинаре Альянса верующих евангелистов, Колорадо Спрингс, Колорадо, июнь, 2002.
7. Там же.

## **Глава 3. Мифы и реальность о влечении к своему полу**

1. Более подробно результаты этого исследования разобраны в Jones & Yarhouse,

*Homosexuality* (глава 4) и Susan D. Cochran, "Emerging Issues in Research on Lesbians' and Gay Men's Mental Health: Does Sexual Orientation Really Matter?" *American Psychologist*, 2002, Vol. 56, No. 11, pp. 931-948.

2. Lewis Smedes, *Sex for Christians*.
3. David P. McWhirter & Andrew M. Mattison, *The Male Couple: How Relationships Develop* (Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1984). Также смотри A. Deenen, L. Gijss & A. X. van Naerssen, "Intimacy and Sexuality in Gay Male Couples", *Archives of Sexual Behavior*, 1994, Vol. 23, pp. 421-431. Динэн с соавторами рассказывает об исследовании 156 мужских пар, из которых 62% имели сексуальные контакты за рамками отношений. В исследованной выборке за предшествующий год среднее количество сексуальных партнёров за рамками отношений составило 7.1.
4. Там же.
5. Robert A. J. Gagnon, *The Bible and Homosexual Practice* (Nashville, TN: Abingdon, 2001).

#### **Глава 4. Распознавание моделей**

1. Douglas Breunlin, Richard Schwartz, Betty Mac Kune-Karrer, *Metaframeworks, second edition* (New York: Jossey-Bass, 1997).
2. Контактную информацию по этим организациям смотри в Приложении Б.

#### **Глава 5. Планирование окружения**

1. Shang-Ding Zhang, W. F. Odenwald, "Misexpression of white (w) Gene Triggers Male-Male Courtship in *Drosophila*", *Proceedings of the National Academy of Sciences USA*, 1995, Vol. 92, pp. 5525-5529.
2. Например, в исследовании *Stall* с соавторами, процентное соотношениеросло от 1.4% (в среднем по стране) до 3.7% (городское население) по числу мужчин, которые в предыдущие 5 лет имели сексуальные контакты только с мужчинами; в дополнение к этому в предыдущие 5 лет 2.0% мужчин имели сексуальные контакты как с мужчинами, так и с женщинами. В исследовании *Laumann* с соавторами, процентное соотношение также было выше в городских районах по сравнению с сельскими: 9.2% (городские) против 1.3% (сельские) или 2.8% (в среднем). Эти результаты были справедливы также и в случае само-определившихся лесбиянок: 2.6% (городские) против 1.4% (в среднем) и <1% (сельские). Хотя некоторые исследователи трактуют это главным образом как результат миграции, такие соотношения зафиксированы и среди подростков 14-16 лет, поэтому одна лишь миграция не может являться причиной. Более подробно эти работы рассмотрены в книге Robert A. J. Gagnon, *The Bible and Homosexual Practice* (Lexington, KY: Abingdon, 2001).
3. Michael S. Lundy, George A. Rekers, "Homosexuality in Adolescence: Interventions and Ethical Considerations" в книге под редакцией A. Rekers, *Handbook of Child and Adolescent Sexual Problems* (New York, NY: Lexington, 1995), p.362.
4. В 1974 году все члены Американской психиатрической ассоциации по рекомендации своего президиума проголосовали официально исключить гомосексуальность из официального перечня психических расстройств (*Diagnostic and Statistical Manual, DSM*). Интересно, что Роберт Шпитцер, который был одним из инициаторов этого голосования, недавно провёл конференцию, в ходе которой рассказал об исследовании 200 человек, заявлявших о смене сексуальной ориентации. Шпитцер рассказал, что 66% мужчин и 44% женщин сообщили о «хорошей гетеросексуальной функции» в результате таких попыток. Хорошая гетеросексуальная функция была определена следующим образом: (а) провести год в любовных гетеросексуальных отношениях; (б) удовлетворение от эмоциональных отношений на уровне +7 по шкале 1-10; (в) гетеросексуальные половые контакты по меньшей мере раз в месяц; (г) физическое удовлетворение от секса по

меньшей мере +7 по шкале 1-10; и (д) никогда или в мене 20% случаев думать о представителях своего пола во время гетеросексуального полового акта. Эти результаты были практически идентичны среди 33 мужчин, у которых показатели гомосексуального влечения «зашкаливали» до попыток изменения. Ещё 67% мужчин удовлетворили критериям хорошей гетеросексуальной функции после их попыток измениться; выборка по женщинам была признана нерепрезентативной. Смотри Robert L. Spitzer, "Two hundred subjects who claim to have changed their sexual orientation from homosexual to heterosexual" в сборнике под редакцией Phillip A. Bialer, *Clinical Issues and Ethical Concerns Regarding Attempts to Change Sexual Orientation: An Update*. Работа была представлена на ежегодной встрече Американской психиатрической ассоциации, Новый Орлеан, Луизиана, 9 мая 2001г.

5. Douglas Breunlin, Richard Schwartz & Betty Mac Kune-Karrer в своей книге *Metaframeworks* (San Francisco: Jossey-Bass, 1997) работают и проводят анализ с учётом шести пересекающихся сфер: путь развития, организация, культура, поло-ролевая идентичность, развитие и внутренние семейные системы. Хотя нам не нужно принимать именно эту модель, чтобы пользоваться «теорией затруднений», она отмечена на случай, если вы захотите больше узнать о ней.
6. Betty Carter, Monica McGoldrick, "Overview: The Expanded Family Life Cycle" в книге под редакцией Betty Carter & Monica McGoldrick, *The Expanded Family Life Cycle: Individual, Family, and Social Perspectives* (Needham Heights, MA: Allyn and Bacon, 1999), pp. 1-26.
7. Там же.

## **Глава 6. Обмен: старые сценарии на новые**

1. Gilbert Herdt, "Developmental Discontinuities and Sexual Orientation Across Cultures" в книге под редакцией David P. McWhirter, S.A. Sanders, J.M. Reinisch, *Homosexuality/Heterosexuality: Concepts of Sexual Orientation* (New York: Oxford University Press, 1996), p. 224.
2. Большая часть исследований, связанных с детско-родительскими отношениями, была опубликована в 60-80 годы сторонниками психоаналитического подхода. Смотри, например, Irving Bieber, H.J. Dain, P.R. Dince, M.G. Drellich, H.G. Grand, R.H. Gundlach, M.W. Kremer, A.H. Rifkin, C.B. Wilber, T.B. Bieber, *Homosexuality: A Psychoanalytic Study* (New York: Basic Books, 1962); Richard B. Evans, "Childhood Parental relationships of Homosexual Men", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 1969, Vol. 33, pp. 129-135. Другие исследования не выявили той же детско-родительской динамики, коррелирующей с гомосексуальной идентификацией (или выявили другую динамику), и эти работы по-прежнему приводятся, как не подтверждающие эту теорию или, по крайней мере не обеспечивающие ей ясной поддержки. Например, Alan P. Bell, Martin s. Weinberg, Sue Kiefer-Hammersmith, *Sexual Preference* (New York: Simon & Schuster, 1980). Также возможно, что классические типы «эмоционально удалённый отец» и «сильно вовлечённая мать» могут быть результатом поло-ролевых несоответствий внутри ребёнка.
3. W. Robinson, "Understanding the Meaning of Change for Married Latter-Day Saint Men with Histories of Homosexual Activity", неопубликованная докторская диссертация. Университет Бригама Янга, 1998.
4. M. Ponticelli, "Crafting Stories of Identity Reconstruction", *Social Psychology Quarterly*, 1999, Vol. 62, pp. 157-172.
5. Mike Lew, *Victims No Longer* (New York: Harper Collins, 1990), p. 7.
6. Там же.
7. Там же.
8. Eliana Gil, *Treating Abused Adolescents* (New York: Guilford, 1996), p. 168f.
9. Beverly Engel, *The Right to Innocence: Healing the Trauma of Childhood Sexual Abuse* (New

York: Ivy Books, 1989), p. 232.

## **Глава 7. Жизнь и практическое богословие святости**

1. Stanton L. Jones, "Identity in Christ and Sexuality" в книге под редакцией Timothy Bradshaw, *Grace and Truth in Secular Age* (Grand Rapids, MI: Eerdmans, 1998) p. 100.
2. К. С. Льюис, *Время славы*.
3. Там же.
4. Там же.
5. Dallas Willard, *The Divine Conspiracy* (San Francisco: Harper Collins, 1998), p. 366.
6. Там же.
7. Там же.
8. Там же.
9. J. Pigott, "Covetousness" в книге David J. Atkinson, David F. Field, Arthur Holmes, Oliver O'Donovan, *New Dictionary of Pastoral Care* (Downers Grove, IL: InterVarsity Press, 1995), p. 267.
10. Там же.
11. Lewis Smedes, *Sex for Christians, second edition* (Grand Rapids, MI: Eerdmans, 1994).
12. H. Olthuis, "Chastity" в книге David J. Atkinson, David F. Field, Arthur Holmes, Oliver O'Donovan, *New Dictionary of Pastoral Care* (Downers Grove, IL: InterVarsity Press, 1995), p. 223.
13. W. Augsburg, "Forgiveness" в книге David J. Atkinson, David F. Field, Arthur Holmes, Oliver O'Donovan, *New Dictionary of Pastoral Care* (Downers Grove, IL: InterVarsity Press, 1995), p. 389.
14. J. Pigott, "Covetousness".
15. Взято из Lewis Smedes, *Sex for Christians*.
16. H. Olthuis, "Chastity".

## **Глава 8. Обращение к семьям**

1. Взято из Ivan Hill (Ed.), *Bisexual Spouse* (New York: Harper & Row, Publishers, 1987).
2. Этот раздел взят из Mark A. Yarhouse, Lisa M. Pawlowski, Erica S. N. Tan, "Adversity and Resilience in Marriage: Intact Marriages in which One Partner Experiences Same-Sex Attraction". Работа была представлена на Восточной региональной конференции христианской ассоциации психологических исследований, Бетесда, Мэриленд, 1 ноября 2002 г.

## **Глава 9. Обращение к церкви**

1. John Stott, *Same-Sex Partnerships? A Christian Perspective* (Grand Rapids, MI: Baker Books, 1998), p. 79.