

Приложение

Важные понятия

Активация Я-схемы наркозависимости

Наркозависимые пациенты постоянно активируют разработанную и отлично отретпетированную Я-схему наркозависимости, которая концентрирует внимание на стимулах, ассоциирующихся к поиском и употреблением наркотика, а также предоставляет быстрый доступ к скриптам и планам наркозависимого поведения, повышающего риск распространения ВИЧ и других заболеваний, передающихся половым путем и посредством употребления наркотических веществ. Такое поведение способствует развитию ВИЧ и ухудшению здоровья пациентов.

Осознанность дыхания Анапанасати

Анапанасати - слово из языка Пали, которое означает осознание вдоха и выдоха. Это слово описывает технику медитации, которая концентрирует внимание на физических ощущениях, возникающих при прохождении воздуха через нос при вдохе и выдохе. Эта точка (которая в терапии 3-S и в другой литературе называется якорем) находится обычно в районе ноздрей или верхней губы. Когда сознание отвлекается, человек, занимающийся медитацией, просто отмечает, что сознание отвлеклось, и мягко, но настойчиво, возвращает сознание к якорю. Предпочтительно, чтобы медитация выполнялась ежедневно в течение часа, в тихом месте, без помех. Человек, занимающийся медитацией, может сидеть на полу в позе лотоса, если ему удобно, или может опуститься на колени на специальную скамеечку для медитации, или может сидеть на стуле с прямой спинкой; руки спокойно лежит на коленях.

Якорь

См. *Анапанасати*. В терапии 3-S пациенты обучаются прибегать к якорю для поддержания устойчивости сознания во время эмоционального дисбаланса или во время усиливающейся тяги к наркотику.

Пять препятствий - пять "врагов"

Препятствия, которые мешают пациенту испытать его истинную натуру

1. Тяга (желание)
2. Неприязнь (злая воля, ненависть, враждебность)
3. Лень (безразличие, инертность, сонливость)
4. Возбужденность (беспокойство, приступы волнения)
5. Сомнение (потеря ориентации, невежество)

Пять духовных качеств - пять "друзей"

Пять из восьми искусств, *индрий*, которые, согласно учению *Абхидхамма питака*, держат под контролем свои противоположности, пять врагов. "Пять духовных качеств делают возможным заметные изменения характера, поведения, мышления и устремлений. Иногда они делают возможным полную перестройку личности." (*Исследования Абхидхамма*, стр. 62).

1. Вера - держит под контролем сомнение
2. Энергия - держит под контролем лень (безразличие, инертность, сонливость)
3. Осознание -- синоним полноты осознания, держит под контролем безрассудство как реакцию на тягу к наркотику или неприязнь со стороны людей) и поддерживает баланс всех духовных качеств.

4. Сосредоточенность - держит под контролем возбужденность
5. Мудрость - преодолевает невежество человека по поводу его истинной сущности

Привычные модели мышления

Рефлекс *Санскара*. В терапии 3-S Я-схема наркозависимости рассматривается как привычная модель сознания, *Санскара*, которая неизбежно приводит к страданию.

Невежество

Заблуждение; недостаточное осознание истинной сущности; привязанность к Я-идентичности, непонимание непостоянства и условности всего сущего.

Любящая доброта *Метта*

Любящая доброта (см. нижеследующий раздел о технике медитации *Метта*)

Сознание обезьяны

Блуждающее сознание

Концентрация на одной точке

Практика концентрации внимания на одной точке (напр., на ощущениях потока воздуха при вдохе и выдохе вокруг ноздрей) для развития Сосредоточенности и умирения блуждающего сознания.

Активация Я-схемы

В терапии 3-S "Я" понимается как многогранное и динамическое явление, состоящее из развитых и последовательно организованных систем знания или убеждений о долгосрочных намерениях данного человека, которые хранятся в долговременной памяти, и которые связаны с эмоциями и поведением через сеть ассоциаций. Активация Я-схемы, таким образом, вводит в действие определенные убеждения, которые селективно фокусируют внимание на входящей информации, ассоциирующейся с данными убеждениями и которая предоставляет быстрый доступ к соответствующему поведенческому репертуару через автоматизированные скрипты событий и планы действий.

Страдание (*дуккха*)

Дуккха - слово из языка Пали, которое означает "страдание". Данное понятие описывает физическую или душевную боль и мучения, причиненные смертью, старостью, болезнью, горем или нищетой, и вызванные непониманием непостоянства всех сущих явлений. В более общем смысле это слово обозначает несовершенство и хрупкость всего сущего, что в силу своей непостоянности подвержено страданию.

Випассана

Випассана - слово Пали, которое интерпретируется как "прозрение". Обычно это слово обозначает вид медитации, при котором внимание концентрируется на физических ощущениях, которые появляются и исчезают, и тем самым выражают собственное непостоянство. В терапии 3-S пациент обучается начальным ступеням медитации, которые предполагают систематическое наблюдение физических ощущений, которые ассоциируются с тягой к наркотику и которые появляются и исчезают, демонстрируя непостоянство тяги к наркотику.

Четыре Благородные Истины

1. Стрaдание существует потому, что мы рождены в форме физического тела, с чувствами, ощущениями, умом и состояниями сознания - это пять совокупностей существования.
2. Стрaдание вызывается непреодолимыми желаниями и влечениями, которые происходят от этих пяти групп, как если бы эти группы были постоянны, как если бы у них была собственная личность, которой у них нет.
3. Стрaдание оканчивается, когда прекращается тяга и влечение к чему-либо.
4. Избавиться от тяги и влечения, а, следовательно, и от страдания, можно на Благородном Восьмеричном Пути.

Благородный Восьмеричный Путь и три "Тренировки"

Понятия, применяемые для структурирования и организации лечебных целей терапии Духовной Я-схемы. Терапия предназначена для коррекции наркозависимости и других видов деструктивного поведения, которые увеличивают риск распространения ВИЧ и других инфекционных заболеваний.

Тренировки Мудрости (Панна):

Правильное Понимание/Взгляд (Самма диттхи) Понимание, что Я наркозависимости является не истинной сущностью человека, а, скорее, привычной моделью сознания (рефлексом *Санскара*), и что тяга к наркотику и чувство неприязни, которые ассоциируются с самоидентификацией с наркозависимостью, приводят к страданию - причинению вреда себе и другим людям.

Правильное Намерение/Правильная Мысль (самма-санкаппа) Намерение не причинять вреда себе и другим людям, а также познать свою истинную сущность посредством опыта.

Тренировка Морали/Нравственности (Шила):

Правильная Речь (Самма вача) Отказ от вредной наркозависимой речи, т.е., от лжи и манипулирования, и привыкание к цельной речи, которая ассоциируется с активной Я-схемой духовности.

Правильное Поведение (Самма камманта) Отказ от вредного наркозависимого поведения, т.е., от поведения, связанного с повышенным риском употребления наркотиков и незащищенных половых актов, и привыкание к целостному поведению, которое ассоциирует с активной Я-схемой духовности

Правильный Образ Жизни (Самма аджива) Отказ от образа жизни, связанного с употреблением наркотиков, т.е., от проституции или наркоторговли, и ведение целостного образа жизни, который ассоциируется с активной Я-схемой духовности

Тренировка Овладения Сознанием (Самадхи):

Правильное Усилие (Самма ваяма): Усилие, необходимое для отказа от Я-схемы наркозависимости и для продолжения Духовного Пути

Правильное Умонастроение, (Самма сати): Осознание активности Я-схемы; наблюдение появляющихся и исчезающих ощущений без автоматической реакции на них тягой к наркотику или неприязнью

Правильная Сосредоточенность (Самма самадхи): Развитие навыка концентрации на одной точке с целью непричинения вреда себе и другим людям

Медитация Метта

(Автор адаптации к терапии 3-S - Zoë Cullen)

Нижеследующее описание техники медитации *Метта* взято с сайта 3-S (www.3-S.us). Описание предоставляет детальную информацию об этом виде медитации для тех психотерапевтов, кто мало знаком с учением буддизма. Необходимо напомнить, что сокращенная версия медитации *Метта* включена в курс терапии наркозависимости 3-S (см. индивидуальную терапию 3-S, Сеанс 5). Во время Сеанса 5 пациент обучается понимать, что другие люди, так же, как и он сам, хотят быть счастливыми и свободными от страдания. Пациент запоминает фразы "Пусть я буду счастлив и избавлен от страдания" и "Пусть ... имя человека ... тоже будет счастлив и избавлен от страдания". Пациент учится произносить эти фразы в конце ежедневной медитации осознанности дыхания *Анапанасати*, а также в любое время, когда они находятся в стрессовой социальной ситуации под угрозой активации Я-схемы наркозависимости. Более подробное описание медитации *Метта* приводится ниже.

Метта, слово из языка Пали, обычно переводится как "любящая доброта". *Метта* означает дружбу, непричинение вреда и стремление к счастью для других людей. Хотя *Метта* обозначает множество, казалось бы, не связанных между собой понятий, она по сути есть особая форма любви, не зависящей от личного интереса заботы о другом человеке и подобной любви к ребенку или родителю. Понятно, что сущность этого вида энергии может быть трудно выразить в словах. При выполнении медитации *Метта*, необходимо произносить особые слова и фразы для пробуждения "безграничного теплого чувства". Сила этого чувства распространяется далеко за пределы семьи, религии или социального класса. Любящее сострадание *Метта* - это инструмент приложения доброты и щедрости ко всем существам и, как следствие, обретение истинного счастья через счастье другого человека.

Практика

Усилия человека, выполняющего медитацию, и многократные повторения *Метта* позволяют наделять четыре универсальные желания (жить счастливо и свободно от вражды, болезни и страдания) очень личным значением любви, посредством которой человек испытывает внутреннюю трансформацию. Хотя опытные люди могут выполнять медитацию *Метта* в течение часа ежедневно утром и вечером, вы можете начать практиковать *Метта* по десять-пятнадцать минут в день. Вы можете выполнять медитацию как в положении сидя, так и во время ходьбы (предпочтительно без определенного места назначения, как при гулянии). Вы также можете попробовать интегрировать практику *Метта* в ежедневный распорядок дня.

Для начала в течение нескольких минут успокойте свое сознание и сконцентрируйте внимание на чувстве любящей доброты. Начинайте с предложения *Метта* себе самому. Если появляются отвлекающие мысли, признайте их, сделайте себе замечание вернуться к ним после медитации *Метта*, но быстро отодвиньте их в сторону для сохранения сосредоточенности.

Произнесите следующие фразы про себя со скоростью, которая помогает вам поддерживать концентрацию:

1. Пусть я буду в безопасности и под защитой.
2. Пусть я буду спокоен и счастлив.
3. Пусть я буду здоров и силен.
4. Я приму условия этого мира и спокойно проследую по жизни.

Продолжайте произносить эти фразы от первого лица.

Затем, когда вы сочтете нужным, предложите *Метта* кому-то другому, кто поддерживает вас, кто всегда был на вашей стороне. Вызывание в памяти образа этого человека во время медитации может помочь; например, представляя себе этого человека в виде ребенка или в пожилом возрасте может помочь "открыть сердце"

1. Пусть он будет в безопасности и под защитой.
2. Пусть он будет спокоен и счастлив.
3. Пусть он будет здоров и силен.
4. Пусть он примет условия этого мира и спокойно проследует по жизни.

Затем предложите *Метта* тому, кого вы любите.

1. Пусть он будет в безопасности и под защитой.
2. Пусть он будет спокоен и счастлив.
3. Пусть он будет здоров и силен.
4. Пусть он примет условия этого мира и спокойно проследует по жизни.

Как только ваша *Метта* начнет легко выполняться по отношению к близким людям, можете включать в практику предложение *Метта* другим категориям людей:

- Близким друзьям.
- Людям, к которым вы относитесь нейтрально.
- Людям, к которым вы относитесь с неприязнью
- Всем без исключения людям и существам (выберите любое слово для описания подходящих для вашей медитации существ). Может быть полезно разбить людей на категории, напр., все мужчины, все женщины, все просвещенные и все непросвещенные, все те, кто счастливы, затем те, кто одновременно счастлив и испытывает страдания, затем те, кто только страдает.

1. Пусть они будут в безопасности и под защитой.
2. Пусть они будут спокойны и счастливы.

3. Пусть они будут здоровы и сильны.

4. Пусть они примут условия этого мира и спокойно проследуют по жизни.

Хотя обычно медитация *Метта* в начале практики выполняется по отношению к себе и заканчивается предложением *Метта* всем остальным людям, не ожидайте от себя способности немедленно предложить Метта другим с самого начала практики. Все мы пытаемся предложить безусловную любовь многим людям в нашей жизни; включить множество людей в практику *Метта* бывает довольно трудно, но становится возможно путем упорной работы над медитацией. Вы можете свободно выбрать любые категории из числа "Я" и "все остальные", либо ограничиться только категорией "Я". Подразделение людей на категории есть всего лишь инструмент ограничения *Метта* во избежание перегрузки новичка. По мере привыкания к практике медитации, ограничения можно снимать.

Естественно, отдельные люди могут попадать в различные категории. Эта неоднозначность должна быть понята и принята. Осознание наших чувств к другим людям есть первый шаг к любящей доброте. Чувство неприязни или нерешительности, которое возникает при образе какого-либо человека, не должно означать отказ от предложения *Метта* этому человеку. Осознание наличия такого чувства - знак прогресса практики. В соответствии с учением буддизма, самое худшее, что может случиться с человеком, это страдание, вызванное чувством, которое человек не осознает или не может определить. Подсознательная неприязнь (или желания) укрепляет привычные модели сознания, которые неизменно приводят к страданиям. Поэтому, по мере того, как вы все глубже проникаете в ваше "Я", позвольте проявиться негативным эмоциям, которые вы активно сможете заменить на *любящую доброту* Метта.

Пусть вы будете в безопасности и под защитой.

Пусть вы будете спокойны и счастливы.

Пусть вы будете здоровы и сильны.

Примите условия этого мира и спокойно следуйте по жизни.

Дополнительное чтение о практике любящей доброты *Метта*:

Метта. The Philosophy and Practice of Universal Love by Acharya Buddhakkhita (1989). The Wheel Publication No. 365/366. Sri Lanka, Buddhist Publication Society (Available on-line at <http://www.accesstoinight.org/lib/bps/wheels/wheel365.html>)

Цитаты из Библии, соответствующие положениям терапии 3-S

Строки, соответствующие цели укрепления "Я" духовности и осознания истинной духовной сущности

Да будет украшением вашим не внешнее плетение волос... но сокровенный сердца человек... (1-е Петра, 3:3-4)

...из Которого все тело, составляемое и совокупляемое посредством всяких взаимно скрепляющих связей, при действии в свою меру каждого члена, получает приращение для созидания самого себя в любви (К Ефесеянам 4:16)

...отложить прежний образ жизни ветхого человека, истлевающего в обольстительных похотях (К Ефесеянам 4:22)

... преобразуйтесь обновлением ума вашего... (К Римлянам 12:2)

...потому что Бог производит в вас и хотение и действие по Своему благоволению. (К Филиппийцам 2:13)

Мы же все ... преображаемся в тот же образ... (2-е Коринфянам 3:18)

Господи! что повелишь мне делать? (Деяния 9:6)

И сказал им: смотрите на меня и делайте то же (Судьи 7:17)

...и облечься в нового человека, созданного по Богу, в праведности и святости истины. (К Ефесеянам 4:24)

Павел: "Я каждый день умираю", но результат смерти - "сеется тело душевное, восстает тело духовное" ((1-е Коринфянам 15:31-44)

...не говорите лжи друг другу, совлекшись ветхого человека с делами его и облекшись в нового, который обновляется в познании по образу Создавшего его... (К Колоссянам 3:9)

...и не сообразуйтесь с веком сим, но преобразуйтесь обновлением ума вашего, чтобы вам познавать, что есть воля Божия, благая, угодная и совершенная. (К Римлянам 12:2)

...представьте себя Богу, как оживших из мертвых... (К Римлянам 6:13)

...и облекшись в нового, который обновляется в познании по образу Создавшего его... (К Колоссянам 3:10)

... облечитесь в Господа нашего Иисуса Христа, и попечения о плоти не превращайте в похоти. (К Римлянам 13:14)

Мы же все открытым лицом, как в зеркале, взирая на славу Господню, преобразуемся в тот же образ от славы в славу, как от Господня Духа. (2-е Коринфянам 3:18)

Пребудьте во Мне, и Я в вас. (От Иоанна, 15:4)

Я в них, и Ты во Мне (От Иоанна, 17:23)

... должно вам родиться свыше. (От Иоанна, 3:7)

Дети мои, для которых я снова в муках рождения, доколе не изобразится в вас Христос. (К Галатам, 4:19)

Ему должно расти, а мне умяться. (От Иоанна, 3:30)

В Нем и вы, услышав слово истины,... запечатлены обетованным Святым Духом (К Ефессянам 1:13)

Ибо Я дал вам пример, чтобы и вы делали то же, что Я сделал вам. (От Иоанна, 13:15)

... и взыщите Меня и найдете, если взыщите Меня всем сердцем вашим. (Иеремия 29:13)

Ибо мы - Его творение... (К Ефессянам 2:10)

Объявил я пути мои, и Ты услышал меня (Псалтирь 118:26)

...да даст вам, по богатству славы Своей, крепко утвердиться Духом Его во внутреннем человеке... (К Ефессянам 3:16)

Я с вами во все дни до скончания века. (От Матфея 28:20)

Живущий под кровом Всевышнего под сенью Всемогущего покоится (Псалтирь 90:1)

Псалом Давида: К тебе, Господи, взываю: твердыня моя! (Псалтирь 27:4)

Если мы живем духом, то по духу и поступать должны. (К Галатам 5:25)

И как, по данной нам благодати, имеем различные дарования, то, ... будьте братолюбивы друг к другу с нежностью; в почтительности друг друга предупреждайте (К Римлянам 12:6)

... назвал тебя по имени твоему; ты Мой (Исайя 43:1)

Христос пострадал за нас, оставив нам пример, дабы мы шли по следам Его. (1-е к Петру 2:21)

И не печальтесь, потому что радость пред Господом - подкрепление для вас. (Неемия 8:10)

Строки, соответствующие цели остановки привычного активирования Я-схемы наркозависимости

...отложить прежний образ жизни ветхого человека, истлевающего в обольстительных похотях (К Ефессянам 4:22)

... не сделал нам ущерба сатана, ибо нам не безызвестны его умыслы. (2-е Коринфянам 2:11)

... и не давайте места диаволу.(К Ефессянам 4:27)

Оружия воинствования нашего не плотские, но сильные Богом на разрушение твердынь: ими ниспровергаем замыслы (2-е Коринфянам 10:4)

... свергнем с себя всякое бремя... (К Евреям 12:1)

Смотрите, братия, чтобы не было в ком из вас сердца лукавого и неверного, дабы вам не отступить от Бога живаго. (К Евреям 3:12)

Посему и мы, имея вокруг себя такое облако свидетелей, свергнем с себя всякое бремя и запинаящий нас грех и с терпением будем проходить предлежащее нам поприще (К Евреям 12:1)

... но каждый искушается, увлекаясь и обольщаясь собственною похотью (Иакова 1:14)

... Бог... при искушении даст и облегчение, так чтобы вы могли перенести. (1-е к Коринфянам 10:13)

Блажен человек, который переносит искушение, потому что, быв испытан, он получит венец жизни (Иакова 1:12)

Итак, если вы в неправедном богатстве не были верны, кто поверит вам истинное? (От Луки 16:11)

... хотя я упал, но встану (Михей 7:8)

... ибо семь раз упадет праведник, и встанет (Притчи 24:16)

... всякий, кто смотрит на женщину с вожделением, уже прелюбодействовал с нею в сердце своем (От Матфея 5:28)

... и не сообразуйтесь с веком сим, но преобразуйтесь обновлением ума вашего (К Римлянам 12:2)

... но каждый искушается... Не обманывайтесь, братия мои возлюбленные. (Иакова 1:14-16)

Строки, соответствующие Тренировке Мудрости в буддизме и терапии 3-S

Правильное Намерение и Правильное Понимание

... к речам моим приклони ухо твое... потому что они жизнь для того, кто нашел их (Притчи 4:20-22)

.. ... и пленяем всякое помышление в послушание Христу... (2-е Коринфянам 10:5)

обновиться духом ума вашего (К Ефесеям 4:23)

... и не сообразуйтесь с веком сим, но преобразуйтесь обновлением ума вашего, чтобы вам познавать, что есть воля Божия, благая, угодная и совершенная. (К Римлянам 12:2)

Как возвышенны для меня помышления Твои, Боже, и как велико число их! (Псалтирь 138:17)

Твердого духом Ты хранишь в совершенном мире, ибо на Тебя уповает он. (Исаия 26:3)

Непрестанно молитесь. (1-е Фессалоникийцам 5:17)

Семикратно в день прославляю Тебя... (Псалтирь 118:164)

Как люблю я закон Твой! весь день размышляю о нем. (Псалтирь 118:97)

Всегда видел я пред собою Господа, ибо Он одесную меня (Псалтирь 15:8)

Больше всего хранимого храни сердце твое... (Притчи 4:23)

Избавь меня от кровей, Боже, ... и язык мой восхвалит правду Твою. (Псалтирь 50:16)

Разве не знаете, что вы храм Божий, и Дух Божий живет в вас? (1-е Коринфянам 3:16)

Наконец, братия мои, что только истинно, что честно, что справедливо, что чисто, что любезно, что достославно, что только добродетель и похвала, о том помышляйте.
(К Филиппийцам 4:8)

... представьте тела ваши в жертву живую, святую, благоугодную Богу, для разумного служения вашего (К Римлянам 12:1)

... я научился быть довольным тем, что у меня есть. (К Филиппийцам 4:11)

... всякое место, на которое ступит нога ваша, будет ваше (Второзаконие 11:24)

... все, чего ни будете просить в молитве, верьте, что получите, - и будет вам. (От Марка 11:24)

Помышления плотские суть смерть, а помышления духовные - жизнь и мир (К Римлянам 8:6)

... и будешь иметь сокровище на небесах... (От Матфея 19:21)

Благоразумие делает человека медленным на гнев... (Притчи 19:11)

...проводите время странствования вашего... (1-е Петра 1:17)

... и пользующиеся миром сим, как не пользующиеся; ибо проходит образ мира сего. (1-е Коринфянам 7:31)

Но вы не вспоминаете прежнего... (Исаия 43:18)

Много таких вещей, которые умножают суету: что же для человека лучше? (Екклесиаст 6:11)

Научи нас так счислять дни наши, чтобы нам приобрести сердце мудрое. (Псалтирь 89:12)

Умею жить и в скудости, умею жить и в изобилии; научился всему и во всем, насыщаться и терпеть голод, быть и в обилии и в недостатке. (К Филиппийцам 4:12)

Всему свое время, и время всякой вещи под небом (Екклесиаст 3:1)

Итак не заботьтесь о завтрашнем дне, ибо завтрашний сам будет заботиться о своем: довольно для каждого дня своей заботы. (От Матфея 6:34)

Просите, и дано будет вам; ищите, и найдете; стучите, и отворят вам (От Матфея 7:7)

Входите тесными вратами, потому что широки врата и пространен путь, ведущие в погибель, и многие идут ими; потому что тесны врата и узок путь, ведущие в жизнь, и немногие находят их. (От Матфея 7:13-14)

Ищите же прежде Царства Божия и правды Его, и это все приложится вам. (От Матфея 6:33)

... и уши твои будут слышать слово, говорящее позади тебя: "вот путь, идите по нему" (Исаия 30:21)

Испытай меня, Боже, ... и направь меня на путь вечный. (Псалтирь 138:23-24)

"Вразумлю тебя, наставлю тебя на путь, по которому тебе идти; буду руководить тебя, око Мое над тобою" (Псалтирь 32:8)

... и поведу слепых дорогою, которой они не знают, неизвестными путями буду вести их; мрак сделаю светом пред ними, и кривые пути - прямыми: вот что Я сделаю для них и не оставлю их. (Исаия 42:16)

Строки, соответствующие Тренировке Овладения Сознанием в буддизме и терапии 3-S

Правильное Умонастроение (Полнота Осознания), Правильная Сосредоточенность, Правильное Усилие

... бодрствуйте и молитесь, чтобы не впасть в искушение: дух бодр, плоть же немощна. (От Матфея 26:41)

... и сядет переплавлять и очищать серебро, и очистит сынов Левия и переплавит их, как золото и как серебро, чтобы приносили жертву Господу в правде. (Малахия 3:3)

Путь праведных - уклонение от зла: тот бережет душу свою, кто хранит путь свой. (Притчи 16:17)

Посему, кто думает, что он стоит, берегись, чтобы не упасть. (1-е Коринфянам 10:12)

Остановитесь и познайте, что Я - Бог (Псалтирь 46:11)

Отврати очи мои, чтобы не видеть суеты... (Псалтирь 118:37)

Обдумай стезю для ноги твоей, и все пути твои да будут тверды. (Притчи 4:26)

Быв же спрошен фарисеями, когда придет Царствие Божие, отвечал им: не придет Царствие Божие приметным образом, и не скажут: вот, оно здесь, или: вот, там. Ибо вот, **Царствие Божие внутри вас есть**. (От Луки 17:20-21)

Твердого духом Ты хранишь в совершенном мире, ибо на Тебя уповает он. (Исаия 26:3)

Кроткое сердце - жизнь для тела, а зависть - гниль для костей... (Притчи 14:30)

Да не смущается сердце ваше и да не устрашается. (От Иоанна 14:27)

Блаженны чистые сердцем, ибо они Бога узрят. (От Матфея 5:8)

Посему да приступаем с дерзновением к престолу благодати... (К Евреям 4:16)

И да владычествует в сердцах ваших мир Божий... (К Колоссянам 3:15)

...мир Мой даю вам; не так, как мир дает... (От Иоанна 14:27)

Возрадуйтесь... ибо велика вам награда на небесах. (От Луки 6:23)

... и мир Божий, который превыше всякого ума, соблюдет сердца ваши (К Филиппийцам 4:7)

Глаза твои пусть прямо смотрят... (Притчи 4:25)

Да не отходит сия книга закона от уст твоих; но поучайся в ней день и ночь, дабы в точности исполнять все, что в ней написано: тогда ты будешь успешен в путях твоих и будешь поступать благоразумно. (Иисус Навин 1:8)

Блажен человек, который переносит искушение, потому что, быв испытан, он получит венеч жизни (Иакова 1:12)

...проповедуй слово, настой во время и не во время... (2-е Тимофею 4:2)

Всякое наказание в настоящее время кажется не радостью, а печалью; но после наученным через него доставляет мирный плод праведности. (К Евреям 12:11)

О сем заботься, в сем пребывай, дабы успех твой для всех был очевиден. (1-е Тимофею 4:15)

Строки, соответствующие Тренировке Морали/Нравственности

Правильная Речь, Правильное Поведение, Правильный Образ Жизни

От плода уст человека наполняется чрево его; произведением уст своих он насыщается. (Притчи 18:21)

... и внутренности мои будут радоваться, когда уста твои будут говорить правое. (Притчи 23:16)

Честь для человека - отстать от ссоры; а всякий глупец задорен. (Притчи 20:3)

Глупый весь гнев свой изливает, а мудрый сдерживает его. (Притчи 29:11)

Тайно клеветующего на ближнего своего изгоню... (Притчи 101:5)

Кто хранит уста свои, тот бережет душу свою (Притчи 13:3)

Никакое гнилое слово да не исходит из уст ваших, а только доброе для назидания в вере, дабы оно доставляло благодать слушающим. (К Ефесеям 4:29)

Не торопись языком твоим, и сердце твое да не спешит произнести слово пред Богом; потому что Бог на небе, а ты на земле; поэтому слова твои да будут немноги. (Екклесиаст 5:1)

Радость человеку в ответе уст его, и как хорошо слово вовремя! (Притчи 15:23)

...всякий человек да будет скор на слышание, медлен на слова, медлен на гнев (Иакова 1:19)

... Итак будем искать того, что служит к миру и ко взаимному назиданию. (К Римлянам 14:19)

Где нет больше дров, огонь погасает, и где нет наушника, раздор утихает. (Притчи 26:20)

Если заповеди Мои соблюдете, пребудете в любви Моей... (От Иоанна 15:10)

Гневаясь, не согрешайте: солнце да не зайдет во гневе вашем; и не давайте места диаволу. (К Ефессянам 4:26-27)

Так и вера, если не имеет дел, мертва сама по себе. (Иакова 2:17)

...прославляйте Бога и в телах ваших... (1-е Коринфянам 6:20)

...кто напоет других, тот и сам напоен будет. (Притчи 11:25)

ибо приидет... и тогда воздаст каждому по делам его. (От Матфея 16:27)

Псалом Давида. Господи! кто может пребывать в жилище Твоем? кто может обитать на святой горе Твоей? Тот, кто ходит непорочно и делает правду, и говорит истину в сердце своем; кто не клеветет языком своим, не делает искреннему своему зла и не принимает поношения на ближнего своего тот, в глазах которого презрен отверженный, но который боящихся Господа славит; кто клянется,... и не изменяет; кто серебра своего не отдает в рост и не принимает даров против невинного. Поступающий так не поколеблется вовек. (Псалтирь 15:1-5)

Строки, соответствующие терапии 3-S и учению буддизма о любящей доброте и сострадании

О ты, раздирающий душу твою в гневе твоём! (Иов 18:4)

... но будьте друг ко другу добры, сострадательны, прощайте друг друга... (К Ефессянам 4:32)

И когда стоите на молитве, прощайте, если что имеете на кого... (От Марка 11:25)

... благословляйте проклинающих вас и молитесь за обижающих вас. (От Луки 6:28)

Если же не прощаете, то и Отец ваш Небесный не простит вам согрешений ваших. (От Марка 11:26)

... снисходя друг другу и прощая взаимно, если кто на кого имеет жалобу... (К Колоссянам 3:13)

... но будьте друг ко другу добры, сострадательны... (К Ефессянам 4:32)

Я говорю вам: любите врагов ваших, благословляйте проклинающих вас, благотворите ненавидящим вас и молитесь за обижающих вас и гонящих вас, да будете сынами Отца вашего Небесного, ибо Он повелевает солнцу Своему восходить над злыми и добрыми и посылает дождь на праведных и неправедных. (От Матфея 5:44-45)

Ибо если вы будете прощать людям согрешения их, то простит и вам Отец ваш Небесный... (От Матфея 6:14)

... а если не будете прощать людям согрешения их, то и Отец ваш не простит вам согрешений ваших. (От Матфея 6:15)

Наблюдайте...чтобы какой горький корень, возникнув, не причинил вреда... (К Евреям 12:15)

Любовь долготерпит, ... не радуется неправде, а сорадуется истине; ... все переносит (1-е Коринфянам 13:4-7)

Кроткий ответ отвращает гнев, а оскорбительное слово возбуждает ярость. (Притчи 15:1)

Итак во всем, как хотите, чтобы с вами поступали люди, так поступайте и вы с ними... (От Матфея 7:12)

... все вы одно во Христе Иисусе. (К Галатам 3:28)

И когда стоите на молитве, прощайте, если что имеете на кого... (От Марка 11:25)

Строки, соответствующие терапии 3-S и буддийскому учению об избавлении от страха и страдания

Смерть! где твое жало? ад! где твоя победа? (1-е Коринфянам 15:55)

Господь - свет мой и спасение мое: кого мне бояться? Господь крепость жизни моей: кого мне страшиться? (Псалтирь 26:1)

Когда я в страхе, на Тебя я уповаю. (Псалтирь 55:4)

... довольно для тебя благодати Моей, ибо сила Моя совершается в немощи... (2-е Коринфянам 12:9)

Псалом Давида. Господь - Пастырь мой; я ни в чем не буду нуждаться: Он покоит меня на злачных пажитях и водит меня к водам тихим, подкрепляет душу мою, направляет меня на стези правды ради имени Своего. Если я пойду и долиною смертной тени, не убоюсь зла, потому что Ты со мной; Твой жезл и Твой посох - они успокаивают меня. Ты приготовил предо мною трапезу в виду врагов моих; умастил елеем голову мою; чаша моя преисполнена. Так, благость и милость да сопровождают меня во все дни жизни моей, и я пребуду в доме Господнем многие дни. (Псалтирь 22:1-6)

Все могу в укрепляющем меня Иисусе Христе. (К Филиппийцам 4:13)

Ложусь я, сплю и встаю, ибо Господь защищает меня. (Псалтирь 3:6)

Возложи на Господа заботы твои, и Он поддержит тебя. Никогда не даст Он поколебаться праведнику. (Псалтирь 54:23)

... и вот Я с тобою, и сохранию тебя везде, куда ты ни пойдешь... (Бытие 28:15)

Веселое сердце благотворно, как врачевство... (Притчи 17:22)

Примечание:

Все цитаты приведены по тексту полного русского перевода Библии, изданного в 1876 г. под руководством Синода.

Дополнительная литература:

Abhidhammatha Sangaha (A comprehensive manual of Abhidhamma). (Mahathera Narada & Bhikhu Bodhi, Translators.) (1999). Seattle, WA: Buddhist Publication Society Pariyatti Editions.

Alcoholics Anonymous World Services. (1976). Alcoholics Anonymous. NY: AA World Services, Inc.

Arnold, R. M., Avants, S. K., Margolin, A., & Marcotte, D. (2002). Patient attitudes regarding the incorporation of spirituality into addiction treatment. Journal of Substance Abuse Treatment, 23, 319-326.

Ash, M. (1993). The Zen of Recovery. NY: Tarcher/Putnam.

Avants, S. K. (1993). Self-discrepancies in cocaine and opiate addicted individuals. Dissertation Abstracts International, 54(2-B), 1086.

Avants, S. K., Marcotte, D., Arnold, R. M., & Margolin, A. (2003). Spiritual beliefs, world assumptions, and HIV risk behavior among heroin and cocaine users. Psychology of Addictive Behaviors, 17(2), 159-162.

Avants, S. K., Warburton, L.A., & Margolin, A. (2001). Spiritual and religious support in recovery from addiction among HIV-positive injection drug users. Journal of Psychoactive Drugs, 33(1), 39-46.

Avants, S. K., Warburton, L. A., Hawkins, K. A., & Margolin, A. (2000). Continuation of high risk behaviors by HIV-positive drug users: Treatment implications. Journal of Substance Abuse Treatment, 19(1), 15-22.

Avants, S. K., Warburton, L. A., & Margolin, A. (2001). How injection drug users coped with testing HIV-seropositive: Implications for subsequent health-related behavior. AIDS Education & Prevention, 13(3), 207-218.

Avants, S. K., & Margolin, A. (1995). "Self" and addiction: The role of imagery in self-regulation. The Journal of Alternative and Complementary Medicine, 1(4), 339-345.

Avants, S. K., Margolin, A., Kosten, T. R., & Cooney, N. L. (1995). Differences between responders and non-responders to cocaine-related cues. Addictive Behaviors, 20, 215-224.

Avants, S. K., Margolin, A., Kosten, T. R., & Singer, J. L. (1993). Changes concurrent with initiation of abstinence from cocaine. Journal of Substance Abuse Treatment, 10, 577-583.

Avants, S. K., Margolin, A., & McKee, S. (2000). A path analysis of cognitive, affective, and behavioral predictors of treatment response in a methadone maintenance program. Journal of Substance Abuse, 11(2), 1-16.

- Avants, S. K., Margolin, A., & Singer, J. L. (1994). Self-reevaluation therapy: A cognitive intervention for the chemically-dependent patient. Psychology of Addictive Behaviors, *8*, 214-222.
- Avants, S. K., Margolin, A., & Kosten, T.R. (1996). The influence of treatment readiness on outcomes of two pharmacotherapy trials for cocaine abuse among methadone-maintained patients. Psychology of Addictive Behaviors, *10*(3), 147-156.
- Avants, S. K., Singer, J. L., & Margolin, A. (1993). Self-representations and negative affect in cocaine dependent individuals. Imagination, Cognition and Personality, *13*, 3-24.
- Avants, S. K., Warburton, L.A., & Margolin, A. (2001). Spiritual and religious support in recovery from addiction among HIV-positive injection drug users. Journal of Psychoactive Drugs, *33*(1), 39-46.
- Marcotte, D, Avants, SK, Margolin, A. (2003). Spiritual Self-Schema Therapy, drug abuse, and HIV. Journal of Psychoactive Drugs, *35*(3), 389-391.
- Avants, SK & Margolin, A. (2004). Development of Spiritual Self-Schema Therapy for the treatment of addictive and HIV risk behavior: A convergence of cognitive and Buddhist psychology. Journal of Psychotherapy Integration, *14*(3), 253-289.
- Avants, S.K., Beitel, M., & Margolin, A. (2005). Shift from ‘addict self’ to ‘spiritual self’: Results from a Stage I study of Spiritual Self-Schema (3-S) therapy for the treatment of addiction and HIV risk behavior. Mental Health, Religion, and Culture, *8*(3), 167-177.
- Bargh, J. A., & Chartrand, T. L. (1999). The unbearable automaticity of being. American Psychologist, *54*(7), 462-479.
- Beck, A. T. (1976). Cognitive therapy and the emotional disorders. New York: International Universities Press.
- Beck, J. S. (1995). Cognitive Therapy. NY: Guilford Press.
- Benson, H., & Dusek, J. A. (1999). Self-reported health and illness and the use of conventional and unconventional medicine and mind/body healing by Christian Scientists and Others. The Journal of Nervous and Mental Diseases, *187*(9), 539-548.
- Biggar, H., Forehand, R., Devine, D., Brody, G., Armistead, L., Morse, E., & Simon, P. (1999). Women who are HIV infected: The role of religious activity in psychosocial adjustment. AIDS Care, *11*(2), 195-199.
- Billings, D. W., Folkman, S., Acree, M., & Moskowitz, J. T. (2000). Coping and physical health during caregiving: The role of positive and negative affect. Journal of Personality and Social Psychology, *79*(1), 131-142.
- Blaney, N. T., Goodkin, K., Feaster, D., Morgan, R., Millon, C., Szapocznik, J., & Eisdorfer, C. (1997). A psychosocial model of distress over time in early HIV-1 infection: The role of life stressors, social support and coping. Psychology & Health, *12*(5), 633-653.
- Brizer, D. A. (1993). Religiosity and drug abuse among psychiatric inpatients. American Journal of Drug & Alcohol Abuse, *19*(3), 337-345.
- Bux, D. A., Lamb, R. J., & Iguchi, M. Y. (1995). Cocaine use and HIV risk behavior in methadone maintenance patients. Drug and Alcohol Dependence, *37*, 29-35.
- Carter, T. M. (1998). The effects of spiritual practices on recovery from substance abuse. Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing, *5*, 409-413.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1982). Control theory: A useful conceptual framework for personality, social, clinical, and health psychology. Psychological Bulletin, *92*(1), 111-135.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1990). Origins and functions of positive and negative affect: A control-process view. Psychological Review, *9*, 19-35.
- Centers for Disease Control and Prevention. (1999). HIV/AIDS Surveillance Report, *9*(2).
- Clement, U. (1992). Psychological correlates of unprotected intercourse among HIV-positive gay men. Journal of Psychology & Human Sexuality. Vol 5(1-2), 1992, 133-155, 5(1-2), 133-155.

- Coates, T. J. (1990). Strategies for modifying sexual behaviors for primary and secondary prevention of HIV disease. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 58, 57-69.
- Connecticut Department of Public Health. (1997). HIV/AIDS Surveillance Program. Annual Report (Annual Report). Hartford, CT.
- Cross, S. E., & Markus, H. R. (1990). The willful self. Personality and Social Psychology Bulletin, 16, 726-742.
- Davidson, R. J., & Harrington, A. (Eds.). (2002). Visions of compassion. New York: Oxford University Press.
- DeGenova, M. K., Patton, D., Jurich, J., & MacDermid, S. M. (1994). Ways of coping among HIV-infected individuals. Journal of Social Psychology, 134(5), 655-663.
- Demi, A., Moneyham, L., Sowell, R., & Cohen, L. (1997). Coping strategies used by HIV infected women. Omega - Journal of Death & Dying, 35(4), 377-391.
- Des Jarlais, D. C., Vanichseni, S., Marmor, M., Buavirat, A., Titus, S., Raktham, S., Friedmann, P., Kitayaporn, D., Wolfe, H., Friedman, S., & Mastro, T. D. (1997). "Why I am not infected with HIV": Implications for long-term HIV risk reduction and HIV vaccine trials. Journal of Acquired Immune Deficiency Syndrome, 16(5), 393-399.
- Dhammapada. (Harischandra Kaviratna, Translator.) (1980). (English-Pali Edition ed.). Pasadena, CA: Theosophical University Press.
- Digha Nikaya (The Long Discourses of the Buddha). (Maurice Walshe, Trans.)(1995). Somerville, MA: Wisdom Publications.
- Ellison, C. G. (1991). Religious involvement and subjective well-being. Journal of Health & Social Behavior, 32(1), 80-99.
- Epstein, M. (1995). Thoughts without a thinker: Psychotherapy from a Buddhist perspective. NY: Basic Books.
- Fetzer Institute. (1999). Multidimensional Measurement of Religiousness/Spirituality for use in Health Research. Dearborn, MI: Fetzer Institute/National Institute on Aging Working Group.
- Fieldman, N. P., Woolfolk, R. L., & Allen, L. A. (1995). Dimensions of self-concept: A comparison of heroin and cocaine addicts. American Journal of Drug and Alcohol Abuse, 21(3), 315-326.
- Fisher, J. D., & Fisher, W. A. (1992). Changing AIDS-risk behavior. Psychological Bulletin, 111, 455-474.
- Florence, M. E., Luetzen, K., & Alexius, B. (1994). Adaptation of heterosexually infected HIV-positive women: A Swedish pilot study. Health Care for Women International, 15(4), 265-273.
- Folkman, S., Chesney, M. A., Pollack, L., & Coates, T. J. (1993). Stress, control, coping and depressive mood in human immunodeficiency virus-positive and -negative gay men in San Francisco. Journal of Nervous & Mental Disease, 181(7), 409-416.
- Folkman, S., Chesney, M. A., Pollack, L., & Phillips, C. (1992). Stress, coping, and high-risk sexual behavior. Health Psychology, 11(4), 218-222.
- Fukunishi, I., Hosaka, T., Negishi, M., & Moriya, H. (1997). Avoidance coping behaviors and low social support are related to depressive symptoms in HIV-positive patients in Japan. Psychosomatics, 38(2), 113-118.
- Galanter, M. (1997). Spiritual recovery movements and contemporary medical care. Psychiatry, 60(3), 211-223.
- Gallup, G. H. (1996). Religion in America: 1996. Princeton, NJ: The Gallup Organization.
- Gaskins, R. W. (1999). "Adding Legs to a Snake": A Reanalysis of Motivation and the Pursuit of Happiness From a Zen Buddhist Perspective. Journal of Educational Psychology, 91(2), 204-215.
- Goddard, D. (Ed.). (1938). The Buddhist Bible. Boston, MA: Beacon Press.

Goldfarb, L. M., Galanter, M., McDowell, D., H., L., & Dermatis, H. (1997). Medical student and patient attitudes toward religion and spirituality in the recovery process. American Journal of Drug & Alcohol Abuse, 22(4), 549-561.

Gorsuch, R. L. (1994). Religious aspects of substance abuse and recovery. Journal of Social Issues, 51, 65-83.

Gorsuch, R. L., & Miller, W. R. (1999). Assessing spirituality. In W. R. Miller (Ed.), Integrating Spirituality into Treatment (pp. 47-64). Washington, DC: American Psychological Association.

Gossop, M., Marsden, J., Stewart, D., & Treacy, S. (2002). Reduced injection risk and sexual risk behaviours after drug misuse treatment: Results from the National Treatment Outcome Research Study. AIDS Care, 14(1), 77-93.

Grassi, L., Caloro, G., Zamorani, M., & Ramelli, E. (1997). Psychological morbidity and psychosocial variables associated with life-threatening illness: A comparative study of patients with HIV infection or cancer. Psychology, Health & Medicine, 2(1), 29-39.

Green, L. L., Fullilove, M. T., & Fullilove, R. E. (1998). Stories of spiritual awakening - The nature of spirituality in recovery. Journal of Substance Abuse Treatment, 15(4), 325-331.

Greenwald, A. G., & Pratkanis, A. R. (Eds.). (1984). The Self. Hillsdale, New Jersey: Erlbaum.

Grella, C. E., Anglin, M. D., & Wugalter, S. E. (1995). Cocaine and crack use and HIV risk behavior among high-risk methadone maintenance clients. Drug and Alcohol Dependence, 37, 15-21.

Grella, C. E., Etheridge, R. M., Joshi, V., & Anglin, M. D. (2000). Delivery of HIV risk-reduction services in drug treatment programs. Journal of Substance Abuse Treatment, 19(3), 229-237.

Groves, P., & Farmer, R. (1994). Buddhism and addictions. Addiction Research, 2(2), 183-194.

Guenther, H., & Kawamura, L. S. (1975). Mind in Buddhist psychology. Emeryville, CA: Dharma Publishing.

Hart, D., Field, N. P., Garfinkle, J. R., & Singer, J. L. (1997). Representations of self and other: A semantic space model. Journal of Personality, 65(1), 77-105.

Hayashi, S., Kuno, T., Osawa, M., & Shimizu, M. (1992). The client-centered therapy and person-centered approach in Japan: Historical development, current status, and perspectives. Journal of Humanistic Psychology, 32(2), 115-136.

Higgins, E. T. (1989). Self-discrepancy theory: What patterns of self-beliefs cause people to suffer. Advances in Experimental Social Psychology, 22, 93-136.

Higgins, E. T., Bond, R. N., Klein, R., & Strauman, T. (1986). Self-discrepancies and emotional vulnerability: How magnitude, accessibility, and type of discrepancy influence affect. Journal of Personality and Social Psychology, 51, 5-15.

Higgins, E. T., Klein, R., & Strauman, R. (1985). Self-concept discrepancy theory: A psychological model for distinguishing among different aspects of depression and anxiety. Social Cognition, 3, 51-76.

Hudgins, R., McCusker, J., & Stoddard, A. (1995). Cocaine use and risky injection and sexual behaviors. Drug and Alcohol Dependence, 37, 7-14.

Ingram, L. C. (1989). Evangelism as frame intrusion: Observations on witnessing in public places. Journal for the Scientific Study of Religion, 28, 17-26.

James, W. (1890-1950). The Principles of Psychology. New York: Dover Press.

Jenkins, R. A. (1995). Religion and HIV: Implications for research and intervention. Journal of Social Issues, 51(2), 131-144.

- Kabat-Zinn, J. (2000). Indra's net at work: The mainstreaming of Dharma practice in society. In G. Watson & S. Batchelor & G. Claxton (Eds.), The psychology of awakening: Buddhism, science, and our day-to-day lives (pp. 225-249). York Beach, ME: Samuel Weiser, Inc.
- Kadden, R. M., Carroll, K. M., Donovan, D. M., Cooney, N., Monti, P., Abrams, D. B., Litt, M., & Hester, R. (1992). Cognitive-Behavioral Coping Skills Therapy Manual. Rockville, MD: US Department of Health and Human Services.
- Kalichman, S. C. (1996). Continued sexual risk behavior among HIV seropositive, drug-using men. Morbidity and Mortality Weekly Reports, 45, 151-152.
- Kalichman, S. C., Roffman, R. A., Picciano, J. F., & Bolan, M. (1997). Sexual relationships, sexual behavior, and HIV infection: HIV-seropositive gay and bisexual men seeking prevention services. Professional Psychology - Research & Practice, 28(4), 355-360.
- Kalupahana, D. (1987). Principles of Buddhist Psychology. Albany: State University of New York Press.
- Kaplan, M. S., Marks, G., Mertens, S. B., & Terry, D. J. (1997). Distress and coping among women with HIV infection: Preliminary findings from a multiethnic sample. American Journal of Orthopsychiatry, 67(1), 80-91.
- Kelly, G. A. (1955). A Theory of Personality. The Psychology of Personal Constructs. New York: W.W. Norton.
- Kelly, J. A. (1995). Changing HIV risk behavior: Practical strategies. New York: The Guilford Press.
- Kendler, K. S., Gardner, C. O., & Prescott, C. A. (1997). Religion, psychopathology, and substance use and abuse: A multimeasure, genetic-epidemiologic study. American Journal of Psychiatry, 154(3), 322-329.
- Kihlstrom, K., & Cantor, N. (Eds.). (1984). Mental representations of the Self (Vol. 17). San Diego, CA: Academic Press.
- Klein, K., Forehand, R., Armistead, L., & Wierson, M. (1994). The contributions of social support and coping methods to stress resiliency in couples facing hemophilia and HIV. Advances in Behaviour Research & Therapy, 16(4), 253-275.
- Koenig, H. G., McCullough, M. E., & Larson, D. B. (2001). Handbook of Religion and Health. NY: Oxford University Press.
- Kosten, T. R., Rounsaville, B. J., & Kleber, H. D. (1987). A 2.5 year follow-up of cocaine use among treated opioid addicts. Archives of General Psychiatry, 44, 281-284.
- Kus, R. J. (1995). Spirituality and Chemical Dependency. NY: Hayworth Press.
- Larson, D. B., Swyers, J. P., & McCullough, M. E. (1998). Scientific research on spirituality and health: A consensus report. Rockville, MD: National Institute for Healthcare Research.
- Leiberich, P., Engeter, M., Olbrich, E., Rubbert, A., Schumacher, K., Brieger, M., Kalden, J. R., & Joraschky, P. (1997). Longitudinal development of distress, coping and quality of life in HIV-positive persons. Psychotherapy & Psychosomatics, 66(5), 237-247.
- Lipson, M. Y. (1983). The influence of religious affiliation on children's memory for text information. Reading Research Quarterly, 18, 448-457.
- Lopez, D. S. (1995). Buddhism in Practice. Princeton: Princeton University Press.
- Lopez, D. S. (2001). The Story of Buddhism: A concise guide to its history and teachings. NY: Harper Collins.
- MacDonald, M. R., & Kuiper, N. A. (1985). Efficiency and automaticity of self-schema processing in clinical depressives. Motivation and Emotion, 9(2), 171-183.
- Magura, S., Siddiqi, Q., Freeman, R. C., & Lipton, D. S. (1991). Changes in cocaine use after entry to methadone treatment. Journal of Addictive Diseases, 10, 31-45.
- Majjhima Nikaya (The Middle Length Discourses of the Buddha). (Bhikku Nanamoli & Bhikkhu Bodhi, Translators.) (2001). (2nd ed.). Somerville, MA: Wisdom Publications.

- Marcotte, D., Avants, S. K., & Margolin, A. (2003). Spiritual Self-Schema Therapy, drug abuse, and HIV. Journal of Psychoactive Drugs, 35(3), 389-391.
- Marcotte, D., Margolin, A., & Avants, S. K. (2003). Addressing the Spiritual needs of a drug user living with Human Immunodeficiency Virus: A case study. Journal of Alternative and Complementary Medicine, 9(1), 169-175.
- Markus, H. (1977). Self-schemata and processing information about the self. Journal of Personality and Social Psychology, 35, 63-78.
- Markus, H., Crane, M., Bernstein, S., & Saladi, M. (1982). Self-schema and gender. Journal of Personality and Social Psychology, 42, 38-50.
- Markus, H., & Nurius, P. (1986). Possible selves. American Psychologist, 41, 954-969.
- Markus, H., & Wurf, E. (1984). The dynamic self-concept: A social-psychological perspective, Annual Review of psychology (pp. 299-337). 38.
- Marlatt, G. A., & Gordon, J. R. (1985). Relapse Prevention. Maintenance Strategies for the Treatment of Addictive Behaviors. New York: Guilford.
- Mathew, R. J., Georgi, J., Wilson, W. H., & Mathew, V. G. (1996). A retrospective study of the concept of spirituality as understood by recovering individuals. Journal of Substance Abuse Treatment, 13(1), 67-73.
- Matthews, D. A., McCullough, M. E., Larson, D. B., Koenig, H. G., Swyers, J. P., & Milano, M. G. (1998). Religious commitment and health status: A review of the research and implications for family medicine. Archives of Family Medicine, 7(2), 118-124.
- McGuire, W. J. (1984). Search for the Self: Going beyond self-esteem and the Reactive Self. In R. A. Zucker & J. Arnoff & A. I. Rabin (Eds.), Personality and the Prediction of Behavior. New York: Academic Press.
- McIntosh, D. N. (1995). Religion-as-schema, with implications for the relation between religion and coping. The International Journal for the Psychology of Religion, 5, 1-16.
- McIntosh, D. N., Silver, R. C., & Wortman, C. B. (1993). Religion's role in adjustment to a negative life event: Coping with the loss of a child. Journal of Personality and Social Psychology, 65, 812-821.
- Meichenbaum, D. (1977). Cognitive-behavior modification: An integrative approach. New York: Plenum Press.
- Miller, W. R. (1998). Researching the spiritual dimensions of alcohol and other drug problems. Addiction, 93(7), 979-990.
- Miller, W. R. (1999). Integrating Spirituality into Treatment. Washington, DC: American Psychological Association.
- Miller, W. R., & Rollnick, S. (1991). Motivational Interviewing. Preparing People to Change Addictive Behavior. New York: Guilford Press.
- Miller, W. R., Zweben, A., DiClemente, C. C., & Rychtarik, R. G. (1994). Motivational Enhancement Therapy Manual. A clinical research guide for therapists treating individuals with alcohol abuse and dependence. Rockville, MD: US Department of Health and Human Services.
- Moneyham, L., Hennessy, M., Sowell, R., Demi, A., Seals, B., & Mizuno, Y. (1998). The effectiveness of coping strategies used by HIV-seropositive women. Research in Nursing & Health, 21(4), 351-362.
- Monti, P. M., Abrams, D. B., Kadden, R. M., & Cooney, N. L. (1989). Treating Alcohol Dependence. New York: Guilford Press.
- Monti, P. M., Rohsenow, D. J., Michalec, E., Martin, R. A., & Abrams, D. B. (1997). Brief coping skills treatment for cocaine abuse: Substance use outcomes at three months. Addiction, 92(12), 1717-1728.
- Narada, M. T. (1975). A manual of Abhidhamma (Abhidammattha Sangaha). Sri Lanka: Buddhist Publication Society.

- Ng, C. (2000). A path analysis of self-schema, goal orientations, learning approaches and performance. Journal of Psychology in Chinese Societies, *1*(2), 93-121.
- Nowinski, J., Baker, S., & Carroll, K. M. (1992). Twelve-step facilitation therapy manual: A clinical research guide for therapists treating individuals with alcohol abuse and dependence, NIAAA Project MATCH Monograph No. 1 (Vol. DHHS Publication No. ADM 92-1893). Rockville, MD: National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism.
- Ozorak, E. W. (1996). In the eye of the beholder: A social-cognitive model of religious belief. In B. Spilka & D. N. McIntosh (Eds.), The Psychology of Religion: Theoretical Approaches (pp. 194-203). Boulder, CO: Westview Press.
- Pardini, D. A., Plante, T. G., Sherman, A., & Stump, J. E. (2000). Religious faith and spirituality in substance abuse recovery: Determining the mental health benefits. Journal of Substance Abuse Treatment, *19*(4), 347-354.
- Pargament, K. I. (2001). The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice. NY: Guilford Publications, Inc.
- Pargament, K. I., & DeRosa, D. V. (1985). What was that sermon about? Predicting memory for religious messages from cognitive psychology theory. Journal for the Scientific Study of Religion, *24*, 119-236.
- Powers, W. T. (1973). Behavior: The control of perception. Chicago, IL: Aldine.
- Probst, L. R. (1988). Psychotherapy in a religious framework. NY: Human Sciences Press, Inc.
- Prochaska, J. O., & DiClemente, C. C. (1986). Toward a comprehensive model of change. In W. R. Miller & N. Heather (Eds.), Treating addictive behaviors. Processes of change (pp. 3-27). New York: Plenum Press.
- Project Match Research Group. (1997). Matching alcoholism treatments to client heterogeneity: Project MATCH posttreatment drinking outcomes. Journal of Studies on Alcohol, *58*(1), 7-29.
- Richards, P. S., & Bergin, A. E. (1997). A spiritual strategy for counseling and psychotherapy. Washington, DC: American Psychological Association.
- Robins, A., Dew, M., Davidson, S., & Penkower, L. (1994). Psychosocial factors associated with risky sexual behavior among HIV-seropositive gay men. AIDS Education & Prevention, *6*(6), 473-492.
- Robins, A. G., Dew, M. A., Kingsley, L. A., & Becker, J. T. (1997). Do homosexual and bisexual men who place others at potential risk for HIV have unique psychosocial profiles? AIDS Education & Prevention, *9*(3), 239-251.
- Rogers, C. R. (1951). Client-Centered Therapy. Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers, T. B., Kuiper, N. A., & Kirker, W. S. (1977). Self-reference and the encoding of personal information. Journal of Personality and Social Psychology, *35*, 677-688.
- Rosch, E. (1994). Is causality circular? Event structure in folk psychology, cognitive science and Buddhist logic. Journal of Consciousness Studies, *1*(1), 50-65.
- Rubin, J. B. (1996). Psychotherapy and Buddhism. New York: Plenum.
- Schank, R., & Abelson, R. P. (1977). Scripts, plans, goals, and understanding. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Segal, Z. V., & Blatt, S. J. (Eds.). (1993). The self in emotional distress: Cognitive and psychodynamic perspectives. New York: Guilford Press.
- Segal, Z. V., Williams, J. M. G., & Teasdale, J. D. (2002). Mindfulness-based cognitive therapy for depression: A new approach to preventing relapse. NY: Guilford Press.
- Siegel, K., Gluhoski, V. L., & Karus, D. (1997). Coping and mood in HIV-positive women. Psychological Reports, *81*(2), 435-442.

- Singer, J. L., & Salovey, P. (1991). Organized knowledge structures and personality: Person schemas, self-schemas, prototypes, and scripts. In M. Horowitz (Ed.), Person schemas and recurrent maladaptive interpersonal patterns (pp. 33-79). Chicago: University of Chicago Press.
- Singh, N., Squier, C., Sivek, C., & Wagener, M. (1996). Determinants of compliance with antiretroviral therapy in patients with human immunodeficiency virus: Prospective assessment with implications for enhancing compliance. AIDS Care, 8(3), 261-269.
- Sorensen, J. L., & Copeland, A. L. (2000). Drug abuse treatment as an HIV prevention strategy: A review. Drug & Alcohol Dependence, 59(1), 17-31.
- Spilka, B., & McIntosh, D. N. (Eds.). (1996). The Psychology of Religion: Theoretical Approaches. Boulder, CO: Westview Press.
- Strauman, T. J. (1989). Self-discrepancies in clinical depression and social phobia: Cognitive structures that underlie emotional disorders? Journal of Abnormal Psychology, 98, 14-22.
- Strauman, T. J., & Higgins, E. T. (1988). Self-discrepancies as predictors of vulnerability to distinct syndromes of chronic emotional distress. Journal of Personality, 56, 685-707.
- Strauman, T. J., & Higgins, E. T. (1993). The self in social cognition: Past, present, and future. In Z. Siegel & S. J. Blatt (Eds.), The self in emotional distress (pp. 3-40). NY: Guilford Press.
- Strauman, T. J., & Segal, Z. V. (2001). The cognitive self in basic science, psychopathology, and psychotherapy. In J. C. Muran (Ed.), Self-relations in the psychotherapy process (pp. 241-258). Washington, DC: American Psychological Association.
- Strickler, G., & Gold, J. R. (1996). Psychotherapy integration: An assimilative, psychodynamic approach. Clinical Psychology - Science & Practice, 3(1), 47-58.
- Samyutta Nikaya (The Connected Discourses of the Buddha). (Bhikkhu Bodhi, Trans.) (2000). Somerville, MA: Wisdom Publications.
- Svartberg, M., Seltzer, M. H., Choi, K., & Stiles, T. C. (2001). Cognitive change before, during, and after short-term dynamic and nondirective psychotherapies: A preliminary growth modeling study. Psychotherapy Research, 11(2), 201-219.
- Swann, W. B., & Read, S. J. (1981). Self-verification processes: How we sustain our self-conceptions. Journal of Experimental Social Psychology, 17(351-372).
- Swindells, S., Mohr, J., Justis, J. C., Berman, S., Squier, C., Wagener, M. M., & Singh, N. (1999). Quality of life in patients with human immunodeficiency virus infection: Impact of social support, coping style and hopelessness. International Journal of STD & AIDS. Vol 10(6), Jun 1999, 383-391., 10(6), 383-391.
- Tangenberg, K. M. (2001). Surviving two diseases: Addiction, recovery, and spirituality among mothers living with HIV disease. Families in Society, 82(5), 517-524.
- Tarquinio, C., Fischer, G. N., Gauchet, A., & Perarnaud, J. (2001). The self-schema and addictive behaviors: Studies of alcoholic patients. Swiss Journal of Psychology, 60(2), 73-81.
- Taylor, S. E., & Crocker, J. (1981). Schematic bases of social processing. In E. T. Higgins & C. P. Herman & M. P. Zanna (Eds.), Social Cognition: The Ontario symposium (Vol. 1, pp. 89-134). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Taylor, S. E., & Fiske, S. T. (1982). Getting inside the head: Methodologies for process analysis in attribution and social cognition. In C. D. Spielberger & J. N. Butcher (Eds.), Advances in Personality Assessment. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Thomason, B., Jones, G., McClure, J., & Bantley, P. (1996). Psychosocial co-factors in HIV illness: An empirically-based model. Psychology & Health, 11(3), 385-393.
- Tiffany, S. T. (1990). A cognitive model of drug urges and drug-use behavior: Role of automatic and nonautomatic processes. Psychological Review, 97(2), 147-168.

Tsevat, J., Sherman, S. N., McElwee, J. A., Mandell, K. L., Simbartl, L. A., Sonnenberg, F. A., & Fowler, F. J. (1999). The will to live among HIV-infected patients. Annals of Internal Medicine, 131(3), 194-198.

Varela, F. J., Thompson, E., & Rosch, E. (1991). The embodied mind: Cognitive science and human experience. Cambridge, MA: The MIT Press.

Vieth, A.Z., Strauman, T.J., Kolden, G., Woods, T., Michels, J., & Klein, M.H. (in press). Self-System Therapy: A theory-based psychotherapy for depression. Clinical Psychology: Science and Practice.

Visuddhimaggga (The Path of Purification). (Bhikkhu Nanamoli, Translator.) (1999). Seattle, WA: Buddhist Publication Society Pariyatti Editions.

Watson, G., Batchelor, S., & Claxton, G. (1999). The Psychology of Awakening: Buddhism, Science, and Our Day-To-Day Lives. York Beach, ME: Samuel Weiser Inc.

Weaver, A. J., Samford, J. A., Larson, D. B., Lucas, L. A., Koenig, H. G., & Patrick, V. (1998). A systematic review of research on religion in four major psychiatric journals: 1991-1995. The Journal of Nervous and Mental Diseases, 186(3), 187-189.

Wolf, T. M., Balson, P. M., Morse, E. V., & Simon, P. M. (1991). Relationship of coping style to affective state and perceived social support in asymptomatic and symptomatic HIV-infected persons: Implications for clinical management. Journal of Clinical Psychiatry, 52(4), 171-173.

Woods, T. E., Antoni, M. H., Ironson, G. H., & Kling, D. W. (1999). Religiosity is associated with affective and immune status in symptomatic HIV-infected gay men. Journal of Psychosomatic Research, 46(2), 165-176.

Woods, T. E., & Ironson, G. H. (1999). Religion and spirituality in the face of illness: How cancer, cardiac, and HIV patients describe their spirituality/religiosity. Journal of Health Psychology, 4(3), 393-412

Zinnbauer, B. J., Pargament, K. I., & Scott, A. B. (1999). The emerging meanings of religiousness and spirituality: Problems and prospects. Journal of Personality, 67(6), 889-920.