

Страсть, грех
или болезнь

Алкогольная угроза
России



ДАНИЛОВ МУЖСКОЙ МОНАСТЫРЬ
Даниловский благовестник
Москва • 2009

УДК 271.2
ББК 86-372
С 11

*По благословению
Святейшего Патриарха Московского
и всея Руси Кирилла*

С 11 **СТРАСТЬ, ГРЕХ ИЛИ БОЛЕЗНЬ.** М.: Даниловский
благовестник, 2009. – 320 с.

ISBN 978-5-89101-354-4

Проблема алкоголизма в России приняла масштабы гуманитарной катастрофы. Постыдно высокий уровень смертности, преступности, сиротства в нашей стране во многом является ее следствием. XIII Всемирный Русский Народный Собор, прошедший 22–23 мая 2009 года в Москве под руководством Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Кирилла, обратился к Президенту Российской Федерации, Председателю Правительства, Федеральному Собранию и другим органам власти с призывом обратить внимание на эту тяжелейшую для России проблему. Решением Священного Синода Русской Православной Церкви образован Церковно-общественный совет по защите от алкогольной угрозы.

Московский Данилов монастырь много лет помогает людям, страдающим от химической зависимости, и их близким. В настоящем сборнике мы приводим мнения о проблеме зависимости как специалистов в данной области, так и тех, кто имеет опыт исцеления от алкоголизма. Надеемся, что книга окажется полезной для всех, кому небезразлична судьба нашего народа.

УДК 271.2
ББК 86-372

© Данилов ставропигиальный мужской
монастырь, составление, оформление,
верстка, 2009

ISBN 978-5-89101-354-4

*Патриарх Московский
и всея Руси Кирилл*

АЛКОГОЛИЗМ – СЛЕДСТВИЕ ДУХОВНОГО ОПУСТОШЕНИЯ

Алкоголизм, как и наркомания, – это болезнь, но в ее основе, как в основе всех болезней, лежит грех. Известно, что человек болеет от ослабления организма, но чаще всего мы преступным образом сами подрываем собственные защитные силы. Жизнь в соответствии с волей Божией содействует тому, что человек обретает гармонию. Жизнь вне Божия закона эту гармонию разрушает. Понятия греха и болезни тесно связаны друг с другом, но иногда нам бывает трудно проследить эту связь. Человек так устроен, что физический мир, в котором он живет, оказывает на него большее влияние, чем все остальное. Каждодневный опыт связывает нас с ощущениями тела больше, чем с миром духовным, потому и происходит расслоение этих двух реальностей. Мы не замечаем внутренней связи между явлениями физического мира и происходящим в области мира сверхчувственного. Наиболее ярким тому доказательством служит

отсутствие у большинства людей представления о внутренней связи между грехом и болезнью. Думают: мир духа – это одно, а мир плоти – это другое. Даже верующие часто не соединяют это в своем реальном опыте. На самом же деле в человеке все взаимосвязано. Невозможно отделить одно от другого. А начинается все с послабления воли. Послабление, которое мы даем себе под влиянием страсти или инстинкта, это грех. В случае с алкоголизмом и наркотиками, идя на поводу у страсти, мы настолько ослабляем волю, что даем возможность химическим веществам разрушать нашу физическую природу. Но ведь начинается все с нарушения воли, с греха... Значит, когда мы говорим, что через грех в мир пришла смерть, то подразумеваем то, что через грех в мир приходит дисгармония, болезнь, которая может завершиться смертью. Нет ни одного случая заболевания алкоголизмом и наркоманией без предшествующего им греха. Сама по себе эта болезнь является следствием греха.

Причины как алкоголизма, так и наркомании лежат внутри человека. Конечно, бывает и предрасположенность к алкоголю. Людям с отягощенной наследственностью труднее сопротивляться алкоголизму. Это можно назвать объективной причиной. Кроме того, условия жизни нередко бывают причиной пороков. Есть такое понятие, как взрывчатая релаксация: те, кто находится в состоянии стресса, для разрядки употребляют алкоголь или наркотики. Это – фактор влияния внешней среды. Ведь одно дело жить в спокойной атмосфере, например в уединенной обители или на лоне природы. И другое – иметь восьмичасовой рабо-

чий день, два-три часа тратить на давку в общественном транспорте, а затем бороться с житейскими тяготами, нехваткой денег, преодолевать семейные неурядицы и множество других трудностей.

В данном случае правильно говорят, что алкоголизм – это социальная болезнь. Но при всем этом я уверен, что если человек даже в самых тяжелых условиях имеет приоритет духовной жизни над физической, если, опираясь на свою веру и свое мировоззрение, он управляет своими страстями, то он не станет алкоголиком. Поэтому алкоголизм, в каком-то смысле, – всегда результат духовного опустошения, ослабления способности человека управлять своими страстями.

Существуют различные методики лечения алкоголизма и наркомании, но известно также, что ни одна из этих методик не имеет стопроцентного результата избавления от химической зависимости. Думаю, что здесь важно использовать комплексный подход к лечению этих заболеваний, наравне с которым обязательно должны иметь место положительные социальные и культурные факторы.

Еще лучше было бы, если бы Церковь при поддержке государства помогала больным на базе медицинских учреждений. Порой люди обращаются с этой бедой к Церкви как к последней пристани. Неоднократно обращались и ко мне. Умоляли: «Спасите, помогите». И вы знаете, я пытался помогать, но чаще всего меня постигало глубочайшее разочарование.

Помню, как один раз я старался помочь 16-летнему мальчику из очень хорошей семьи. Сделал

все, чтобы определить его на лечение. А потом оказалось, что мать, которая больше всех страдает от того, что он наркоман, по совершенно непонятным для меня причинам сама помогала ему покупать наркотики.

В моей практике было несколько и других случаев, когда мы брали в монастыри на реабилитацию наркоманов, но чаще всего эти люди пытались отрицательно влиять на молодых послушников, на монахов, и, кроме того, их пребывание сопровождалось какими-то очень плохими с моральной точки зрения поступками.

Я глубоко убежден, что должны приветствоваться любые средства, которые помогают человеку избавиться от алкоголизма и наркомании, если эти средства не связаны с отказом от христианской веры и христианских убеждений. Не приветствуется только то, что наносит вред духовному, психическому и физическому здоровью человека, например колдовство, оккультизм, магия, а также то, что отрывает человека от веры, от благодати.

Поскольку алкоголизм, как и прочие виды зависимостей, – грех и болезнь одновременно, нужно, чтобы общество и Церковь боролись против него совместными усилиями. Церковь, которая призвана врачевать душу, воспитывать в человеке способность сопротивляться греху, и медицина – лечить болезнь медикаментозными средствами*.

*См.: *Игумен Иона (Займовский)*. Сладкий плод горького древа. М.: Даниловский благовестник, 2004.



Алкогольная угроза России

Часть 1

Каждый день 2000 человек в нашей стране умирают от проблем, связанных с употреблением спиртного. 30 % самоубийств и 60 % тяжких преступлений совершается в состоянии сильного алкогольного или наркотического опьянения; каждые 20 минут кто-то лишается жизни по вине пьяного водителя.

О НЕОТЛОЖНЫХ МЕРАХ ПО ЗАЩИТЕ ОТ АЛКОГОЛЬНОЙ УГРОЗЫ

*Резолюция XIII Всемирного
Русского Народного Собора*

Одной из основных причин глубокого демографического кризиса, угрожающего как территориальной целостности Российской Федерации, так и самому существованию ее государственности, в настоящее время является сверхвысокое потребление алкоголя. Алкогольные проблемы современной России принимают масштабы гуманитарной катастрофы, приводя к постыдно высокому уровню смертности, заболеваемости, травматизма, преступности, сиротства, алкоголизма. Алкоголь в России является, согласно расчетам экспертов, причиной, по разным данным, от 550 тысяч до 700 тысяч смертей в год, или примерно четверти от их общего количества. XIII Всемирный Русский Народный Собор, прошедший 22–23 мая 2009 года в Москве под руководством Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Кирилла, обращается к Президенту Российской Федерации, Председателю Правительства, Федеральному Собранию, а также к соответствующим органам государственной власти Украины, Беларуси, Казахстана, Молдовы с просьбой рассмотреть вопрос о принятии ряда мер, которые смогли бы реально защитить общество от алкогольной угрозы и содействовать принятию мер по защите

здоровья и благополучия человека, общества и государства.

Алкоголь и подрастающее поколение

Возраст приобщения к алкоголю подростков за последние 20 лет снизился с 16 до 13 лет. Это подрывает физическое и психическое здоровье и умственное развитие подрастающего поколения, выбивает подростков из образовательной среды, лишает их жизненных перспектив. По данным Роспотребнадзора, ежедневно в России потребляют алкоголь (включая пиво) 33 процента юношей и 20 процентов девушек. Действующий запрет на продажу алкогольных напитков, включая пиво, лицам до 18 лет практически полностью не работает. Во многом это происходит из-за того, что спиртное подавляющее большинство несовершеннолетних беспрепятственно покупает в киосках и ларьках. Количество точек, торгующих слабоалкогольными напитками и пивом, в России многократно превышает аналогичные показатели как в наиболее развитых, так и в бедных странах. Контролирующие органы не в состоянии осуществлять надзор за сотнями тысяч киосков и ларьков. Для решения этой проблемы предлагается:

Полностью запретить продажу любых алкогольных напитков, включая пиво, в ларьках и киосках.

Ограничить розничную торговлю любыми алкогольными напитками, включая пиво, только торговыми точками, имеющими торговые залы площадью не менее 50 кв. м для городской местности и 30 кв. м для сельской (за исключением ресторанов и баров).

Отменить практику заявительного лицензирования на торговлю алкоголем и ввести разрешительное лицензирование для всех алкогольных напитков, включая слабоалкогольные и пиво, предусматривающее возможность квотирования с учетом численности населения.

Ужесточить меры административной ответственности: штрафы, лишение лицензий – за продажу алкоголя несовершеннолетним. Законодательно исключить возможность повторного получения лицензий лицам, ранее наказанным за продажу алкоголя несовершеннолетним. Считаем, что эффективная информационная кампания на центральных и региональных телеканалах, в печатных СМИ по приданию широкой огласке нетерпимых для российского общества фактов продажи алкоголя несовершеннолетним может заставить хозяев магазинов предпринять решительные действия по пресечению впредь подобных случаев.

Законодательно запретить производство и продажу слабоалкогольных коктейлей, включающих одновременно алкоголь и кофеиносодержащие добавки, как наносящих значительный вред, в первую очередь здоровью подрастающего поколения.

Регулирование временной доступности алкоголя

Значительным фактором рисков, связанных со сверхвысоким потреблением алкоголя, остается его круглосуточная доступность. Подобной ситуации не было никогда в истории России. И в дореволюционный, и в советский периоды время торговли спиртными напитками было непременно

ограничено. В огромном большинстве развитых стран мира существуют ограничения временной доступности спиртных напитков, кроме кафе и ресторанов. В современной России потребление алкоголя в вечернее и ночное время, в режиме «допития», приводит к многочисленным инфарктам, инсультам, преступлениям, самоубийствам, травматизму, ДТП и так далее. В связи с этим предлагается:

Вернуть действовавшее ранее в нашей стране положение, разрешающее торговлю крепкими алкогольными напитками только с 11.00 до 19.00, кроме кафе, ресторанов, баров. На примере опыта других стран известно, что эта мера за недолгое время приводит к сокращению смертности, травматизма, количества преступлений и административных правонарушений, снижает количество запоев, повышает производительность труда.

Производство нелегального алкоголя

До сих пор не задействованы основные законодательные механизмы борьбы с нелегальным алкоголем. Его производство составляет около 50 процентов от общего количества производимого в нашей стране крепкого алкоголя. Одной из причин этого являются недоработки в российском законодательстве, которые во многом могут быть устранены следующей мерой:

Установить меры уголовной ответственности за несанкционированное производство и оборот этилового спирта и спиртосодержащей продукции с объемной долей этилового спирта выше 15 процентов, за исключением производства для личных целей.

Потребление суррогатного алкоголя

Употребление в качестве алкогольных напитков продукции медицинского, парфюмерного и технического назначения приводит к отравлениям и существенному возрастанию смертности. По экспертным оценкам, в нашей стране около 20 процентов употребляемого крепкого алкоголя составляют алкогольные суррогаты. В связи с этим предлагается:

Ввести законодательное требование к производству и обороту спиртосодержащей продукции парфюмерного и медицинского назначения – изделия объемом более 25 мл должны производиться исключительно в прочных, герметичных упаковках с диспенсером либо в виде спреев или иных распылителей.

Ввести законодательное требование к производству и обороту медицинских настоек с содержанием этанола не более 15 процентов.

Ограничение экономической доступности алкоголя

За последние два десятилетия ценовая доступность алкогольных напитков выросла в несколько раз. Опыт многих стран, в частности стран Скандинавии и Восточной Европы, свидетельствует, что повышение реальной цены на спиртное существенно снижает весь комплекс алкогольных проблем. Предлагается:

Поэтапное повышение акцизов на алкоголь, особенно на крепкие напитки, темпами, превышающими инфляцию.

Проблема пивного алкоголизма

Россия и Украина, быть может, единственные страны в мире, где пиво юридически не признано алкогольным напитком. Это приводит к снижению цены на этот продукт, к отсутствию ограничений, связанных с регулированием производства и продажи алкогольных напитков, и, как следствие, к наибольшей доступности пива из всех алкогольных напитков. Пиво стало в наших странах в первую очередь напитком для подростков. Предлагается:

Признать пиво с содержанием этилового спирта более 3,5 процента алкогольной продукцией, в соответствии с общепринятой международной практикой.

Общенациональные информационные кампании

Пока еще не налажена систематическая работа по информированию населения об огромном вреде, который алкоголь причиняет здоровью, благополучию и духовной целостности человека. В связи с этим предлагается:

Проведение плановой общенациональной информационной кампании на основе разработок проекта «Общее дело» в сотрудничестве со СМИ и общественными организациями.

Документальные фильмы и ролики социальной рекламы о вреде чрезмерного употребления алкоголя основаны на подходах, показавших высокую эффективность в отношении социальных проблем. По заключению ведущих российских экспертов в области общественного здоровья, они

способны оказать значительное воздействие на установки россиян по отношению к потреблению алкоголя, снизив остроту алкогольных проблем в стране.

ГЛАВНАЯ ЗАДАЧА – ОТУЧИТЬ МОЛОДЕЖЬ ПИТЬ ПИВО

25 мая 2009 г. в РИА «Новости» прошла пресс-конференция, посвященная инициативам Всемирного Русского Народного Собора о защите общества от алкогольной зависимости

В мероприятии приняли участие председатель Синодального отдела по взаимодействию Церкви и общества протоиерей Всеволод Чаплин, председатель Синодального информационного отдела В.Р. Легойда, наместник Сретенского монастыря архимандрит Тихон (Шевкунов), главный государственный санитарный врач РФ Геннадий Онищенко, ответственный секретарь Всемирного Русского Народного Собора О.В. Ефимов и сопредседатель Всемирного Русского Народного Собора В.Н. Ганичев. Участники пресс-конференции рассказали о мерах и предложениях, сформулированных XIII Всемирным Русским Народным Собором в деле защиты общества от алкогольной зависимости.

2 348 000 россиян официально считаются алкоголиками. Количество смертей, связанных с употреблением алкоголя, приблизилось в России к 700 000 человек в год. При этом 40 % человек, погибших от несчастных случаев, находились в состоянии опьянения.

Как подчеркнул архимандрит Тихон, который вместе с писателем Валентином Распутиным является сопредседателем недавно созданного Церковно-общественного совета по защите от алкогольной угрозы, речь идет о необходимости именно неотложных мер в данной области, поскольку алкогольные проблемы России приобрели уже характер гуманитарной катастрофы. Алкоголизм в России является, согласно расчетам экспертов, причиной от 500 тысяч до 700 тысяч смертей в год, что составляет около четверти от их общего ежегодного количества. Как сообщил отец Тихон, по данным Всемирной организации здравоохранения, уровень потребления спиртных напитков начинает представлять национальную опасность, если его годовой показатель на душу населения начинает превышать 8 литров чистого алкоголя. После этого порога начинается необратимое угасание нации. Сегодня же в России этот порог превышен более чем вдвое, уровень подушевого потребления алкоголя доходит до 18 литров в год. Как считают эксперты, каждый второй из живущих сегодня 40-летних мужчин не доживет до пенсии.

Протоиерей Всеволод Чаплин специально подчеркнул: «Любой священник вам скажет, что практически каждый третий человек, приходя на исповедь, рассказывает об этой проблеме. Рассказывает о том, что нет сил терпеть пьющего мужа, сына, который избивает мать или жену, теряет работу, смысл жизни... Это, пожалуй, самая частая проблема, которую священники слышат на исповеди от своих прихожан».

Однако, как отметили участники пресс-конференции, самая тревожная ситуация сложилась у

нас с подростками. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), если из 100 юношей – выпускников 2009 года в Англии доживут до пенсии 90 человек, то в России только 40. Основная причина этого – алкоголь. К сожалению, сказал архимандрит Тихон, мы сейчас можем говорить о привычном подростковом пьянстве. За последние годы порог начала регулярного потребления алкоголя снизился с 16 до 13 лет. Одна из главных причин этого – свободная продажа пива и слабоалкогольных напитков в многочисленных ларьках, работу которых невозможно проконтролировать. Если мы сейчас не примем решительных и твердых мер, то могут сбыться самые печальные прогнозы.

Предложенные Собором меры ни в коем случае не означают начало какой-то новой антиалкогольной кампании. «Мы вообще старались исключить из нашего лексикона слова “анти-” и “борьба”», – сказал отец Тихон. Речь не идет о новом сухом законе. Мы все это проходили 20 лет назад, когда борьба с алкоголизмом была скомпрометирована кампанейщиной. Меры же, предложенные участниками Собора, означают лишь

По предложению Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Кирилла и решению Священного Синода Русской Православной Церкви образован Церковно-общественный совет по защите от алкогольной угрозы. Совет создан в целях обеспечения координации усилий церковных и светских инициатив, направленных на преодоление алкогольной угрозы в странах, находящихся на канонической территории Московского Патриархата, сообщает пресс-служба Московской Патриархии. www.pravoslavie.ru

необходимую самозащиту общества от алкогольной угрозы, чтобы у России было будущее. Поэтому участники Собора предложили полностью запретить продажу любых алкогольных напитков, включая пиво, в ларьках и киосках, а также ограничить розничную торговлю любыми алкогольными напитками только торговыми точками, имеющими торговые залы площадью не менее 50 кв. м для городской местности и 30 кв. м для сельской. Предложено также отменить практику заявительного лицензирования на торговлю алкоголем и ввести разрешительное лицензирование для всех алкогольных напитков, включая слабоалкогольные и пиво, и ужесточить меры административной ответственности за продажу алкоголя несовершеннолетним.

Участники Собора посчитали необходимым законодательно запретить производство и продажу слабоалкогольных коктейлей, включающих одновременно алкоголь и кофеиносодержащие добавки, как наносящих значительный вред здоровью подрастающего поколения.

В сфере борьбы с нелегальной алкогольной продукцией (ее производство составляет около 50 процентов от общего количества производимого в нашей стране крепкого алкоголя) было предложено установить уголовную ответственность за несанкционированное производство и оборот этилового спирта и спиртосодержащей продукции с объемной долей этилового спирта свыше 15 процентов, за исключением производства для личных целей.

Особую проблему в нашей стране составляет потребление суррогатного алкоголя. Ведь упот-

ребление в качестве алкогольных напитков продукции медицинского, парфюмерного и технического назначения приводит к отравлениям и существенному возрастанию смертности. В связи с этим предлагается ввести следующее требование: изделия объемом более 25 мл спиртосодержащей продукции парфюмерного и медицинского назначения должны производиться исключительно в прочных, герметичных упаковках с диспенсером либо в виде спреев или иных распылителей.

Сегодня ситуация же такова, что, как рассказывал отец Тихон, в одной северной российской области продажи спиртосодержащей жидкости для чистки ковров превышают ее продажи в Киргизии, Таджикистане, Туркменистане, Узбекистане и Казахстане, вместе взятых.

Особенно, как отметил Геннадий Онищенко, в спаивании населения России суррогатным алкоголем отличился известный предприниматель Владимир Брынцалов, который сформировал целую отрасль промышленности, специально производящую препараты медицинского вроде бы назначения с отнюдь не медицинскими целями.

Кроме того, за последние два десятилетия выросла в несколько раз ценовая доступность алкогольных напитков. Опыт же многих стран, в частности стран Скандинавии и Восточной Европы, свидетельствует, что повышение реальной цены на спиртное существенно уменьшает весь комплекс алкогольных проблем. Поэтому в документе ВРНС «О неотложных мерах по защите от алкогольной угрозы» предлагается поэтапное повышение акцизов на алкоголь, особенно на крепкие напитки, темпами, превышающими инфляцию.

На пресс-конференции подчеркнули, что Россия и Украина сегодня единственные страны в мире, где пиво юридически не признано алкогольным напитком. Это означает низкую цену (в московских ларьках пиво стоит дешевле обычной газированной воды) и, соответственно, наибольшую доступность пива из всех алкогольных напитков. А ведь спиваться люди начинают именно с пива. По сути, налажен следующий замкнутый цикл: подростки начинают с пива, переходят потом на крепкие спиртные напитки, а затем деградировавший человек переключается на суррогатный алкоголь вроде лосьонов и проч. Поэтому Собор также предложил признать пиво с содержанием этилового спирта более 3,5 процента алкогольной продукцией.

Главный санитарный врач России Геннадий Онищенко на пресс-конференции поблагодарил Русскую Православную Церковь за то, что она от имени общества подняла этот вопрос. Он выразил уверенность, что меры, которые будут приниматься, не станут носить механистического характера в чисто фискальном или карательном смысле, но будут опираться прежде всего на моральную основу.

Геннадий Онищенко подчеркнул трудность проблемы в условиях, когда у государства в этой сфере нет никакой политики. Главный санитарный врач отметил, что пиво не вытесняет водку из сферы употребления как более легкий алкогольный напиток. Производство и водки, и пива растет. При этом наибольшие потери на «алкогольном фронте» несет титульная нация: именно в Центральной Европейской России наибольший уровень алко-

лизации населения. Г. Онищенко особо отметил, что в этой запущенной сфере нельзя сразу все изменить в одночасье, предстоит долгая тяжелая работа, и выразил уверенность в ее конечном успехе. Главная задача – это оторвать, отучить молодежь, которую «мы за последние годы не просто научили пить пиво, но сформировали целый образ жизни через агрессивную рекламу».

По словам протоиерея Всеволода Чаплина, нужно, чтобы Россия не выбивалась из ряда большинства стран, в которых торговля алкоголем является не круглосуточной и не повсеместной. «Сегодня появляется обоснованное чувство того, что общество готово решать эту проблему. Слишком все устали от разгула алкогольной стихии, пьянства, спаивания людей. Сила, с которой мы сталкиваемся, – это хорошо организованная, опасная сила. Но я уверен, – сказал отец Всеволод, – что мы победим. Победили рекламу пива в дневные часы, ориентированную на молодежь, победили рекламу водки на телевидении. Почти победили игорный бизнес. Сейчас и общество, и многие представители власти говорят, что алкогольная угроза может лишить Россию будущего. Значит, мы должны с этой угрозой справиться, должны ее победить, объединить усилия власти, общества и религиозных общин, в первую очередь, конечно, Русской Православной Церкви. Я думаю, нас поддержат и мусульмане, и католики, и протестанты, и иудеи, и буддисты».

Патриархия.ру



Протоиерей Всеволод Чаплин

НАУЧИТЬСЯ ЖИТЬ ОСМЫСЛЕННО

На Всемирном Русском Народном Соборе (ВРНС), проходившем в Москве с 21 по 23 мая 2009 года, была принята резолюция о неотложных мерах по защите от алкогольной угрозы. Этот документ лег в основу обращения, направленного на имя Президента РФ, Председателя Правительства РФ, Федерального Собрания РФ, а также высшим властям стран СНГ (Украины, Беларуси, Казахстана, Молдовы).

На пресс-конференции в РИА «Новости» 25 мая, которая была посвящена итогам XIII ВРНС, основные положения «антиалкогольной» резолюции прокомментировали заместитель председателя ВРНС, руководитель Синодального отдела по взаимодействию Церкви и общества протоиерей Всеволод Чаплин, сопредседатель Церковно-общественного совета по защите от алкогольной угрозы архимандрит Тихон (Шевкунов) и глава Роспотребнадзора РФ главный санитарный врач Геннадий Онищенко.

И все же для некоторых людей документы, принятые Собором, послужили лишь поводом к созданию ложного слуха о том, что Православная

Церковь предлагает ввести сухой закон. Окончательно расставить точки над «і» в этом вопросе мы попросили главу Синодального отдела по взаимодействию Церкви и общества протоиерея Всеволода Чаплина.

– Отец Всеволод, какова, на Ваш взгляд, реальная перспектива проведения в жизнь неотложных мер по защите от алкогольной угрозы, предложенных XIII Всемирным Русским Народным Собором?

– В ближайшем будущем представители Церкви и ВРНС намерены развивать диалог с органами законодательной и исполнительной власти, медиками и правоохранительными органами для того, чтобы эти предложения были серьезно обсуждены и рассмотрены. Об этом же говорится и в определении Священного Синода, принятом по итогам Всемирного Русского Народного Собора. Конечно, многие могут сказать: то, что легко предложить на бумаге, бывает сложно сделать реальностью. И тем не менее давайте вспомним, как еще десять-пятнадцать лет назад никто не верил в возможность обуздать игорный бизнес, запретить рекламе водки на телевидении. Однако страна справилась с этими проблемами. Надеюсь, что она справится и с бесконтрольной, повсеместной круглосуточной продажей алкоголя. В большинстве стабильных государств, например в странах Западной Европы и в Соединенных Штатах Америки, подобного разгула торговли спиртным нет.

– Не могли бы Вы рассказать подробнее, какими средствами располагает Церковь для помощи государству в решении этой проблемы?

– Наше главное средство – это слово, диалог с властью, бизнесом и теми кругами общества, которые заинтересованы в сохранении и возрождении здоровья народа. Перед принятием резолюции ВРНС имели место определенные дискуссии с органами власти. В обсуждении документа на специальной конференции принимали участие представители государства – два вице-спикера Совета Федерации, заместитель министра здравоохранения и социального развития, главный санитарный врач России, который также руководит Роспотребнадзором. Очевидно, что в государстве есть люди, искренне желающие отвести алкогольную угрозу от России. Хочется верить, что таких людей со временем станет больше и что они прислушаются к голосу Всемирного Русского Народного Собора, который, кстати говоря, ведь является отнюдь не только голосом духовенства. В Соборе участвуют представители научной общественности, творческой интеллигенции, студенческой молодежи. Все это говорит о том, что в нашем обществе люди понимают, с проблемой какого масштаба имеет дело сегодня народ. А значит, ему можно помочь.

– Как каждый из нас может помочь диалогу Церкви и государства по проблеме химической зависимости?

– Все мы можем активно выражать свое мнение: звонить на радиостанции, писать письма органы власти, высказываться на разного рода собраниях, на форумах в интернете. А главное – сам образ жизни в приходских и монастырских общинах надо созидать так, чтобы наши ближние виде-

ли, что есть альтернатива скучному, бессмысленному и безысходному существованию, которое уведит человека в мир иллюзорного пьяного веселья. Люди должны взять свою судьбу в свои руки и научиться жить осмысленно. Если это получится, то желающих забыться в пьяном угаре станет намного меньше. Но для этого нужно, чтобы экономика, политика, культура, ситуация на улицах определялись усилиями всего общества. Безысходность и отсутствие интереса к жизни часто появляются там, где люди оторваны от принятия важных решений, от устройства своей собственной судьбы. И именно для того нам нужны настоящие механизмы народного самоуправления, чтобы человек стал хозяином своей жизни и мог строить ее свободно, достойно, на благо себе и ближнему.

– Читая материалы светской печати об антиалкогольных мерах, можно заметить, как людям предлагается соединить в своем сознании понятия «сухой закон» и «Церковь предлагает». Каково в реальности отношение Православной Церкви к сухому закону?

– Мы не требовали введения сухого закона. Человеку, умеющему себя контролировать, не вредит умеренное употребление вина, особенно в праздник. А кто-то выбирает для себя и абсолютную трезвость, и этот выбор тоже достоин уважения. Но, так или иначе, не стоит представлять предложения, которые были сделаны ВРНС, как карикатурные требования введения сухого закона или «православного шариата». Мы призвали к ограничению торговли алкоголем, к тому, чтобы

повсеместно и круглосуточно продаваемый алкоголь низкого качества не провоцировал крайностей употребления спиртным, не навязывался бы на каждом углу, особенно молодым людям. Отец Тихон (Шевкунов) очень хорошо сказал, что одна из проблем – это употребление алкоголя в режиме «допития», когда на смену праздничному ужину приходит распитие алкогольного суррогата в кустах рядом с ларьком. Вот от какой псевдокультуры необходимо отказаться, и именно эту цель помимо прочих преследовали участники Собора, обсуждая свои предложения обществу.

– Демографическая ситуация свидетельствует о том, что на данном этапе нам приходится признать поражение в алкогольной войне. А во время поражения не только подсчитывают потери и вырабатывают стратегию будущих сражений, но и оказывают помощь раненым. В опубликованной резолюции ВРНС нет никаких предложений государству от церковной общественности о поддержке реабилитационных программ и центров, специализирующихся на помощи химически зависимым.

– Лечение людей, больных алкоголизмом, – это отдельная тема. ВРНС неслучайно на разных заседаниях и форумах старается привлекать внимание к одной-двум-трем конкретным проблемам. Лечение алкоголизма – это важная задача, о ней много раз говорилось на разных уровнях. Собор, кстати, сказал о том, что нужно усилить государственный контроль над методами лечения алкоголизма, потому что среди них встречаются и

окультизные, и откровенно шарлатанские, вплоть до прямого обмана и мошенничества. Однако Собор неслучайно одним из первых поднял тему ограничения торговли алкоголем, так как, увы, об этом почти никто до сих пор внятно не говорил.

– Отец Всеволод, многие храмы в настоящее время занимаются проблемой помощи химически зависимым, предоставляя свои помещения группам, работающим по Программе Двенадцати Шагов. Каково Ваше отношение к этому методу помощи пострадавшим от алкоголизма и наркомании?

– Да, конечно, я знаю об этой программе. Знаю и о том, что есть определенные споры в отношении ее. Думаю, не стоит бояться самой методики, предполагающей помощь людям, преодолевших алкоголизм, тем, кто страдает от этой зависимости. Но мне кажется, что ее осуществителям стоит еще раз подумать о правильном духовном наполнении программы через совместную молитву, твердое исповедание православной веры, через привлечение людей к благодатной церковной жизни, что само по себе является и действенным средством исцеления, и способом изменить жизнь человека настолько, что уход в алкогольную или наркотическую псевдореальность станет просто невозможным, немыслимым.

Записала Екатерина Орлова



Архимандрит Тихон (Шевкунов)

ВСЁ, ЧТО СВЯЗАНО С ВОДКОЙ, У НАС ОКРУЖЕНО ВРАНЬЕМ

В эфире «Первого канала» появляются ролики, в которых прямо на глазах от выпитой рюмки водки умирают клетки мозга, растут раковые опухоли... Это лишь начало проекта «Общее дело». Цель – остановить алкоголизацию нации. Наместник Сретенского монастыря архимандрит Тихон (Шевкунов) и режиссер Саида Медведева в беседе с обозревателем «Известий» Борисом Клином приводят страшные факты и подчеркивают: «Общее дело» обращено не к спившимся бродягам, а к уверенным в себе людям, которые «свою норму» знают.

От создателей «Византийского урока»

– В эфире идет жутковатая социальная реклама: мозг падает в рюмку. Зачем нас так пугать и в связи с чем вообще возникла эта идея?

Саида Медведева: Год назад мы заканчивали работу над фильмом «Византийский урок». Во времена упадка в Византии царило ужасающее пьянство. И вдруг отец Тихон предложил: «Давайте возьмемся за самое важное, что сейчас есть, – за

серьезный антиалкогольный проект для всей страны. Нас очень многие поддержат, ведь нет семьи, которая бы не пострадала от пьянства». Шаг за шагом начали работать. Не было никаких распоряжений сверху, просто у людей возникала душевная потребность: нашелся человек, оказавший финансовую поддержку для съемки первых роликов социальной рекламы и документальных фильмов. Потом проект поддержали руководители «Первого канала».

Отец Тихон: Мы поняли, что людям очень важно разъяснить «анатомию» процесса алкогольной деградации и разрушения человека и общества – медицинскую, социальную. Консультировались со специалистами – физиологами, наркологами, пато-

логоанатомами. Вся программа нацелена совсем не на алкоголиков. Алкоголики – несчастные больные люди, к сожалению,

маргинальная часть общества. Им нужна особая забота. Наш проект «Общее дело» обращен к обычному человеку. Большая часть людей, конечно, осознает, что алкоголь наносит вред, но мало кто представляет масштабы внутренней катастрофы на уровне отдельного человека, его души и физической жизни, на уровне нашей страны.

Мы назвали весь этот план – «Проект “Общее дело”». Он включает в себя ролики социальной рекламы (их уже 15), 2 художественных и 10 документальных фильмов. Мы делаем компьютерные

Утрата нравственных ориентиров стала причиной пьянства и наркомании среди молодежи.

**Президент РФ
Дмитрий Медведев**

игры, увлекательные, полезные и интересные для подростков, планируем выпустить художественно-документальную книгу. Всё в стадии разработки. После демонстрации документальных фильмов будет обсуждение в студии.

Программа так и называется – «Общее дело». Вести ее будут Петр Толстой и Мария Шукшина. В дискуссиях примут участие и специалисты, и широко известные в стране люди, а также представители алкогольного бизнеса и приглашенные ими эксперты. Надеемся, что придут наши законодатели, представители министерств. Возможно, эти обсуждения еще раз заставят задуматься – как скорректировать ныне существующее несовершенное законодательство, регулирующее производство и оборот алкоголя.

Фильм рассказывает о том, как наших детей с самого раннего возраста организовано, коммерчески продуманно и очень эффективно подсаживают на алкоголь.

– В интернете отмечают: «Первый канал» дает антиалкогольный ролик, а через какое-то время – рекламу пива. Ваших партнеров упрекают в неискренности и лицемерии.

Отец Тихон: Упрекать легко... Могу сказать только одно: «Первый канал» – не побоюсь этого слова – мужественно взялся за осуществление этого проекта, прекрасно осознавая, какова сила алкогольного лобби в сегодняшней России. Все понимают – противостояние будет серьезным. Ведь деньги, получаемые частными лицами от производства и продажи спиртного, не просто большие, а непомерно огромные: в советское время эти деньги составляли значительную часть бюджета стра-

ны, соизмеримую с доходами от продажи нефти! Реакцию на ролики мы тоже стараемся отслеживать. О социологических данных говорить пока рано, но 90 процентов отзывов – это благодарность и поддержка.

Саида Медведева: Увидев эти ролики, несколько молодых людей в моем окружении прекратили выпивать. Для меня, для их семей это фантастически успешный результат. У одного восстановилась семья, ребенок счастлив. Это другое качество жизни.

– *Вы же утверждаете, что программа рассчитана на нормальных людей. При чем тут «семья восстановилась»? Распадаются семьи алкоголиков, не так ли?*

Саида Медведева: Вы думаете, что жить с человеком, «средне», «нормально» выпивающим, – счастье?

Отец Тихон: Когда мы говорим о брошенных детях, речь ведь не только о тех, кто оказывается в детдомах. Кстати, Россия, к стыду нашему, вот уже много лет занимает позорное первое место в мире по числу брошенных детей. И «благодарить» за это тоже надо в первую очередь алкоголь. Но ведь и развод – это тоже по сути брошенный ребенок. Дети, выросшие в неполных семьях, уже ранены. Они не видели полноценной семьи и, повзрослев, как правило, будут строить свои семьи и разводы по примеру родителей.

– *Что в Вашем представлении «средневыпивающий»?*

Отец Тихон: Это тот, кто выпивает, что называется, «как все» – скажем, раза два в неделю. В середине недели он слегка с друзьями «посидит»

и вернется домой выпивши. Желю, конечно же, не бьет, но ситуация в семье, само собой, не самая лучшая. Человек этот, естественно, не падает на улице, его не забирают в милицию. Никаких подобных эксцессов. А в выходной еще разок выпьет покрепче, «расслабится». Но в понедельник утром выйдет на работу. Возможно, похмелится. Так вот, врачи говорят: такой, в меру выпивающий, в среднем сокращает свою жизнь на 20 лет. И это – та правда об алкоголе, которую люди имеют право знать. Распоряжаться своей жизнью человек может, конечно же, как хочет. Принципиальная позиция проекта «Общее дело» – это не запреты, а разъяснение. Люди должны знать правду. Только и всего. Возможность посмотреть правде в глаза. Не обманывая самих себя.

Но и алкогольное лобби тоже не бездействует. Уже появилась статья, подписанная врачами, утверждающими: все в этих роликах неправильно, все искажено... Естественно, социальные ролики – не медицинский трактат и не учебник по наркологии. В 30 секунд надо уложить существенный объем научной и убедительной для миллионов людей информации. Но когда наши врачи-консультанты объяснили, кто авторы этой критической статьи, все встало на свои места: это медики, работающие на производителя таблеток от похмелья. А для такого коммерческого производства важно, чтобы люди похмелялись почаще.

**До пенсии доживут
лишь 40 процентов школьников**

– В ходе нашей беседы уже прозвучала фраза: «Нет семьи, не пострадавшей от алкоголя». Так у

нас в стране говорят о Великой Отечественной войне. Неужели все так трагично?

Отец Тихон: Решайте сами. По данным ВОЗ, из 100 мальчиков – выпускников школ 2009 года 90 английских школьников доживут до пенсии, а наших лишь 40. И главная причина этого – алкоголь. Средняя продолжительность жизни мужчины в России – 59 лет. Это меньше, чем в таких странах, как Гондурас, Камбоджа, Бангладеш, Таджикистан. В ужасающих по уровню жизни поселениях на Палестинских территориях, в большинстве самых бедных стран Азии или Латинской Америки, во многих африканских странах продолжительность жизни мужчин выше, чем у нас. И снова главная причина – алкоголь. ВОЗ утверждает: если в стране потребляется в год на душу населения более 8 литров алкоголя (в переводе на чистый спирт), происходит необратимое угасание этноса. В России потребляется 16–18 литров в год. Это по официальным данным. Но здесь не учитывается теневой оборот алкоголя (то, что производят заводы вне плана, так называемый «серый» алкоголь и самогонование). Специалисты утверждают: 50 процентов производства крепких напитков приходится как раз на этот неучтенный, теневой сектор. Тогда количество алкоголя на человека соответственно еще более возрастает.

Некоторые ворчат: «Смертность и алкоголь, демография и алкоголь... Да, есть, конечно, зависимость, но не такая уж решающая. Есть более веские причины: экология, качество медицинского обслуживания». Но вот что нам говорят цифры: в экологически благополучной Псковской области

смертность в три раза выше, чем в разрушенной, но непьющей Чечне. Среди мужчин 40–60 лет смертность в России в семь раз выше, чем в очень бедной, с крайне слабой медико-социальной структурой, но непьющей Албании.

Недавно я встречался со своими школьными друзьями. Нам всем по 50 лет, мы закончили обычную московскую школу. Так вот, когда мы подсчитали, кто из наших одноклассников через 34 года после окончания школы жив, а кто ушел, то оказалось, что из двух классов – «А» и «Б» – к сегодняшнему дню умерло 28 человек.

– И все от пьянства?

Отец Тихон: Только один не от этого. Все остальные крепко выпивали. Умерли от сердечных приступов, цирроза печени, панкреатита, разбились, пьяные, в автокатастрофах, пьяные самоубийства, ну и так далее. Эта школьная считалка вызвала у нас настоящий шок.

– Кроме ущерба для здоровья, чем еще угрожает алкоголь нормально выпивающему человеку?

Отец Тихон: Я сейчас не буду говорить о разрушенных судьбах и семьях, о трагедии детей – это у всех на виду. Почти половина самоубийств и 80 процентов убийств у нас совершаются в состоянии опьянения (при этом и около половины убитых пьяны в момент убийства). Мы готовим фильм «Алкоголь и криминал». Еще раз подчеркиваю: речь идет совсем не об алкоголиках. Вот типичный пример – о себе рассказывает молодой человек. Ему 26 лет. Семь лет он уже сидит в тюрьме. Учился в престижном московском вузе. Встретился с приятелями, выпили, в какой-то момент он заре-

зал двоих. Как это произошло – почти не помнит. Сидеть ему еще семь лет. Подобных историй – множество.

У нас особая генетика. Как у северных народов

– *Равноапостольный князь Владимир, объясняя свой религиозный выбор, в частности отказ принять ислам, запрещающий спиртное, сказал: «Веселие Руси есть вина питие». Разве на Руси не всегда пили?*

Отец Тихон: У нас любят цитировать эту фразу. Историки полагают, что это если и было сказано, то в первую очередь по дипломатическим соображениям: к тому времени князь уже сделал свой выбор в пользу Византии и Православия, и ему надо было как-то корректно отказать мусульманам. В Византии, кстати, вино разводили водой. Пить неразбавленное вино считалось варварством и проявлением пьянства. А на Руси в то время пили меды с содержанием алкоголя не больше 4–5 процентов.

– *В Музее водки в Угличе рассказывают, что ее изобрели монахи Чудова монастыря. Клевета на монашество?*

Отец Тихон: Да, конечно, клевета. Сомнительную честь изобретения водки и Менделееву приписывают. У него есть научная работа «О соединении спирта с водой», но ни о какой сорокаградусной водке там нет речи и в помине. Все, что связано с водкой, у нас окружено мифами и враньем. Говорят, что у нас якобы всегда пили безбожно. Однако в 1913 году, до введения сухого закона,

в России потребление алкоголя было меньше 4 литров на душу населения, это в 4–5 раз ниже, чем в сегодняшней России.

– Газеты тех лет рассказывают, что после введения сухого закона алкоголем стали торговать в аптеках по фальшивым рецептам, к парфюмерным фабрикам выстраивались целые очереди за «специальным» одеколоном, а по сути за водкой с цветочным запахом.

Отец Тихон: Журналисты во все времена склонны к преувеличениям. Конечно, подпольная торговля наверняка возникла, но масштабы ее были невелики и совершенно несопоставимы с тем вредом, который проистекает от бесконтрольного отношения со стороны государства и коммерческого спаивания народа со стороны алкогольных дельцов. Сегодня у нас смертность мужчин трудоспособного возраста в тюрьмах в три раза меньше, чем на свободе. И только оттого, что потребление алкоголя в заключении ограничено.

– То есть ограничительные меры, с Вашей точки зрения, могут оказаться эффективны? Может, властям следует перейти к ним?

Отец Тихон: Мы не школьники, чтобы играть в игру «Если бы я был директором»... Просто заметьте: с 1994 по 1997 годы в нашей стране потребление алкоголя упало на 20 процентов, а смертность – на 300 тысяч человек в год, в основном за счет мужского трудоспособного населения. Знаете, почему? Запретили торговать крепкими алкогольными напитками в ларьках, и был запрещен ввоз спирта «Рояль». Только и всего. Это всего лишь две локальные, робкие меры ограничения.

– Не опасаетесь ли Вы, что ваша инициатива обернется новой кампанией, по типу горбачевской, когда вырубали виноградники, а за водкой выстраивались огромные очереди?

Отец Тихон: Это не моя инициатива. Это общее дело. По оценкам специалистов, результатом той кампании стало спасение полутора миллионов жизней. Средняя продолжительность жизни в нашей стране никогда не была столь высокой, как во время горбачевской кампании. Сейчас потребление алкоголя увеличилось в два раза по сравнению с годами советской власти. Почему? Он стал более доступен. Тогда он продавался с 11 до 19 часов. А утром или ночью надо было ухитриться его достать. Я, конечно, не забыл, как таксисты торговали из-под полы. Но таксиста тоже надо было найти. А сейчас – все рядом, на шаговой доступности, круглосуточно. В Норвегии на 15 тысяч жителей одна точка, торгующая водкой. В Подмоскowie – одна точка на 400 человек. Это не говоря о пивных ларьках. Что касается вырубки виноградников в те годы, то, как мне кажется, это была не столько глупость, сколько провокация, направленная на дискредитацию самой идеи разумного ограничения. Хотя и с винами, хорошими, сухими, которые мы так любим, не все так просто.

– Вина тоже вредны? А как же культура питья? Франция, Италия? Батюшка, а Вы сами употребляете?

Отец Тихон: Я, к несчастью, не могу назвать себя совершенным трезвенником. Хотя бы потому, что само это слово – «трезвенник» – по глупым, провокационным, вредным, но устоявшимся

стереотипам для нас звучит ханжески и весьма не-симпатично. Вино для нас в юности было в первую очередь фактором общения. Отчасти это был и элемент протеста, неприятия «советчины».

Но сейчас я все больше прихожу к выводу и в отношении себя лично, и в отношении ситуации в стране: нам говорить о культуре употребления алкоголя, приводить в пример грузин, итальянцев, французов – народов с традиционной виноградной культурой – не следует. У них за тысячелетия выработались физиологические особенности нейтрализации постоянных небольших доз алкоголя. В основном это сухие вина. У нас совершенно другая картина. У нас особая наследственность, и по этому поводу существует множество исследований. Одни медики говорят об азиатском гене, который присутствует у множества наших соотечественников, другие – об особенностях нашей ферментативной системы. Это со стороны Азии обеспечивает и русским, и другим народам России сходство с ситуацией малых народов Севера. Их представителям достаточно нескольких доз крепких напитков, чтобы стать алкоголиками. В этом смысле мы в большей степени монголы, азиаты и индейцы, чем французы и итальянцы. А со стороны Европы – у нас норманны, викинги. У тех тоже проблемы. Печально, но факт: большая часть норвежцев, финнов и шведов «культурно» что водку, что вино пить не могут, они стремительно разрушают себя, спиваются. Вот такой у нас наследственный «букет». Нельзя говорить азиатам и северным европейцам, что они должны учиться пить как французы, воспитанные в виноградной куль-

туре. Еще сто лет назад в Швеции, Норвегии, Финляндии спивались и вымирали не меньшими, чем в сегодняшней России, темпами. Но там в последний момент спохватились, протрезвели, приняли решительные меры и сумели избежать катастрофы.

До победы

– *Кто вошел в проект «Общее дело»?*

Отец Тихон: Пока «Первый канал», а также ученые – медики, социологи. Есть очень важная поддержка властных структур, руководства Государственной Думы. Должен сказать, что этой проблемой озабочены и профессионально занимаются множество людей, которые с тревогой говорят о ней многие годы.

– *Кроме роликов, фильмов и дискуссий что еще будет?*

Отец Тихон: Необычайно важно, что, насколько мне известно, в Госдуме готовятся предлагать и обсуждать проекты очень значимых и нужных стране законов, касающихся этой темы.

– *Все-таки чем этот проект будет отличаться от прежних антиалкогольных кампаний?*

Отец Тихон: Надеемся – результатом. И тем, что это станет для многих общим делом. Тогда Господь поможет, и все непременно получится. И не надо называть это антиалкогольной кампанией. Это сейчас – наше общее дело.

– *На сколько лет рассчитан проект?*

Отец Тихон: До победы.

Беседовал Борис Клиш
Православие.ru

*Борис Панкин,
Владимир Легойда и Павел Коробов*

ЦЕРКОВЬ ОТУЧИТ ПИТЬ

Елена Рыковцева: Русская Православная Церковь взялась за искоренение пьянства. Накануне Всемирного Русского Народного Собора в Москве собрался Совет по защите от алкогольной угрозы, который возглавил наместник Сретенского монастыря архимандрит Тихон (Шевкунов). Совет разработал предложения, которые в минувшие выходные утвердил Собор. И теперь Патриарх Кирилл передаст их Президенту и Премьеру...

Поможет ли вмешательство Церкви улучшить ситуацию с пьянством в России? Это вопрос, который мы задаем сегодня слушателям нашей программы. И я представляю вам гостей студии. Мы очень надеемся, что к нам присоединится **Владимир Легойда, председатель информационного отдела Московского Патриархата, главный редактор журнала «Фома»**. А пока с нами – журналист и писатель **Борис Панкин, в прошлом главный редактор «Комсомольской правды», дипломат, который много лет работал послом в Стокгольме**. И поэтому у нас есть шанс узнать, как ограничивают в выпивке тамошних граждан.

С нами также **обозреватель газеты «Коммерсантъ» по вопросам религии Павел Коробов.**

Как Вы считаете, Павел, почему Церкви пришлось вмешаться в эту проблему? Потому что Церковь считает, что государство не может самостоятельно справиться?

Павел Коробов: Алкоголизм буквально «сечет» людей. Население деградирует, уменьшается численно. И поэтому призыв Церкви в данном случае – это своеобразный крик в сторону общества. У нас спивается деревня, работы нет... Еще несколько лет – и, я думаю, мы превратимся в малый народ. Что будет дальше?..

Елена Рыковцева: Борис Дмитриевич, как сейчас устроена современная шведская жизнь по части спиртного? Русские люди, которые ездят за границу, например в круизы, знают, что шведы совсем не нация трезвенников, нет. Государство продолжает ограничивать этот, в общем, высококультурный народ, который, тем не менее, любит выпить?

Борис Панкин: В отличие от нашей страны, в Швеции проблемы алкоголизма, как национального бедствия, не существует в настоящий момент. В бесконечных опросах общественного мнения, социологических исследованиях алкоголизм, как угроза здоровью общества, не оказывается в первых строчках. Так обстоит дело сейчас. Хотя, как вы правильно сказали – и об этом я могу подробнее потом рассказать, – там никто не чурается того, чтобы выпить в определенной обстановке... Особенно это любили делать гости нашего советского и российского посольства, потому что они знали, что водка

в посольстве всегда самого лучшего качества. Но еще сто лет назад нация буквально вымирала и алкоголизм был таким бедствием, которое угрожало самому существованию шведского народа. И тогда гражданское общество, в присущих ему на тот момент формах, обеспокоилось, зашевелилось и начало принимать меры. И кстати, закоперщиком одной из самых крупных акций, которая осталась в истории, был как раз пастор протестантской церкви Визельгрэн. В 1865 году он вместе со своими единомышленниками основал в Гетеборге (а Гетеборг – это вторая столица Швеции, как у нас Санкт-Петербург) так называемое «Гетеборгское акционерное питейное общество», которое у государства купило лицензию на производство и продажу алкоголя. И начало пропагандировать, не на словах, а на деле, культурные способы питья. Общество действовало как обычное предприятие в рамках свободного рынка, но не могло получать прибыль выше шести процентов. В противном случае остатки шли в коммуны, местные органы самоуправления и так далее, где расходовались на различные благородные цели. А дальше – обратили внимание на культуру производства, разного рода ограничения, на то, кому можно продавать, кому нельзя, кто имеет право торговать, а кто – нет. Всем этим занималось общество.

Елена Рыковцева: Регулировало.

Борис Панкин: Да. Позже это называли Гетеборгской системой, и из Гетеборга она распространилась по всей стране, а затем перешла в Норвегию, Финляндию и далее. Позднее во всей Швеции ввели монополию на торговлю спиртными на-

питками. И поручили это тоже акционерной компании, которая называется «Systembolaget». Ее предприятия имеют отличительный знак и отделения по всей стране. До последнего времени в субботу и воскресенье они не торговали спиртными напитками.

Елена Рыковцева: Вообще нигде?

Борис Панкин: В субботу и воскресенье они просто закрыты. И главное, нигде, кроме «Systembolaget», вы не купите ничего спиртного, даже пива. Единственное, что широко развито, так это производство так называемого легкого пива, крепостью 2,1 процента, которое можно купить в любом магазине. Со временем в обществе началась дискуссия, что, мол, если острой ситуации нет, почему бы не возобновить торговлю в выходные дни. После долгих, как это водится у шведов, дискуссий решили в субботу с 10 до 13 разрешить продажу алкоголя. Так что сейчас с этим уже смирились, два или три года эта субботняя система работает...

Елена Рыковцева: Тогда оцените, Борис Дмитриевич, со шведской точки зрения, наши конкретные меры. Торговля спиртным только с 11 до 19 часов, в выходные и праздничные – не в магазинах, отказ от производства слабоалкогольных коктейлей и от продажи спиртных напитков в киосках. Все то же, что и у них?

Борис Панкин: Я думаю, что шведы когда-то тоже начинали с определенных ограничений.

Елена Рыковцева: А слабоалкогольные коктейли можно купить в шведском киоске?

Борис Панкин: Я уже говорил, что можно купить напиток не крепче 2,1 процента. Я не знаю

точно, но думаю, что слабоалкогольные коктейли крепче... Ну и естественно, продажа и подача спиртных напитков идет в местах общего пользования – в ресторанах, кафе и так далее. Но опять-таки в тех точках, которые имеют на это право, разрешение и лицензию, а она очень дорого стоит.

Елена Рыковцева: Я одного не могу понять. Там государство справилось с этой проблемой, хотя когда-то участвовала и Церковь, как вы сказали. Сейчас государство справляется самостоятельно. Почему в России нужен обязательно Собор, нужны комиссии церковные для того, чтобы государство обратило, как говорит Павел, на это внимание?

Борис Панкин: Тут я с вами не согласен. Кто-то должен сказать «А», кто-то должен крикнуть «Караул!» И, в конце концов, не важно, кто крикнул – Церковь ли, спортивные организации или какие-то другие общественные движения. Сейчас важно, чтобы к этому присоединились все остальные. Нужна всенародная и общероссийская кампания, но кампания не на месяц, не на два, не на год даже, а на тот период, который требуется для того, чтобы мы могли с этой проблемой справиться. И кстати, поэтапно развивалось все и в Швеции. Решающий перелом в употреблении алкоголя наступил в 30-е годы XX века, когда к власти пришли социал-демократы и начали строить свое знаменитое общество всеобщего благоденствия. И действительно, в те годы имел место всеобщий энтузиазм. Людям было просто не до питья...

Елена Рыковцева: К нам присоединился Владимир Романович Легойда, и я хотела бы услышать

ваше мнение о том, почему Церкви пришлось вмешаться в эту проблему. Считаете ли Вы, что государство не способно самостоятельно с этим справиться?

Владимир Легойда: Во-первых, я хочу обратить Ваше внимание на то, что Совет по защите от алкогольной угрозы, который был создан решением Синода 31 марта этого года, равно как и резолюция Всемирного Русского Народного Собора, прошедшего недавно, о неотложных мерах по защите от алкогольной угрозы – это инициативы не церковные, а церковно-общественные. Был создан церковно-общественный совет, в котором два сопредседателя – от Церкви и от общества. И Всемирный Русский Народный Собор – это церковно-общественная площадка. Это первое. Второе, о чем мне хотелось бы здесь сказать: дело ведь не в том, способно государство или не способно самостоятельно справиться с этой задачей или с этой проблемой, а в том, что это проблема общенародная. Это проблема, которую люди не могут игнорировать, Ни один сознательный гражданин не может дальше делать вид, что эта проблема его не касается. Настолько остро она сегодня стоит. И еще один важный момент я хотел бы отметить. Для Церкви органично участвовать в подобного рода социальных инициативах. Я могу напомнить нашим уважаемым слушателям только один факт. В начале XX века очень многие священнослужители участвовали в организации обществ трезвости. Это были те самые люди, те самые священнослужители, которые потом пострадали от советской власти, и многие из них сегодня канонизированы как

новомученики. И в данном случае нынешняя инициатива показывает преемственность таких серьезных социальных действий.

Елена Рыковцева: Владимир, я разговаривала с одним человеком, который вроде бы разбирается в истории религии, Церкви, и когда я привела ему перечень мер запретительного характера, который сегодня предлагает совет по защите от алкогольной угрозы, он сказал, что это немножко странно, потому что Церковь обычно боролась с пьянством не запретительными мерами, а убеждением, не запретами, а обетами...

Владимир Легойда: Мне кажется, что это — комментарий человека, который, как Вы точно заметили, «как бы разбирается». Здесь есть два нюанса. Нюанс первый заключается в том, что предложенные инициативы не отменяют постоянную практику Церкви. С христианской точки зрения, в основании любого греха лежит какой-то внутренний разлом. И Церковь работает, прежде всего, с человеческими душами, их воспитанием. Эту основную функцию Церкви никто не отменял. То есть предложения Собора не альтернативны традиционному служению Церкви. Если Всемирный Русский Народный Собор выступил с инициативой, например, полностью запретить продажу любых алкогольных напитков, включая пиво в ларьках и киосках, то это не означает, что священники больше не будут говорить проповеди. Это не альтернативные вещи. И то надо делать, и этого не оставлять. Церковь постоянно занимается своей непосредственной пасторской и проповеднической деятельностью. И второй момент — это, собствен-

но, то, о чем я уже сказал, – это церковно-общественная инициатива. Именно потому мы и говорим о конкретных мерах, в том числе и запретительного порядка.

Елена Рыковцева: К нашему разговору присоединяются слушатели, потому что для них же, для общества все это делается, и общество будет оценивать целесообразность этих мер. Андрей из Москвы, здравствуйте.

Слушатель: Церкви, конечно, это не повредит. Но вот ваш собеседник сказал про Швецию, про гражданское общество. Но ведь у нас же нет гражданского общества как такового. И почему именно сейчас нужны такие меры? Можно было и пять лет назад начать, когда экономика была на подъеме, а сейчас, в период кризиса, нужно было вначале монополию ввести на спиртные напитки и только потом уже заниматься всем остальным...

Елена Рыковцева: Давайте мы этот вопрос разделим. Сначала адресуем Владимиру Романовичу ту его часть, которая касается выбранного момента: почему сейчас, ведь проблема существовала всегда, нет ли здесь момента кампанейщины, ведь давным-давно пьют?

Владимир Легойда: Мне кажется, что аргумент о том, что это надо было делать раньше, не является достаточным для того, чтобы отказаться от деятельности сегодня. Когда-то нужно начинать. Это во-первых. Во-вторых, в настоящее время многие вещи сформулированы, может быть, более четко, более системно, но это не значит, что никогда ничего не делалось. Церковь всегда говорила об опасности алкогольной угрозы и всегда выступала

с подобными инициативами. Поэтому здесь как раз элемента кампанейщины, как вы сказали, никакого нет. И на правах кандидата политических наук я могу сказать, что тезис о том, что у нас нет гражданского общества, не совсем корректен, поскольку даже в политических науках нет какого-то одного определения гражданского общества. Существуют разные концепции. Поэтому здесь очень многое зависит от того, что наш уважаемый радиослушатель вкладывает в это понятие.

Елена Рыковцева: А Вы что скажете, Борис Дмитриевич?

Борис Панкин: Собственно, наш собеседник в какой-то степени уже меня опередил. Я хотел сказать радиослушателю, что гражданское общество – это не нечто такое, что один раз падает с неба и дальше живет, сохраняясь в первоначальном виде. Когда я говорил о зачатках гражданского общества в Швеции и в конце XVIII века, и в XIX веке, конечно, ничего не было похожего на то, что имеет место в этой стране сегодня. В конце концов, даже вокруг вот этой идеи можно создать мощное, всенародное движение, которое и будет развивать гражданское общество в нашей стране. Ведь что такое гражданское общество? Это соборный подход к проблемам и стремление решить их сообща, на основе каких-то общих принципов. Поэтому я думаю, что сейчас важно не столько рассматривать под лупой характер тех или иных конкретных предложений, которые выдвинула Церковь, сколько позаботиться – а тут и средства массовой информации могут сыграть огромную роль – о превращении этой инициативы в мощное

всенародное движение по борьбе с пьянством и алкоголизмом, за здоровье народа...

Слушатель: Здравствуйте. У меня к вам такой вопрос. Скажите, пожалуйста, чем можно объяснить то, что у протестантов, евангелистов, баптистов, адвентистов седьмого дня и представителей других конфессий строго запрещено курить и пить водку, а вот что творится у православных, мне совершенно непонятно. Будьте любезны, объясните.

Елена Рыковцева: Более того, я еще добавлю, что Церковь даже используется в рекламе на темы алкоголя. Вот заметка «на правах рекламы» в «Российской газете» начинается так: «“Веселие Руси – есть питье”, – сказал князь Владимир Красное Солнышко в год принятия Православия. Прошло более тысячи лет, и употребление алкоголя прочно вошло в национальную культуру России. Даже в период Великого поста нет полного запрета на прием спиртных напитков. “Грех – не пить, грех – упиваться”, – считает Церковь, которой вторит и народная мудрость: пей, но дело разумей. Любовь к рюмке не случайна, – продолжает газета. – Ученые объясняют ее тем, что в небольших дозах алкоголь снимает внутреннее напряжение, выравнивает настроение, раскрепощает, облегчает общение; и даже, как выяснилось недавно, уменьшает риск инфаркта». На самом деле, уважаемые слушатели, рекламируется в этой статье средство против похмелья. Пожалуйста, Павел, что вы ответите слушателю?..

Павел Коробов: Я не думаю, что Церковь позволяет все это. Все-таки определенные запреты

есть. И пьянство – это действительно грех, потому что по сути – помутнение ума. У мусульман и протестантов это просто более строго прописано в канонах. Но и в Русской Православной Церкви я не видел, чтобы благословлялось упивание.

Елена Рыковцева: Но все не так строго. Слушатель возмущается, почему нет такой строгости.

Павел Коробов: А чего возмущаться-то? Если он хочет строгости, то пускай введет эту строгость для себя и не пьет...

Елена Рыковцева: Наталья из Москвы нам пишет: «Я, как участник Собора и конференции, признаю, что эти усилия без монополии государства на алкоголь не будут иметь никакого результата. Мы об этом очень много говорили на Соборе. По-моему, происходит страх перед компаниями, наживающимися на смерти».

Борис Панкин: Конечно, у этой кампании, если она развернется, будут противники, и очень серьезные. Это надо знать и выработать меры противоположные... Если опять-таки обратиться к шведскому опыту, то хорошо или плохо, но в 22-м году в Швеции пытались даже на уровне риксдага ввести сухой закон. И довольно сильные международные организации сорвали это решение. Но, с другой стороны, может быть, сделали и хорошо, потому что – и это аксиома – на одном запрете далеко не уедешь, а может быть, даже поедешь в обратном направлении. Что и случилось с так называемой «реформой Горбачева»...

Радио «Свобода»



Алкогольная угроза России

Часть I

*Убежден, что
алкоголизм, так же как
и наркомания, – это
болезнь, повреждение
организма. Причем с
этим заболеванием
нужно бороться в двух
плоскостях: с одной
стороны, укреплять
дух – духовную жизнь,
а с другой стороны –
лечить тело.*

**Антоний, митрополит
Сурожский**



*Игумен Петр (Мещеринов),
руководитель Школы молодежного служения Московского
Данилова монастыря*

ГРЕШИТ ЛИ АЛКОГОЛИК, или К КОМУ ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ?

– Отец Петр, после того как в средствах массовой информации была опубликована резолюция Всемирного Русского Народного Собора о мерах по предотвращению алкогольной угрозы в России, нашлись люди, которые расценили это как предложение Православной Церкви ввести сухой закон. Есть ли основание для подобных предположений?

– А как, простите, мы будем служить Божественную литургию, если будет введен сухой закон? И как нам тогда соблюдать Церковный Устав, который полагает на трапезе вино в определенные дни церковного года? Церкви придется подпольно, противозаконно доставать вино для богослужения и трапезы? Алкоголь традиционно присутствует в христианской европейской культуре, и если бы это было не так, то Господь не избрал бы для Святой Евхаристии хлеб и вино, правда ведь? Проблема-то заключается не в вине, а в болезненной зависимости от него. Но зависеть можно от чего

угодно. Многие люди объедаются – означает ли это, что надо запрещать пищу? Хорошо известно, что во многих странах вводили сухой закон, чтобы потом его отменить.

– ***Зависимость и страсть – это одно и то же?***

– В святоотеческой литературе нет определения зависимости, поэтому любое *наше* определение, с богословской точки зрения, будет сколько-нибудь гадательным. Я думаю, что зависимость все же можно отнести к разряду болезней, а страсть – это то, в чем наличествует явный грех, хотя это вопрос дискуссионный.

– ***А что такое алкоголизм?***

– Алкоголизм, по определению Всемирной организации здравоохранения, является болезнью. С точки зрения аскетической можно сказать, что это некая страсть, которая мучает человека и имеет под собой греховное начало. Однако никогда нельзя забывать о том, что это очень сложное психобиосоциодуховное заболевание, лечение которого требует комплексного подхода.

– ***Можно ли говорить о том, что алкоголизм – еще и наследственный грех?***

– Алкоголизм – это наследственное заболевание. Ни Священное Писание, ни святые отцы ни о каком наследственном грехе, кроме первородного, то есть общей поврежденности человеческой природы, не говорят. С другой стороны, мы видим, что греховное устройство может передаваться от родителей к детям, но это не в силу наследственности, а в силу воспитания, в силу духа, который ребенок

впитывает в семье. Это то, что касается греха, но у болезни, наоборот, есть свойство передаваться из поколения в поколение. И это еще раз подчеркивает то обстоятельство, что к алкоголизму нужно относиться как к болезни. Грехом мы считаем пьянство, злоупотребление спиртным, невоздержанность и прочее, а вот алкоголизм, как химическая зависимость организма, – это болезнь. Она может быть наследственным заболеванием, а может и не быть.

– Как христианину соединить представления о том, что, с одной стороны, муж и жена – одна плоть, а с другой, если супруг (супруга) пьет, то надо «с любовью отстраниться» от него (первая рекомендация специалистов по проблеме зависимости созависимому человеку)?

– Здесь нет противоречия, но чтобы в этом убедиться, христианину нужно понять, что означают слова «плоть едина». Быть единой плотью – вовсе не означает того, что человек должен допускать до себя грех другой половины. Если говорить языком аскетики, то от греха нужно отстраняться и грех нужно побеждать. С медицинской точки зрения, действовать нужно так, как мы действуем при любой другой болезни. Когда у нас болит зуб, мы не будем из-за того, что это – наша плоть, ждать, когда гной вытечет в головной мозг и мы от этого умрем. Нет, мы вырвем больной зуб, если необходимо хирургическое вмешательство; если же нет, то постараемся вылечить его. Точно так же мы противодействуем естественному развитию любой болезни нашей плоти.

– Во всем мире в качестве реабилитационной программы хорошо себя зарекомендовали

Негативное отношение духовенства <к программе Двенадцати шагов> зависит от степени осведомленности... Никаких богословских предпосылок отвергать программу нет.

*Патриарх Московский
и всея Руси Кирилл*

группы взаимной поддержки алкоголиков и наркоманов, работающие по Двенадцатишаговой программе. Но перед началом собраний этих групп участники вместе читают молитву о душевном покое или «Отче наш». Противники программы часто высказываются о том, что эта совместная молитва есть не что иное, как проявление экуменизма, так как собравшиеся принадлежат к разным религиям. Что Вы думаете об этом?

– Но ведь цель собрания подобных групп – не религиозное действо, не богослужение. Группа имеет одну единственную задачу – помочь людям выздоравливать от алкоголизма. Да, эта группа духовно ориентирована, потому что люди обращаются за помощью к Богу, «насколько каждый Его понимает», и прилагать к собранию группы церковный канон о запрещении молитвы с еретиками, на мой взгляд, неправомерно. Здесь нет осознанной совместной богослужебной молитвы с еретиками. У собрания иная цель. Обращение этих людей к Богу можно рассматривать как личные молитвы каждого человека. Собственно, и весь опыт помощи Сообщества Анонимных Алкоголиков и подобных ему групп самопомощи направлен

на то, чтобы человек *самостоятельно* выздоравливал от алкоголизма, а группа лишь помогала ему в этом. И в такие группы может прийти и человек мало воцерковленный, и воцерковленный, и мусульманин, и буддист... И каждый из них обращается к Богу в соответствии со своим представлением о духовной жизни. Поэтому совместную молитву на собрании, на мой взгляд, можно рассматривать как некий, если так можно выразиться, конгломерат личных молитв.

– Среди ревностных православных есть и такие, которые полагают, что христианин не может называть Бога Высшей Силой, так как мы знаем имя нашего Господа. Нарекания также вызывает и определение «Бог как (или насколько) я Его понимаю», используемое в Двенадцати шагах.

– А какая сила – Бог? Низшая? Средняя? Промежуточная? Бог – Высшая Сила; с богословской точки зрения это вполне корректное определение. Эти нарекания опять-таки имели бы вес, если бы речь шла о религиозном собрании, куда люди приходят, чтобы сообща прославить Бога. Но так как Сообщество преследует цель выздоровления от алкоголизма и поддержания трезвости, то мера понимания Бога при обращении к Нему за помощью – на совести каждого человека. Предположим, что какой-то человек, пришедший на собрание группы, действительно как-то по-своему понимает Бога. Но что это меняет для всех остальных? Если рассматривать молитву перед началом собрания группы не как часть богослужения, подчиня-

ющего церковным канонам, а именно как личную молитву каждого человека, то каждый человек несет личную ответственность за собственную меру понимания Бога.

Записала Екатерина Орлова



Игумен Иона (Займовский)

СТРАСТЬ, ГРЕХ ИЛИ БОЛЕЗНЬ

Алкоголизм и наркомания – разрушение человека

Алкоголизм и наркоманию можно назвать проблемой номер один нашего времени, эпидемией, несущей в себе разрушение духовной, психической и физической природы человека, ставящей под угрозу само его существование. Это специфические болезни нашей цивилизации, причина которых кроется в том, что в человеческом сердце, в семьях, в обществе не нашлось места для Бога.

Мировая философия (религиозная и атеистическая) издавна объясняла стремление к наркотическим веществам врожденной склонностью человеческой личности – изначальной тоской по недостижимому. Блаженный Августин говорил о душе, тоскующей по Богу и способной обрести покой только в своем Творце. Но многие ли сейчас ищут Бога? Современная культура, сосредоточенная на получении удовольствий и немедленном устранении любой боли, легко создает подмены, искажающие и путь, и средства. Вместо поиска Бога, себя в Боге человек прячется – от Бога, себя, реальности, что приводит его, в конечном счете, к опустошению и самоуничтожению.

В «Социальной концепции Русской Православной Церкви» мы читаем: «Основная причина бегства многих наших современников в царство алкогольных или наркотических иллюзий – это духовная опустошенность, потеря смысла жизни, размытость нравственных ориентиров. Наркомания и алкоголизм становятся проявлениями духовной болезни не только отдельного человека, но и всего общества. Это расплата за идеологию потребительства, за культ материального преуспевания, за бездуховность и утрату подлинных идеалов»¹.

Вот почему сегодня как никогда необходима консолидация усилий Церкви и государства, прежде всего на базе специализированных медицинских учреждений и реабилитационных общин на приходах. Ведь как бесплодны бывают усилия медицинских и социальных учреждений, когда специалисты не рассматривают духовную составляющую этой проблемы, так и Церковь, в свою очередь, не имеет возможности заниматься медикаментозным лечением алкоголизма и наркомании и социальной адаптацией больных. Уже сейчас некоторые священники активно помогают наркоманам и алкоголикам. Создаются церковные реабилитационные центры, братства и сестричества. Надеемся, что эта деятельность будет расширяться и принесет благие плоды.

Россия в беде

В нашей стране алкоголизм и наркомания принимают размеры национальной катастрофы.

¹Социальная концепция Русской Православной Церкви. М., 2001.

Любые наркотики и алкоголь являются главными разрушителями генетического фонда нации, который есть ее основное сокровище... В России нет ни одной семьи, которую бы так или иначе не коснулась эта проблема. Часто она скрывается, замалчивается, однако масштабы ее увеличиваются с поразительной скоростью. Разрушение и потеря генетического уровня нации есть величайшее преступление не только перед живущими поколениями, но и перед будущими.

Чтобы показать актуальность проблемы, которую собираются описывать, обычно обращаются к цифрам. Антон Павлович Чехов подметил, что «мы не видим и не слышим тех, которые страдают, и то, что страшно в жизни, происходит где-то за кулисами. Все тихо, спокойно, и протестует одна только немая статистика: столько-то с ума сошло, столько-то ведер выпито, столько-то детей погибло от недоедания»².

Демографические процессы общества обладают высокой степенью инертности, и тем не менее сегодня для нас стал совершенно очевидным тот факт, что в течение небольшого промежутка времени рождаемость в стране снизилась в два раза, а смертность за тот же промежуток времени возросла в 1,5 раза и также осталась без существенных изменений. Естественный прирост населения, впервые за всю послевоенную историю, превратился в свою противоположность. За счет превышения смертности над рож-

² Чехов А.П. Собрание сочинений. М., Правда, 1970.

даемостью наша страна стала стремительно терять население³. Динамика этого явления отображена в таблице.

Рождаемость и смертность.

Состояние и прогноз
(на 1000 человек населения)

Год	Рождаемость	Смертность
1990	13,4	11,7
1991	12,1	11,4
1992	10,7	12,2
1995	9,3	15,0
2000	9,3	13,4
2004	10,0	13,9
2010	10,0	14,4
2015	9,0	14,8

Количество смертей, связанных с употреблением алкоголя, приблизилось в России к 1 миллиону человек в год, а численность алкоголиков достигла 20 миллионов и продолжает увеличиваться⁴. 40 процентов погибших от несчастных случаев находилось в состоянии алкогольного опьянения⁵.

С 1993 года страну захлестнула волна наркомании. А в последнее время наметилась тенденция перетекания проблем алкоголизма в проблемы наркотизации, и не только среди взрослого населения, но и среди молодежи и даже школьников.

³ Труды VI Российского национального конгресса «Человек и лекарство». ГЭОТАР Медицина. М., 1999.

⁴ Мороз Алексей, священник; Цыганков Владимир. Как победить алкоголизм.// Православный паломник, 2002.

⁵ Невярович В.К. Порок души. «Русский хронограф». М., 2001.

И все таки сам по себе высокий уровень потребления наркотиков еще полбеда. Дело в том, что при употреблении наркотиков очень высок риск инфицирования СПИДом, гепатитом и др.

В России нет единого центра по учету злоупотреблений наркотиками в стране. Система учета складывается следующим образом: медики учитывают обратившихся к ним за помощью; в правоохранительных органах отмечают тех, кто совершил какие-либо противоправные действия, связанные с наркотиками; таможенники и пограничники регистрируют лиц, участвующих в распространении наркотиков; проводятся опросы населения различными социологическими службами.

И все-таки мы знаем, что число смертных случаев от употребления наркотиков за последние десять лет увеличилось в 12 раз, а среди детей – в 42 раза. Россия безвозвратно теряет поколение своих граждан, которым сегодня от 13 до 25 лет. Около 60 процентов населения страны в возрасте до 21 года может быть отнесено к группе риска. Угрожающие масштабы приобретает наркомания среди детей и юношества. Возраст приобщения к наркотикам сегодня составляет 13 лет. Выявлены случаи наркотической зависимости у 9-летних детей. Не менее трети населения являются зависимыми от алкоголя и/или наркотиков. (По данным некоторых специалистов, в России людей с проблемой химической зависимости не менее 70 процентов.) 30 процентов самоубийств и 60 процентов тяжких преступлений совершаются в состоянии сильного алкогольного или наркотического

опьянения; каждые 20 минут кто-то лишается жизни по вине пьяного водителя.

«Статистические данные свидетельствуют о том, что каждый третий студент и ученик старших классов уже знаком с наркотиками на собственном опыте. Заставляют содрогнуться и цифры, свидетельствующие о детской преступности, теснейшим образом связанной с наркоманией и наркобизнесом... По разным данным, не менее 20 процентов населения подвержены алкоголизму. Из них лишь незначительная часть пытается хоть как-то бороться с этим пороком»⁶.

Наркотики вышли на улицы наших городов, те улицы, где играют дети. Осведомленность учителей и родителей по данному вопросу очень низка. А медицинская статистика красноречиво свидетельствует о минимальной излечиваемости наркомании и не оставляет больным почти никаких шансов на выздоровление. Приведенные темпы роста заболеваемости не оставляют сомнений в том, что Россия в беде.

Слово Божие отвергает пьянство

Церковный опыт борьбы с грехом пьянства исчисляется тысячелетиями. В Священном Писании содержатся сведения о том, как с ветхозаветных времен люди употребляли виноградное вино во вред себе (см.: Быт. 9, 20–21; 1 Цар. 25, 36–37; 3 Цар. 16, 9; 1 Фес. 5, 7). Как порок пьянство стало распространяться среди евреев во времена царя Соломона.

⁶Березин С.В., Лисецкий К.С., Орешникова И.Б. Пути и методы предупреждения подростковой и юношеской наркомании. Самара, 1999.

Библия – Слово Самого Бога. Через богодухновенных авторов Священного Писания говорил Дух Святой; это означает, что все, что Он говорил, есть Слово Божие, а не человеческое. *Ибо никогда пророчество не было произносимо по воле человеческой, но изрекали его святые Божии человеки, будучи движимы Духом Святым* (2 Пет. 1, 21).

В Священном Писании говорится о жизни и устройении ее, в нем отражены и причины, порождающие такие пороки, как алкоголизм и наркомания. *У кого вой? у кого стон? у кого ссоры? у кого горе? у кого раны без причины? у кого багровые глаза? У тех, которые долго сидят за вином, которые приходят отыскивать вина приправленного.* Разве не правдива эта яркая картина губительных последствий пьянства, описанная в Притчах Соломона? *Не смотри на вино, как оно краснеет, как оно искрится в чаше, как оно ухаживается ровно: впоследствии, как змей, оно укусит, и ужалит, как аспид; глаза твои будут смотреть на чужих жен, и сердце твое заговорит развратное, и ты будешь, как спящий среди моря и как спящий на верху мачты. [И скажешь:] “били меня, мне не было больно; толкали меня, я не чувствовал. Когда проснусь, опять буду искать того же”* (Притч. 23, 31–35). «Когда проснусь, опять буду искать того же», – именно здесь Священное Писание говорит о самом страшном для человека в этом явлении.

Закон Моисея предлагал побивать камнями до смерти мотов и пьяниц, *и так истреби зло из среды себя, и все Израильтяне услышат и убоятся* (Втор. 21, 18–21).

В Священном Писании мы читаем и о том, как вино *веселит сердце человека*, и о наиболее распро-

страненных последствиях пьяного веселья, и о губительной силе вина, и о том, что пьянство соединено с развратом, и о том, как выпил Ной вина, как пили вино сыновья и дочери Иова, о пиршествах Олоферна, Илы, Валтасара и Артаксеркса, о безумном пиршестве Ирода. Можно найти слова о том, что пьянство приводит к бедности, о коварстве пьянства, достоинстве пастырей и судьбе народа: *И что будет с народом, то и со священником; и накажу его по путям его, и воздам ему по делам его. Будут есть, и не насытятся; будут блудить, и не размножатся; ибо оставили служение Господу. Блуд, вино и напитки завладели сердцем их* (Ос. 4, 9–11). О том, кто есть раб греха, в Библии сказано: *кто кем побежден, тот тому и раб* (2 Пет. 2, 19).

Слово Божие наставляет: *Смотрите же за собою, чтобы сердца ваши не отягчались объедением и пьянством* (Лк. 21, 34); *будем вести себя благочинно, не предаваясь ни пиروваниям и пьянству...* (Рим. 13, 13); *не упивайтесь вином, от которого бывает распутство* (Еф. 5, 18); *Ибо довольно, что вы в прошедшее время жизни поступали по воле языческой, предаваясь... пьянству* (1 Пет. 4, 3). *Вино – глумливо, сикера – буйна; и всякий, увлекающийся ими, неразумен* (Притч. 20, 1).

Святой Апостол Павел увещевал христиан: *Все мне позволительно, но не все полезно; все мне позволительно, но ничто не должно обладать мною* (1 Кор. 6, 12). *Лучше не есть мяса, не пить вина и не делать ничего такого, отчего брат твой претъкается, или соблазняется, или изнемогает* (Рим. 14, 21).

Сказано в Священном Писании и о том, что можно обрести свободу от страсти: *если Сын освободит вас, то истинно свободны будете* (Ин. 8, 36);

итак сыны свободны (Мф. 17, 26); Господь есть Дух; а где Дух Господень, там свобода (2 Кор. 3, 17). И о том, что человеку необходимо для обретения свободы от дурного пристрастия: *сотворите же достойный плод покаяния (Мф. 3, 8); если пребудете в слове Моем, то вы истинно Мои ученики, и познаете истину, и истина сделает вас свободными (Ин. 8, 31–32).*

«Если Библия есть творение Самого Бога, – пишет епископ Варнава (Беляев), – то, понятно, надо уподобиться прежде Богу и освободиться от недостатков падшей человеческой природы, чтобы сделаться способным воспринимать в Писании все божественное, а не человеческое»⁷.

Вот эта постепенность духовного восхождения, освобождения от недостатков падшей человеческой природы, о которой пишет епископ, особенно необходима для людей опустошенных, измученных коварной болезнью алкоголизма и наркомании. **Без осознания духовной природы заболевания не может быть эффективным и его лечение.**

Из глубокой древности раздается и кроткий, но исполненный силы голос святых отцов и учителей Церкви, богословов, подвижников-аскетов, духовных писателей и пастырей. «Учения Святых Отцов Православной Церкви, – пишет И.В. Киреевский, – перешли в Россию, можно сказать, вместе с первым благовестом христианского колокола, под их руководством сложился и воспитался ко-

⁷ *Варнава (Беляев), епископ. Основы искусства святости. Братство во имя святого князя Александра Невского. Ниж. Новгород, 1995.*

ренной русский ум, лежащий в основе русского быта»⁸.

О беде алкоголизма писали в своих трудах святые Василий Великий, Иоанн Златоуст, Григорий Богослов, Ефрем Сирий, Феофан Затворник и многие, многие другие. Все они учат, что от пьянства рождается всякий грех, гибнут душа и тело, что пьянство есть развращение нравов, что пьющий человек лишается образа и подобия Божия. Но, как бы ни были ужасны последствия этого порока, пусть никто не отчаивается и никто не произносит над таким человеком обвинительного приговора в окончательной форме. Ни на минуту не следует забывать, что вторая заповедь о любви, данная Господом нашим Иисусом Христом, у всех народов выражается главным образом в помощи ближнему. Эту заповедь и нам сегодня необходимо перенести на большого человека во всей ее глубине и широте.

Пьянство – матерья порока, противление добродетели, делает мужественного робким, целомудренного похотливым, не знает правды, отнимает благоразумие. Как вода враждебна огню, так неумеренность в вине угашает рассудок.

Василий Великий

Из истории порока и борьбы с ним

Проповедь Русской Православной Церкви, направленная против пьянства, восходит ко временам Крещения Руси. *Ни пьяницы, ни злоречивые, ни хищники – Царства Божия не наследуют* (1 Кор. 6, 10) – эти слова апостола Павла формировали

⁸ *Киреевский И.В.* Разум на пути к истине. О характере просвещения Европы. Правило веры. М., 2002.

в новообращенном народе негативное отношение к неумеренному употреблению крепких спиртных напитков. И на Руси пьянства практически не было. Брагу, квас, мед и пиво крепостью от 1 до 6 процентов пили только по праздникам. Привозные виноградные вина, не крепче 11процентов, были доступны только аристократии и купечеству. Но князья и бояре брали пример с византийцев и пили вино «греческим обычаем», разбавив водой в пропорции 1:3, не чаще, чем один-два раза в месяц. По мнению иностранных путешественников, москвиты тоже были трезвым народом: «Богатые мужи чтут праздничные дни тем, что по окончании богослужения устраивают пиршества, а простой народ большей частью работает, говоря, что праздность – дело господское»⁹.

Считается, что пьянство в Москве началось во времена царствования Ивана Грозного. Взяв Казань, он был поражен тамошними кабаками. Вернувшись в Москву, грозный царь решил обогатить казну и выстроил на Балчуге «Царев кабак». Это явление не вызвало одобрения у трезвых и богобоязненных москвичей. Были челобитные с просьбой убрать кабак. Москвичи не желали пить «Государево вино». Но царь был неумолим. Если кабак не давал прибыли, то недоимки взимали с москвичей. За недоимки даже били, поэтому москвичи вынуждены были посещать кабак. Царь Федор, сын Ивана Грозного, будучи человеком боголюбивым, сломал кабак, но Борис Годунов вновь открыл его. При Алексее Михайловиче ка-

⁹ NEWSru. Com// В мире// Константин Кудряшов. 26. 05. 2004.

баки открывали даже в Кремле. Особенно насаждалось пьянство во времена Петра I. Порой за отказ выпить «кубок Большого Орла», емкостью 1,5 литра, могли сослать в Сибирь. В Москве было уже 3,5 тысячи кабаков: «Веселуха», «Разгуляй», «Татьянка» и так далее¹⁰.

Систематическое пьянство породило болезнь, которая получила название алкоголизм. Термин этот был введен шведским врачом М. Гуссом в 1849 году. К великому сожалению, болезнь эта оказалась коварной, смертельной и неизлечимой.

Основоположником русской православной трезвости считается ученый и педагог Сергей Александрович Рачинский (1833–1902), который «впервые четко сформулировал важное правило утверждения трезвой жизни: **трезвенная работа может быть плодотворной только при церковном приходе**»¹¹.

В 1858 году русское духовенство отвечает на всплеск алкоголизма созданием церковных обществ. В 1889 году Синод официально предложил клирикам организовывать церковные братства для борьбы с пьянством. Устав подобного общества утверждался правящим архиереем. При вступлении в общество каждый новый член давал торжественное обещание – для спасения своей души и благого примера другим не употреблять никаких спиртных напитков. За нарушение данного обещания и устава виновные подвергались выговору,

¹⁰ Там же.

¹¹ Мороз Алексей, священник; Цыганков Владимир. Указ. соч.

в некоторых обществах – денежному штрафу, а в случае повторных нарушений – исключению из общества. В общество трезвости людей принимали на разные сроки: от шести месяцев до одного года¹².

В 1898 году выдающимся подвижником благочестия священником Александром Рождественским было создано Александро-Невское общество трезвости. В день открытия общества в его члены был принят 151 человек. Через семь лет в обществе насчитывалось уже более 70 тысяч человек. К революции 1917 года под покровом святого князя Александра было уже более 100 тысяч человек¹³.

Особую роль в борьбе с пьянством сыграла личность святого праведного Иоанна Кронштадтского. Своей жизнью, своей напряженной и ни на минуту не прекращавшейся внутренней духовной борьбой, своей молитвой святой праведный Иоанн Кронштадтский врачевал несчастные погибавшие души.

Истинная свобода – в освобождении от страстей

«Недостанет силы оплакать несчастье в том доме, где заведется пьяница, – говорит в своей проповеди святой праведный Иоанн Кронштадтский, – ад, истый ад делается в нем, каждый день слезы и стоны. Пьяница всякий день пьянствует и

¹² См.: *Иоанн, митрополит Санкт-Петербургский и Ладожский*. О грехе пьянства и о традиции избавления от него в Русской Православной Церкви. СПб., 1995.

¹³ *Мороз Алексей, священник; Цыганков Владимир*. Указ. соч.

все тащит из дому, чтобы пропить. О, ужасная страсть! Ужасное бешенство! Всякого больного можно лечить, а пьяницу и лечить ничем нельзя, если он сам не захочет решительно бросить пьянство»¹⁴.

Что же именно и как должен захотеть вылечить алкоголик? Другое название болезни, о которой мы говорим в этой книге, – химическая зависимость. Химическая зависимость возникает у тех, кто систематически употребляет химические вещества (растительного или синтетического происхождения). Это состояние, при котором человек испытывает непреодолимое влечение, в нашем случае к алкоголю. Болезнь, которую сам больной контролировать не может. Она обусловлена не слабостью воли и не безнравственностью человека, потому что если появляется зависимость, сила воли исчезает.

Химическая зависимость – это заболевание духа, психики и тела человека, проявляющееся и в нарушении здравомыслия, чувств, эмоций, достойного поведения, и в нарушении взаимоотношений с людьми, и в разрыве необходимых человеку социальных связей, и в физическом разрушении тела и психики. Главное – это сильнейшая греховная страсть, отлучающая человека от Бога, лишаящая вечной жизни, спасения, ввергающая человека в виртуальный мир, в котором нет Христа, в мир, из которого вернуться на Свет Божий очень сложно.

«Если взаимная цель Бога и человека состоит в установлении на земле Царства благодати и свя-

¹⁴ *Вениамин (Федченков), митрополит. Отец Иоанн Кронштадтский. Воскресенье. СПб., 2000.*

тости, то понятно, что осуществляться она должна свободно. Всякое насилие недостойно этой цели, потому что высшее достоинство и благо человека – в его свободе. Но истинная свобода заключается в освобождении от страстей»¹⁵. Вот тут и претыхается человек: часто не умея пользоваться дарованной ему свободой, сам того не замечая, попадает в какую-нибудь зависимость.

К свободе призваны вы, братия, – наставлял христиан апостол Павел и предупреждал об опасности, которая может последовать в результате неумелого пользования свободой, – только бы свобода ваша не была поводом к угождению плоти (Гал. 5, 13).

Это означает не что иное, как то, что человек, страдающий зависимостью, должен осознать свою несвободу.

Церковь – последняя надежда для многих

Мы, православные священнослужители, постоянно сталкиваемся с проблемой химической зависимости. К каждому батюшке приходят отчаявшиеся наркоманы, алкоголики и умоляют о помощи. Церковь для многих – последняя надежда. Если Бог и Церковь не помогут, то к кому же идти? Но чаще к нам приходят уставшие и вконец измученные жены, матери, дети алкоголиков и наркоманов. Порой и мужчины жалуются на то, что

¹⁵ *Варнава (Беляев), епископ. Основы искусства святости. Братство во имя святого князя Александра Невского. Ниж. Новгород, 1995.*

их жены, матери пьют и разрушают семейные отношения.

Что же мы им советуем, чем мы можем им помочь? Прежде всего глубоко, по возможности, исповедаться и, если это допустимо, причаститься Святых Христовых Таин. Усиленно читать Евангелие, Псалтирь, святых отцов. Рекомендуем совершить паломничество в город Серпухов к образу Богоматери «Неупиваемая Чаша», читать акафист перед этой чудотворной иконой.

Но, как это ни печально и как это ни странно, такие церковно-аскетические рекомендации далеко не всем помогают. Действительно, на какое-то время человек может вернуться к нормальному образу жизни. Вернее, он перестает употреблять алкоголь или наркотики, но опыт показывает, что такой человек жить цельно, организованно и конструктивно не может и почти всегда меняет одну зависимость на другую. Например, погружается с головой в какую-либо деятельность или углубляется в сугубо внешнюю религиозно-обрядовую церковную жизнь. Неблагополучие и скандалы в семье, как правило, не прекращаются. Может быть и другая форма зависимости: сидение часами перед ТВ или компьютером, страсть к азартным играм, чрезмерное, беспорядочное переедание и т. д. Если болезнь не приостанавливается или возобновляется, то через какое-то время священник, устав и измучившись от тяжелого однообразия ситуации, ставит человеку ультиматум: или ты прекращаешь пить, или ищи себе другого духовника.

Что же касается родственников этих больных людей, здесь дело обстоит и того хуже. Они молятся, постятся, надеясь, что их мужья, отцы, дети перестанут пить, осознают свое бедственное положение, но ситуация в семье нисколько не улучшается. Им приходится заглаживать последствия безобразий алкоголика или наркомана, утешать его, убирать за ним. Он может безнаказанно вытворять все, что ему вздумается. А это как раз то, о чем он мечтает, – его простят, пожалеют и покроют все его беззакония.

Если человек ведет себя агрессивно, бьет жену, детей, продает из дома вещи, то почти всегда мы, священники, говорим о терпении, о долготерпении. Женам рекомендуется не разводиться, а, напротив, сугубо заботиться о мужьях.

Часто для священника родственники таких больных еще более обременительны. Одно и то же приносят они на исповедь. Буквально одолевают батюшку. Некоторые из них начинают неистово заниматься религиозно-социальной деятельностью. Нужно хорошо знать проблему, чтобы увидеть, что эти люди тоже серьезно больны.

В любом случае и химически зависимые люди, и их созависимые родственники становятся тяжелым бременем для священника: первые продолжают пьянствовать, вторые – терзаться сами и терзать других.

К сожалению, это реальность. Здесь видится большая ошибка многих священников в понимании проблемы. Они пытаются в первую очередь воцерковить больного и через воцерковление помочь ему избавиться от недуга. **Конечно, духов-**

ная помощь страдающим от алкоголизма или наркомании необходима, и она может быть им дана, но часто эти люди просто не способны ее воспринять: степень биологической составляющей алкоголизма (наркомании) у таких прихожан настолько сильна, что они не имеют возможности духовного исцеления. Очевидно, в острой фазе болезни им необходима именно медицинская помощь.

Зависимость – что это такое?

Прежде всего, необходимо разобраться в природе химической зависимости, понять, с чем мы имеем дело, то есть правильно поставить диагноз. Еще в 1953 году Всемирная организация здравоохранения определила алкоголизм (так же, как и наркоманию) как прогрессирующее неизлечимое заболевание, характеризующееся зависимостью от всех видов препаратов, изменяющих сознание. Но, согласно православному учению, дух, душа и тело человека находятся в неразрывном единстве. У человека, страдающего любым из видов химической зависимости, проявляются нарушения во взаимоотношениях с людьми, в разрыве необходимых социальных связей, разрушении тела и психики. Алкоголизм, наркоманию и другие формы химической зависимости можно считать единой химической болезнью, имеющей духовно-психо-социобиологические корни, хронической и неизлечимой по сути, – ее возможно остановить, но нельзя вылечить. Больной алкоголизмом и/или наркоманией разрушается по всем этим направлениям.

Зависимость включает в себя и страсть (духовно-нравственный аспект), и болезнь (психический и физический аспекты), и генетическую предрасположенность.

С духовной точки зрения проблема любой зависимости – в утрате человеком связи с Богом, потере нравственного смысла и духовных ориентиров и стремлении заменить их любым суррогатом: алкоголем, наркотиками, деньгами, властью, сексом, работой, путешествиями, ТВ. Это один из многочисленных способов бегства от реальной жизни, нежелание брать на себя ответственность, болезненная неспособность (не столько нежелание, сколько именно неспособность), невозможность адекватно реагировать на реальность. Причем для возможно полного понимания как самой проблемы зависимости, так и путей ее преодоления важно учитывать, что у алкоголиков и наркоманов и физиологический, и психо-эмоциональный механизмы также стремятся восполнить свою неполноценность.

«Мы живем в зависимом обществе, где различные греховные зависимости для многих являются нормой. Если в своей жизни человек не обретает гармонии и истинного смысла, ощущения своего сыновства Богу Отцу, если никто из окружающих его не сумел грамотно, глубоко и своевременно поставить перед ним эти вопросы, то, имея внутреннее искреннее желание жить, он сломя голову бросается туда, где, по его мнению, жизнь представляет собой бóльшую глубину и многообразие, чем серая будничность скучного взрослого мира»¹⁶.

¹⁶ *Игумен Евмений. Луч надежды в наркотическом мире. Издательство Макариев-Решемского мужского монастыря, 2000.*

С точки зрения биологии химическая зависимость – это болезнь, в отличие, например, от пьянства, которое есть только грех. Разница в том, что пьяница может не пить. Алкоголик не пить не может. Организм требует постоянного поступления определенных веществ. Если человек, не алкоголик, перепил, он себя плохо чувствует, примерно так же, как если бы он съел несвежие продукты. Если пьет алкоголик, у него возникает синдром похмелья – жажда вновь принять алкоголь. Это жажда самого организма выпить яд, которым он отравился. Принимая даже небольшую дозу химического вещества, наркотика или алкоголя, человек теряет контроль, запускаются алкогольные механизмы, которые сам он остановить не в силах.

Важное значение для понимания проблемы химической зависимости имеет генетический фактор. Медицине известно, что организм человека может нести в себе ту или иную предрасположенность: например, к определенному заболеванию. Наркология также говорит о наследственной, генетической предрасположенности к химической зависимости детей от родителей алкоголиков и наркоманов: человек рождается с перестроенной генетикой, у него на различных уровнях нет каких-то ферментов, способных обеспечить его здоровое состояние. Уже в утробе матери плод, а потом младенец может испытывать состояние дискомфорта. (Есть целые народы, лишённые этих ферментов, например, малочисленные народы Крайнего Севера. Недостаток таких ферментов имеют монголоидная раса и индейцы.)

Причем не обязательно родителям быть алкоголиками, наследственность может проявиться

и в четвертом поколении. (По подсчетам некоторых специалистов, удельный вес генетического фактора в этом расстройстве довольно велик.)

Думается, по аналогии здесь можно говорить о духовной предрасположенности. Святитель Лука (Войно-Ясенецкий) писал о «наследственности именно духовных свойств, основных черт характера, нравственного направления, склонности к добру или злу, высших способностей ума, чувств и воли»¹⁷.

«Химическая зависимость – это некогда бывший грех у кого-то из предков, ставший болезнью. Это заболевание, если зависимость носит генетический характер», – считает владыка Алексей, архиепископ Орехово-Зуевский, викарий Московской епархии, наместник московского Новоспасского монастыря.

Вопрос о соотношении греха и болезни в проблеме химической зависимости оказывается очень непростым. С одной стороны, грех – это болезнь души. С другой – всякая болезнь есть следствие греха. Но болезнь не может быть оценена с морально-этической точки зрения. Ведь никому не придет в голову обвинять больного с сердечной недостаточностью или с диабетом в том, что он плохо жил, грешил и поэтому Бог послал ему болезнь. Алкоголизм не является следствием только личного греха, хотя это болезнь, которая является следствием греховной природы человека. Алкоголик порой не виноват и не ответствен за свой алкоголизм, но он ответствен за свое отношение к нему и свое выздоровление.

¹⁷ Святитель Лука (Войно-Ясенецкий). Дух, душа и тело. Киев, 2002.

Совместными усилиями

Таким образом, проблема химической зависимости предстает перед нами гораздо более сложной и многоаспектной, чем можно себе представить, а алкоголик или наркоман – не просто безнравственным и распущенным, которому нужно только рассказать о Боге, и все наладится (болезнь не знает ограничений, и не секрет, что среди алкоголиков есть священнослужители), а генетически неблагополучной личностью (часто хорошо сознающей все происходящее и глубоко страдающей) с серьезными духовно-психо-социо-биологическими нарушениями.

Но далеко не все священники – врачи, психологи, социологи. Для ответственной пастырской помощи в этом вопросе нам, священникам, необходимо обладать точной и достоверной информацией по данной проблеме, а также адекватным ее восприятием (открытым умом и открытым сердцем), позволяющим избегать упрощений и стереотипов. Следует остерегаться позиции младостарчества, убежденности, что священный сан чудесным образом заменит весь накопленный опыт человеческих знаний. Священник – не «специалист по жизни», он призван постоянно учиться сам и с уважением прислушиваться к мнению профессионалов по вопросам, не относящимся непосредственно к его пастырской компетенции¹⁸.

«Именно совместные усилия медиков, психологов и священников наилучшим образом способствуют преодолению алкогольной и наркотической зависимостей. Необходима консолидация

¹⁸ О духовничестве. Фонд «Христианская жизнь». Клин, 2001.

усилий Церкви и государственных структур, прежде всего медицинских», – таким видел решение этой проблемы ныне покойный Святейший Патриарх Московский и всея Руси Алексий II.

В России уже давно существует комплексный подход к заболеваниям зависимости от психоактивных веществ, меняющих сознание. Согласно этой методике, ставится задача вначале отрезвить человека и в трезвости помочь ему обрести Бога и Церковь, поскольку для того, чтобы услышать и понять Евангелие, человек прежде всего должен быть трезв.

Двенадцать шагов

Во всем мире программа Двенадцати шагов, созданная Всемирным сообществом анонимных алкоголиков (АА), широко известна.

Сообщество АА возникло в Америке в 1935 году, когда два признавших себя пьяницами человека – Билл Вилсон и доктор Боб – обнаружили, что, общаясь друг с другом, они могут добиться того, на что не были способны в одиночку, – оставаться трезвыми. Оказалось, что если алкоголики встречаются не с целью выпить, а чтобы поделиться опытом и надеждами обретения трезвости, они понимают друг друга на таком глубинном уровне, на котором их не может понять ни лучший друг, ни любящая жена, ни священник, ни хороший врач. Вскоре они пришли к выводу, что их трезвость укрепляется еще больше, когда они делятся своим опытом обретения ее с другими, и уже по прошествии нескольких месяцев в Акроне (штат Огайо)

стала регулярно собираться небольшая группа трезвых алкоголиков.

Люди, от которых как от безнадежных отказались врачи, спасли не только свои жизни. Став основателями сообщества АА, они помогли в дальнейшем обрести трезвость и начать новую жизнь миллионам других людей. Некоторое время спустя члены возникшего сообщества решили описать свой опыт. Книга, вышедшая в 1939 году, называлась «Анонимные алкоголики», так же стала называться и вся организация. Неожиданно эта книга обрела невероятную популярность. В течение нескольких последующих лет алкоголики присоединялись к сообществу десятками тысяч. Сейчас приблизительно в 150 странах АА имеет более чем 100 000 групп и насчитывает в своих рядах свыше 4 000 000 членов.

Основные положения сообщества АА звучат так:

Анонимные алкоголики – это общество, объединяющее мужчин и женщин, которые делятся друг с другом своим опытом, силами и надеждами с целью помочь себе и другим избавиться от алкоголизма;

единственное условие для членства в АА – это желание бросить пить. Члены АА не платят ни вступительных, ни членских взносов. Мы сами себя содержим благодаря нашим добровольным пожертвованиям;

АА не связаны ни с какими сектой, вероисповеданием, политическим направлением, организацией или учреждением; стремятся не вступать в полемику по каким бы то ни было вопросам,

не поддерживает и не выступает против чьих бы то ни было интересов.

Наша главная цель – оставаться трезвыми и помочь другим алкоголикам обрести трезвость.

Постепенно члены сообщества сформулировали свои принципы и правила – сегодня они известны как Двенадцать шагов и Двенадцать традиций.

Стержнем всей деятельности АА является программа Двенадцати шагов (этапов). Она дает представление о том, как основатели АА достигли трезвого образа жизни. Эти этапы по сути являются христианскими принципами. Хотя они настолько просты, что их способен понять даже человек с затуманенным алкоголем сознанием, они в то же время так глубоки, что любой из нас может затратить всю свою жизнь на их осуществление и не исчерпает до конца их духовного потенциала. Вот эти шаги:

1. Мы признали свое бессилие перед алкоголем, признали, что мы потеряли контроль над собой.

2. Пришли к убеждению, что только Сила, более могущественная, чем мы, может вернуть нам здравомыслие.

3. Приняли решение препоручить нашу жизнь и нашу волю Богу, насколько мы Его понимаем.

4. Глубоко и бесстрашно оценили себя и свою жизнь с нравственной точки зрения.

5. Признали перед Богом, собой и каким-либо другим человеком истинную природу наших заблуждений.

6. Полностью подготовили себя к тому, чтобы Бог избавил нас от наших недостатков.

7. Смиренно просили Его исправить наши изъязны.

8. Составили список всех тех людей, кому мы причинили зло, и преисполнились желанием загладить свою вину перед ними.

9. Лично возмещали причиненный этим людям ущерб, где только возможно, кроме тех случаев, когда это могло бы повредить им или кому-либо другому.

10. Продолжали самоанализ и, когда допускали ошибки, сразу признавали это.

11. Стремилась путем молитвы и размышления углубить соприкосновение с Богом, насколько мы Его понимаем, молясь лишь о знании Его воли, которую нам надлежит исполнить, и о даровании силы для этого.

12. Достигнув духовного пробуждения, к которому привели эти шаги, мы старались донести смысл наших идей до других алкоголиков и применять эти принципы во всех наших делах.

Основа движения АА – группы самопомощи

Человеку, впервые в жизни столкнувшемуся с этой бедой, трудно самому найти пути решения. Кроме того, люди, страдающие алкоголизмом или наркоманией, часто скрывают свои проблемы и потому очень одиноки. В группах они могут увидеть, что «здесь такие же, как и они», и открыто поделиться своими переживаниями. Когда объединяется опыт сотен людей, он как бы суммируется и помогает многим. Работая в группе по Двенадцатишаговой программе, человек начинает

понимать, что он живет в мире, где необходимо просить помощи, что он сам нуждается в помощи Бога, Церкви, людей.

Согласно традиции АА, группой могут назвать себя двое или более алкоголиков (или наркоманов), при условии, что как группа они сами себя обеспечивают, не привлекая средства извне.

Члены АА помогают друг другу путем проведения еженедельных собраний, индивидуальных шефских программ и круглосуточной помощи по телефону: они отвечают на звонки выздоравливающих алкоголиков, у которых возник соблазн выпить.

Собрания могут быть двух типов: закрытые – только для алкоголиков, и открытые, где может присутствовать любой желающий. Закрытые собрания позволяют их участникам более откровенно говорить о своих переживаниях, часто болезненных. Хотя многие открытые собрания проходят в форме обсуждения, в большинстве групп принят более строгий порядок проведения этих собраний: обычно они состоят из выступлений одного или более участников, обменивающихся опытом собственной борьбы с алкоголем, самообманом, эгоцентризмом, параноидальными проявлениями болезни и духовным бессилием, а также опытом выздоровления.

Для собраний АА характерны доверительный тон, честность и открытость. Как правило, скрытность и неискренность обнаруживают только те, кто еще не признал свою зависимость от алкоголя. Дружеская атмосфера собраний позволяет участникам вновь ощутить почти потерянное самоува-

жение и надежду на обретение долгожданной трезвости.

Большинство членов АА обнаружили, что регулярное посещение собраний является существенным моментом для поддержания их выздоровления. Новичков поощряют посещать собрания настолько часто, насколько это возможно.

Принципы, обеспечивающие выживание и рост групп, составляющих АА, называются традициями. Двенадцать традиций АА значат для жизни всего сообщества то же, что и Двенадцать шагов для выздоровления каждого алкоголика – члена АА. Они представляют собой наилучшие, основанные на практическом опыте, ответы на вопросы: «Как сообщество АА работает?» и «Каков наилучший способ сохранения единства сообщества АА и его выживания?» Вот эти традиции:

1. Наше общее благополучие должно стоять на первом месте; личное выздоровление зависит от единства АА.

2. В делах нашей группы есть лишь один высший авторитет – Любящий Бог, воспринимаемый нами в том виде, в котором Он может выражать Себя в нашем групповом сознании. Наши руководители – всего лишь облеченные доверием исполнители, они не приказывают.

3. Единственное условие для того, чтобы стать членом АА, – это желание бросить пить.

4. Каждая группа должна быть вполне самостоятельной, за исключением дел, затрагивающих другие группы или АА в целом.

5. У каждой группы есть лишь одна главная цель – донести наши идеи до тех алкоголиков, которые все еще страдают.

6. Группе АА никогда не следует поддерживать, финансировать или предоставлять имя АА для использования какой-либо родственной организации или посторонней компании, чтобы проблемы, связанные с деньгами, собственностью или престижем, не отвлекали нас от нашей главной цели.

7. Каждой группе АА следует полностью опираться на собственные силы, отказываясь от помощи извне.

8. Сообщество анонимных алкоголиков должно всегда оставаться непрофессиональным объединением, однако наши службы могут нанимать работников, обладающих определенной квалификацией.

9. Сообществу АА никогда не следует обзаводиться жесткой системой управления; однако мы можем создавать службы или комитеты, непосредственно подчиненные тем, кого они обслуживают.

10. Сообщество анонимных алкоголиков не придерживается какого-либо мнения по вопросам, не относящимся к его деятельности; поэтому имя АА не следует вовлекать в какие-либо общественные дискуссии.

11. Наша политика во взаимоотношениях с общественностью основывается на привлекательности наших идей, а не на их пропаганде; мы должны всегда сохранять анонимность во всех наших контактах с прессой, радио и ТВ.

12. Анонимность – духовная основа всех наших традиций, постоянно напоминающая нам о том, что главным являются принципы, а не личности.

На индивидуальном уровне анонимность обеспечивает для всех членов АА гарантию того, что о них не станет известно как об алкоголиках за пределами комнат, в которых проходят собрания, что особенно существенно для новичков. Однако в своих личных отношениях с людьми члены АА вольны говорить о себе как о выздоравливающих алкоголиках.

Кроме того, анонимность предполагает новую степень взаимоотношений и общения, которая становится очень похожей на исповедь: *исповедал доброе исповедание перед многими свидетелями* (1 Тим. 6, 12). Через доверие, приятие и сопереживание рождается новый духовный опыт.

«Христианская Церковь говорит нам, что духовность человека подлинна, если человек правильно понял самого себя, свое назначение в мире. Вопрос в том, когда возможно такое правильное понимание. Ответ, заключенный в святоотеческой литературе, таков: лишь тогда, когда человек пытается осмыслить себя в общении с другими людьми, с окружающим миром, а прежде всего с его Творцом – Богом». Программа Двенадцати шагов явилась воплощением в конкретную практику человеческих взаимоотношений заложенного еще в первохристианские времена смысла понятия «терапия» (от греч. *therapetia*) как «совместного служения Богу и друг другу»¹⁹.

¹⁹ Алкоголики о себе. Информационно-издательский центр. Информ Двенадцать, 1997.

Комплексный подход

Когда в США в период Великой депрессии проблема алкоголизма вышла на первый план, представляя угрозу для здоровья всей нации, ее решением стали заниматься на государственном уровне. В штате Миннесота в 50-х годах прошлого века одновременно в трех лечебных учреждениях начали вводить новые программы. Одной из важнейших составляющих Миннесотской модели стала комплексность подхода, отражающая сложность самой проблемы химической зависимости как духовно-психо-социо-биологического заболевания. Были разработаны многоаспектные формы лечения и адаптации, а также профилактические, просветительские, образовательные и координирующие виды деятельности.

Таким образом возникла Миннесотская модель, в основу которой (в сочетании с научным подходом – знаниями, накопленными психологами и наркологами) был положен опыт АА, к тому времени уже хорошо известный и зарекомендовавший себя как наиболее эффективный.

Здесь врачи-наркологи могли снять пациенту абстинентный синдром, психологи – проработать те проблемы, которые прежде заставляли его бежать за бутылкой, консультант по вопросам брака – подсказать, как войти в нормальные отношения с обществом и со своей семьей, социальные работники – проконсультировать, как лучше сориентироваться в жизни после лечения, найти работу или приобрести специальность, священник – помочь задуматься о духовных причинах своей болезни и ответственности за свою жизнь.

В основу деятельности консультантов Миннесотской модели был положен личный опыт. Лица с авторитетом – профессиональные медицинские работники, даже с ученой степенью доктора наук – часто его не имеют. Более того, болезнь всегда ставит между врачом и пациентом барьер. Этот барьер разрушается тогда, когда врач или помогающий имеет такой же опыт болезни, страдания, выздоровления, когда он понимает, что происходит с пациентом.

Комплексность состоит еще и в том, что для такой работы необходимо огромное число обученных специалистов с целевой подготовкой, имеющих по сути дела новую специальность, еще никому не известную, в общих чертах предполагающую консультирование (по разным направлениям) в вопросах химических зависимостей. Подготовка и серьезное обучение таких сотрудников – еще одна часть Миннесотской модели.

Другой важный содержательный элемент этой модели – то, что она предполагает духовный подход. Специалистам, готовящимся здесь работать, рассказывают о программе АА, о природе болезни, о путях выздоровления. Эта деятельность, во всем ее многообразии, составляет единство. Именно это единство дает Миннесотской модели возможность развиваться и решать проблемы на государственном уровне.

Группы для наркоманов, игроков, их родственников

На основе Двенадцатишаговой программы АА была также разработана Программа для анонимных

наркоманов (АН), имеющая общие с АА принципы и традиции. Сегодня АН – одно из самых известных и мощных движений помощи наркоманам во всем мире. В последнее время большой проблемой общества стала еще одна из социальных зависимостей – пристрастие к азартным играм. Так появились группы анонимных игроков, работающие по тем же Двенадцати шагам.

Алкоголизм и наркомания (как и любая зависимость) – семейные болезни, потому что если болен кто-либо в семье, начинает страдать и ближайшее окружение. Родственники, вынужденные жить бедами и проблемами другого человека, приобретают различные невротические реакции и состояния, то есть сами становятся больными, созависимыми людьми. Нередко они уже не могут судить о степени серьезности своих психологических и духовных проблем. Эти люди нуждаются в профессиональной помощи не менее, чем сами алкоголики и наркоманы.

Такую помощь они могут получить в возникших параллельно содружеству АА специальных группах самопомощи для созависимых родственников алкоголиков – Ал-Анон и для созависимых взрослых, детей из семей алкоголиков – Ал-Атин. Для родственников и детей наркоманов это соответственно – Нар-Анон и Нар-Атин. В основе их работы – те же Двенадцать Шагов, которые родственникам химически зависимых людей необходимо проработать самостоятельно. Работа в группе (не исключая так же, как и в АА, возможности индивидуальных консультаций) позволит увидеть

себя и друг друга со стороны, представить проблемы каждого во взаимосвязи; участники группы смогут обсудить и попытаться решить их сообща в присутствии объективной третьей стороны.

Православная Церковь и Двенадцатишаговая программа

Несмотря на беспрецедентный успех АА в излечении алкоголиков, некоторые христиане отказываются признавать эту программу или участвовать в ней по причине ее, на первый взгляд, сомнительной духовности, использования выражений «Высшая Сила» и «Бог, как вы Его понимаете». Они убеждены, что заслуживают доверия только такие программы излечения, которые прямо называют имя Христа, а если этого нет, то истинность подобного лечения сомнительна.

Чтобы лучше понять, что представляет собой программа Двенадцати шагов с духовной точки зрения, рассмотрим отдельно смысл каждого шага.

***Первым шагом** программы является признание своего бессилия перед зависимостью, акт капитуляции через боль. Его нельзя сделать только мысленно. Человек достигает такого уровня отчаяния, при котором он приближается к Богу. Болезнь ставит его на колени. Это смирение, пока еще насильственное.*

***Второй шаг** – шаг поиска. Человек ищет силу, на которую можно опереться. Этот шаг очень важен для атеиста, руководствующегося своей слабостью интуицией. Для верующего это утверждение в вере. Смирение, как и прежде, здесь пока еще горькая похлебка, которую мы вынуждены пить.*

Третий шаг – здесь брезжит свет, поскольку появилась точка опоры. Сейчас человек отдает свою жизнь Богу, без Которого не делается ни один последующий шаг, в каждом из которых за гранью боли и отчаяния происходит таинственная встреча с Богом в самой глубине человеческой души.

Четвертый шаг – это встреча с самим собой. Впервые человек пытается посмотреть на себя не в свете гордыни, а в свете смирения, реальности: что же я есть на самом деле?

Пятый шаг предполагает мужество открыть свои недостатки перед другими, предстать в смирении перед людьми. Этот шаг очень похож на исповедь.

Шестой шаг заключается в том, чтобы найти в себе силу сказать Богу: «Да будет воля Твоя относительно меня, каким мне быть. Пусть Твоя правда восторжествует во мне, пусть во мне отразится Твой образ и подобие, а не моя фантазия».

Седьмой шаг – человек смиренно просит Бога избавить его от недостатков, зная, что сам не сможет этого исполнить.

Восьмой шаг – попытка наладить нарушенные отношения с людьми, стать полноправным членом общества. В четвертом, пятом, восьмом и девятом шагах человек отпускает свое алкогольное прошлое, которое уходит только через прощение. И оно перестает им управлять.

Девятый шаг – возмещение ущерба и прощение, которое человек воплощает в действие. После пятого и девятого шагов у многих ушла алкогольная тяга. В этих шагах преобразуются колоссальные потаенные пласты души.

Десятый шаг – это духовный анализ каждого дня, который проживает человек. Это день, прожитый в свете настоящей духовной трезвости.

Одиннадцатый шаг – это уже осмысленное глубокое сотрудничество с Богом, то, что святой Григорий Палама называл синергизмом. Десятый и одиннадцатый шаги парные. Вообще, ни один шаг не работает в отдельности. Это выстроенная система.

Двенадцатый шаг – это шаг апостольства. Через двенадцатый шаг в человека входит радость. Богу угодно, когда человек помогает другому избежать смерти, то есть стать трезвым. Человек делится опытом трезвости, и это ему самому дает здоровье и трезвость, ибо «отдавая, мы получаем».

Проходя Двенадцать Шагов программы, человек обретает трезвость не только в физическом, но и в святоотеческом понимании – отрезвения как пробуждения, совлечения духовной прелести, самообольщенности, видения себя и своей жизни в истинном свете.

АА помогли миллионам алкоголиков различных религий; алкоголики-христиане могут безо всяких сомнений разуместь под Высшей Силой Господа Иисуса. Неизвестно ни об одном алкоголике, чья вера пострадала бы от духовной программы АА, но есть свидетельства многих христиан, укрепивших свою веру во Христа благодаря общению с христианами – членами АА – и своему духовному росту в соответствии с Двенадцатью шагами.

Новости московского сообщества

Немаловажно отметить те изменения в жизни московского АА, которые произошли за последние

годы. Стали появляться группы, где на собраниях желающие читают молитву «Отче наш». Одна такая группа вот уже два года действует при Даниловом монастыре и, надо сказать, пользуется популярностью.

Дважды почетными гостями открытых собраний АА были архиереи. Собрания группы АА, которые проходили на территории Данилова, посещали архиепископ Истринский Арсений и епископ Егорьевский Марк. Надо сказать, что обе встречи вызвали у архиереев неподдельное сочувствие, после собраний владыка Арсений и владыка Марк более полутора часов беседовали с участниками за чаем.

На открытые собрания двенадцатишаговых групп, которые происходят на территории древнейшей столичной обители, нередко приходят отец наместник, а также другие священники, что тоже, несомненно, укрепляет сотрудничество между сообществом АА и Православной Церковью.

В настоящее время многие священники, почувствовав важность и методическую силу этой программы, открыли на своих приходах группы АА, АН, Ал-Анон и Ал-Атин, чтобы иметь возможность помогать людям, с надеждой обратившимся к Церкви. Уже в течение нескольких лет в Новоспасском и Даниловом монастырях Москвы при активной поддержке наместников – Алексия, архиепископа Орехово-Зуевского, и архимандрита Алексия (Поликарпова) работают группы для алкоголиков и их родственников. Наместники обеих монастырей активно поддерживают движение АА, способствуя передаче опыта сотрудничества в другие храмы.

Группы АА работают в храмах Рождества Пресвятой Богородицы в Старом Симонове, Космы и Дамиана в Шубине, Святителя Тихона Задонского на Ширяевом поле в Сокольниках, Тихвинской иконы Божией Матери бывшего Симонова монастыря, Вознесения Господня на Никитской («Малое Вознесение»).

Уже давно существуют двенадцатишаговые группы в Феодоровском Государевом соборе г. Пушкина под Санкт-Петербургом. Настоятель собора архимандрит Маркел (Ветров) опекает и реабилитационный центр в пригороде Петербурга «Дом надежды на горе» (работающий по Миннесотской модели). За шесть лет работы центра несколько десятков его пациентов, проходивших курс реабилитации, воцерковились; они крестились в Феодоровском соборе.

Летом 2004 года в часовне, построенной при центре, замироточила икона Божией Матери «Неупиваемая Чаша», перед которой молятся пациенты и сотрудники центра. Мироточение засвидетельствовали клирики Государева собора, перед иконой совершили молебен, во время которого мироточение повторилось.

Духовная помощь зависимым

В результате многолетнего сотрудничества Русской Православной Церкви с группами поддержки, прежде всего АА, сделаны определенные выводы:

1. Очень важно, чтобы группы поддержки действовали при православных храмах, тогда участники собраний начинают так или иначе приобщаться к храмовой жизни.

2. Если священник интересуется жизнью группы, молится за нее и по крайней мере один раз в год посещает открытые собрания, участники группы бывают на богослужениях и участвуют в Таинствах.

3. Среди участников групп поддержки, как правило, находится несколько человек, которые стремятся к более тесному общению со священником. Со временем они могут стать активистами группы, церковными людьми, что непременно отразится и на общем духе группы.

Опыт работы самопомощи в храмах показывает, что здесь больные не только выздоравливают, но и становятся верующими, церковными людьми, потому что в программе важнейшую роль играет осознанное стремление человека к Богу. Это очевидная закономерность. Обратившиеся за помощью в сообщество АА с большим желанием идут именно в те группы, которые организованы при православных храмах.

Роль православного священника в такой ситуации трудно переоценить. У алкоголика (наркомана) выбор очень жесткий: либо он лечится, либо умирает. Другого выхода болезнь не оставляет, прихварывать алкоголизмом невозможно. Обращаясь к программе АА, человек выбирает жизнь.

Очень важно помочь выздоравливающим понять христианскую сущность этой программы, духовно правильно сориентировать их, помочь почерпнуть в вере надежду на исцеление. Если православный священник станет активным миссионером, хорошо разбирающимся в природе болезни, и сможет ответить на вопросы человека так, что

тот уверует, воцерковится, Православная Церковь обретет новых чад, чей духовный опыт будет опытом подлинно христианского преобразования.

Многие алкоголики ищут у священнослужителей духовного руководства как до, так и после присоединения к АА. И здесь возникают очень важные вопросы: возможно ли сотрудничество Православной Церкви и содружества АА? Если да, то на каких принципах? Как именно Церковь может помочь человеку, обретшему первый опыт трезвости в программе АА?

Принципы взаимоотношений Церкви и содружества АА, учитывая особенность нашего времени, должны основываться на равноправных началах, взаимоуважении и доверии. Священникам-миссионерам постатеистического периода необходимо обладать чувством реальности, особой пастырской деликатностью и смиренным восприятием своей миссии, ненадмеванием, чтобы здоровое сотрудничество не превратилось в контроль, а проповедь – в навязчивость.

Наше общество отнюдь еще не христианское, очень больное, главный же принцип врача – «Не навреди». В работе со столь специфическими больными, как алкоголики, наркоманы, а также с людьми, страдающими от других зависимостей, православному священнику важно помнить, что главная цель его делания – исцеление человека, а не пропаганда даже самых лучших в мире идей. Отношения священника и пациента должны строиться на уважении свободного выбора и достоинства личности.

Бог бывает гораздо снисходительнее к человеку, чем Его ревностные служители, Он умеет говорить с людьми на их языке, когда Его язык для них слишком труден. «Бог уважает человека, Бог оставляет свободным человека, который порой отказывается от Него. Но Бог ждет этого человека и продолжает его любить. Мы, священники, должны показать, как Бог любит человека. Мы должны показать это алкоголику», – говорит Алексей, архиепископ Орехово-Зуевский.

Игумен Иона (Займовский)

**«МЕТАНОЙЯ» – ПРОГРАММА
ПОМОЩИ СТРАЖДУЩИМ
ПРИ ДАНИЛОВОМ МОНАСТЫРЕ**

Не руководить, а сотрудничать

Меня давно интересовал опыт помощи алкоголикам и наркоманам сообщества анонимных алкоголиков. Я глубоко убежден в том, что для преодоления химической зависимости человечество пока ничего лучше не придумало, чем группы взаимной поддержки анонимных алкоголиков. Особенность их работы такова, что они не нуждаются в каком-то особом кураторстве. Этого не позволяет сама структура группы. Наркология, психиатрия, психология – дело профессионалов, и, на мой взгляд, священнику, не обладающему соответствующими знаниями или особым духовным опытом, не нужно пытаться руководить этими тяжело больными людьми.

С другой стороны, очень хорошо, когда они на виду – например, когда группа действует при храме, – потому что тогда, выздоравливая, они неизбежно потянутся в Церковь. Из опыта я знаю и то, что если священник несколько раз в год приходит на открытое собрание группы, то анонимные

алкоголики бывают очень признательны за то, что их принимают, понимают, за то, что, несмотря на их болезнь, их не отвергают, не считают людьми третьего сорта. Надо сказать, что среди «анонимных» очень много людей достойных, успешных в социальном плане, и я уверен в том, что их сообщество – золотая жила, которую Церковь пока не использует.

Создавать группы можно было бы при многих храмах, но, увы, это не так просто. С больными людьми нужно уметь выстраивать отношения. Например, мне пришлось выгнать из Молодежного центра при Даниловом монастыре, на территории которого действуют группы взаимной поддержки, игроков, так как они начали воровать. Руководитель центра игумен Иоасаф (Полуянов) расстался с группой «Преображение», оставив только ее маленькую часть, потому что члены группы вели себя очень недостойно. Должно было пройти время, прежде чем я понял, что с зависимыми людьми необходимо очень четко и твердо определять границы общения (например, заключать письменные договоры, не пренебрегать системой выговоров и исключений). Положительным в этом смысле примером может служить группа «Лоза», действующая в настоящее время при Даниловом монастыре. Ее организовал человек с двадцатилетним сроком трезвости. Люди говорят о ней, что она не похожа на другие группы и представляет собой нечто удивительное.

Нежелание трезветь прячется за внешней религиозностью

Особенностью работы групп самопомощи (таковы традиции сообщества) является то, что в

группах не принято говорить о религии, о Церкви. Сообщество нерелигиозно, нецерковно. Здесь говорят только о собственном выздоровлении. Думаю, что такая традиция была положена в основу работы групп для того, чтобы уйти от религиозных споров, которые отвлекали больных, химически зависимых, от главной цели. Но очевидно для меня и то, что, проходя Четвертый и Пятый шаги, люди начинают тянуться к Церкви. Заполнив, как положено по программе Двенадцати шагов, графу «Мои недостатки» (читай: «Мои грехи»), люди часто приходят ко мне, и говорят: «Батюшка, мы хотели бы прийти на генеральную исповедь», – и становятся церковными. У них появляется интерес к Таинствам. Не к обрядовой стороне, а именно к глубинной жизни Церкви.

Книга «Анонимные алкоголики» рекомендует на определенном этапе трезвости примкнуть к традиционной религии. В России это – Православие. И мне лично, конечно же, хочется помогать людям воцерковляться более активно, чтобы иметь возможность указывать им на духовные проблемы. Но есть и другая проблема, когда за внешней религиозностью, точнее будет сказать – обрядовостью, человек прячет свое нежелание выздоравливать. Подобные манипуляции широко распространены среди православных.

Программа для православных?

Программа «Метанойя» родилась благодаря коллективному труду единомышленников – выздоравливающих алкоголиков с большими сроками трезвости и их родственников. В переводе

с греческого слово «метанойя» означает покаяние, изменение ума, перемена сознания. Поначалу мы выслушали много замечаний по тому поводу, что слово это – длинное, непонятное и ассоциируется со словом «паранойя». Но постепенно к нему привыкли, как привыкли и к тому, что в нескольких группах в Москве перед началом собрания стали читать молитву «Отче наш». А ведь первую такую группу сообщество восприняло с большим скандалом. Но сейчас уже никто не возражает против этого.

Как известно, сама программа Двенадцати Шагов, на основе которой строит свою работу сообщество анонимных алкоголиков, родилась из Евангелия, но нам хотелось адаптировать ее к Православию, сделать приемлемой для церковных людей, которые к нам приходят. Мы не имеем непосредственного отношения к анонимным алкоголикам. Ведь сама по себе Двенадцатишаговая программа никому не принадлежит, ее никто не узурпировал. Ее только используют как ее создатели – анонимные алкоголики, так и анонимные наркоманы, их родственники – Ал-Анон, Анонимные Игроки и др. Копирайта на программу нет. Однако программу «Метанойя» все-таки можно назвать авторской православной программой, которую мы создали вместе с коллегами. Некоторые элементы мы взяли из опыта работы по программе групп самопомощи, но у нас есть и свои особенности.

«Метанойя» преследует сразу несколько целей. Первая – катехизационно-христианская. Я ориентирую участников собрания на частое Причастие, частую Исповедь. Все они молятся дома,

читают Священное Писание. И все понимают, что это действительно им нужно. Мне и самому не хватает программы, когда я бываю в отпуске, и от людей я слышу, что им ее тоже не хватает. Мы вместе читаем Евангелие, я говорю о Православии, о Боге, о Таинствах и, наконец, о выздоровлении, потому что к нам приходят именно с проблемой алкоголизма. И мы всем рекомендуем выздоравливать в двенадцатишаговых группах.

Еще раз напомним, что сообщество анонимных алкоголиков и программа Двенадцати шагов – это все-таки не одно и то же. Анонимные алкоголики – это сообщество, объединяющее мужчин и женщин, которые на собраниях групп делятся своим опытом борьбы с болезнью алкоголизма. Это самостоятельное сообщество, такое же, как сообщества анонимных наркоманов, анонимных игроков и др. Все они не связаны ни с Церковью, ни с политическими организациями и никому не подчиняются. В них нет лидеров. Также и программа «Метанойя» – отдельная группа, которая подчиняется Данилову монастырю. Я – насельник Данилова монастыря. Собрания группы проходят на территории Патриаршего центра духовного развития детей и молодежи при нашей обители.

Милосердные самаряне

Двенадцать шагов создатели программы заимствовали из Нагорной проповеди Христа, а сама идея сообщества анонимных алкоголиков родилась из евангельской притчи о милосердном самарянине. Священник сказал израненному, истекающему кровью человеку: «Ты грешник» – и

прошел мимо. Левит (читай: психолог или врач) сказал: «Ты слабовольный человек, тебе надо волю укреплять» – и тоже не задержался рядом с умирающим. А несчастный продолжал лежать в крови, в собственных нечистотах... И только милосердный самарянин, сам отверженный иудейским обществом человек, обвязал раны больного и сказал ему: «Я такой же, как и ты. Я, как и ты, умирал, но теперь я здоров, жив, счастлив! Хочешь последовать моему примеру?»

Все мы знаем из личного опыта или из опыта близких нам людей о том, что алкоголики и наркоманы никому не нужны, ими никто не хочет заниматься. Но выздоравливающие алкоголики, эти милосердные самаряне, уцелевшие после смертельной болезни, ходят в наркологические больницы, потому что им самим это нужно, чтобы оставаться трезвыми. Такая вот особенность. Им это выгодно, чтобы укреплять и поддерживать свою трезвость не только на физическом, но и на духовном уровне. Почему это происходит? Это тайна, и объяснить ее ни с какой другой точки зрения, кроме как с христианской, невозможно.

Почему, когда мы подаем милостыню другим людям, нам становится так хорошо? Прежде всего потому, что мы приближаемся ко Христу. Человек, помогая ближнему, отдает и получает одновременно. Это всеобщий закон Христа. «Будьте милосердны, как милосерден Отец ваш Небесный», – говорит нам Святое Евангелие. В нашем случае это происходит очень предметно: помощь другим алкоголикам помогает человеку оставаться трезвым. Он получает такие мощные позитивные импуль-

сы, которые помогают ему ощущать себя трезвым в самом высоком смысле слова. А кроме того, когда один алкоголик помогает другому алкоголику, уходит тяга к спиртному. Думаю, что это – подарок от Бога алкоголикам.

Как проходят собрания

Обычно к нам на собрание группы приходят от 40 до 50 человек. Это предел, который может вместить наше помещение. Добрая половина этих людей потом обычно приходит ко мне на исповедь. Они просят, чтобы их не только исповедовали, но и побеседовали с ними, хотя бы кратко.

На собраниях группы, которая проходит в рамках программы, мы вместе читаем перед иконой молитву о душевном покое. Мне дал эту молитву отец Иоанн (Крестьянкин). Молитва эта христианская, но авторство ее, к сожалению, неизвестно. Его приписывают разным святым – и Фоме Аквинскому, и Августину Блаженному... По духу она напоминает молитву Оптинских старцев.

После молитвы представляются наши волонтеры, которые трудятся на контактном телефоне, затем – все участники группы. Представляясь, человек называет свое имя и формулирует запрос. В большинстве случаев даже это для него является проблемой. Например, муж-алкоголик приходит вместе с женой, и она говорит: «Мы пьем», – хотя сама и не является алкоголичкой. Мы рассаживаем их подальше друг от друга, они при этом очень расстраиваются. Далее я читаю евангельский отрывок на русском языке, который будет звучать в храме на следующий день, в воскресенье, и предлагаю

минуту помолчать и подумать. После паузы читаю Евангелие еще раз, так как слушатели сами просят читать Евангелие дважды.

Далее мы предоставляем собравшимся возможность высказываться и особо просим, чтобы люди говорили о себе – не теоретизировали, не обобщали, не занимались нравоучениями (мы оставляем эту привилегию за собой). Какие-то элементы мы берем из методики групп самопомощи сообщества анонимных алкоголиков и делаем это намеренно, чтобы человеку легко было посещать и эти группы. Человек откровенно высказывается о своей проблеме: «Я – алкоголик» или «Я – жена алкоголика». Когда человек начинает уклоняться, я звоню в колокольчик и прошу его говорить только о себе.

На самом деле все эти элементы, которые мы позаимствовали у групп самопомощи, анонимные алкоголики переняли из домашних христианских групп. Участникам ведь не нужно, чтобы священник читал им проповеди, для них важен личный опыт: как у тебя в сердце отозвались слова Христа и как они связаны с твоим выздоровлением или невыздоровлением. Я заметил, что на собраниях нашей группы от раза к разу высказывания становятся все более сильными. Не так давно женщина, высказываясь после прочтения притчи о милосердном самарянине, прямо-таки начала цитировать митрополита Антония Сурожского. Но на мой вопрос, читала ли она труды митрополита Антония, она ответила, что сама дошла до этих мыслей. После собравшихся высказываемся я и мой сотрудник – психолог. Мои высказывания – это беседа-проповедь; психолог проводит небольшой тренинг.

Мы стараемся, чтобы наша программа развивалась, – приглашаем специалистов, которые смотрят на все происходящее со стороны и подмечают недочеты и ошибки, мы отменили традиционный для подобных собраний чай, который имеет место в группах самопомощи.

Я, наверное, не профессионал в этой области, но все-таки десятый год занимаюсь этой проблемой. Я проходил обучение за границей и в России, несколько раз с этой целью был в Америке, изучал опыт Польши, окончил школу консультантов в московской организации «Старый Свет». К сожалению, в настоящий момент даже в Москве не так много священников, которые бы специально изучали проблему химической зависимости. Вот почему группы самопомощи остаются незаменимым подспорьем для алкоголиков, наркоманов и их близких. Для того чтобы эти группы существовали, не нужно обязательного личного участия священника или специально обученного психолога. Они самодостаточны, а помощь их эффективна. Необходимо только правильно заключить договор с выздоравливающими алкоголиками, чтобы они прилично себя вели, если будут собираться при храме.

Записала Екатерина Орлова

Собрания группы «Метанойя» проходят с 14.00 до 16.00 по субботам в актовом зале Патриаршего центра духовного развития детей и молодежи, что напротив Святых врат Данилова монастыря. Три раза в неделю – по средам, четвергам и пятницам с 19.00 до 22.00 – на контактном телефоне работает волонтерская группа. Тел. 8-926-2101798.

мирянин Александр

ПУТЬ ДВЕНАДЦАТИ ШАГОВ

Обретение трезвости

Дивны дела Твои, Господи!

О чем только не мечталось с юности автору этих строк... Образованному, здоровому, общительному, любознательному. Энергично шагавшему по жизни. Успешному! Разве что не мечталось и не планировалось – спиться, рухнуть в алкогольный кошмар со всеми сопутствующими ему атрибутами: безудержной тягой, неуправляемостью, запоями, разрушением жизни и потерей каких бы то ни было интересов, унижениями, безнадежностью, унынием, нежеланием жить...

Не мечталось и о том, что последние восемнадцать лет основными компонентами жизни станут Православие и избавление от алкоголизма. Эти восемнадцать лет автор выздоравливает в Сообществе анонимных алкоголиков (АА), то есть идет по пути Двенадцати шагов, более четырнадцати лет из них не берет в рот спиртного. В 2004 году, одновременно с замечательной книгой его доброго знакомого, игумена Ионы (Займовского) «Сладкий плод горького древа» [1], в издательстве «Даниловский

благовестник» вышла и его собственная книга – «Выход есть!» [2]. Приблизительно в то же время автор был приглашен на работу в государственную реабилитационную программу для химически зависимых, использующую методологию Двенадцати шагов, где и трудится в настоящее время.

Что же главное в этих восемнадцати годах? Обретение трезвости и с ней – обретение совершенно новой жизни. Конечно, не без трудностей и проблем, но – сознательной, осмысленной и относительно свободной (ибо полное освобождение – в полном же освобождении от грехов и страстей). Жизни в принципе простой, хотя и в рамках определенных благих правил и ограничений. Какие это правила? Заповеди Божии и рекомендации программы Двенадцати шагов (отметим сразу – нисколько не противоречащие Заповедям). И Заповеди, и рекомендации – известны, и те и другие содержатся, соответственно, в Священном Писании и базовых книгах анонимных алкоголиков. Другое дело – не только знать, но и углублять знание, понимание Заповедей и рекомендаций, а главное – исполнять их, жить по ним. Эта задача – отнюдь не простая.

У пытливого православного читателя сразу может возникнуть несколько, может быть даже возмущенных, вопросов. «Ставить рядом Заповеди Божии и рекомендации каких-то анонимных алкоголиков? Да и вообще ставить рядом христианство, Православие и сообщество анонимных алкоголиков, с его программой Двенадцати шагов? Ладно уж те, кто далек от веры в Бога, не знаком с Православием... Что с них взять? Пусть ходят

к анонимным алкоголикам, чтобы бросить пить. Может быть, поможет. Да и то... А православному-то, да еще воцерковленному человеку зачем анонимные алкоголики и программа Двенадцати шагов?» Возможны и более резкие варианты: «Опять нам навязывают Двенадцатишаговую программу! Русскому православному сознанию чужды эти подходы, родившиеся в недрах западного секулярного общества и опирающиеся на протестантизм».

Сколько раз приходилось сталкиваться с различными критическими мнениями противников программы Двенадцати шагов! И воочию, и в публикациях. Еще до выхода в свет книг отца Ионы и автора. На чем были основаны эти мнения? На вполне понятных незнании и непонимании. Но упомянутые книги и родились при благом содействии издательства «Даниловский благовестник», чтобы познакомить общественность, в первую очередь православную, с программой Двенадцати шагов. Чтобы ответить на вопросы, развеять недомыслия. И они, конечно, сыграли свою роль: изменилось мнение некоторых священников, а главное, пошли, вздохнув с облегчением, православные, пораженные недугом алкоголизма, спасаться от него в программу Двенадцати шагов. Потому что поняли **самое важное – программа настолько гибкая, что позволяет наполнить ее в сознании человека любым содержанием, в том числе, конечно, и православным!**

Но противники программы Двенадцати шагов снова и снова приводят прежние доводы, собирают круглые столы, обращаются к Священноначалию с требованием запретить, изгнать... Опять не-

знание и непонимание? После выхода двух книг? Да в православном издательстве! Незнание? Непонимание? Или нежелание знать и понимать? Нежелание разбираться. И самое ужасное – это опять забвение простой истины, что **цена вопроса – жизнь тысяч людей, попавших в капкан алкоголизма и наркомании, а также – жизнь их близких.**

Несомненно, в Православии – вся полнота Истины! И автору, принявшему крещение в достаточно зрелом возрасте, за десять лет до прихода в программу Двенадцати шагов, это хорошо известно. Как и то, что Бог может все, но, несмотря на всеисилие Божие, проявляющееся особенно в удивительных чудесах (автор был свидетелем таких чудес), пути Господни неисповедимы. И жизнь православного христианина – это не пассивное ожидание чуда, а жизнь церковная (ибо без Церкви нет спасения) и немалые труды. Но до настоящего воцерковления и осознания необходимости полной православной жизни еще надо дожить. Пройти определенный путь. Это сейчас автор робко надеется, что благодаря помощи Божьей и своим скромным усилиям его можно отнести, да и то – с большой натяжкой, к тем 5–10 процентам наших сограждан, которые стараются жить полной православной жизнью, а не только к тем 70–80 процентам, которые позиционируют себя как православные. Но так было не всегда.

Обращение к Богу, собственные усилия и труды... А оценивает все: и степень обращения, и полноту его, и горячность, и искренность, и так называемые труды – Сам Господь Бог. И никто иной!

И нет никаких «нормативов» и «критериев», кроме того, что содержится в Священном Писании и соответственно – в творениях святых отцов да примера тех, кто прошел или пока идет этим путем. Тех, кто, как святые отцы и им подобные, победил. И не менее важного примера тех, кто пока далек от победы... Но – Богу ведомо!

Восемнадцать лет выздоровления в программе Двенадцати шагов многое вместили. Тысячи рассказов разных-разных людей! (А кто только не приходит на собрания анонимных алкоголиков – представители практически всех слоев населения!) Тысячи рассказов и о своих мытарствах в алкоголизме, и, главное, – о своем опыте выздоровления. О своих проблемах уже в трезвости (такое тоже бывает), о своем опыте работы по программе и выполнения ее рекомендаций, опыте избавления от ложных представлений о самом себе и истинного, без прикрас, самопознания. А самое главное – о своем опыте обретения Бога и избавления, с Божьей помощью, от грехов, страстей, негативных черт характера, недостатков, негативных стереотипов в отношениях с другими людьми. И соответственно – о своем опыте освобождения!

Все это – бальзам на душу истинно православного человека, да только совсем не за этим поначалу приходят в сообщество анонимных алкоголиков. Приходят настрадавшиеся из-за своего пьянства люди, измученные, порой доведенные до отчаяния. Приходят за трезвостью. А если точнее – за избавлением от страданий. За духовно-нравственным совершенствованием никто в АА не пойдет, тем более православные. И благополучные,

вернее – осознающие себя благополучными – не пойдут. А словесная формула «благополучия» давно известна: «Все нормально». Или еще лучше: «Все более-менее нормально». Эти универсальные формулировки могут быть приправлены еще кое-чем: «Я сам знаю. Отстаньте от меня. Не учите меня жить».

Кто приходит за помощью

Так кто же приходит в АА? Как было отмечено выше, приходят те, кто вдоволь настрадался из-за своего пьянства (каждый по-своему). Это условие – необходимое, но, увы, не достаточное. Если бы все те, кто разрушает свою жизнь и жизни своих близких, чья жизнь постепенно переполняется проблемами практически во всех областях и превращается в мучение, если бы эти несчастные после какого-то характерного для всех алкоголиков жизненного катаклизма вдруг обратились за помощью! Да только нет такого «характерного» катаклизма или порога страдания, как нет предела в беспредельности человеческого падения.

Увы! Как говорят в АА: «У каждого – свое дно!»

Что же еще нужно для того, чтобы обратиться за помощью? Необходимо осознание, хотя бы

Страсть требует утолнения. И водимый страстью прилагает усилия к ее утолнению. Ослепленный безумием, он насыщает страсть, думая тем получить успокоение. Но вместо этого получает помысел еще более крепкий, а жажду еще более невыносимую. Не имея желаний и сил сопротивляться, страждущий погружается в тину страсти, совершенно теряя все жизненные силы.

**Священник Михаил
Труханов**

частичное, главной проблемы. Той, что порождает другие многочисленные проблемы, неприятности и страдания. Необходимо осознание того, что употребление вышло за рамки общепринятого, переросло в злоупотребление и даже в пьянство, то есть в безудержное употребление по поводу и без повода, переросло в такую дружбу с алкоголем, которая обернулась капканом, кабалой и бедой.

До полного осознания еще далеко, тем более очень далеко до признания своего алкоголизма. И уж совсем далеко до понимания необходимости полного отказа от алкоголя как главного условия выживания. Даже частичное осознание – задача очень непростая. Что препятствует? Знаменитое алкогольное «отрицание», так хорошо известное специалистам в области химических зависимостей. Отрицание, приводящее в замешательство родных и знакомых, многоликое, упорное, изощренное. Попробуйте спросить алкоголика – почему он пьет. Вы получите тысячу объяснений и оправданий, поразительным образом переставляющих причины и следствия: проблемы в семье, проблемы на работе, проблемы со здоровьем, проблемы во взаимоотношениях с людьми и т. д. и т. п. Конечно, всевозможные проблемы, с точки зрения алкоголика, – причины, а не следствия пьянства. То, что отнюдь не все в подобных обстоятельствах пьют «по-черному», вообще не рассматривается. Само пьянство как таковое не только оправдывается, но всячески преуменьшается и даже, вопреки очевидности, отрицается вовсе.

Отрицание пьянства, тем более алкоголизма, – вполне естественная защитная реакция. Как же не

защищать самое дорогое! Неестественно другое – защищать то, что разрушает саму жизнь. Но такова, увы, природа алкоголизма, да и вообще любой зависимости, с которой сроднился организм зависимого человека. Окружающие-то всё-всё видят, но не хочет видеть, не видит и не понимает, притом порой совершенно искренне, сам зависимый.

Окружающие пытаются помочь, пытаются донести свое видение до пропадающего на их глазах человека. Но эти попытки часто приводят лишь к обидам, отчуждению, даже агрессии. Или к очередному витку изворотливости и лжи. **Заметим, кстати, что даже самую «благую весть» еще надо уметь донести, тем более – донести до алкоголика отнюдь не благую весть о его алкоголизме. Требуется и такт, и выдержка, и любовь. Требуется, наконец, знание, основанное на понимании природы алкоголизма, знание о форме донесения информации, убедительных доводах, выборе подходящего времени и места... Этому тоже надо учиться.**

Но информация извне (даже самая неказистая: в виде ругани от жены или грубой выволочки от начальства) и прогрессирующий алкоголизм изнутри (и, соответственно, – прогрессирующие неприятности и страдания) делают свое дело – заставляют бедного алкоголика признать наличие «некой проблемы». И как же он ее решает? Обращается к специалистам? Отнюдь нет. Сначала пытается решить проблему сам. Это может продолжаться долго, бесконечно долго. Какие только ухищрения не изобретаются, чтобы бросить пить! Вернее, сначала – не бросить пить, а научиться

пить в меру, как когда-то раньше. Ухищрения ухищрениями, но алкоголизм неумолим – бросить пить не удастся. Постепенно в сознание алкоголика закрадывается убийственная мысль, что он бессилен, что он не в состоянии одолеть пьянство. Не в состоянии САМ одолеть пьянство! Поистине трагическое открытие. Но... Если бы знал бедный алкоголик, что он – на пороге спасения! Только теперь он готов обратиться за помощью!

Остановимся на минуту. У читателя может сложиться впечатление, что страдания, потери, жизненные катаклизмы в сочетании с информацией извне, тем более грамотной и выверенной, обязательно приводят алкоголика к осознанию проблемы и попыткам решить ее. Приводят, но отнюдь не всех. Так же, как отнюдь не все, осознавшие в какой-то степени проблему и собственное бессилие перед ней, обращаются за помощью. Предостаточно и непреклонных, кого не прошибить никакими страданиями и никакой информацией. Немало и страдальцев, которые многое осознают, но продолжают с маниакальным упорством убивать себя, упорно бубня: «Пил, пью и буду пить».

В чем дело? В том, что алкоголизм – сложное заболевание, как говорят специалисты – биопсихосоциодуховное. На языке Православия – страсть. И одно не противоречит другому: и страсть, и заболевание одновременно, – коверкающие и берущие в плен душу человеческую. Да в такой плен, что даже самые значимые мотивации: спасение жизни, а для верующих спасение души – иногда перестают действовать.

Автору неоднократно приходилось сталкиваться с отсутствием мотивации на освобождение из алкогольного плена и соответственно – с нежеланием обращаться за помощью. Возможно, они замешаны на глубинном неверии в избавление и в невозможности представить, именно для себя, жизнь без алкоголя, тем более жизнь, кардинально лучшую. Это особенно характерно для пожилых людей, а также для тех, кто слишком много потерял в жизни, например обездоленных обитателей приюта для бездомных, в котором автору довелось работать. Но не только. Поразительным образом алкоголизм иногда стирает (или почти стирает) мотивацию и у молодых, отнюдь не бездомных людей.

Но Бог милостив! Вызволяет из капкана. Дарует и мотивацию, и желание бросить пить, и новую жизнь. Пожилым, некоторым пациентам в приюте для бездомных, тем более – молодым. **Что же помогает? Как раз вступление на путь Двенадцати шагов и соответственно – обретение системы, наполненной архиполезной для алкоголика информацией и благими примерами, обретение доброжелательных единомышленников и комфортной среды. И самое главное – обретение не просто системы, неназойливо подталкивающей алкоголика к пониманию себя и исправлению, но и предлагающей в этом непростом процессе в качестве главного помощника Высшую Силу, Бога.**

Из книги «Анонимные алкоголики»: «Наша дилемма заключалась в недостатке силы. Нам нужно было найти силу, которая будет вести нас в жизни, и эта Сила должна быть более могущественной, чем

что-либо, чем мы обладаем. Это совершенно очевидно. Но где и как найти такую Силу? Как раз об этом и написана эта книга. Ее основная цель – помочь вам найти Силу, более могущественную, чем что-либо, чем вы обладаете, которая решит все ваши проблемы. ...Из этого следует, что мы будем говорить о Боге» [3].

В пространстве АА много удивительных примеров, вот один из них. Два года назад автору через своего друга в АА посчастливилось познакомиться с собратом по выздоровлению из Пскова. Желание бросить пить пришло к нему в 67 лет! Несмотря на возраст, он пробился в одну из самых известных реабилитационных программ на основе Двенадцати шагов – «Дом надежды на горе» под Санкт-Петербургом, прошел ее и хотя не сразу, но обрел устойчивую трезвость. Сейчас ему 77 лет, он давно не пьет, воцерковлен, живет полной православной жизнью и продолжает активно участвовать в жизни АА. Своей энергией и, главное, радостным состоянием духа в дарованной ему свыше новой жизни он намного превосходит как автора этих строк, так и многих его так называемых здоровых знакомых.

Но вернемся к готовности обратиться за помощью. Обладает ли алкоголик всей полнотой информации о своем многокомпонентном заболевании? Конечно, нет. Готов ли принять помощь, связанную с его личным участием в процессе выздоровления? Не каждый готов. К кому он обращается и что им движет? Движет в первую очередь желание избавиться от алкоголизма как можно проще, быстрее и без лишних хлопот. И

еще (скорее всего, он этого не осознает) – желание переложить ответственность за свое выздоровление на кого-нибудь другого.

На кого же перекладывается ответственность? Хорошо, если на Господа Бога, Церковь, священников, врачей. А то ведь и на откровенных шарлатанов, берущихся решить любую проблему (за деньги, конечно), на экстрасенсов, магов и колдунов. К сожалению, печатные издания переполнены их рекламными объявлениями. А людей, даже хорошо образованных, прекрасно разбирающихся во всевозможных технических новинках, но совершенно невежественных в вопросах духовных, в наше время предостаточно.

Да и перекладывание ответственности, даже на Господа Бога, тем более – на людей, без собственных усилий и трудов, проблемы алкоголизма не решает. Хрестоматийная истина «На Бога надейся, а сам не плошай» (понимаемая, к сожалению, иногда искаженно: «На Бога надейся, а живи по своему») как раз и призывает к определенному выбору и необходимым трудам. Более того, предполагает определенный образ жизни. Стоит ли говорить, что об этом вряд ли подозревает неофит, делающий первые робкие шаги внутри церковной ограды? И не каждый к этим трудам готов, и не каждому они по силам, тем более измочаленному своим недугом алкоголику.

Православный алкоголик

Конечно, Бог помогает. Не всегда видимым образом и сразу, «промедление» может длиться годами (в том числе и в АА). Но иногда – немедленно

(на что мы так любим требовательно уповать). Помогает. Однако собственные труды рано или поздно прикладывать все равно придется.

Моему доброму знакомому в АА, когда-то погивавшему от пьянства и на ту пору неверующему, Бог помог сразу. После посещения Серпухова и слезного прошения у иконы «Неупиваемая Чаша» – как отрезало. Ни тяги, ни мыслей о выпивке. Конечно, чудо даром не прошло – мой зна-

Против вина не показывай себя храбрым, ибо многих погубило вино. (Сир. 31, 29)

комый не только уверовал, он стал священнослужителем. Но через восемь лет безмятежной жизни выпивки возобновились и быстро стали превращаться в пьянство.

К счастью, на ту пору уже вышли упомянутые выше книги [1, 2], мой знакомый стал посещать собрания анонимных алкоголиков, в свою меру трудиться по программе Двенадцати шагов, естественно, наполняя их православным содержанием, и уже несколько лет не пьет. Слава Богу!

Похожий путь и у тех членов АА, которым Бог по Его неведомому Промыслу сразу даровал трезвость без алкогольной тяги, без срывов, практически без трудов, не считая регулярного посещения собраний АА. Но рано или поздно, иногда через годы устойчивой трезвости, наступает такой момент (депрессия, полоса всевозможных кризисов, тяга к спиртному, недовольство жизнью уже в трезвости, предсрывное состояние или даже срыв), когда выздоравливающий в АА алкоголик начинает, наконец, по-настоящему работать по программе Двенадцати шагов.

Что касается судьбы православного алкоголика, то она особенно трагична. (Само словосочетание «православный алкоголик» – резкое, но правдивое – может повернуть слезу у понимающего и чувствительного человека.) Трагична судьба любого алкоголика, но у православного к «обычным» мукам: похмелью, хронической разломанности организма, снижению работоспособности, провалам в памяти, унижениям, конфликтам, проблемам во всех областях жизни, потере самоуважения и уважения окружающих, безмерному одиночеству, чувству вины и т. д. и т. п. (можно продолжать и продолжать) – прибавляются особые муки. И обостренные муки совести, и недоумение по поводу затягивающегося благого Божьего вмешательства, недоумение, доходящее до уныния, разочарования, ощущения богооставленности. И пронзительное состояние развала, краха, катастрофы не только физической, но и духовной, ощущение прогрессирующей неспособности справиться со своими обязанностями – семейными, служебными, обязанностями православного христианина...

А стыд и постоянное чувство вины от содеянного в запоях! Ведь алкоголизм-то ярко отличается от других хронических заболеваний, вроде язвы желудка, тем, что тесно связан со множеством грехов и безобразий. (Любому обывателю известно, сколько может наворотить пьяный, поэтому и не желает общественное сознание воспринимать алкоголика просто как очень больного человека.) А как со всем этим жить, как надеяться на помощь Божию? Только и остается сокрушенное: «Господи, помилуй!» Ни на что другое сил просто нет!

Нет сил спасаться

Это трудно, почти невозможно понять. Как это – нет сил спасаться? Не испытывавшему трудно представить эту специфическую алкогольную немощь, может быть так же трудно, как молодым и

Можно подходить к этим явлениям с двух позиций. Если их рассматривать с медицинской точки зрения, то это болезнь, с духовной – это бесоодержимость. Прежде всего, я считаю, это бесоодержимость, как любая страсть. Человека, который любит выпить, – пусть его еще никто не считает алкоголиком, но он очень любит выпить, – его уже посетит бес. И бес его не оставит, пока человек не обратится за Божией помощью, в противном случае бес в него вселится. Любой грех – это болезнь. Я бы рассматривал алкоголизм и наркоманию как духовное повреждение организма: грех – болезнь – смерть.

**Игумен Валерий
(Ларичев)**

энергичным представить немощь старческую. Это трудно было понять когда-то моему крепкому православному другу, который на все мои стоны сурово отвечал: «Ты не прикладываешь необходимых усилий». Он был прав. Теоретически. Как представить, что нет сил читать воодушевляющие книги (а набор их хорошо известен любому православному христианину: Священное Писание, творения Святых Отцов, каноны, акафисты), нет сил регулярно исповедоваться и причащаться, нет сил годами снова и снова вываливать священнику одно и то же на исповеди, нет сил отстаивать церковную службу, тем более ездить в паломнические поездки по святым местам, нет сил молиться. Тем более нет сил и желания кому-то что-то объяснять (впрочем, желание встретить всепонимающую родственную душу всегда остается).

А так... Кому захочется разбираться в хитросплетениях чужой алкогольной жизни? Кто это поймет? И не принято у православных говорить о своих грехах, тем более выворачивать наизнанку свою исковерканную душу; только – перед священником. А без покаянной, глубокой, направленной душевной инвентаризации и, соответственно, избавления от душевного хлама проблему алкоголизма не решить. И процессы эти – не одномоментные, а продолжительные (у каждого, впрочем, в свою меру).

Автору все это до боли знакомо. И глубочайшее, вплоть до отчуждения и осуждения, одиночество даже среди православных, и непонимание проблемы, тоже порой вплоть до отчуждения, некоторыми священниками. Конечно, не всеми, но благодатных священников, способных возиться с каждым алкоголиком или наркоманом, способных, что очень-очень важно, квалифицированно помогать, вряд ли хватит на всех. Тем более учитывая множество других бед и проблем, помимо алкоголизма, терзающих наших сограждан.

Конечно, по прошествии времени, уже в трезвости, автору стало понятно, что во многом его восприятие было далеко от объективного и диктовалось специфическими проявлениями алкоголизма: сугубой обидчивостью и раздражительностью, хроническим недовольством, повышенной требовательностью к окружающим, бесконечными претензиями к ним и жалостью к себе, эгоцентризмом, инфантилизмом, гордыней. Но до понимания этого еще надо было дожить. А тогда было больно, плохо, очень плохо. А что делает алкоголик, когда ему

плохо, тем более когда «все плохо»? Алкоголик опять пьет. Непостижимое для так называемого нормального человека самоубийственное поведение. Алкоголик продолжает пить, несмотря на множество бед, связанных с пьянством. Безумие, конечно, но таков алкоголизм без прикрас, таково алкогольное мышление. Присущее, в том числе, и алкоголику православному.

Но у православного алкоголика есть и сугубо специфические особенности, очень хорошо сочетающиеся с алкогольным недугом и препятствующие излечению от него.

Для понимания того, как эти особенности проявляют себя, **необходимо акцентировать внимание на главном: алкоголиком управляет его болезнь! Действующим алкоголиком – практически полностью, но в какой-то степени и выздоравливающим, то есть непьющим алкоголиком, в зависимости от качества и срока выздоровления. Этого чаще всего в полной мере не осознают ни сам алкоголик, ни его окружение. Алкоголиком управляет его болезнь, именно от нее иногда исходят глубинные побудительные мотивы его действий!**

Болезнь находит лазейку

Примеров предостаточно. Как-то один мой давний собрат по АА, православный, воцерковленный, не пивший на то время уже несколько лет, человек одинокий и, соответственно, питавшийся кое-как, сообщил мне, что «батюшка благословил Рождественским постом употреблять немного сухого вина, для здоровья». «Совсем как в Послании

Тимофею апостола Павла», – подумал я. В его тоне, тихом смиренном голосе и потупленном взоре было столько благоговения, что трудно было бы заподозрить неладное. Трудно, если не знать, что он – алкоголик. Конечно, мой собрат стал истово выполнять благословение, так истово, что через непродолжительное время перешел сначала на коньяк (для еще большего «здоровья»), потом на водку... На несколько лет он выпал из выздоровления, пил, куролесил. Болезнь нашла лазейку и чуть не утопила его. К счастью, слава Богу, он вернулся в АА, много лет не пьет, работает в храме, живет полной православной жизнью. Остался жив, стал рассудительнее и осторожнее, но ведь мог и погибнуть.

Аналогичная драматическая история разворачивается на моих глазах в настоящее время. Мой давний товарищ по АА успешно выздоравливал и не пил несколько лет, притом активно участвовал в так называемом служении – многообразных мероприятиях по обеспечению эффективного функционирования АА и донесению его идей, а также – помощи другим алкоголикам в выздоровлении. На одном из этапов выздоровления он воцерковился, стал прилежным прихожанином одного из храмов, обрел духовного отца, зажил строгой православной жизнью. Самозабвенно работал в детском приюте,

Конечно, это болезнь; конечно, это грех; конечно, это страсть. Это проявление гордыни, это выражение саможаления. Это некогда бывший грех у кого-то из предков, ставший болезнью. Это заболевание, если зависимость носит генетический характер.

Епископ Орехово-Зуевский Алексей

часто ездил в один из известных монастырей и мечтал о монашеской жизни. Его мечта сбылась, он оказался в числе братии этого монастыря...

Недавно, спустя несколько лет, он вернулся. Повзрослевший, укрепившийся в Православии, какой-то посветлевший. Но... вернулся. «Понял, что это – не мое», – грустно объяснил он свое возвращение. Что ж, у каждого – свой путь. На приглашение снова включиться в работу АА (я-то размечтался о пользе, которую такой человек мог бы принести сообществу), он, к моему удивлению, ответил резким и даже раздраженным отказом. Мы беседовали, и меня все больше поражала удивительная метаморфоза – он стал резким, презрительным противником АА: «Ересь все это». Мой собрат как будто забыл о своем алкоголизме, дарованной ему в программе АА трезвости, вере и новой жизни. Помня, каким он пришел и как выздоравливал, я попытался напомнить это и ему, но натолкнулся чуть ли не на агрессию. Оказалось, что в монастыре его не благословили посещать группы АА. Но главное – там он уже выпивал. По благословению! На мой прямой вопрос: «Ты полагаешь, что Бог полностью исцелил тебя от алкоголизма и теперь ты можешь выпивать?» – он ответил: «Да, полностью исцелил».

Мы расстались довольно прохладно, я извинился за назойливые попытки навязать ему свое видение проблемы, но на сердце у меня было очень беспокойно. Недавно мы опять встречались. Мой товарищ потускнел, снова, как когда-то давно, стал курить. Слава Богу, пока не пьет.

Почти такая же история, только более драматичная, произошла с другим моим православным другом из АА. Он обрел трезвость и Православие, укрепился в вере и уехал на Афон. Но тоже вернулся через год-два, окрыленный, просветленный, но уже вкусивший, и не раз (по благословению, конечно), чудесного монастырского вина. Вернулся весь светящийся, с гигантскими благами планами, вернулся, тоже «исцелившись» от алкоголизма. Но лучше бы не возвращался! Прошло несколько лет, и сейчас пьянка буквально ломает через колено этого удивительно одаренного человека. Пока ломает, увы.

Конечно, Всемогущий Бог может избавить от чего угодно, в том числе и от алкоголизма. Но горячность неопита (а мы все – неопиты), отсутствие духовного опыта и рассуждения – прямой путь к тому, что на языке Православия называется прелестью. У алкоголика, учитывая его специфический недуг, прелесть как раз и проявляется, в том числе, и в иллюзии полного избавления от алкоголизма (настолько полного, что можно снова выпивать). Печальный опыт моих братьев по выздоровлению подтверждает, что лучше, надеясь на чудо, не предаваться беспечности, а, получив освобождение от алкогольной зависимости, не дерзая получить полное избавление и уж тем более не прикасаться к алкоголю. Даже по благословению!

Кстати, у меня на полке стоит книжка одного священника, в которой приводится красочная история православного алкоголика, который избавился, с Божьей помощью, от своего недуга. А знаете, чем заканчивается эта история? Теперь

бывший алкоголик может по праздникам употреб-
лять по благословию священника немного вина.
Ну и ориентир! А для чего, собственно, выбравше-
муся из бездны человеку опять ходить по ее краю?
И эта книжка – не единственная в таком роде и не
единственная на тему алкоголизма этого священ-
ника, презрительно отозвавшегося, кстати, об АА
как об организации сектантского толка.

А это уже другой капкан для православного
алкоголика. Напомним: алкоголиком управляет
его болезнь. Она же под любым предлогом отва-
живает его от выздоровления (а какая нехилая суб-
станция стоит за болезнью, любому православно-
му должно быть понятно). А тут – упоминание о
секте. Да в наше время от такого шарахнутся в сто-
рону даже люди, далекие от веры и Церкви, не го-
воря уж о православных. И правильно сделают.
Что касается православного алкоголика, то он мо-
ментально становится суперправославным и подо-
зрительным. Вдобавок «доброжелатели» из про-
тивников АА подскажут ему, что, оказывается, в
АА и молитву читают после собрания неканони-
ческую, да вдобавок все вместе (а значит, вместе
молятся люди, относящие себя к разным конфес-
сиям и не относящие вовсе ни к какой), и веруют
каждый по-своему, и дух-то там не православный,
так как придумали АА протестанты, и анонимность
подозрительная какая-то... В общем – богохульни-
ки. Да разве пойдет после такого в АА наш родной
алкоголик, тем более православный? Он лучше
тихо погибнет и телом, и душой, но не сдастся, то
есть будет продолжать пить.

Нужны ли мировой закулисе трезвые алкоголики?

Приведем цитату из материалов состоявшегося 18 мая 2009 года в Национальном научном центре наркологии круглого стола на тему «Современные методики реабилитации лиц с химической зависимостью, концепция профилактики алкоголизма и наркомании в Русской Православной Церкви»: «Помимо сугубо светских и православных программ реабилитации лиц, страдающих алкоголизмом и наркоманией, в России с некоторых пор начали распространяться реабилитационные программы протестантского толка, в частности Двенадцатишаговая программа, привезенная к нам из США. Следует сразу сказать, что по своей сути она никак не вписывается в менталитет нашего народа. С одной стороны, она неприемлема для неверующих людей, с другой – находится в конфликте с православной традицией. Видимо, поэтому так невысока ее эффективность – относительно устойчивая ремиссия наблюдается лишь у 5–8 процентов реабилитантов... Тем не менее принцип Двенадцати шагов начали использовать некоторые православные группы реабилитации наркозависимых и больных алкоголизмом, организованные при монастырях».

Больно читать. Но попытаемся разобраться в этом внешне серьезном и наукообразном, а по сути не очень ответственном заявлении. Попытаемся разобраться ради «лиц, **страдающих** алкоголизмом и наркоманией».

Начнем с того, что «с некоторых пор» означает ни много ни мало 22 года! 22 года в группах АА спасаются алкоголики, теперь уже в – сотнях (!)

городов и поселков нашей необъятной страны, от Калининграда до Сахалина (и, конечно, в дорогом россиянам ближнем зарубежье). Но до чего же загадочен менталитет русского народа, недаром над ним ломали и продолжают ломать голову лучшие умы этого самого народа! Программа Двенадцати шагов в него «никак не вписывается», а алкоголики ничтоже сумняшеся продолжают открывать все новые и новые группы. Не американцы же их открывают и не американцы в них выздоравливают, а наши родные алкоголики. Видимо, не ведают, горемыки, о своем собственном менталитете. Ладно, алкоголики. А то ведь и наркоманы – туда же! И игроки, и курильщики, и эмоционалы, и сексоголики, и обжоры, и родственники алкоголиков и наркоманов, и их взрослые дети... Все создают группы под свою проблему, адаптируют под нее Двенадцатишаговую программу и тихо-мирно эту проблему решают.

Почему же так поступают эти несчастные зависимые и созависимые? Назло, что ли, «знатокам» русского менталитета? **Ответ очень прост: они страдают и хотят избавиться от страданий! И обращаются к программе Двенадцати шагов, потому что она эффективна.**

Внутри АА в силу действия принципа анонимности не проводится никаких исследований, тем более посторонними организациями. Поэтому попытки умозрительно определить эффективность программы Двенадцати шагов «снаружи», как, впрочем, и попытки на скорую руку «снаружи» разобраться с АА, мягко говоря, некорректны. Они, к сожалению, напоминают попытки некоторых

наших светских сограждан толковать о происходящем «внутри церковной ограды», находясь вне ее. Для тех же, кто находится внутри АА или относится к АА без предубеждения, хорошо известно, что сейчас в АА выздоравливающие алкоголики с устойчивой ремиссией в несколько лет – рядовое явление, предостаточно трезвых алкоголиков со сроками трезвости более десяти лет, еще больше тех, кто не пьет пять–десять лет.

Что касается цифры «5–8 процентов реабилитантов», то она совершенно не соответствует действительности. Это подтверждают и логика развития АА, логика распространения программы Двенадцати шагов, да и скромные, почти двадцатилетние наблюдения автора. А они таковы. Никто из алкоголиков, не ушедших из программы почти сразу, а продолжавших посещать собрания АА и в свою меру работать по программе Двенадцати Шагов – продолжавших, несмотря на срывы, – не остался без награды в виде устойчивой трезвости!!!

Эффективность программы давно оценили не только страдающие люди, но и те, кто хочет им помочь. Как в коммерческих, так и в государственных лечебных учреждениях и программах. Оценили и в некоторых, пока немногочисленных, православных реабилитационных центрах. А почему бы и нет? Почему не использовать в православной реабилитации элементы так хорошо зарекомендовавшей себя программы Двенадцати Шагов? Не из-за снобизма же, страха или лжепатриотизма? Ведь выдаваемый за неоспоримый факт, а на самом деле надуманный «конфликт с православной традицией» программы Двенадцати

шагов – всего лишь следствие непонимания, отягощенного излишней подозрительностью. Речь может идти лишь о неполном совпадении, но отнюдь не о конфликте. Ну какой конфликт может быть с программой настолько гибкой, что ее можно наполнить любым содержанием, в том числе, конечно, православным?! Было бы желание!

И уж, конечно, по наблюдениям автора, никто из его собратьев по выздоровлению в АА и не думал отказываться от русского менталитета (да и как от него откажешься?), тем более от Православия. Какие конфликты, внутренние или внешние, могут быть у алкоголика, выздоравливающего в сообществе, в котором вообще ничего не навязывается, никто никем не управляет, ни к чему не принуждает и каждый волен самоопределяться в программе и в стратегии выздоровления, тем более – в вероисповедании.

Вот если он начнет нарушать нехитрые правила АА – не дай Бог, поучать, критиковать, проповедовать, говорить о других, а не о себе, тогда будут конфликты. Если будет нетерпимым и высокомерным, будет неосторожно затрагивать темы, которые могут вызвать разногласия (религиозные, национальные, политические) и тем самым нарушить единство и спокойствие братьев по выздоровлению, тогда будут конфликты. А если человек не захочет вместе со всеми читать молитву: «Боже, дай мне разум и душевный покой – принять то, что я не в силах изменить, мужество – изменить то, что могу, и мудрость – отличить одно от другого», – да пожалуйста. Это никого не волнует, АА – не богословский кружок.

Более того, объявит алкоголик себя неверующим – тоже не беда. Кого это касается? Ходи, слушай, высказывайся.пей непременно чай с печеньем и пряниками. Бесплатно. Отогревайся душой и телом. Перенимай чужой опыт, тот, который хочется перенимать. Даже если ты неверующий, к тебе все равно будут относиться как к собрату по выздоровлению, даже с еще бóльшим вниманием, чем к другим, потому что ты новичок. Старожилы прекрасно понимают, что со временем ты сам во всем разберешься. Сам, слушая других, начнешь узнавать себя. Сам осознаешь ограниченность неверия и невозможность избавиться от алкоголизма без помощи Божьей. И сам начнешь выстраивать свои взаимоотношения с Богом. Это к вопросу еще об одном надуманном постулате противников программы Двенадцати шагов, о том, что она якобы «неприемлема для неверующих людей».

АА и программа Двенадцати шагов создавались алкоголиками для алкоголиков, то есть страдающими людьми для страдающих людей. Страдающие люди – чутки на добро, тем более православные. Поэтому они, в отличие от противников программы, давно все поняли и благополучно выздоравливают в АА. В том числе – и православные священнослужители. АА и программа Двенадцати шагов создавались христианами в христианской терминологии, от которой впоследствии отказались основатели. Отказались от терминологии, чтобы помочь как можно большему числу страдающих алкоголиков. Отказались от терминологии, но не от духа христианства. Дух программы – это дух смирения, честности,

терпимости, взаимопомощи и любви. И что же? Он отличается от духа Православия?

Справедливости ради следует отметить, что сейчас явно поубавилось обвинений в сектантстве по отношению к АА; может быть, сыграли свою роль обстоятельные разъяснения, содержащиеся в книгах [1, 2]. Но появляется и нечто новое. Высказывается подозрение, что всемирное сообщество АА – часть глобального плана мировой закулисы, направленного на размывание границ между государствами и стирание национальной самобытности. Зачем, правда, понадобилось коварной закулисе заботиться о спасении маргиналов, алкоголиков да наркоманов, которых и так убивает их болезнь, если тем же планом предусмотрено направленное сокращение народонаселения Земли в пользу элитарного «золотого миллиарда»?

Несомненно, противниками АА движут не какая-то особая зловерность или амбиции, а искренний патриотизм и забота о сохранении (или спасении) России и Православия. Но, как известно, спасителям присуща иногда некоторая горячность, что в сочетании с недостаточной информированностью может привести к неправильной расстановке акцентов, сгущению красок и даже затуманиванию реального представления о предмете обсуждения.

Ведь речь идет об алкоголизме, хроническом, прогрессирующем и неизлечимом в своей биологической части заболевании (почему и нельзя трезвому алкоголику прикасаться к спиртному), заболевании, приводящем к гибели. Если бы только – к тихой, мирной гибели! Все померем, другое дело –

какова жизнь перед финалом! Понимают ли, что, собственно, представляет собой алкоголик, те, кто борется с АА и тем самым – с порой единственным для алкоголика шансом на выживание? При знакомстве с критическими материалами об АА складывается убеждение, что драма алкоголизма никогда не разворачивалась рядом с авторами этих материалов. Видели они пьющих алкоголиков? Поражающих безумным, непредсказуемым поведением и маниакальным стремлением напиться. Озлобленных, беспокойных, раздраженных или апатично-унылых, тусклых. Враждебных и настроженных или жалобно скулящих, затравленных, разбитых или непокорных, бурей проносащихся через жизни других людей, разбивая сердца, умерщвляя привязанности, вытравливая чувства. Омерзительно циничных, бесцеремонных или возбужденно экзальтированных, склонных к слюнявому братанию. Скрученных страхом, напряженностью и безнадежностью, но хорохорящихся, скрывающих пустоту под бравадой и многозначительностью. Разрушающих жизни близких и свою собственную, инфантильных, капризных, ставших обузой для окружающих, несчастных, неприкаянных, пропащих...

А трезвый алкоголик, устойчиво, годами трезвый алкоголик, вдобавок трезвый не «на зубах», а спокойно и радостно трезвый – явление само по себе уникальное и в сущности противоестественное. Алкоголик-то должен пить, а это трезвое чудо ходячее не только не пьет сам, но и другим бедолагам помогает выбираться из алкогольного кошмара. И все у него хорошо, он – уважаемый член

общества, постоянное или периодическое коматозное состояние – далеко в прошлом, он живет не абы как, а в соответствии с благими принципами, верует в Бога, иногда воцерковлен, он может приносить пользу людям, и не только алкоголикам. И он продолжает, в свою меру, совершенствоваться. Таков продукт Двенадцатишаговой программы анонимных алкоголиков, а по большому счету – величайшей милости Божьей. Таков результат сначала вынужденных и не всегда легких, а потом и осознанно-добровольных, но тоже не всегда легких трудов по программе, выполнения ее рекомендаций и посещения собраний АА.

Так с чем же или с кем борются, иногда наивно, порой агрессивно, противники АА и программы Двенадцати шагов? С несчастными алкоголиками? С их средством выживания и даже, более того, – преображения? И в своей запальчивости не с самим ли милосердным Подателем всякого блага?

Что мешает принять помощь

Что касается сообщества АА, то дух неприимиримости, враждебности, категоричности и борьбы ему чужд. Движение АА существует и успешно развивается, потому что нужно людям благодаря неоспоримой, проверенной временем, эффективной программы Двенадцати шагов. И сообщество, и программа открыты для всех, но ни к чему не обязывают; предупреждают, но не запрещают; рекомендуют, но не контролируют; делятся опытом, но оставляют право его собственной трактовки. Открывают доступ к помощи Божией и приводят к необходимости действий

для Ее получения, но и предоставляют возможность каждому устанавливать собственные взаимоотношения с Богом. Анонимные алкоголики никому ничего не навязывают, тем более не гарантируют. Они только предлагают: «Попробуйте. Нам помогло; может быть, поможет и вам».

Конечно, сообщество АА – весьма своеобразная организация, не похожая на какие-либо другие. И хотя пытливый и доброжелательно настроенный посетитель увидит и услышит на собрании анонимных алкоголиков много интересного и полезного для себя, но может выйти и ошарашенным. На собраниях всегда много интересного, но АА не «Клуб интересных встреч» (была когда-то такая передача на ТВ) и уж тем более не православная община. Это же место встречи алкоголиков, то есть очень больных людей! А алкоголики, как известно, – малопривлекательная публика. И приходят они на свои собрания не для забавы, тем более не для совместных молитв, а за трезвостью. В АА их загоняет алкоголизм.

И что же, всем алкоголикам сразу нравится в АА? Нет, конечно. Таких счастливых – меньшинство. И остается в АА, по некоторым оценкам, лишь малая часть из самостоятельно приходящих. Почему? Во-первых, АА сразу не понять. Требуется время, иногда немалое. А во-вторых, болезнь выталкивает из выздоровления (вспомним: алкоголиком управляет его болезнь). Вот и цепляется сознание алкоголика за все, что угодно, лишь бы отказаться от выздоровления. Какие только доводы не приводятся! Автору, по роду его деятельности сталкивающемуся с этим постоянно, хорошо

известно, что таких доводов гораздо больше, чем во всех публикациях противников АА, вместе взятых. А в произвольном генерировании этих доводов задействуется третий фактор – особенности мышления алкоголика, так называемого негативного, или алкогольного мышления.

Но есть и еще одно значительное препятствие на пути выздоровления – гордыня. Вот уж зло так зло, корень всех зол! Оно присутствует в любой душе, но истерзанная душа алкоголика, как ни странно, переполнена гордыней во всевозможных проявлениях. Как справедливо и мужественно констатируют сами алкоголики: «Себялюбие, эгоцентризм! В этом, мы полагаем, корень всех наших проблем... Таким образом, мы сами являемся причиной наших бед. Они начинаются в нас; алкоголик представляет собой законченный пример бунта своеволия, но сам он, конечно, так не считает» [3].

На пути выздоровления смиряться приходится всем! И не только в начале пути: **«Воистину, достижение большего смирения является основополагающим принципом каждого из Двенадцати шагов АА. Ибо без определенной степени смирения ни один алкоголик не может оставаться трезвым. Почти все члены АА пришли к выводу, что если они не разовьют в себе это драгоценное качество в гораздо большей степени, нежели это требуется для достижения трезвости, то они никогда не будут по-настоящему счастливы»** [4].

Последнее, кстати, – рецепт счастливой жизни для любого человека, для трезвого алкоголика – жизненно важный рецепт, так как унылая, «невкусная» трезвость, изобилующая депрессиями, жало-

стью к себе и недовольством, может привести к срыву и соответственно – к гибели.

Смиряться приходится всем, и не только алкоголикам на пути выздоровления. Бог спасает, смиряя! Алкоголиков – катастрофой алкоголизма, так называемых здоровых людей – другими скорбями: от болезней, потерь, разочарований, «невезания» и «неудач», от трагических случайностей, крушения надежд, планов, мечтаний... Правда, и катастрофы жизненные не всех смиряют и вразумляют – велика сила гордыни. Но ключ к спасению всегда один: *«Близ Господь сокрушенных сердцем и смиренные духом спасет»* (Пс. 33, 19); *«сердце сокрушенно и смиренно Бог не уничижит»* (Пс. 50, 19); *«Бог гордым противится, а смиренным дает благодать»* (Иак. 4, 6; 1 Пет. 5, 5).

Кому, как не православным, знать, что гордыня – корень всех зол, а смирение – мать всех добродетелей. Для них в первую очередь, – творения святых отцов, а главная тема этих творений – гордыня и смирение. Но кому, как не православным, не только обладающим этим великим знанием, но и стремящимся воплощать его в своей жизни, понимать, как трудно это воплощение. Трудно смиряться и избавляться от гордыни в ее многочисленных проявлениях. Очень трудно, в том числе очень трудно и автору. Гораздо легче призывать к смирению других, легче проповедовать, а то и просто разглагольствовать на духовные темы.

С этого, кстати, началось знакомство автора с АА в далеком 1991 году. Тогда, кое-как приведя себя в порядок после очередного запоя, он отправился в свою первую группу. В костюме,

в относительно свежей сорочке, в галстукe, но всего с пятью копейками в кармане. Естественно – с колотунным взором и на дрожащих ногах. В то время одна поездка на любом виде транспорта, кроме такси, стоила пять копеек. Предстояло проехать от дома до группы сначала на автобусе, потом на метро, затем на трамвае. Но автору в те далекие времена часто приходилось ездить зайцем, безденежье было хроническим и привычным.

Доехал, конечно. И целый час ошеломленно внимал рассказам будущих собратьев по выздоровлению об их алкоголизме и главное – об освобождении от него. Рассказывать об алкоголизме своем как-то не хотелось, о выздоровлении рассказать было нечего. Но автора все же прорвало на выступление. Как вы думаете, на какую тему? О гордыне и смирении. Когда речь зашла о смирении (а эта тема часто звучит на собраниях АА), автор встрепенулся, сконструировал умную (и, конечно, «благостно-духовную») физиономию и разразился длинной назидательной речью. Говорил он не о себе, как принято в АА, он ци-ти-ро-вал (что тоже в АА совсем не принято). Как он пел! Еще бы, ведь у него уже был, как ему казалось, духовный опыт. Все-таки, худо-бедно, десять лет в лоне Церкви (с перерывами на запои, правда). Но новичкам многое прощают, даже нарушение правил. Его прекрасно понимали. И сочувствовали ему. Демонстрируя истинное смирение, принимали новичка таким, каков он есть. Ему даже дали денег на обратную дорогу, целых двадцать копеек.

Прошло время, прошел стыд за то выступление, но еще остался стыд за внутреннюю надмен-

ность и высокомерие на первых порах в АА. Некоторая «информированность» в вопросах веры обернулась тривиальным проявлением гордыни. Как и положено гордыне, она «отгораживала» автора от менее «продвинутых» в этих вопросах собратьев по АА, препятствовала восприятию чужого опыта и в итоге – тормозила выздоровление. Слава Богу, не вытолкнула из АА и соответственно – из выздоровления!

К чему эти воспоминания? Речь опять о капканах на пути к выздоровлению для православных алкоголиков. То, о чем поведал автор, к сожалению, достаточно распространенное явление. Тот духовный путь, которым идут православные, – нелегкий путь. И должно пройти время, нужны немалые труды, чтобы дух смирения, терпимости и любви стал, с Божьей помощью, частью природы. Тем более это относится к душе, истерзанной алкоголизмом. Иначе «информированность» оборачивается высокомерием, лицемерием и осуждением. Все люди склонны забывать свои грехи, постыдные или просто неблагоприятные поступки. Склонны оправдывать себя, видеть и выставлять себя перед другими в наилучшем свете. Это особенно характерно для алкоголиков.

Казалось бы, у православных эти черты должны отсутствовать. Ан нет. Порой создается впечатление, что упомянутая выше «забывчивость» – чуть ли не специфическая черта некоторых православных, особенно новоиспеченных. Присущая, к сожалению, и самому автору, и тем из его православных знакомых, которых он достаточно хорошо знает. Не всем, конечно.

Высокомерие и желание помочь несовместимы!

Проклятая гордыня и связанное с ней высокомерие проявляются, увы, даже у тех, кто по роду своей деятельности поставлен помогать страдающим людям, в частности алкоголикам. Речь идет о специалистах в области химических зависимостей и священнослужителях. Почему приходится упоминать об этом? Потому что помощь и высокомерие – понятия несовместимые.

Яркий пример. Несколько лет назад автор был приглашен своей знакомой, сотрудницей реабилитационного отделения Национального научного центра наркологии, чтобы поделиться с пациентами этого центра своим опытом выздоровления и информацией об АА. Рядовое событие: казалось бы, члены АА постоянно посещают наркобольницы. Не тут-то было! К пациентам его не допустили. Автор подвергся унижительному допросу, вежливому по форме и, мягко говоря, неуважительному по существу, со стороны пожилого профессора и его молодого коллеги – кандидата медицинских наук (обойдемся без имен: ННЦ наркологии – уважаемая организация с достойным и высококвалифицированным персоналом, предоставляющая, кстати, удобное помещение для собраний анонимных алкоголиков, наркоманов и игроков).

Разговор продолжался долго и приблизительно в таком ключе: «А у Вас есть какое-нибудь образование? Два высших? Надо же! Похвально! А какое это образование? Высшее техническое и высшее политическое? Похвально, похвально! А Вы выступали когда-нибудь перед людьми? Ах, были

на руководящей работе и вдобавок, состоя в партии, работали пропагандистом? Похвально, похвально! И сколько Вы уже не пьете? Одиннадцать лет? Выздоровливаете в АА, работаете в одной из реабилитационных программ (это их совсем не заинтересовало. – *Примеч. авт.*), пришли поделиться опытом выздоровления и информацией об АА? М-м-да-а. Расскажите подробнее о своем алкоголизме. Да что Вы! У Вас должно было быть по-другому. Ну что Вы говорите, должны были раздаваться голоса». И так далее и тому подобное... Минут через тридцать автор, еще не достигший, к сожалению, подлинного смирения, стал закипать. Его знакомая, присутствовавшая на допросе, не знала, куда деваться от возмущения и стыда. Трудно сохранять спокойствие, когда так высокомерно и хладнокровно мутузят отнюдь не молодого человека! И смотрят на собеседника как на очередную подопытную мышь, холодно и безо всякого сочувствия. Видимо, потому, что собеседник – алкоголик, хотя и выздоравливающий.

В конце разговора автору было мечтательно предложено: «Вот если бы Вы сказали нашим пациентам то, что мы Вам подскажем?! Тогда мы могли бы Вас к ним допустить». На это автор резонно возразил: «А не лучше ли использовать магнитофон, записать и прокрутить пациентам?» – после чего оставалось только удалиться.

Конечно, автор возблагодарил Бога, что в том наркологическом учреждении, в котором он имеет честь работать, такое вряд ли могло произойти. Можно только догадываться, какую помощь и как оказывают пациентам его высокомерные

собеседники. Во всяком случае, информации об АА они своих пациентов лишили.

Но это не все. Автору удалось выяснить, как осуществляются помощь и поддержка бывшим пациентам после выписки из лечебной программы, то есть в самый сложный период выздоровления. Оказалось – медикаментозно, в случае обращения пациента. (Хорошо еще, если бесплатно.) Но ведь алкоголизм и наркомания – сложные, прогрессирующие, трудноизлечимые (если не сказать – неизлечимые) заболевания, характеризующиеся высокой вероятностью рецидивов.

Заполнить вакуум

Задумаемся, в каком сообществе пребывает алкоголик. Возможно, сразу в нескольких. Семья, если она сохранилась и не превратилась в результате длительного пьянства во враждебное сожительство очень больных, измученных людей. Трудовой коллектив, если алкоголик еще сохраняет трудоспособность, его знают давно и терпят за прошлые заслуги. Церковный приход, церковная община, если пьянство не вышвырнуло алкоголика и оттуда. Прежние друзья? Да они отходят еще на ранних этапах пьянства – кому захочется общаться с сильно пьющим человеком? Справедливости ради следует отметить, что и сам алкоголик отходит от непьющих или умеренно пьющих людей, ему с ними неуютно. Кто остается? Ответ напрашивается сам собой – собутыльники.

Таким образом, каждый алкоголик, осознает он это или нет, находится в сообществе пьющих людей! Отсюда, кстати, и происхождение всевоз-

можных мифов: «Все пьют, непьющих людей нет, все получают удовольствие от выпивки; какая встреча, какой договор, какой праздник без выпивки, это неременная особенность русского менталитета...» А сообщество пьющих людей – тоже сообщество. Со своими правилами, ритуалами, общими радостями и горестями и, главное, – общей целью. Достать и выпить, и так до бесконечности. И полное, с полуслова, взаимопонимание. Никому ничего не надо объяснять.

Так что или кто может поддержать алкоголика, встающего на путь воздержания от употребления алкоголя? Семья? Да ее нет или фактически от нее остались одни руины. Трудовой коллектив? В наше-то время, когда у каждого своих забот – по горло?! И чем поддержать? Разве что морально. Событыльники? С ними все понятно, они, конечно, «поддержат». А к ним, понимающим с полуслова, как раз и тянет алкоголика. Да только гибельный это путь.

Глубину этой проблемы прекрасно осознает Русская Православная Церковь: «Самой важной проблемой, в особенности в реабилитационный период, является заполнение вакуума, образующегося в душе больного после отказа от спиртного», – пишет один священнослужитель. И далее: «Вот почему лишь поддержка крепкой церковной общины, забота и понимание в семье, непрестанная сердечная молитва, физический труд либо творческая деятельность во имя Господа способны вернуть душе Бога, раскрыть те ипостасные способности, которые составляют истинное содержание личности и определяют ее неповторимость».

Замечательно! Хотелось бы добавить: «И окормление благодатного священника!» Хотя без благодатного священника, подвижника, светильника невозможно существование крепкой церковной общины. А их, увы, вряд ли хватит на всех алкоголиков и наркоманов, даже православных. А куда идти тем, кто не определился в своих взаимоотношениях с Богом (а таких среди алкоголиков и наркоманов большинство) или, не дай Бог, является стихийным противником Церкви и Православия (часто неосознанно и до поры)? Или тем православным, чьей душе, истерзанной недугом, не по силам ни физические, ни духовные труды, тем православным, которым не посчастливилось прилепиться к крепкой церковной общине? Им-то куда идти? Опять плюхаться в болото алкоголизма и погибать? Но ведь выход есть!

Вспомним, не каждый алкоголик готов принять помощь, связанную с его личным, тем более – активным, участием в процессе выздоровления. Алкоголик не обладает всей полнотой информации о своем заболевании, он изможден и мечтает избавиться от алкоголизма как можно проще и без лишних хлопот. Он загнан в угол алкоголизмом, переполнен чувством вины и ощущением собственной ущербности, его самооценка, несмотря на гонор, – на нуле. Алкоголик безмерно одинок, подозрителен, недоверчив, переполнен своеволием, но мечтает найти родственную душу. И, вдобавок, алкоголика тянет к алкоголика.

Есть ли такая удивительная система, специально выстроенная под алкоголика? Конечно. Такой системой как раз и является сообщество ано-

нимных алкоголиков с его гибкой программой Двенадцати шагов, с его собраниями, неназойливыми правилами, простыми, но глубокими рекомендациями, книгами, написанными самими алкоголиками, с его «служением» и взаимопомощью, с его наставничеством и безвозмездной передачей опыта выздоровления, с его благими примерами и многообразной деятельностью, вплоть до совместного проведения досуга.

В АА алкоголик, попадая в комфортную для себя среду, обретает освобождение, радость, покой, полное понимание, безграничное сочувствие и дружелюбие, искреннюю заинтересованность в его следующем появлении, возможность обсудить любую, даже самую запретную тему и проблему. Он обретает единомышленников, знающих все об алкоголизме, но настроенных на трезвую жизнь. Он встречается со множеством разных людей, представляющих практически все социальные слои, и всегда может встретить тех, кто особенно близок ему по мировоззрению. И он защищен! Чем? Защищен принципами АА и одним из основополагающих принципов – принципом анонимности.

В АА нет случайных людей, там все – алкоголики. А контакт между алкоголиками устанавливается мгновенно, и обеспечивается главное условие глубокого контакта – доверие и взаимопонимание. Обеспечивается то, чего не могут иногда добиться высококвалифицированные специалисты, священники, близкие родственники, друзья и сослуживцы, искренне стремящиеся помочь алкоголику. Эту особенность давно поняли специалисты

в области химических зависимостей. Поэтому уже с 50-х годов прошлого века действует практика привлечения в реабилитационные программы успешно выздоравливающих в сообществе АА в качестве так называемых консультантов.

Доверие и взаимопонимание между алкоголиками в АА создают не только комфортную среду для совместных посиделок, главное – в этой среде алкоголик получает жизненно важную для себя информацию! Пусть он не всегда это осознает, пусть даже не стремится к получению информации. Он просто слушает. А что от него-то требуется? Только приносить свое тело на собрания и не нарушать нехитрые правила АА. Все. Поначалу больше ничего. Удобней не придумать!

Он просто слушает других, и в нем подспудно начинаются процессы, которые помогают ему увидеть себя в истинном свете, увидеть свой алкоголизм без прикрас, оправданий и оговорок, увидеть взаимосвязь алкоголизма с множеством негативных черт собственного характера... Слушая других, а некоторые из них не пьют годами, он начинает понимать, что, возможно, его страдания уже позади, что у него тоже может получиться (а почему бы и нет), а трезвая жизнь, может быть, не так уж плоха, уныла и скучна, как ему казалось. Трудно с чем-нибудь сравнить то чувство облегчения, которое испытывает алкоголик, попадающий в АА!

И это чувство облегчения вызвано не только надеждой на избавление от алкогольного кошмара. Алкоголик узнает, что он болен. Казалось бы, с чего наступить облегчению? Тем более что болезнь – сложная. В АА придерживаются мнения,

что алкоголизм – хроническое, прогрессирующее, смертельное и неизлечимое заболевание. Неизлечимое в том смысле, что больному алкоголизмом уже никогда не удастся контролировать употребление алкоголя, пить в меру и в радость, как когда-то раньше. И все попытки научиться этому, попытки обуздать пьянку и привести ее в нормальное русло обречены на неудачу. Единственный способ спастись – совсем отказаться от спиртного. Признать свое бессилие перед алкоголем и совсем отказаться от него.

Легко ли это? Вспомним, что каждый алкоголик сначала пытается справиться сам. Он годами пытается обуздать пьянство, доказать себе и окружающим, что может пить в меру. «Включает волю», придумывает тысячу разных способов, раздраженно выслушивает нотации близких о безволии и слабохарактерности. Но ничего не получается. Почему? Потому что все естественные инстинкты человека восстают против мысли о полном бессилии. И кто согласится признать себя окончательно побежденным?

Тем, кто пытается со стороны привести алкоголика к необходимости полного отказа от алкоголя, хорошо известно, как это сложно. И только попробуйте назвать его алкоголиком! Другое дело – в АА. Новичок видит вокруг себя вполне благополучных трезвых людей, совершенно свободно и без всякого стеснения называющих себя алкоголиками, спокойно признающих свое бессилие перед алкоголем и считающих вдобавок, что бессилие – всего лишь проявление заболевания. Наступает облегчение? Конечно. Трудно смириться

и признать-таки бессилие? И тем самым сделать 1-й шаг на пути к выздоровлению, основополагающий 1-й шаг: «Мы признали свое бессилие перед алкоголем, признали, что потеряли контроль над собой». Нелегко, но сделать его среди тех, кто прошел этим путем, гораздо легче, чем в одиночку.

А чувство вины за свое пьянство и особенно за свои выкрутасы в запоях! За свое неуправляемое поведение даже в трезвом состоянии! Ненормальное поведение! Оно переполняет алкоголика, приводя не только к потере самоуважения, но и к чувству безнадежности, уныния. Но неуправляемость – тоже часть болезни, от которой можно избавиться. Узнать об этом – большое облегчение!

Благо в виде болезни

Может сложиться впечатление, что автор вместе с анонимными алкоголиками пытается обелить алкоголика и полностью освободить его от какой-либо ответственности, тем более нравственной. Нет, все дело в мере ответственности и способности к нравственной самооценке. Это православному алкоголику понятно, что алкоголизм хотя и болезнь, но одновременно и страсть. А страсть чаще всего – следствие повторяющегося греха, то есть – следствие нарушения нравственных законов. Обычному алкоголику, далекому от веры и Церкви, требуется время, иногда немалое, чтобы это осознать и решиться на судьбоносный 4-й шаг: «Глубоко и бесстрашно оценили себя и свою жизнь с нравственной точки зрения».

И этот шаг, естественно, невозможно одолеть без прохождения 2-го шага: «Пришли к убежде-

нию, что только Сила, более могущественная, чем мы, может вернуть нам здравомыслие» – и, главное, 3-го шага: «Приняли решение препоручить нашу волю и нашу жизнь Богу, как мы Его понимали». Отметим, что препоручение себя и своей жизни Богу во всей полноте даже для верующего человека с немалым духовным опытом – сверхзадача.

Неисповедимы пути Господни! Любому православному христианину ясно, что все – от Господа и все – во благо человеку. Любому православному хочется понимать, в чем состоит воля Божья, в чем Его Промысл. Иногда эта тайна частично открывается, иногда – нет. Некоторые посланные свыше обстоятельства, особенно драматические (утраты, несчастья, болезни), невозможно ни понять, ни тем более принять как благо в координатах земной жизни. Только – в координатах вечности. А иные обстоятельства вообще не берутся человеческим разумом. Например, то, что от алкоголизма погибает абсолютное большинство алкоголиков, а спасаются единицы. Зато совершенно понятно, какое благо в виде болезни посылается свыше алкоголикам, выздоравливающим в АА.

Беда приводит алкоголика в программу Двенадцати шагов; стремление избавиться от алкоголизма и жить свободной, радостной жизнью, в свою очередь, заставляет трудиться: проходить эти шаги, смиряться, быть честным (это отдельная огромная тема), выполнять рекомендации, помогать другим. И вообще жить в соответствии с определенными благими правилами, жить в пространстве Божьей воли, Промысла и поддержки. И не просто жить,

но и совершать определенные действия, чтобы эту поддержку получать. Шагов-то ведь двенадцать, и прохождение их – действие не одномоментное, а повторяющееся. Каждый раз – на другом уровне. К сожалению, рамки статьи не позволяют подробнее остановиться на этом. Но каков итог! Алкоголик обращается в АА и к программе Двенадцати шагов, чтобы выжить, а в результате выходит на качественно иной уровень бытия. Вот почему на собраниях анонимных алкоголиков можно услышать и такое: «Я счастлив, что стал алкоголиком!»

Конечно, путь Двенадцати шагов – не единственный. Кому-то помогает чисто медикаментозное лечение, кому-то – индивидуальная работа с психологом, а еще лучше – сочетание того и другого. Успешно работают государственные и коммерческие реабилитационные программы, использующие методологию Двенадцати шагов АА. В таких программах осуществляется целенаправленное знакомство пациентов с АА в расчете на продолжение выздоровления уже в рамках сообщества.

И особый путь – путь преображения личности, возвращения души к Богу в лоне Русской Православной Церкви. Путь нелегкий, способный решить любую проблему. Но, как было отмечено выше, этот путь требует приложения таких усилий со стороны больного, на которые способен не каждый. Что касается тех, кто далек от веры и Церкви, то для них этот путь, к сожалению, до поры закрыт.

Чем же кардинально отличаются эти пути: православно-церковный и Двенадцати шагов? Цель первого – спасение души, второго – спасе-

ние от пьянства, что само по себе, несмотря на важность задачи, является условием для спасения души необходимым, но недостаточным. Но есть в них и сходство. И тот и другой пути предполагают духовную реконструкцию, даже преобразование личности с помощью Божьей, но и с приложением трудов самого больного. Оба пути предполагают также глубокое усвоение определенных жизненных правил, следование им в дальнейшей жизни и продолжение процесса самосовершенствования. Опять-таки с помощью Божьей.

В заключение приведем оценку, которую дал программе Двенадцати шагов архиепископ Иларион (Алфеев): «Смысл этой программы заключается в том, что она предлагает не только освобождение от последствий алкоголизма или наркомании, но и врачует сам корень болезни, освобождая человека от той внутренней пустоты, которая является причиной “зависимости”. Программа эта рассчитана на постепенное осознание человеком бесперспективности своей прежней жизни, необходимости исправиться, собственного бессилия и необходимости какой-то Высшей силы, которая помогла бы ему духовно и нравственно переродиться. Иными словами, это <...> программа всецелого исцеления на всех уровнях: физическом, душевном и духовном. Эта программа имеет религиозный наполнитель; на каком-то этапе она приводит человека к Богу. И кроме того, важным элементом в программе является взаимопомощь: сами члены программы помогают друг другу, делятся опытом борьбы с самими собой, со своими грехами и пороками, рука об руку идут по пути исцеления» [5].

Список литературы

1. *Иеромонах Иона (Займовский)*. Сладкий плод горького дерева. М., 2004.
2. *Мирянин Александр*. Выход есть! М., 2004.
3. Анонимные алкоголики. Нью-Йорк, 1989.
4. Двенадцать шагов и Двенадцать традиций. Нью-Йорк, 1989.
5. *Игумен Иларион (Алфеев)*. Найти свою дорогу // Встреча. 2001. №1.



*Е.А. Савина, психолог,
директор реабилитационного
центра «Зебра» (Москва)*

ЖИВЫЕ В ПОМОЩИ ВЫШНЕГО: О ВЫЗДОРОВЛЕНИИ ОТ НАРКОМАНИИ И АЛКОГОЛИЗМА

Чудесные истории выздоровления и попытки повторить чудо

Алкоголизм или наркомания в семье – огромная беда. Столкнувшись с фактом зависимости сына, мужа, дочери, родственники обычно проходят одни и те же муки попыток решить проблему своими силами. Почти все начинают с «серьезных разговоров», обещаний-объяснений, лжи и попыток манипуляции друг другом. Все это делается с благой целью – остановить зависимость, прекратить употребление наркотиков и алкоголя.

Некоторые достигают цели. Рассказывают разные чудесные истории: встретилась девушка, единственная на всю жизнь, и он больше почти не пил. Или сел в тюрьму, вышел, все понял и больше не употреблял. Или закодировался, не пил пять лет, а потом отвык, так и не пьет. Но вот что удивительно: узнав об этих исцелениях, вдохновившись и

попробовав повторить их, наркоман или алкоголик, **как правило**, терпит поражение. Мы попробуем объяснить в этой статье, почему.

Далее, увидев свое бессилие изменить ситуацию в одиночку – даже если это попытки всей семьи, – наркоман или алкоголик обращается за помощью. Приходит принятие факта, что зависимость – это болезнь (вся семья слышала об этом и раньше, но старалась не верить: уж очень страшно звучал диагноз). Болезнь – значит, нужен врач. Начинается новый круг мучительных попыток выздоровления с помощью талантливых врачей с новейшими методиками и лекарствами. И тут повторяется та же закономерность: **как правило**, пройдя очередной курс лечения, через некоторое время наркоман или алкоголик вновь возвращается к употреблению. Филигранная работа врачей разрушается кувалдой запоя или системного употребления наркотика. Врачи очень не любят потом собирать осколки... Но они вновь и вновь стараются, оставаясь верными этике врача – помогать пациенту, пока это возможно. Все более длительные курсы, прием годами психотропных препаратов, и опять неудача, и с каждым разом состояние становится хуже. Наша ошибка в том, что игнорируется факт: человек – это не только тело, которое лечат врачи. Это еще и душа: кто лечит ее?

Итак, выздоровление алкоголика или наркомана происходит в исцелении души, «перемене ума» (греч. «метанойя»). Под умом при этом понимается осознание человеком самого себя, мира и Бога, самая суть человеческой личности. Перемена этого осознания – перемена всей жизни

человека. Православная Церковь переводит слово «метанойя» как «покаяние», указывая таким образом направление этой перемены от греха к правде Божьей.

Лечится ли алкоголизм воцерковлением?

Поэтому в полноте такая перемена в самом существе человека может произойти только в Церкви. Человек не в силах переделать самого себя, это может сделать только Бог, и, как любое важное дело, эта перемена делается в сообществе единомысленно верующих людей, т. е. в Церкви. Даже дом не строят в одиночку, а покаяние как процесс выстраивания в себе нового человека – тем более процесс коллективный, потому что в одиночку здесь можно заблудиться до полного умопомрачения. Результат же человек приносит Богу в Таинстве Исповеди, а потом, принимая Святые Тайны, соединяется с Богом, Который посылает грех в нем и дает силы не грешить больше, что человек и старается по мере сил осуществлять, снова и снова обращаясь за благодатной помощью Божьей.

Но алкоголикам или наркоманам трудно идти этим путем. Греха так много, что он буквально выталкивает из храма, как святую Марию Египетскую. А сил «прорваться» нет, человек слаб. Расцерковленное общество воспитало нас критиками и гордецами, но не смиренными молитвенниками. Да что пенять на общество, мы и не хотим в Церковь, потому что это труд, а мы хотим сразу, по возможности быстро, и притом не очень дорого. У нас нет сил даже на то, чтобы не пить, а уж на церковную дисциплину и подавно не хватит... «И главное, они там все праведники, и потому я там – чужой».

А с другой стороны, знаю я этих святош...» Эти или подобные им рассуждения гонят из Церкви так нуждающихся в ней наркоманов и алкоголиков. Умирая, они все равно туда не идут...

Некоторые приходят в храм, но все равно неуспешны. Более того, есть и воцерковленные люди – алкоголики и наркоманы. Почему? Почему, находясь, несомненно, внутри Церкви, они не могут уйти с Божьей помощью от этого греха? Отношения человека с Богом всегда остаются тайной для внешних по отношению к ним людей, и мы не можем никогда ответить на этот вопрос с уверенностью. Может быть, они переживают эту болезнь как крест, смиряющий их. Вероятно, не хватает опыта выздоровления, который можно найти только у подобных им алкоголиков или наркоманов, но ложно понимаемое уважение к своей вере мешает им получить помощь от других. А может, это ошибка церковной жизни, когда человек перестает стыдиться в Православии, а хвалится в нем, фарисейски не видя своего греха? «Мы не можем принять благодать Божью, пока наши руки полны...» – писал блаженный Августин. И эти люди тоже нуждаются в особой помощи, чтобы принять благодать, несомненно подаваемую им в Церкви.

Начало пути

Такой особой помощью становятся для многих программа Двенадцати шагов и сообщества анонимных алкоголиков, анонимных наркоманов и другие, а также реабилитационные центры, в которых осуществляется работа по этой программе. В этой статье мы кратко рассмотрим изменения,

которые происходят с зависимым человеком в программе Двенадцати шагов. Суть в следующем: в ней, независимо от своей веры или отсутствия таковой, человек может начать путь к Богу. Изменяя самого себя с Его помощью, получая в этом поддержку и понимание от других выздоравливающих наркоманов или алкоголиков, человек идет к Богу путем покаяния. В программе этот путь только начинается в силу того, что программа – это не Церковь. Но этого начала оказывается достаточно, чтобы человек начал жить более праведно. И тогда он перестает пить или употреблять наркотики как *следствие* такой перемены.

Если в процессе выздоровления по программе Двенадцати шагов человек приходит к необходимости воцерковления – что случается часто, но не всегда, – то процесс покаяния продолжается, восстанавливая в идеале *всю* жизнь человека. Один наш пациент-алкоголик очень четко выразил эту мысль: «Я сам бы до храма не дошел. Анонимные братья под руки довели, а там уж Церковь встретила». Но даже если воцерковления не произошло, человек получил начальный опыт покаяния, и его жизнь станет другой, чем была. Господь силен привести его к Себе и потом... «Детский сад» программы тогда поможет выздоравливающему наркоману или алкоголику распространять принципы своего выздоровления на всю остальную жизнь. Духовное пробуждение, которое уже совершилось в нем, продолжится сегодня пусть еще не в Церкви, но в поиске Бога. А кто честно ищет, тот все равно найдет.

Поэтому, видя практические результаты этой программы, Церковь откликнулась на нее. Реакция эта была сложной. Церковь по природе своей консервативна и должна быть медленной и осторожной в принятии решений. Безоговорочно одобрить программу Двенадцати шагов Церковь не может хотя бы потому, что программа заявляет себя не связанной ни с какой Церковью или конфессией, принципиально оставляя себя открытой для **любого** алкоголика или наркомана, независимо от его веры или отсутствия таковой. Внецерковность программы сделала ее мишенью для критики, часто недобросовестной, тех православных, кто не хочет признавать существование добра в мире вне Церкви. Но церковная иерархия осторожно признала анонимные сообщества и, соответственно, программу, по которой они работают²⁰. Некоторые приходы активно помогают работе этих групп, фактически воцерковляя этот феномен. Например, один московский храм предоставляет свою трапезную

²⁰ Председателю комитета по связям с религиозными организациями добровольного общества анонимных алкоголиков «Русь» В.К. Железцову: «От лица Его Святейшества подтверждаю, что наша Церковь готова на основе духовных традиций Православия оказывать пастырскую и духовно-нравственную помощь тем членам групп анонимных алкоголиков, которые такой помощи пожелают» – из письма председателя Отдела внешних церковных сношений Московского Патриархата митрополита Смоленского и Калининградского Кирилла от 10.07.2000 № 1930. После открытия группы анонимных алкоголиков при Свято-Даниловом ставропигиальном мужском монастыре в Москве архимандрит Алексей, наместник его, получил сообщение: «Канцелярия Московской Патриархии сообщает Вашему Высокопреподобию резолюцию Его Святейшества, положенную на Вашем прошении о благословении на открытие групп самопомощи при других храмах г. Москвы: благословляется. 20 января 2005 г., №730, подписано: архиепископ Истринский Арсений, vicарий Святейшего Патриарха Московского и всея Руси». (Примеч. авт.)

для проведения собраний анонимных алкоголиков, а после собрания священник говорит с желающими о вере. И потому многие из них сегодня не только трезвые, но и церковные люди. По традициям церковной икономии Православная Церковь так поступает со многими добрыми, но нецерковными феноменами социальной жизни, приглашая их найти свой более высокий смысл в Церкви, привлекая к себе, но не растворяясь сама в этой социальной жизни.

Книги анонимных алкоголиков подчеркивают, что они не заявляют монополии на процесс выздоровления от алкоголизма. Но нам кажется, что главные принципы выздоровления, независимо от метода, остаются неизменными, и эти принципы можно увидеть при рассмотрении программы Двенадцати шагов.

Эта статья представляет собой часть книги, которая выйдет в печать в 2010 году. Поводом для написания книги стал опыт работы автора в качестве руководителя реабилитационного центра «Зебра», уже более 13 лет работающего с наркоманами, алкоголиками и их близкими, а также опыт наших коллег и пациентов, делившихся с нами своими наблюдениями. Мы глубоко верим в необходимость передачи опыта выздоровления, чтобы каждый, кто сегодня в беде, мог начать выздоравливать, избегая притом ошибок своих предшественников.

Важно отметить, что изложенные в этой статье соображения по поводу программы Двенадцати шагов и работы анонимных сообществ являются исключительно точкой зрения автора, основанной

на опыте, но не претендующей на полноту или на выражение точки зрения этих сообществ, с которой можно познакомиться в литературе самих сообществ. У нас была цель по возможности внешнего взгляда на проблему выздоровления с точки зрения православного христианина. Поэтому мы понимаем, что не все выздоравливающие люди с ним согласятся и не все православные люди примут его.

Алкоголизм, как и наркомания, – болезнь души

Алкоголизм и наркомания являются заболеваниями, изменяющими функциональные процессы в головном мозге, и эти изменения огромны. Человек перестает переживать сначала удовольствие, а потом и спокойствие, удовлетворение без участия все возрастающих доз соответствующего вещества. Вместо этого на почти непрерывном тревожном фоне растет раздражительность, подавленность и гнев. Эти изменения не являются только психологическими, но имеют в основе нарушенный биохимический баланс в головном мозге и могут быть компенсированы только новым приемом соответствующего наркотика или медикаментов, действующих примерно так же. В этом трагедия зависимого человека: лечение сводится либо к замене наркотика (краткосрочная заместительная терапия при лечении похмелья или ломки), либо к лекарственной помощи переживания этого неблагополучия без ясной перспективы изменения ситуации. С течением времени острые симптомы проходят, но возобновляются с некоторой

периодичностью, а неблагоприятный фон остается практически всегда. Человек терпит «беспробудную трезвость». Вторичными последствиями зависимости бывает целый спектр изменений всего организма, от катастрофических изменений в работе мозга (психозы) и внутренних органов (ишемия, язва, гепатит) до сравнительно тонких отклонений в работе **всего** организма как единого целого. Итак, алкоголизм и наркомания – это болезнь тела.

Переживание таких состояний не может не затронуть **всю** психологию человека: осознание мира и себя в нем, вопросы самооценки, обучения в самом широком смысле, взаимодействия с другими людьми – душевную жизнь человека. В главном психологические изменения связаны с бурным переживанием или избеганием неприятных чувств: гнева, вины, стыда, неуверенности, тревоги, обиды, – что в свою очередь подавляет приятные переживания, даже если повод для них находится. В результате алкоголик или наркоман становится эмоционально плоским, выхолощенным, сухим, как пустыня. Переживание чувств сводится к примитивному гневу и обидам или просто к эмоциональной глухоте. Разум при этом старается отрицать факт зависимости и ее последствия, сводя неблагополучие жизни к «проискам врагов» или просто «такой судьбе». Разум выполняет охранительную функцию по отношению к зависимости, поскольку употребление соответствующего вещества – единственное, что делает жизнь хотя бы на короткое время немного лучше. Алкоголик или наркоман этого не осознает, что в свою очередь усиливает драматичность ситуации.

Все это приводит к регрессивному, детскому способу вести себя, без ответственности за свою жизнь, в наивной вере, что все как-нибудь само устроится и главные несчастья с алкоголиком, конечно, не произойдут, потому что умирает всегда кто-то другой.

Эти изменения крайне отрицательно влияют на отношения алкоголика или наркомана с другими людьми, которые либо отвергают его и выходят из контакта (увольнение с работы, потеря друзей, распад семьи), либо подстраивают свою жизнь в соответствие с искаженной жизнью наркомана или алкоголика. И потому жизнь близких непременно становится тоже искаженной, зеркально повторяя психологические нарушения зависимого человека. Этот феномен называется созависимостью. У созависимых близких есть такие же нарушения эмоциональной сферы и такие же отрицания зависимости (как ни странно!), что и у их зависимого члена семьи. Разница состоит, может быть, лишь в том, что алкоголик или наркоман хотя бы иногда может забыться, употребив свое вещество, а их близкие переживают все эти ужасы «без наркоза»²¹.

Но самые страшные изменения происходят в духовной сфере человека. Чтобы описать их, сначала вспомним главные церковные понятия о душе.

²¹ Более подробно с физиологическим, психологическим и социальными аспектами зависимости можно познакомиться, соответственно, в книгах «Возвращение Кая», «Духовной жаждою томим» и «Я люблю его...» Е.А. Савиной. (Примеч. авт.)

О таинственном единстве души и тела

Человек состоит из тела и души, в последней есть высшие проявления, которые называют духом. Это не просто составные части человеческого существа, они проникают и взаимодействуют друг с другом. И все же эти природы в человеке отличны. Тело само по себе хорошо, сотворено Богом как дом для души, и как дом несет в себе черты хозяина, так и тело принадлежит добродетели и порокам души, поскольку тело служит ее потребностям²². Вслед за душой и тело способно к освящению, способно стать храмом Духа Святого. Душа не материальна, и потому ее нельзя видеть. В отличие от тела, созданного от земли, Бог создает душу творческим дуновением. Душа тоже сотворена, как и тело, и в нее при сотворении Бог вкоренил Свою благодать. О том, как важна душа, говорит Господь: *«Какая польза человеку, если он приобретет весь мир, а душе своей повредит?»* (Мф. 16, 26). Если стоит вопрос о спасении души, можно пожертвовать телом (см. Мф. 16, 28). Душа живая, одарена разумом и духом, действует при помощи тела и сообщает ему жизнь, возрастание, чувство и силу рождения. Дух принадлежит душе не как что-то иное, отличное от нее самой, но как чистейшая часть ее. Душа свободна, может хотеть и действовать. Она может меняться волей.

У души есть разумные силы: познавательные (ум, чувственное восприятие, рассудок, воображение) и волевые (хотение и свободный выбор). Есть

²² Арх. Алитий, арх. Исаия. Догматическое богословие. Курс лекций. Свято-Троицкая Сергиева Лавра, 1997. С. 211–212.

у нее и неразумные силы (тесно связанные с животной жизнью), и послушные разуму (гнев, хотение)²³.

Душа находится в теле повсюду, она содержит и превосходит тело. По церковной традиции, сердце – центр всех сил души. Как центр духовной жизни, сердце определенным образом связано с сердцем – органом тела²⁴. Душа имеет свою разумную, духовную жизнь, которую можно четко отличить от жизни тела. Поэтому после смерти душа не распадается вместе с телом, но остается бессмертной. Существует таинственное единство тела и души, которое не нарушается и после смерти²⁵. Душа так гармонично слита с телом, что не хочет оставить его и не делает этого, пока внешняя причина или болезнь не принудит ее.

Душа и тело вместе, по мнению многих святых отцов, созданы по образу Божьему. Это первый шаг на пути к подобию Божьему в добродетели, к которому человек призван, но ему еще предстоит это как задача всей жизни. Из нее вытекает задача привести остальной мир к еще большей гармонии и единству. Выполнение этой задачи – в свободной воле человека. Но если человек не решает эту задачу, он не решает никакую, и его жизнь теряет смысл.

²³ Св. Иоанн Дамаскин. Точное изложение православной веры: Репринт. Ростов-на-Дону, 1992. Кн. 2. Гл. XII. С. 212–213.

²⁴ На этой связи построено учение об умной молитве (соединение ума с сердцем в молитвенном предстоянии Богу), по свт. Григорию Паламе. (Примеч. авт.)

²⁵ По Втором Пришествии Христа душа вновь соединится с составленным телом и придет на Страшный суд – как это видел Иезекииль (Иез. 37, 1–15).

Вследствие злоупотребления своей волей Адам и Ева ошиблись в решении этой задачи, и мы все, как их дети, несем на себе тяжесть этой ошибки как склонность ошибаться вновь. Более того, на нашу личность оказывает влияние и своего рода наследственность, полученная от наших родителей и нескольких поколений вниз, и потому задача, стоящая перед нами, тяжела. Настолько тяжела, что без Бога нам с ней не справиться, и это доказал весь опыт человечества. Около двух тысяч лет назад совершилось чудо: Бог пришел на землю и стал человеком, чтобы Самому вынести эту тяжелую ношу. Ценой Своего страдания и самой жизни Он вновь освободил нас от порабощенности греху, и теперь все опять зависит от нашей свободной воли: пойдём ли за Ним по этому пути свободы или даже не будем решать задачу богоуподобления в добре и мудрости, обесмыслив свою жизнь?

В процессе обретения подобия Богу человек совершенствуется как личность. Личность больше природы, властвует над ней. Но добродетельная жизнь – это послушание Богу, это отказ от своеволия, от своей власти над собственной природой. В этом отказе от самости человек обретает духовную свободу. Жертвуя своей природой ради любви к Богу и ближнему, человек духовно обогащается. Наоборот, если человек руководствуется природными инстинктами, он деградирует как личность. Несоответствие между образом и подобием, искажение в себе образа Божьего – источник вечных мучений²⁶.

²⁶ *Арх. Алий, арх. Исаия.* Догматическое богословие. Курс лекций. С. 221.

Где нет тревог и страха...

Представление о зависимости как о духовной болезни формулирует Православная Церковь в документе «Основы социальной концепции Русской Православной Церкви»: «Основная причина бегства многих наших современников в царство алкогольных или наркотических иллюзий – это духовная опустошенность, потеря смысла жизни, размытость нравственных ориентиров. Наркомания и алкоголизм становятся проявлениями духовной болезни не только отдельного человека, но и всего общества. Это расплата за идеологию потребительства, за культ материального преуспевания, за бездуховность и утрату подлинных идеалов. С пастырским состраданием относясь к жертвам пьянства и наркомании, Церковь предлагает им духовную поддержку в преодолении порока. Не отрицая необходимости медицинской помощи на острых стадиях наркомании, Церковь уделяет особое внимание профилактике и реабилитации, наиболее эффективных при сознательном вовлечении страждущих в евхаристическую и общинную жизнь»²⁷.

Все начиналось до удивления просто, как когда-то у Евы. Без сомнения, по наущению дьявола, в трудную минуту жизни кто-то предложил человеку выпить – и перестать грустить, или стыдиться себя, или чувствовать усталость. Выпить – и перестать жить своей жизнью, реальностью, попасть в иной, «легкий» мир, где нет тревог и страха.

²⁷ Основы социальной концепции Русской Православной Церкви, 2005. Сайт Патриархии РПЦ www.patriarchia.ru

Как и дьявол Еве, все это человеку не объясняли, а просто сказали: «Хочешь?». И он согласился. А может быть, это была радостная минута, и хотелось усилить радость. Или это были наркотики с той же целью – неважно. Первое употребление произошло.

Конечно, дело было не в алкоголе или наркотике, их создала рука Господня. Зла Бог не сотворил, оно духовно по природе. «*Вино... веселит сердце человека*» (Пс. 103, 15). Как и елей, и хлеб, вино перечисляется Псалмопевцем как добро, как дары Господа людям. Наркотики тоже были получены и используются до сих пор как лекарства, унимающие сильную боль или стимулирующие жизненную активность. «*Исходящая же из уст, от сердца исходят, и та сквернят человека*» (Мф. 15, 18). Злая воля дьявола и ставшая послушной ей воля человека – вот что сделало благой Господень дар злым. Почему?

Употребление, может быть, и не стало радостью в первый момент, но по некоторым причинам человек продолжал стараться получить этот «легкий» мир. Ему так хотелось безмятежности, душевного покоя, единства с другими, избавления от стыда и неловкости... Даром. Ведь эти состояния у него были в жизни, но так редко и **непредсказуемо**, т. е. не в его воле было их получить! Они давались ему Богом в любви и милости, он им, конечно, не мог соответствовать сам. И вместо того чтобы просить их снова у Бога и стараться быть в мире с Ним и собой, т. е. быть в молитве и старании жить праведной жизнью, наш человек решил **украсть** дар Бога. Украсть употреблением вещества, т. е. свести переживание любви Бога к изменению состояния сознания. Какая жалкая замена!

Но наш человек всего этого не понимал. Он и слов таких не знал! Никто его так не воспитывал. А если даже и воспитывал, то трудно ведь жить праведно, много ошибок и потому – спутанности, «мутно небо, ночь мутна». И устал он, устал от жизни, кто же упрекнет его за минутную слабость? Ну что стоит яблоко съеденное на фоне всей любви Божьей? И гадкий хвост лжи не был виден ему в полуправде диавола: надо же человеку порадоваться и отдохнуть! «Будете как боги» – полуправда того же толка, потому что яблоком, магией нельзя получить то, что дается даром в любви и труде. Воровство... Но человек всего этого не знал и бездумно употребил алкоголь или наркотик, и продолжал его употреблять потом снова и снова. Зависимости еще не было, разрушений, которыми его пугали все, не было видно – или он старался уже их не видеть, бездумное веселье продолжалось.

Здесь есть еще одна ложь. Простоту Бог любит – сколько старцев были просты и неучены, некнижны: «если не будете как дети»... Но бездумность, невнимательность к жизни – это не простота. Простота – это цельность, мирность внутри, направление всего себя к Богу, и потому нет конфликта внутри – как у любимого и любящего ребенка. Но косность, нежелание знать, грубое отвержение правды – это не простота. Наш человек не в простоте пил или употреблял наркотики, а в глупости. Его внимания к другим людям, к их переживаниям (родители), к жизни вокруг не хватило, чтобы увидеть плоды ошибки вовремя и покаяться. Человек стал толстокожим, косным. И грех продолжал прорасти в него.

Тогда пришло время страдания. Господь не оставил Своим попечением человека и дал ему боль, чтобы он остановился. Иначе было невозможно его остановить и вразумить! Он продолжал пить и употреблять наркотики с легкостью, и постепенно вещество становилось для него сверхважным. Работа богоуподобления – даже если человек ее так не называл, а думал о достойной работе, учебе, добрых отношениях с людьми, порядочности и правде – была оставлена им ради употребления. Он перестал считаться со своими ближними, их дела перестали быть для него существенны. Их переживания раздражали его, потому что мешали продолжать беззаботное употребление. Важно было только иметь достаточно алкоголя или наркотика, а значит, деньги для беспрепятственного употребления, все другое отходило на второй план. Деньги надо было добывать, и на это шло довольно много усилий: все заработки уходили на употребление. Постепенно стало понятно, что долго совмещать работу с употреблением невозможно, да и денег не хватало – наступило время насилия в семье, воровства дома, а потом и иного криминального поведения.

Как же можно было его оставить таким, позволить продолжать губить себя и людей вокруг? *«Не льстите себе: ...пияницы... Царствия Божия не наследуют»* (1 Кор. 6, 9–10). Пьяницы (и наркоманы) перечислены там вместе с идолослужителями, мужеложниками и блудниками. Вот как страшна эта ошибка! И через плоть – до души косной, мутной уже иначе не достучишься – Господь стал останавливать человека. Для этого Он остановил

употребление Своей властью – и тут стала видна вся правда. Страшное похмелье после запоя, делирий с видением бесов воочию, ломки и черная депрессия – это, конечно, не Божье действие. Это только явное переживание «хвоста» той полуправды, которую предложил дьявол человеку, это его, дьявола, работа в душе несчастного обманутого им наркомана или алкоголика. Господь милостью Своей дал человеку увидеть все в этой жизни, чтобы тот успел вернуться к Богу, т. е. покаяться.

О боли и обезболивании

Боль алкоголику и наркоману попущена Богом, поэтому ему все же надо пострадать. Неправы те близкие, которые при первых признаках боли (и ведóмые страхом алкоголика или наркомана) тут же зовут врачей, которые *под наркозом* дают наркоману или алкоголику прожить это время без осознания, а затем тот возвращается к употреблению. Чем это отличается от наркотика? Тем, что его дает врач? Нет, здесь переживание боли – благо. Но и отдать человека во власть боли, которая от дьявола, жестоко, Бог так не поступил²⁸! Он послал врачей, которые помогают пережить это страшное состояние, не сойти с ума в галлюцинациях, не лишиться разума в делирии, не мучиться в ломке. Врачи тогда помогают наркоману или алкоголику, но не лишают его понимания и самой жизни, чтобы он увидел правду – и понял. Дело еще в том, что непереносимая телесная или душев-

²⁸ И родственники не должны. (Примеч. авт.)

ная боль для ослабленного духом наркомана или алкоголика неизбежно приведет его вновь к употреблению, чтобы снять эту боль. Тут удивительно точно: боль ломок героинового наркомана полностью снимут только героин или его аналоги, а похмелье алкоголика, как известно, «лечится» пивом и водкой. Это дьявольский «поводок», на котором «водит» враг зависимого человека: «Далеко не уйдешь, ты – мой!» Опять ложь: можно уйти, если только позвать на помощь Того, кто сильнее дьявола, – позвать Господа Бога нашего. Но может ли звать Его тот, кто жестоко страдает и перед кем так соблазнительно близкий путь ухода от боли? И не только физической боли в ломке, но и депрессии, и раздражения с отчаянием, что долго несет в себе алкоголик или наркоман после больницы?

«Мы извратили порядок, и зло усилилось до того, что мы заставляем душу следовать пожеланиям плоти»²⁹.

Что случилось с душой?

Посмотрим теперь, что случилось с душой уже трезвого алкоголика или наркомана, каковы плоды дьявольской работы? Нам важно сейчас понять это, чтобы не спутать, как часто это бывает, работу греха, дьявола с самим человеком. У мам или жен наркоманов это часто единственный опыт встречи с такой бедой, и они легко приписывают свойства болезни самому человеку – на радость дьяволу.

²⁹ *Свт. Иоанн Златоуст. Беседа Двенадцать на Книгу Бытия / Творения св. отца нашего Иоанна Златоуста, архиепископа Константинопольского. СПб. Изд-во Санкт-Петербургской Духовной Академии, 1898. Репринт. Т. 4. Кн. 1. С. 100.*

Кстати, о дьяволе. Конечно, читателям этой книги не нужно объяснять, что дьявол существует: православный человек верит Писанию, которое ясно говорит о роли дьявола в жизни людей. Но это в теории. А на практике некоторые православные люди легко приписывают себе самим причину греха. Но это неверно и очень гордо: мы вовсе не источник зла, мы удобопреклонны к принятию его, поскольку все дети Евы и Адама; сердце наше, к несчастью, медлит и сослагается с прилогами, а иногда и пленяется ими – но это прилоги дьявола. Это не мы задумали украсть – дьявол предложил нам эту мысль, и мы **позволили** ей поселиться в нас. Мы и не просто удобопреклонны ко греху – наша душа пронизана им. Святым было дано лицезреть, явно видеть свои грехи, и они были многочисленны, как песок морской. Что уж говорить о нас, грешных! «*В беззаконии зачат есмь, и во гресех роди мя мати моя*» (Пс. 50), и сегодня то же продолжается! Но и «*истину возлюбил еси*», а потому Господь «*безвестныя и тайныя премудрости*» явил нам. Такова двойственная природа человека: грешна – и стремится к добру, дьявола слушает – и к Богу тянется. Поэтому если мы забудем о том, что дьявол, несомненно, есть, и слушание только его есть измена Богу – это будет на руку именно дьяволу. Мы не будем, конечно, преувеличивать его влияние на нас, в панике сетовать и искать везде его руку – есть Удерживающий, и Господь близко. Но и погибель близко – к ней нас тянет эта черная, неизбывная сила, огромная, как князь мира сего. Помните, как преподобный Серафим говорил, что у дьявола сила такая, что он мог бы землю всю

перевернуть, но Господь не дает? Вот с кем мы боремся, вот насколько мы безнадежны в этой борьбе, если только не встанем на нее вместе с Богом, за Богом и за Бога.

Страдание «вспахало» душу алкоголика или наркомана, и теперь в ней могут прорасти как добрые плоды, так и злые. Страдание еще не лечит, оно готовит почву. Что же это за почва, чем полна душа зависимого человека? Во-первых, это гнев. Кто-то должен быть виноват в том, что человеку плохо! Но главного врага – дьявола – он не видит, потому что тактика того – сделать вид, что его нет и все беды – от кого-то другого, вот ведь подлец какой! Поэтому человек либо обвиняет себя самого, либо находит врагов вовне. В нем говорит совесть, он помнит, конечно, как его останавливали ближние, он и сам понимал, что делает плохо... Но теперь человек обвиняет себя не за свои истинные ошибки, а за то, что совершил, когда дьявол «тянул его на поводке»! Например, человек мучается не от того, что вовремя не принял помощь врачей, психологов, священников (в этом он был волен!), а от того, что потерял работу в запое (как бы он мог работать, когда пил!), или за то, что продал мамино кольцо за дозу (он не мог остановиться в одержимости тяги, и даже если оставил бы кольцо, украл бы что-то в магазине; в этом и есть зависимость!). То, что он называет муками совести, больше похоже на ужас от лицемерия «работы вражия», от разрушений в своей жизни, а не на действительный страх греха. А если и на это у него не хватает мужества, человек начинает обвинять, гневаться и обижаться на людей вокруг себя, которые якобы

устроили ему такую плохую жизнь: на врачей, милицию, жену, мать, соседей и пр., вплоть до правительства страны. Действительно, ведь это они принимали законы против наркоманов, отвозили его в психиатрическую больницу в делирии и закрывали перед ним, пьяным, двери его дома! При этом он не помнит, конечно, **почему** они это делали: потому что наркоман опасен для людей вокруг; человек в делирии может убить других и себя самого и тяжело страдает; а пьяный муж или сын уже угрожал кулаком своей жене или матери, требуя от нее денег на выпивку.

Более того, он не игнорирует – он не может это помнить, потому что в его сознании дьявол услужливо прячет эти факты: если человек их осознает, он может действительно остановиться в употреблении, а дьяволу это невыгодно. Вытеснение, или «отрицание болезни», как говорят выздоравливающие алкоголики или наркоманы, – это дьявольский механизм выживания зависимости, дьявол опять прячет от человека результаты своей работы. Он-то знает, что у человека есть выход, но подло не дает ему посмотреть в сторону выхода. Наркоман или алкоголик последним узнает о своей зависимости, для себя самого он все еще «выпивает немного» или «подкалывается иногда». Увидев свою зависимость наконец, человек искренне считает, что его беды не от нее, а от всяких разных несчастных обстоятельств его жизни: он потерял работу, потому что у него плохой начальник, который не вошел в его сложное положение! А поняв, что именно зависимость всему причиной, он считает, что зависимость неизлечима и потому

нечего пытаться остановиться, будет только больно, и все опять сначала!

Одно обстоятельство нуждается в пояснении. О неизлечимости алкоголизма и наркомании можно говорить только в том смысле, что выздоравливающий алкоголик или наркоман **никогда** не сможет безопасно для себя употреблять вещества, изменяющие состояние сознания: «вино веселит сердце человека» – это теперь не для него. Поскольку он никогда не станет в этом как все остальные люди, и говорят, что он выздоравливает всю жизнь, но никогда не станет здоровым, не вылечится от своей болезни. Но практика выздоровления **миллионов** наркоманов и алкоголиков сегодня показала, что, если наркоман или алкоголик научится жить полной, счастливой для себя и близких жизнью, отлично работать и учиться, рожать здоровых детей – он может выздоравливать.

Симптомы болезни души

Вернемся к симптомам болезни души алкоголика или наркомана. Подавленный гнев и обида становится депрессией. Это не просто «сниженный эмоциональный фон», как говорят врачи «со своей колокольни». Это состояние, при котором **все**, что происходит, переживается как раздражающий, негативный фактор жизни, в ней нет ничего светлого и не может быть. Выхода нет, и остается только, пока есть силы, терпеть ужасное состояние – непонятно, зачем. Это состояние, когда ты знаешь, что **никто** тебя не любит и так будет всегда – потому что ты сам никого любить не можешь, в душе

нет для этого силы. Человек похож на Кая из сказки Андерсена «Снежная королева». Сердце – кусок льда, все хорошее видится плохим, и есть болезненное стремление это увековечить. Черная немощ одолевает и обессиливает душу. Может быть, дьявол где-то рядом тогда, приходят мысли о самоубийстве или как бы сделать какое-то зло. Зло муссируется, мысли обретают странную силу, становятся навязчивыми, и употребление видится как единственная альтернатива самоубийству. Часто раздражение выплескивается слезами или криком, наступает ненадолго облегчение, примирение – и опять неизбывная тоска. Отчаяние, как называет это состояние Церковь, – страшный грех отказа от надежды на Бога. Человек смотрит тогда в другую сторону, и дьявол вновь лжет, представляя Бога мстительным и беспощадным судьей, к которому обратиться теперь глупо и бессмысленно.

Но, может быть, самое главное и страшное, что происходит с человеком, это развитие самости и как проявлений ее – эгоизма и эгоцентризма. Дело вовсе не в том, что наркоман или алкоголик «думает только о себе», не заботясь о нуждах ближних. Дело в том, что обращенность на себя, стремление к удовольствию, потом к успокоению и, наконец, к облегчению страданий делает его равнодушным ко всему миру вокруг, замкнутым на себя, на мир своего «я», в котором нет ни других людей, ни Бога. А дьявол там есть, и он прячется за спиной человека. Человек жалеет себя, и эта жалость затмевает собой все, что было и есть в его жизни. Он начинает служить себе, лишая себя возможности спасения путем служения Богу и людям.

Служение себе, однако, не получается, потому что мы знаем: даже примитивные инстинкты выживания не работают в жизни наркомана или алкоголика. В том-то и дело, что человек служит тогда не самому себе, а веществу, возведя его на верх своей системы ценностей. Все остальное тоже важно, но постольку, поскольку удовлетворены потребности употребления. Семья; собственное здоровье; жизнь дома, а не в тюрьме; вообще безопасность; деньги, наконец, – все служит употреблению, а значит, не самому наркоману или алкоголику, а веществу. Оно олицетворяется, его называют «герыч», «родная» (водка), «перец», оно наделяется очевидно добрыми качествами: «лекарство», «поправиться». Если вы вспомните эпизод в фильме «Операция Ы...», где герой Никулина в ответ на предложение разбить бутылку водки защищает ее как святыню, – вы поймете, что мы пытаемся тут объяснить. Так неужели это все про вещество, про простейший порошок, или спирт, или про переживания, связанные с ним? Конфеты тоже многие любят, но так не защищают. Похоже, что мы увидели здесь служение самому дьяволу, что и было его мерзкой целью, которую он нам, конечно, не открывал. Алкоголик и наркоман оказались в плену, обманутые и замученные дьяволом, – вот результат духовных повреждений в зависимости.

Важно помнить, что сознание наркомана или алкоголика, даже не искаженное употреблением вещества, кардинально искажено грехом, и потому ждать от трезвого, но не выздоравливающего наркомана или алкоголика здорового сознания – это все равно, что ждать от тяжелобольного человека,

у которого упала температура, трудовых подвигов. Это время, как правило, выбирают родственники и разные начальники для выяснения отношений с наркоманом или алкоголиком, требуя соответствия в семье и на работе. А на самом деле главное и единственное, что может сейчас зависимый человек, – принять кардинальное решение своей жизни: начать выздоровление от зависимости.

Возвращение из «страны далече»

Мы не можем недооценивать разрушительного действия дьявольских сил, сводя нарушения в алкоголике только к душевным («надо принять решение и навсегда отказаться от употребления!») или духовным искажениям в природе человека. Именно вследствие иерархии человеческого устройства, где духовному подчиняется душевное и телесное, искажение пронизывает **все** человеческое существо алкоголика или наркомана. Теперь требуется огромная работа, называемая покаянием, совершаемая человеком с помощью Божьей, возвращающая человека из «страны далече». Пренебрежение этим фактом приводит к легкомысленным советам отказаться от помощи врачей, лекарств и вообще системного противостояния зависимости и совершить некую акцию. Она отражает более или менее устойчивое решение **сейчас** больше не пить или не употреблять наркотик, но это только самое начало долгого процесса покаяния. Справедливо видя в Церкви основание своего спасения, нередко человек надеется на спасительную силу Таинств как на некое лекарство, употребив которое, он избавит себя от плена стра-

сти. Тогда эта акция превращается во вполне магическое использование Таинства, хотя бы и повторяемое в течение какого-то времени, что приносит душе не пользу, а тяжкий вред. Нередко, не получив искомого исцеления, **люди уходят из храма**, разочарованные этим «методом». Священник теряет этих людей из виду и более не может им помочь.

Как трудно бывает потом им объяснить, что исповедь – это «врачебница», а не магическая пилюля, что во «врачебнице» есть Врач душ и телес наших, к Которому и надо прийти в покаянии, а это требует работы над собой. Врач посылает врачей, у которых есть благодать, т. е. поручение и силу от Бога лечить тела людей, и потому отнестись к ним надо с должным уважением, следуя их назначениям. И затем надо начать выстраивать свою жизнь по Богу, а это вовсе не просто, и этому надо учиться среди таких же людей, как в школе, а не надмеваться своей «избранностью Богом». И еще нужно объяснить, что покаяние – это процесс, а не акция; процесс узнавания, переживания своего греха, изменения своей жизни с помощью Божьей. Тогда только Исповедь становится Таинством, за которым следует Причастие, в котором освящается Святыми Дарами и тело, и душа... Освящается, и просвещается, и помрачается в ней любой лукавый помысел. И дьявол бежит от такого человека, бежит всякая страсть к употреблению, но вскоре грешный человек, к сожалению, вновь сползает, грех подступает к нему, и тогда люди рядом, выздоравливающие, как и он, поддерживают его и помогают не впасть в грех употребления. Поэтому

процесс выздоровления продолжается всю жизнь покаянием.

Для наркомана или алкоголика это пока только слова, потому что, во-первых, грех действительно помрачает разум, не давая увидеть правду и путь выхода; и во-вторых, начав употреблять еще в детстве, наркоман или алкоголик жил такой грешной жизнью, в которой этих слов просто не было. Но выход здесь есть, и этот выход – встреча с человеком.

Каждый выздоравливающий алкоголик или наркоман вспомнит такого человека – а за ним были и другие, – кто принял его, не осудил и помог **своим** пониманием того, что теперь нужно делать. Сердце сердцу говорит тогда в помощи выздоравливающих людей друг другу. Как те друзья, которые, раскрыв кровлю, спустили расслабленного, носимого на одре, к ногам Христа, и по **их** вере он исцелился, так и здесь – друзья помогают «раскапывать кровлю» старых стереотипов, сомнений и иных препятствий на пути к выздоровлению с помощью Бога. Посмотрим, каковы же главные цели.

Признать поражение

Первое, что предстоит понять наркоману или алкоголику, и не просто понять, а сделать практически, принять в свою жизнь, – это отказ от попыток собственными силами справиться с игом зависимости. Все восстает в человеке против этого решения: ведь его жизнь последние годы была направлена именно на совладание с зависимостью, и к этому призывали его все вокруг! И вот – поворот назад, **от** попытки совладания к признанию свое-

го поражения. Это поймет только христианин: *«довлеет ти благодать Моя, сила бо Моя в немощи совершается»* (2 Кор. 12, 9). Вместо напряжения всех сил в борьбе с дьявольским игом человек отходит в сторону, освобождая место Богу для борьбы и победы. Практически это, например, означает, что едва начавший выздоровление наркоман избегает общения с прежними друзьями, сознавая свою слабость в противостоянии тяге. Наркоман или алкоголик подробно исследует свою жизнь в употреблении и на множестве примеров убеждается в том, что неуправляемость его жизни связана не с его злой волей, а с подчиненностью зависимости. И он не может сам с этим ничего сделать!

Очень трудно с этим согласиться. Еще труднее перестроить свою жизнь так, чтобы «не выходить на ринг» с зависимостью. Например, когда приходит тяга и хочется посмаковать «старые денечки» (о плохом тогда не вспоминается) или, наоборот, наваливается тоска – нужно научиться идти с этим к людям, открывая себя им и обращаясь за помощью. Или когда мама дала деньги заплатить стоматологу, не взять их, мучаясь соблазном, а отказаться, предложив любое иное решение, лишь бы не создавать себе опасность срыва в первое время. Конечно, со временем появляется навык управления деньгами, и к старым приятелям можно будет вернуться с вестью о возможности выздоровления, но тогда, когда это выздоровление станет прочным. Осознание своего тотального бессилия перед зависимостью сохраняет человек в себе всю жизнь.

Поддержка товарищей

Это привело бы наркомана или алкоголика к отчаянию, если бы не факт: другие люди, тоже бес- сильные перед зависимостью, выздоравливают. Значит, им помогает нечто сильнее, чем они сами. Действительно, есть опыт людей, которые шли этим путем до нас; есть товарищеская поддержка на собраниях и в дружеских контактах; есть реко- мендации, выработанные поколениями выздорав- ливающих наркоманов и алкоголиков. Но нам ка- жется, что все же главное сначала – безусловная поддержка и понимание товарищей. Какие бы ужа- сы ни произошли в твоей жизни, сколько бы ты ни срывался – тебя поймут и поддержат снова. Тебе будут рады – понимаете? Это дорогого стоит для человека, который вновь начинает жить. Возвра- щается здоровое сознание: оказывается, меня мож- но уважать, во мне есть где-то глубоко спрятанный образ Божий. Получив это понимание и принятие, человек начинает чувствовать свое достоинство, данное Богом даром ему по праву рождения. Имен- но здесь, наверное, и происходит это удивитель- ное «пришел в себя», случившееся с блудным сы- ном и перевернувшее его жизнь (см. Лк. 15, 17).

Все это время наш наркоман или алкоголик не только трезв, но и живет совсем другой жизнью, чем раньше. Он не терпит жизнь, но живет; он ра- дуется и трудится, иногда горюет и унывает, но снова поднимается с помощью друзей. Он стара- ется быть открытым, честным и хочет изменять свою жизнь к лучшему. Но как? Выздоровливающий человек еще не знает, как ему жить. Первые шаги бы- ли довольно очевидны: обретение трезвости,

следование за другими. Но другой человек не может быть точным ориентиром: все люди разные, и потому у каждого свой путь. Понятно, что не надо лгать и воровать. А как, если это был способ жить последние десять лет? Ясно, что надо работать. Но возможно ли, нужно ли догнать все то, что было потеряно за годы употребления? А семейные отношения? Что важнее: позаботиться о себе или о семье, ведь она так долго меня ждала? А как же собрание анонимных алкоголиков? Главные вопросы всегда о нравственном выборе, и где в столкновении интересов правда? Спросив товарищей, как они решали эти проблемы, выздоравливающий наркоман или алкоголик приходит к осознанию Бога в своей жизни.

Да будет воля Твоя

Оказалось, что Бог был близко. Он отвечал на молитвы, не дал погибнуть, «моего всячески ожидающего обращения». Он учил ежедневно, предлагая задачи по силам, и только потом человек понимал, как вовремя была эта школа. Он оставался прибежищем в трудные времена. Но и в радости человек стал все чаще вспоминать с благодарностью о Боге. Более того, оказалось, что многие задачи уже Им решены, даны в заповедях, в Писании, и можно не изобретать велосипед. Например, можно не искать хороший способ солгать в трудной ситуации, а искать хороший способ сказать правду, и он не очевиден, а потому надо советоваться. Но главное: выздоравливающий человек, сомневавшийся даже в самых верных людях, сердцем стал понимать: Бог верен. На Него можно положиться. И постепенно,

не в эйфории, а в практических решениях каждого дня, пришло понимание: «Я хочу, чтобы Он всегда был рядом и вел меня – а я постараюсь слушаться. “Да будет воля Твоя яко на небеси и на земли” – в моей отдельной жизни». Иногда удавалось даже просто не решать какие-то особенно трудные вопросы, полагаясь на Божье попечение – поручить свою волю и жизнь Богу или просто перепоручить. Православному уху это знакомо: «сами себе, и друг друга, и весь живот наш Христу Богу предадим – Тебе, Господи».

Но это, оказывается, практически почти невозможно. Мешает опыт обид – а вдруг меня снова кто-то заденет? И вот уже гневный защитный выплеск чувств, привычный за десятилетия употребления. Очень много страха накопилось за эти годы. Разве от него избавишься? А эгоизм, желание сделать все для «себя, любимого»? А маловерие, безмолитвенность и лень? А плотские грехи, которые тянут вниз хуже любой гири? А гордость, надменность и высокомерие, спаянные крепко со страхом негативной оценки себя, зависимостью от чужого мнения? Сколько болезненного в душе, разве это «брачные одежды»? Оказывается, Царство Бога в моей душе невозможно, пока в ней царит грех.

Время встречи

В основе покаяния лежит осознание греха, сердечное переживание его, изменение своей жизни так, чтобы повторение греха стало невозможным для человека. Раскаиваясь, человек признает несоответствие себя наличного богоданному достоинству образа Божьего в человеке, свидетельствует перед Богом и Церковью о своем недостойнстве.

Сохранение человеком достоинства состоит в следовании нравственным нормам, которые выражают первозданную, не омраченную грехом истинную природу человека. Признание достоинства личности означает утверждение ее нравственной ответственности³⁰.

Всех этих слов выздоравливающий человек, конечно, не знает, потому что это учение Церкви, а он еще не в Ней. Для многих тут приходит время встречи, или она уже произошла раньше. Но так или иначе, наркоман или алкоголик берет тетрадку и пишет, используя разные, нередко странные вопросы, пишет свою генеральную исповедь, исследует свой характер на многих и многих примерах, осуществляя так называемую «нравственную инвентаризацию» своей жизни. Почти все тогда **впервые** смотрят **на всю свою жизнь** с нравственной точки зрения. Здесь опять оказывается, что нужна нравственная линейка, которой выступает совесть самого человека. Совесть уже проснулась, но еще слаба. Поэтому такую работу периодически, раз в несколько лет, рекомендуется повторять, чтобы вычищать лучше свою жизнь. Написанный текст нередко целиком читают товарищу, который сам уже делал эту работу и понимает ее смысл. Выбор такого доверенного лица – дело выздоравливающего человека, и часто им становится священник, и тогда эта работа завершается генеральной исповедью. Но не всегда – бывает, человек признает перед каким-то другим

³⁰ Основы учения Русской Православной Церкви о достоинстве, свободе и правах человека, 2008. Сайт Патриархии РПЦ www.patriarchia.ru

человеком природу своих заблуждений – но и перед собой, и перед Богом. Тогда Таинство не совершается. Святой апостол Иаков писал: «*Исповедайте убо друг другу согрешения и молитесь друг за друга, яко да исцелеете*» (Иак. 5, 16). Действительно, много меняется в жизни человека после такой работы.

Исповедание своих страстей, как разовая акция, не может кардинально изменить человека. Чудеса бывают, но рассчитывать на чудо мы не можем. Нам предстоит большая работа. Теперь работа по программе будет складываться из покаянного наблюдения за своей жизнью, усилий построения своей жизни без греха и с молитвой к Богу об избавлении от страстей, укоренившихся в жизни. Например, сегодняшним молодым людям, конечно, тоже понятно, что блуд творит только зло. В жизни почти каждого из них много тому примеров. «Но как же жить без близких отношений? А что скажет девушка, ведь сейчас все так живут? Может, это не блуд, если по любви? А может быть, у меня теперь уже не может быть любви, так все в душе выжжено? А что, если мы поженимся, и она окажется “не той”, надо попробовать “просто так” пожить и проверить?» – эти и другие вопросы нуждаются в разрешении. И надо еще научиться влюбляться и любить без блуда! А как простить обиды? Просто забыть не получилось: оказывается, прощение – тяжкий труд. Так старался, что понял: по крайней мере, новых обид лучше не собирать. И молитва, сердечная и простая, становится спутником человека в этой ежедневной работе. «Мой

негордый Бог», по слову преподобного Симеона Нового Богослова, «не стыдится принимать меня снова и снова».

Возмещение ущерба

Жизнь стала изменяться, принося новые радости и заботы. Трезвость стала уже «обыкновенным чудом», старая жизнь вспоминается уже как «давно прошедшее время». Но на самом деле она была совсем недавно и все время напоминает о себе: близкие помнят старые обиды; соседям не вернул долг; жена ушла и забрала дочку, дочь растет теперь без отца. Оказывается, нельзя начать жизнь с чистого листа, не приняв ответственность за то, что делал раньше. Поэтому теперь приходится возмещать нанесенный людям вокруг ущерб, где, как и когда это возможно. Теперь правда в жизни выздоравливающего наркомана или алкоголика начинает распространяться на жизнь его ближних и не очень, но все равно ближних, потому что дальних нет. Происходят удивительные вещи: исцеляются старые обиды, возвращаются денежные и иные долги, восстанавливаются отношения после покаянного «прости меня». Любопытная и очень важная деталь: ущерб возмещается по возможности прямо, т. е. взял деньги в долг – верни деньги с учетом инфляции; не воспитывал дочь – теперь воспитывай, проводи с ней время, а не просто плати алименты. Просьба о прощении тоже важна, конечно, но ею не исчерпывается эта работа.

Выздоровливающий человек нуждается в выработке навыка наблюдения за собой. Обычно первое время рекомендуют составлять так называемый

план дня, планируя накануне основные дела, чтобы принимать решения осознанно, не «плыть по течению» своей жизни и избегать импульсивных поступков. Вечером рекомендуется краткий письменный анализ дня, помогающий выделить главные события и свое поведение в них, заметить свои ошибки и понять, что можно поправить, а также понять, кому и за что сегодня есть благодарность. Благодарность обладает особой целительной силой, будь то благодарность людям или Богу.

Каяться, просить и благодарить

К этому времени уже сформировалась привычка к молитве. В анонимных сообществах принята краткая молитва о душевном покое: «Боже, дай мне разум и душевный покой принять то, что я не в силах изменить; мужество изменить то, что могу; и мудрость отличить одно от другого». Краткость и простота привлекают к ней многих, но уже в самом начале выздоровления, когда складывается практика молитвы утром и вечером, возникает желание просить Бога о помощи, каяться и благодарить за добро. Тогда выздоравливающий наркоман вспоминает о церковных молитвах, нередко помогают в этом и родители, давно и усердно молящиеся за свое чадо, и наркоман или алкоголик читает «Отче наш», «Богородице, Дево», Иисусову молитву – как может, конечно, – и другие молитвы обихода. Многие начинают ходить в храм; кому-то помогают воцерковленные друзья, кто-то идет сам искать Бога в Церкви, читая книги, разговаривая со священниками и начиная ходить на тихие вечерние службы. К сожалению, в отсутствие руководства этот процесс может идти пунктирно,

сопровождаться многими страхами и ошибками. Но, так или иначе, необходимость молитвы и богомыслия, т. е. чтения духовной литературы, прописана в формуле Двенадцати шагов, и потому человек ищет. Впрочем, часто духовные размышления ограничиваются только чтением сборника рефлексий «Размышления на каждый день», написанного и принятого соответствующим сообществом. Он транслирует опыт духовного пробуждения в выздоровлении, но это, конечно, частные точки зрения. Грустно, впрочем, то, что многие алкоголики и наркоманы не читают: у нас в центре были пациенты, которые за жизнь не прочли ни одной книжки (!), даже школьного учебника, даже детектива. Поэтому чтение даже такой литературы – прогресс.

Свидетельствовать

Наконец, достигнув духовного пробуждения в результате всей этой работы, т. е. обнаружив в себе «вертикальное» измерение своей личности, выздоравливающий наркоман или алкоголик просто продолжает так жить, применяя эти принципы во всей своей жизни, и тогда **его видят**: «Не может град укрытись верху горы стоя» (Мф. 5, 14). Хвалиться в своей жизни нечем: все сделал Бог. «Свидетельствовать», как это делают протестанты, приходя и навязывая свою веру, кажется невозможным без гордостного вреда для души³¹. Но когда

³¹ Впрочем, выздоравливающие алкоголики или наркоманы иногда ходят в наркологические больницы и, с разрешения заведующего отделением, разговаривают с теми, кто хочет послушать о выздоровлении. Это трудная работа. Больной не знает, что можно выздоравливать, и не верит никому. **Может быть**, поверит такому же, как он. (Примеч. авт.)

новичок приходит на собрание испуганным и не понимающим, как жить, к нему подойдет кто-то из тех, с кем это тоже было и он через это прошел. Новичок возьмет то, что ему понравилось, и отбросит остальное. А выздоравливающий человек тем самым вспомнит, откуда он, и возгреет в себе благодарность Богу.

Перечисленный путь очень кратко и потому неполно описывает основные этапы выздоровления алкоголика и наркомана, причем каждый абзац соответствует одному-двум шагам программы Двенадцати шагов. Это дополняется практикой ежедневных молитв, анализа дня, посещением собраний анонимных наркоманов или анонимных алкоголиков. Там делятся опытом такой жизни и работы по программе, там можно получить помощь или помочь тому, кому хуже, чем тебе. Первое время лучше заниматься этим как работой, отдавая выздоровлению серьезную часть своей жизни, нередко в этом помогают реабилитационные центры. Но уже через один-три месяца можно начинать возвращаться в социум: работать, больше времени уделять семье, не оставляя, конечно, усилий по выздоровлению. Через год-полтора трезвость становится стабильной и требует поддержания, но уже при небольших затратах времени и сил. Однако духовный путь продолжается. Просто он выступает уже, возможно, в других формах, в т. ч. нередко церковной. Необходимо возвращаться к пути, который привел к трезвости, и благодарить Бога за бесценный дар трезвой и духовной жизни.

Критика программы Двенадцати шагов

Выздоровление как духовный путь с трудом принимали в профессиональном сообществе. Критика программы Двенадцати шагов со стороны медиков сводилась к игнорированию духовной природы алкоголизма и наркомании, а потому эту программу часто просто не хотели знать как непрофессиональное, т. е. немедицинское вмешательство в «дела врачей». Ничего нового: бывало, что и священника не пускали к больным, а тут какие-то алкоголики... Медики не знают и знать не хотят, что существует реабилитация *после* медицинской помощи, и лет двадцать (!) нам в Москве приходилось доказывать ее успешность. Сейчас примерно половина врачей рекомендуют своим пациентам продолжение выздоровления в программе Двенадцати шагов, остальные часто говорят о них пренебрежительно – но *никогда* не приходят посмотреть. Что ж, мы выросли в советское время...

Но самое печальное в том, что некоторые клирики Православной Церкви занимают похожие позиции. Их критика программы Двенадцати шагов основана на искажении фактов и затем гневном осуждении. Программу называют безбожной, говорят, что в ней нет понятия греха – а там половина шагов про покаяние и остальные – про принесение его Богу; программу называют сектой – но там нет ни вероучения, ни культа, ни лидера, ни денег; говорят об отчаянии – но сама программа говорит о духовном пробуждении, и на собраниях вы встретите радость. Программу, которая утверждает себя вне – но не против! – Церкви, обвиняют

в том, что она не проповедует Христа. Наконец, православный сайт перевел и выложил в сети пасквиль основателя *атеистической* программы «Рациональная терапия» – конкурента Двенадцатишаговых программ!

Анонимные сообщества в ответ молчат. По своему уставу – традициям они не включаются в полемику, они просто работают и помогают выздоравливать алкоголикам, наркоманам и их близким. Они делом отвечают на эту критику.

Все это очень грустно, потому что на самом деле работа анонимных сообществ нуждается в критике, критике трезвой и профессиональной. Анонимные сообщества находятся вне Церкви, их функция состоит в том, чтобы помочь сохранять трезвость путем духовного пробуждения, это дорога к храму – но не сам храм. И потому возникают два вопроса: о Церкви и о самой дороге.

Во-первых, нужно, чтобы дорога и храм встретились. То есть нужно, чтобы происходила встреча человека, покаянно изменяющего свою жизнь, с Богом в Церкви. Нужно, чтобы Церковь встретила человека, обратившегося к Богу, и показала ему Истинного Бога – это ее прямая задача, в отличие от анонимных сообществ. На практике это выглядит так: признав собственную неспособность совладать с зависимостью, наркоман или алкоголик в сообществах находит более могущественную силу, помогающую ему сохранять трезвость, – людей, обладающих опытом выздоровления, силами, надеждой – всего этого у новичка нет. С помощью этой поддержки он какое-то время сохраняет трезвость, и жизнь закономерно становится лучше, чище,

выше, потому что люди, помогающие ему, живут именно так. Тогда, идя вслед за ними, он приходит к необходимости принять решение: поручить свою волю и жизнь Богу. Что он знает о Боге в это время? Очень мало – и много, это милость Бога к нему, грешному, опытно переживаемая в эти дни. Поэтому человек ищет Бога – и может встретить Его в Церкви, если услышит знакомое: «сами себе, и друг друга, и весь живот наш Христу Богу предадим – Тебе, Господи». Оказывается, здесь происходит то, что человек ищет! Далее, в соответствии с программой Двенадцати шагов исследуя дефекты своего характера и признавая их перед собой, Богом и каким-либо другим человеком, он встречается с церковным Таинством Покаяния, с так называемой генеральной исповедью, и если священник поможет ему в этом, вновь произойдет эта встреча со Христом. Программа затем предлагает ему, вновь признавая свою несостоятельность в одиночку справиться с грехами, страстными привычками – «дефектами характера», просить Бога об избавлении от них в регулярной работе, и здесь Таинство Покаяния вновь может стать для него путем осуществления этой работы, как и возмещение ущерба другим людям, по возможности осуществляемое в совете со священником и товарищами в сообществе, уже имеющими такой опыт. Что уж говорить о молитве и размышлении одиннадцатого шага, т. е. чтении духовной литературы и размышлении в беседе с духовником, – только Церковь и может направить здесь человека! И тогда духовное пробуждение, о котором говорит программа Двенадцати шагов в своем последнем шаге,

становится пробуждением веры в человеке, который пришел в Церковь и продолжает идти этим путем далее, ходя в храм и прибегая к Таинствам, но не забывая и практическую сторону своей трезвости – опыт выздоравливающих алкоголиков и наркоманов и отдавая собственный опыт другим членам сообществ – вне Церкви.

Церковь и программа Двенадцати шагов

Таким образом, взаимодействие Церкви с программой Двенадцати шагов может стать действенным опытом ее миссии там, где особенно нужно ее окормление – среди страдающих и пытающихся идти к выздоровлению наркоманов и алкоголиков.

И это действительно сейчас происходит. Сегодня около 10 московских православных приходов предоставляют свои помещения для собраний анонимных сообществ. В регионах тоже известны примеры успешного взаимодействия. Священники находят силы и время помогать духовным советом, отвечать на вопросы, просто показывать собой, как Православная Церковь ждет своих чад. Кроме наркоманов и алкоголиков, множество жен, матерей, детей в соответствующих группах получают здесь помощь, и роль миссии огромна. Священник может пригласить желающих – уже вне собрания анонимных сообществ, но внутри своего общения с людьми – на чтение акафиста образу «Неупиваемая Чаша», в паломническую поездку.

Здесь есть динамика. Пятнадцать лет назад, когда мы только начинали работу в реабилитационном центре, священники с недоумением слушали

нас, общества православных врачей отказывали нам в сотрудничестве. А мы, в ответ на просьбу помочь с молитвой, писали пациентам «Отче наш» и другие молитвы и искали «понимающего» священника, который после исповеди наркомана не «поставит его на поклоны», запретив ходить к анонимным наркоманам. Сегодня в нашем реабилитационном центре работает катехизический семинар для желающих, пациенты читают и стараются (под руководством) понимать Евангелие, а паломнические поездки не могут вместить всех желающих. Здесь именно происходит встреча, и запрос наркомана, алкоголика или их родственников о помощи находит ответ в Церкви...

Но не все бывает гладко. Наша Церковь только начинает узнавать движение анонимных сообществ, и это первые шаги в их взаимодействии. Бывают и неудачные опыты. В том же Даниловом монастыре алкоголики не смогли вести себя достаточно вежливо, и количество собраний в здании воскресной школы пришлось сократить. Недавно закрыли – надеюсь, ненадолго – группу наркоманов, которая собиралась в Новоспасском монастыре в Москве: молодые люди на территории монастыря вели себя не очень-то по-монастырски... Да, это наркоманы и алкоголики, они не ангелы. Но хотят стать лучше... Не все сразу. Наверное, «неангельский» характер этих прихожан надо учитывать при организации новых групп. Наверное, нужно все же помнить, что анонимные сообщества – это внецерковная организация, в отличие от воскресной школы. Но собрания в церковных помещениях, как мне кажется, проходят с особым вниманием и пользой, ведущий предупреждает

о соблюдении церковных приличий. Это должно быть движением навстречу друг другу.

Еще вопрос, возникающий в связи с критической оценкой деятельности Анонимных Сообществ, – это вопрос о пути. Если мы думаем, что они являются дорогой к храму, то насколько хороша сама дорога, туда ли она ведет? И тут наблюдаются тревожные тенденции.

Первым возникло Сообщество анонимных алкоголиков, это было в 30-х годах в США. Программа Двенадцати шагов, выработанная ими и без изменений принятая остальными анонимными сообществами: анонимными наркоманами, группами родственников алкоголиков Ал-Анон и др., – эта программа без обиняков называет Бога источником помощи в сохранении алкоголиком трезвости и изменении им своей жизни. Более того, программа формулирует это не просто как помощь, а «печение Бога», «волю Бога, которую нам надлежит исполнить». Оговорка «как мы Его понимаем» относится скорее к тому, каким Бог встретился человеку в его личном опыте, а вовсе не предполагает многобожие или «придуманного», «удобного» бога, что ясно видно из литературы анонимных алкоголиков³². В программе *нигде* не употребляется слово «Бог» во множественном числе, и все-

³² Вообще, если говорить о позиции анонимных сообществ, лучше поверять свою точку зрения по так называемой «программной» литературе, т. е. по текстам, одобренным как соответствующие духу программы Двенадцати шагов на всемирных форумах этих сообществ. Ими же эти тексты и издаются, что сохраняет единство главных позиций, не уклоняясь в частные мнения отдельных участников. Это имеет негативное побочное следствие: вся литература переводная, причем этой всемирной службой, и потому там полно американизмов, вызывающих иногда недоумение. (Примеч. авт.)

гда Он – Бог – Личность с большой буквы. Это оставляет алкоголику возможности идти дальше по пути познания Бога, в углублении своего «понимания» Его. В уставе АА Бог противопоставляется любому лидерству в сообществе, способность людей выразить свой опыт встречи – или понимания – любящего Бога, без споров о мнениях отсылает к Его авторитету.

Но шли годы, и мир менялся. Созданные в 50-е годы сообщества анонимных наркоманов не в формулах, но в трактовке Двенадцати шагов стали несколько отличаться от этой позиции, что видно из их литературы. Там появился оборот «Высшая Сила», применяемый как синоним слову Бог – опять только в единственном числе и с большой буквы, – в целях политкорректности (ложно понимаемой. – *Авт.*). Это, несомненно, явилось следствием расцерковления мира, влияния нью-эйджевских течений и определенной нравственной глухоты потребителя. Все это в полной мере – если не в большей – относится, боюсь, и к современной российской действительности. Те же секты–колдуны–экстрасенсы, тот же культ потребления, та же нравственная глухота... Выражение «Высшая Сила» сегодня легко привилось в сообществе анонимных наркоманов, да и в других сообществах его тоже можно услышать. Употребляется это выражение синонимично слову «Бог», и это, конечно, одно из имен Божьих, но церковный человек сразу настораживается: замена неэквивалентна. Как бы не ошибиться в адресе, как бы не послужить другой, мимикрирующей под Бога, силе... Утешает то, что

человек при этом все равно идет путем покаянного изменения своей жизни, молится, конечно, Богу и нередко **узнает** тогда в безличной «Высшей Силе» Христа. Думаю, что чем скорее узнает, тем меньше шансов у него будет заблудиться во всяких йогах, Высших Разумах и пр. И здесь роль Церкви важна как никогда. Нам нужно суметь принять человека, который ищет Бога, пойти ему навстречу, чтобы его встреча с Богом Живым состоялась в Церкви. Чтобы он, по слову святых отцов, увидел в наших глазах «сияние вечной жизни».

Последнее, о чем хочется сказать в этой главе, – напомнить православному читателю евангельскую историю о слепорожденном (см. Ин. 9, 38). В нашей жизни тоже явились дела Божьи: алкоголики и наркоманы трезвые, покаянно меняют свою жизнь, молятся Богу и возмещают нанесенный ими ущерб. Как никто, это видят их родители и близкие, знавшие их еще месяцы назад опасными, страдающими и озлобленными. Чудны дела твои, Господи! Как соседи того слепорожденного, мы нередко спрашиваем: да тот ли это человек? «*Како ти отверзостеся очи?*» (Ин. 9, 10). И как тот слепорожденный, **не знавший Христа Богом**, но точно рассказавший, что с ним сделал «тот человек», после чего он прозрел, – так же и алкоголик с наркоманом нам объясняют, как они выздоравливают в анонимных сообществах по программе Двенадцати шагов и остаются трезвыми. Нам тогда нужно увидеть главное – преображение человека и поклониться Богу в изумлении и радости, а не «субботствовать», упрекая за второстепенные вещи: за молитву, взявшись за руки; за америка-

низмы в литературе и недостаток воспитания в вере. *«Отвеща человек и рече им: о сем бо дивно есть, яко вы не весте, откуда есть, и отверзе очи мои; вемы же, яко грешники Бог не послушает, но аще кто Богочтец есть и волю Его творит, того послушает... аще не бы был сей от Бога, не мог бы творити ничесоже»* (Ин. 9, 30–31, 33). И какая радость, надежда в конце той истории, вспомним: *«Он же рече: верую, Господи. И поклонися Ему»* (Ин. 9, 38).

Помочь любому человеку

Хотелось бы, конечно, сказать, что все «грамотно» выздоравливающие люди приходят наконец в Церковь и получают свое исцеление из рук Самого Спасителя. Но реальность такова, что программа остается светской формой помощи алкоголикам и наркоманам, она *действительно* внерелигиозна! Упомянутый образ дороги к храму не совсем точен. Единственным условием для участия в анонимных сообществах есть желание избавиться от зависимости: алкоголизма, наркомании, созависимости – и **только** для этого, без какой-то иной скрытой цели, сообщества и существуют. Это, кстати, отличает их от разнообразных конфессиональных общин и им подобных заведений, в первую очередь протестантских, где на входе приглашают всех, но потом давление среды оказывается таким, что волей-неволей человек начинает молиться несвойственным ему образом. Целью этих общин оказывается, конечно, именно миссия, а не социальное служение как таковое.

В отличие от них анонимные сообщества честно стоят вне церквей и не зовут туда. Это позволяет

начать выздоравливать всем, независимо от их религиозной принадлежности или отсутствия таковой. Мы радуемся, когда при православном храме начинает работать группа анонимных наркоманов, и многие впервые приходят в храм благодаря этому. Но кто-то не приходит на эти собрания именно потому, что не приемлет религиозного пути. В Москве много групп при наркологических диспансерах, в домах культуры, поэтому у людей есть возможность выбора. Главное – не отказать в помощи **действительно любому** человеку, нуждающемуся в ней. Необходимо строго различать Церковь и социальные службы, только сотрудничающие, но не присоединяющиеся к ней.

Кстати, именно внецерковность анонимных сообществ уберегла их от протестантизма, иначе, американское по рождению, это движение стало бы просто одним из множества протестантских ответвлений, неприемлемым для православных людей. Сейчас же православные облачают сухие формулы шагов в плоть православной веры, не навязывая это, однако, другим – это запрещено традициями.

В программе нет ничего антицерковного. Бог помогает людям и за оградой Церкви; мы не знаем, как Господь встретит человека. Естественный закон, совесть говорит в сердце каждого человека, и потому в той или иной мере он может идти по пути выздоровления в программе, даже и не обратившись к Церкви. При этом происходит следующее: цель трезвости достигается, человек изменяет свою жизнь, делая ее более правильной и духовно ориентированной, т. е. он переживает духовное

пробуждение. Но оно недостаточно для спасения души, и если Господь по Ему Одному ведомым путям спасет этого человека, то «как бы из огня» (1 Кор. 3, 15). Однако выздоровление, может быть, подготовит человека к самой возможности принять эту милость. По крайней мере, он уже не «пияница», который точно не «наследит Царства». И более того: живя трезво, человек будет испытывать духовное стремление ко Христу, потому что трудно жить трезвому без Бога... Шаги учат честно отвечать на вопросы, которые ставит жизнь, – человек не найдет вне Христа нужных ответов. И задумается...

Список литературы

1. *Арх. Алимпий, арх. Исаия.* Догматическое богословие. Курс лекций. Свято-Троицкая Сергиева Лавра, 1997.
2. *Св. Иоанн Дамаскин.* Точное изложение православной веры: Репринт. Ростов-на-Дону, 1992.
3. *Свт. Златоуст Иоанн.* Беседа 12 на Книгу Бытия / Творения св. отца нашего Иоанна Златоуста, архиепископа Константинопольского: Репринт. СПб.: Изд-во Санкт-Петербургской Духовной Академии, 1898.
4. Основы социальной концепции Русской Православной Церкви. 2005. Сайт Патриархии РПЦ www.patriarchia.ru/db/text/141422.html
5. Основы учения Русской Православной Церкви о достоинстве, свободе и правах человека. 2008. Сайт Патриархии РПЦ www.patriarchia.ru/db/print/428616/html
6. *Савина Е.А.* Возвращение Кая. Зависимость от алкоголя и наркотиков. Выздоровление. М.: Адрус, 2006.
7. *Савина Е.А.* Духовной жаждою томим. Выздоровление от алкоголизма и наркомании. М.: Адрус, 2007.
8. *Савина Е.А.* Я люблю его... Семье и друзьям алкоголиков и наркоманов. М.: Адрус, 2008.



ОПЫТ ВЫЗДОРОВЛЕНИЯ В ДАНИЛОВЕ

Я пил 40 лет

Меня зовут Семен. Я алкоголик. Мне 58 лет, из них 40 лет я пил. В первый раз попробовал спиртное в возрасте трех с половиной лет. На свадьбе у дяди мне кто-то налил вина, я выпил и потерял сознание. Все думали, что я умер, но я ожил, очнулся, но никак не мог встать на ноги.

Воспитывала меня мама, отца я не помню. Мама постоянно училась, ездила в командировки, а я жил сам по себе. Помню, как однажды нахулиганил в детском саду и меня в качестве наказания отвели в холодный чулан. Я простоял там всю ночь, замерз и заболел. Когда приехала мама, я честно рассказал ей обо всем случившемся. Мама пошла к директору садика, после чего ночных нянечек наказали, и они начали мне мстить. Из всего случившегося я сделал вывод, что говорить правду нельзя. После этого случая я замкнулся в себе и стал всего бояться. Страх стал моим постоянным спутником.

Когда мне было 11 лет, мама заболела душевной болезнью, шизофренией. Мы жили с ней в однокомнатной квартире, и во время кризисов болезни я постоянно испытывал чувство страха.

Меня называли «сыном дурочки», и я боялся, что моя мама действительно «дурочка», боялся ходить в школу и еще многого-многого другого.

На праздниках и во время застолий, где присутствовали другие дети, я старался сидеть около взрослых, смотрел, как они веселятся, и мне это нравилось. Когда я что-то говорил, они подмечали, какой я «умный и хороший»; когда взрослые куда-нибудь отлучались, я тайком пробовал спиртное, сначала пальцем, чтобы не обжечься, а потом и большими глотками.

В семь лет я начал курить и курил в течение всей своей последующей жизни, 47 лет. Когда мне нужны были деньги на сигареты, я воровал их из чужих карманов. Страх и ложь стали для меня той реальностью, в которой я находился постоянно, но тогда я не осознавал, что делаю что-то неправильно. Я осуждал и ненавидел людей, особенно тех, у кого были родители, ведь я все время был один и очень страдал от одиночества.

Потом меня перевели в интернат, и я стал учиться вместе с детдомовскими детьми. Вот где была настоящая вольница! Там я в полной мере ощутил, что никому не нужен: хочешь – ходи в школу, не хочешь – не ходи... Так же и во всем остальном. Здесь я впервые попробовал вино осознанно. Мне было четырнадцать с половиной лет, когда мы с одноклассником на двоих выпили целую бутылку. Он уехал домой, а я еле дошел до интерната. Мне было очень плохо, всю ночь меня рвало... Утром я сказал себе, что больше никогда не буду пить эту гадость. Однако со временем пристрастился к пиву. Хмелел я очень быстро.

Во время встреч с одноклассниками, когда все уходило танцевать, я спешил выпить быстрее несколько рюмок подряд, чтобы никто не видел, и к концу вечера падал, как говорят, лицом в салат. Мне все время хотелось «догнаться» до того, чтобы полностью потерять рассудок.

После школы я пошел работать. В те времена пили все. Первая зарплата, первый вытрезвитель, первый привод в милицию, и пошло и покатилось... Но в один прекрасный день я понял, что мне надо что-то менять в жизни: я прогуливаю работу, меня постоянно наказывают, и я решил жениться. Женился. Думал, что жизнь изменится... У меня родилась дочка, но когда это произошло, мне стало еще хуже. Ребенок кричал ночами, я от этого раздражался. К сожалению, не понимал тогда, что такое отцовство. Обязанности были для меня обузой. Начались скандалы, я уходил из дома, потом возвращался, и так продолжалось несколько лет. Потом я ушел совсем. В том, что происходило в моей жизни, я винил всех, кроме себя самого.

Я встретил другую женщину, завел новую семью. Но по большому счету ничего не изменилось.

Мне предложили кодирование. Я закодировался на год, но все время ждал, когда этот срок закончится. Когда год прошел, у меня начался страшнейший запой, я допился до безумия. Только ближе к сорока годам я начал понимать, что со мной творится что-то ужасное и надо что-то делать, но своими силами ничего изменить я не мог. Я общался с врачами-наркологами, мне ставили диагноз алкоголизм, родственники тоже говорили мне, что

я алкоголик, но я никому не верил: «Да это я-то алкоголик?! Алкоголики – это те, кто валяется под забором, а у меня и квартира, и дача, и машина!» Я не понимал тогда, что я больной человек.

Как-то раз у меня заболело сердце, и один мой родственник, врач по специальности, пристально глядя мне в глаза, спросил: «Ты хочешь жить?» Я ответил утвердительно. «Тогда бросай пить», – сказал он. И я бросил. Не пил шесть лет, хорошо работал, появились деньги. Только вот изменилось отношение к людям, я стал злопамятным. Когда я выпивал, многое прощал и другим, а тут просто до ненависти доходило: если человек не выполнял свою работу из-за того, что пил, я переставал считать его человеком. Только теперь я понимаю, что все выше и выше возносился над людьми в своей гордыне.

Принял веру алкоголиком

У Бога случайностей не бывает. Я стал захаживать в Церковь. В возрасте 42 лет окрестился. Священник, который меня крестил, говорил, что надо обязательно исповедоваться, причащаться, я это всё внимательно выслушал, но сделал по-своему. Я стал бывать на богослужениях, мне нравилось, как поют в храме. Начал учить молитвы, но причастился только через три года. Помню, как во время первого Причастия у меня вся куртка промокла от слез, а внутри будто что-то обожгло меня. «Какой же кагор-то крепкий», – подумал я тогда. После Причастия мне стало так весело, что на

радостях я выпил несколько бутылок пива. А через полгода на поминках я сначала опорожнил рюмку сухого вина, а потом запил ее бутылкой коньяка. После этого у меня начался запой, который продолжался 13 лет.

В это время я ходил в храм, отдавал десятину, ездил на послушания в монастыри, посещал святые места, но отношение к Богу при всем этом у меня было каким-то «своим». Только спустя годы я понял, что принял веру алкоголиком, а соответственно, и восприятие духовной жизни тоже было «алкогольным». Интересно, что в те годы, как и теперь, я работал водителем, но меня или не останавливали сотрудники Госавтоинспекции, или, если останавливали, не замечали того, что я нетрезвый. Я проработал 30 с лишним лет и пил почти каждый день.

В какой-то момент, находясь в монастыре, я вдруг почувствовал, что меня никто в этом мире не понимает: ни родные, ни близкие. И тогда я попросил у архимандрита благословения на монашество. Но Его Высокопреподобие, который знал о моих проблемах с алкоголем, выслушав мою исповедь, спросил: «Ты живешь в Москве? Я тебя благословляю: езжай домой и живи в своей квартире, там спасешься». «Вот, – подумал я, – даже Церковь от меня отказалась. Никому я не нужен».

Осознание болезни. Ушла тяга к спиртному

Примерно через год священник храма, прихожанином которого я являюсь, направил меня в Свято-Данилов монастырь, где мне предложили посещать группу анонимных алкоголиков.

Во время своего первого посещения группы в стенах воскресной школы монастыря я услышал, что Двенадцать шагов, программа, по которой занимаются в сообществе, – американская. Я был воспитан в духе советского народа: «американское – значит нехорошее» – и не принял ее. Я подумал, что это секта какая-то «делает» какие-то свои «шаги». Однако, выходя с собрания, я был удивлен тому, что мне почему-то не хотелось выпить, и тогда я подумал: «Колдуют они там, что ли?» Но, слава Богу, священник, который меня туда направил, хорошо знал работу сообщества. Он сказал мне: «Обязательно посещай группы. Их порядка сорока в Москве. В течение 90 дней надо ходить ежедневно». «Батюшка, но ведь я работаю!» – пытался возражать я. Но священник настоял: «Бог всё устроит».

И, действительно, Бог устроил: я каждый день посещал группу. Я не понимал еще, что такое шаги и традиции, но я точно знал, что мне не хочется выпивать. Тяга к спиртному ушла на физическом уровне. Я испытал в своей жизни много способов бросить пить, но ни один из них до этого момента не принес желаемых результатов.

Со временем нашел в группе наставника, человека с опытом выздоровления, стал читать литературу. Здесь же я узнал, что не принимал своей болезни, не хотел считать себя алкоголиком, не признавал своего бессилия перед спиртным. Лишь со временем пришло понимание того, что

у меня алкогольное мышление. Здесь же я узнал, что такое феномен тяги, которая не зависит от моего желания пить или его отсутствия, не зависит от моей силы воли, и никто не знает, как и когда она возникает и по каким причинам исчезает. И еще когда я начал заниматься по программе, обнаружил у себя отсутствие памяти. Позже я узнал, что когда человек начинает употреблять постоянно, останавливается его духовное развитие, начинается деградация. Я начал пил в 15 лет и прекратил, когда мне было 55. Мое мышление было таким же, как у 15-летнего ребенка. Я долго не желал признавать этого, но постепенно осознание того, что я болен, пришло.

Выздоровление в сообществе. Шаги

Первый и главный принцип выздоровления в сообществе анонимных алкоголиков – признание своей болезни. Среди выздоравливающих собратьев и мне посчастливилось понять, что я болен и другим уже никогда не стану, что алкоголизм – это неизлечимое заболевание, но с ним можно жить. Теперь я это точно знаю. Я видел людей, которые не пьют по 20 лет, посещают группу, работают по программе, и поверил им. Они живут трезвыми и умеют радоваться такой жизни.

Интересно, что, когда я начал посещать группу, я не хотел научиться трезвости, я просто не знал, как это делается, всё мое прошлое было связано с пьянством. Я мечтал лишь на-

учиться пить правильно... Но постепенно я понял, что мой путь – это путь трезвой жизни, но у меня есть право выбора, меня никто не заставляет посещать группу. Просто я точно знаю, что если начну пить, то в моем возрасте и при моем состоянии этот запой может стать последним.

И вот еще что. Через полгода трезвости батюшка благословил меня посещать собрания группы «Метанойя», во время которых священник читает Евангелие, потом евангельский отрывок обсуждается, собравшиеся делятся личным опытом выздоровления. И это тоже помогает мне оставаться трезвым.

Хочется сказать о том, что программа Двенадцати шагов помогает любому человеку, у которого есть проблемы с алкоголем, независимо от его вероисповедания. Проходя ее шаги вместе с наставником, мы воочию убеждаемся в том, как, отдавая, получаем. А ведь почти всю свою жизнь я только и делал, что брал. Это же касалось и работы в программе: я приходил в группу лишь для того, чтобы высказываться, услышать от кого-то что-то полезное. Лишь со временем пришло понимание особой значимости положительного опыта выздоровления, который один алкоголик передает другому. Так и я, чтобы выздороветь, обязательно должен передавать свой опыт тем, кто нуждается. Ведь именно это помогает мне самому оставаться трезвым каждый день, именно это предполагает работа по двенадцатому шагу. Так именно в программе я понял смысл серафимовского

«Спасайся сам, и вокруг тебя тысячи спасутся». Сначала надо протрезветь самому, и только тогда Единственный наш Врач, Живущий на Небесах, может излечить любого человека, сделав тебя Своим орудием. В молитве одиннадцатого шага я прошу Его о том, чтобы через меня Он помогал людям в их бедах, в проблеме с алкоголем.



Как помочь близким алкоголиков

Часть 3

Пьянство есть добровольное неистовство, низвержение мыслей; пьянство есть несчастье, достойное смеха, болезнь, достойная осмеяния, произвольное беснование, оно хуже умопомешательства.

Иоани Златоуст

СЕМЕЙНАЯ ЛОВУШКА

Этот отрывок из книги А. Спиккарда и Б. Томпсон «Страсть к спиртному. Что следует знать об алкоголизме» как нельзя лучше иллюстрирует проблему совместной жизни с алкоголиком и дает представление об алкоголизме как о семейной болезни. Книга была специально написана для того, чтобы помочь христианам – тем, кто подвержен пагубному пристрастию и хочет избавиться от алкоголизма.

Химическое поражение мыслительной способности и памяти

Токсическое действие алкоголя серьезно ослабляет способность алкоголика правильно судить об адекватности своего поведения. Находясь какое-то время в приподнятом настроении со снятыми запретами, алкоголик способен даже самые сомнительные и пагубные свои действия истолковывать так, будто они демонстрируют его особую проницательность и успех в обществе. Поскольку пьянство часто оказывается единственным удовольствием, которое осталось у него в жизни, алкоголик вспоминает моменты своего опьянения в розовых, буколических тонах. За этим **эйфорическим воспоминанием** от алкоголика прячется истинный ха-

ракти его поведения, и часто он бывает изумлен, обнаружив, что его отношения с окружающими навсегда испорчены поступками и словами, которые ему помнятся как необычайно удачные и остроумные.

Способность учиться на ошибках у алкоголика слабеет вследствие химически индивидуальных провалов памяти. <...> Некоторые наиболее скандальные и предосудительные действия алкоголика не оставляют в его памяти следа. «Он ведет себя так, будто ничего не произошло, – говорит смущенная жена алкоголика после кошмарного вечера с дракой. – Как мне теперь жить со всем этим?» Истина заключается в том, что для алкоголика часто и в самом деле **ничего не произошло**. В то время как жене остается лишь сомневаться в своей собственной нормальности и с грехом пополам подавлять приводящие в ярость воспоминания о физических и словесных оскорблениях, у алкоголика – по причине химического повреждения памяти – нет живой обратной связи со своим поведением. Ему нечего забывать, поскольку он ничего не помнит.

* * *

Алкоголизм поражает всю семью. Согласно оценкам, каждый алкоголик оказывает сильное воздействие на жизнь по крайней мере четырех человек; для Соединенных Штатов это означает, что не менее сорока миллионов раздраженных, измученных беспокойством и чувством вины детей и взрослых растрачивают свои жизненные силы на попытки сладить с разного рода выходками алкоголиков.

На первый взгляд, у каждой семьи алкоголика своя история. Некоторые живут с «тихим пьяницей», который «пассивно» пропивает свою жизнь, так что семья страдает только от его постоянного отсутствия. Другие живут с «жизнерадостным пьяницей», добрый нрав которого затрудняет принимать его пагубное пристрастие всерьез. Наконец, есть и такие, которым приходится иметь дело с неистовым и лживым алкоголиком, физически и психологически терроризирующим всю семью. Для таких терроризируемых семей жизнь превращается в непрерывный или периодический кошмар, которого здоровые семьи не могут себе даже представить.

Каковы бы ни были личностные особенности алкоголиков, члены их семей обычно реагируют на тяжкое бремя жизни с ними хорошо предсказуемым образом. Эти реакции могут стать такими же непреодолимо навязчивыми, как и поведение самого алкоголика, и, как таковые, они грозят ввергнуть членов семьи в настоящую болезнь – даже более серьезную, чем болезнь алкоголика.

Нежелание семьи признать реальность

Одним из самых удивительных аспектов алкоголизма является неспособность ближайших к алкоголику людей признать реальность его алкогольной зависимости. Семья алкоголика в среднем лишь через семь лет после появления явных свидетельств его патологического пристрастия признает, что в доме живет алкоголик. Еще года два она тянет с тем, чтобы обратиться за помощью. Что еще более странно, многие родные и друзья алкоголи-

ка продолжают отрицать его алкоголизм даже после его смерти от заболевания или несчастного случая, связанного с алкоголем. Один лечащийся алкоголик пишет:

«Недавно одна моя хорошая знакомая умерла от алкоголизма в возрасте 43 лет. Врачи нашли, что ее недуги свидетельствуют о многолетнем пьянстве. Тем не менее за шесть месяцев до ее смерти ее отец, волнуясь, объяснил мне, что она не алкоголичка, и назвал десяток женщин, которые пили больше и вели себя хуже. Все друзья и родственники убеждали в этом и ее. Большинство их все еще считает, что она умерла от сердечной недостаточности – ложь, которая была аккуратно воспроизведена в газетах»...

В этом упорном отрицании фактов членами семьи и близкими друзьями, каким бы бессмысленным оно ни казалось, есть своя логика. На ранних стадиях алкоголизма редко присутствуют очевидные признаки, позволяющие отличить алкоголика от сильно или даже умеренно пьющего человека. Когда все же появляются первые угрожающие симптомы – возрастающее потребление алкоголя, частое опьянение, изменение личности, – то ближайшие к алкоголику люди бывают ослеплены требованиями личной лояльности и страхом перед общественным осуждением алкоголизма. Для каждого из нас гораздо легче отмахнуться от вопроса о чем-то тревожащем отношении к алкоголю, приняв его за совершенно нормальное, чем допустить возможность, что у человека, которого мы хорошо знаем и любим, сформировалось социально неприемлемое пагубное пристрастие.

К тому времени, когда алкоголик оказывается в несомненной патологической зависимости от спиртного, его семья и оставшиеся друзья уже попадают в ловушку его болезни и зачастую теряют способность объективно судить о его состоянии. Искривленному восприятию реальности его семьей способствуют несколько важных факторов.

Изоляция

Редко встречается семья, в которой ведутся разговоры о присутствии в ней алкоголика. Стыд и замешательство воздвигают стену молчания вокруг каждого члена семьи и постепенно обрубают все связи между ними, кроме самых поверхностных. Это усугубляется тем, что нередко алкоголик очень искусно натравливает одного родственника на другого. Это хитроумное влияние раздражает старые раны и обиды и препятствует организации какого-либо совместного противодействия пьянству.

Члены семьи усугубляют свою изолированность тем, что постепенно отдаляются от друзей и всяческих внешних интересов. На горьком опыте они учатся тому, что не следует приглашать к себе домой знакомых, и из-за боязни непредвиденных ситуаций, создаваемых алкоголиком, им трудно вступать в серьезные отношения с другими людьми. Если у детей алкоголиков есть друзья, то зачастую это тоже дети алкоголиков.

Семейный мир алкоголика постепенно сужается до таких пределов, что в нем остаются лишь очень немногие, кроме самого пьяницы и тех, кто

вращается непосредственно около него. Это создает еще более благоприятные условия для выпивок и делает семью сильно зависимой от алкоголика в эмоциональном плане.

Эмоциональный разлад

Рано или поздно члены семьи алкоголика впадают в такой же эмоциональный разлад, которым страдает он сам. Они чувствуют себя виноватыми в том, что алкоголик пьет «из-за них», и в том, что они ненавидят или обижаются на тех людей, которых, по их убеждению, должны были бы любить. Им неудобно и стыдно за алкоголика. Их раздражает собственная беспомощность. Страх перед непредсказуемым поведением пьяницы смешивается с неопределенной тревогой за будущее, а возрастающая изоляция порождает чувство одиночества и подавленности.

Члены семей алкоголиков редко делятся своими переживаниями с другими. Вместо этого они подавляют свои чувства, которые в результате образуют настоящий гнойник отчаяния и ненависти к себе. Лишенная реального представления о себе самой, семья алкоголика становится все беззащитнее перед его манипуляциями.

Центральное положение алкоголика

В здоровой семье никто постоянно не является центром. Внимание уделяется достижениям и нуждам каждого члена семьи, и существует здоровый взаимообмен между мужем и женой, родителями и детьми.

Алкоголик же обычно становится в семье основным объектом внимания. Поскольку его поведение непредсказуемо и он является «неизвестным фактором», все мысли автоматически сосредотачиваются на нем. В каком он сегодня настроении? Если он трезв, что нам сделать, чтобы ему было хорошо? Если пьян, то как его умиротворить? Как нам не встать ему поперек дороги? Семья всегда начеку, пытаясь предсказать непредсказуемое и надеясь удержать скверную ситуацию, чтобы она не сделалась еще хуже.

Поскольку семья пребывает в эмоциональном разладе и ее изоляция усиливается и поскольку алкоголик находится в центре приложения ее сил, члены семьи часто принимают и точку зрения алкоголика на действительность. Дело не в том, что он слишком много пьет, а в том, что его жена сварлива, или дети шумят, или родители несправедливы, или хозяин – настоящий надсмотрщик. Члены семьи произвольно вбирают в себя фальшивые объяснения, умозрительные построения и проекции алкоголика и подобно ему самому могут отрицать его пагубное пристрастие, платя при этом необычайно высокую цену за его пьянство.

Главный пособник

Каждый член семьи алкоголика так или иначе меняет свое поведение ради его удобства и спасения его от последствий пьянства. Обычно имеется человек, который особенно выделяется в этом отношении: это – **главный пособник**. Главным пособником обычно является жена или муж, но это может быть и ребенок, или кто-то из родителей,

близкий друг, или работодатель, или церковный руководитель.

В первые годы пагубного пристрастия движущими мотивами главного пособника является любовь к алкоголику и забота о нем. Если говорить о главной пособнице, то она, чувствуя, что алкоголик действительно не может контролировать потребление спиртного, старается устранить само искушение, лишая его запасов алкогольных напитков³³. Она ищет в доме спрятанные бутылки, выливает в канализацию спиртное на сотни долларов, разводит виски и вино и пытается обустроить социальную жизнь пьющего мужа. Она сердится на приятелей, которые пьют и «искушают» алкоголика, и перестает принимать приглашения на вечеринки с выпивкой.

Несмотря на все эти усилия, алкоголик продолжает пить. Чтобы выжить и уменьшить нагрузки, которые, по ее мнению, провоцируют пагубное пристрастие мужа, главная пособница принимает на себя одну за другой все обязанности, которые складывает с себя алкоголик. Она оплачивает счета, чинит водопровод и берет на себя всё воспитание детей. Она лжет его начальникам относительно его отсутствия на работе, берет его на поруки из полиции, принимает его сторону в пьяных

³³ Говоря о главном пособнике, я для удобства употребляю местоимение «она». Конечно, существует множество мужчин, потворствующих своим женам в развитии и закреплении пристрастия к спиртному. Большинство из них сильно страдает от дикого и непредсказуемого поведения своих жен. Однако некоторые, напротив, сами побуждают своих жен к выпивке – ради расслабления и большей живости ума. В подобных случаях даже когда жена начинает беспокоиться по поводу своего опьянения, муж часто отмахивается от ее страхов и наливает ей еще стаканчик. (Примеч. авт.)

инцидентах и возит на работу, когда он лишается водительских прав. Часто не работавшие прежде жены алкоголиков вынуждены становиться кормильцами семьи, чтобы возместить средства, которые пропивает алкоголик.

Благие намерения главной пособницы создают алкоголику все более комфортабельные условия для выпивки. Он накормлен, ухожен, обеспечен транспортом. Алкоголик пренебрегает обязанностями взрослого человека, а взамен получает все жизненные удобства.

В то время как алкоголик защищен от последствий своего пагубного пристрастия, главная пособница все сильнее и сильнее ощущает свою несостоятельность. Она не может контролировать пьянство мужа и собственные эмоции. Она становится подавленной, угрюмой, болезненно чувствительной и раздражительной. Она ворчит и скандалит, в то время как на самом деле хочет быть любящей и доброй. Собственное трудно переносимое поведение усиливает ее чувство вины и стыда, а ее самооценка падает до нуля.

Алкоголик обладает удивительным умением играть на человеческих слабостях. Он пользуется эмоциональным разладом и зависимостью своей жены и нащупывает ее самые уязвимые места. Он подвергает разрушительной критике ее характер. И как раз тогда, когда она чувствует, что сыта всем этим по горло, он трезвеет и превращается в действительно очаровательного человека, в того мужчину, за которого, как ей казалось, она выходила замуж. Эти периоды трезвости могут в течение долгих лет поддерживать в ней надежду, что рано

или поздно она найдет ключ к разрешению алкогольной проблемы мужа.

Верующие христианки особенно подвержены эмоциональному рабству, которое навязывает им алкоголик. Этому нередко способствуют руководители Церкви, убеждая их в том, что надо быть терпеливыми и покорными, подчиняться власти мужа, даже если он употребляет ее во зло, и «поражать его своей добротой», как того требует самоотверженное служение Богу. Увы, как самого алкоголика, так и его жену доброта действительно «поражает», притом прямо-таки насмерть. Без «суровой любви» жены болезнь мужа-алкоголика прогрессирует, и жена втягивается в поистине разрушительный образ жизни.

«Сострадание, – говорит преподобный Джозеф Келлерман, – это терпеливое совместное страдание с человеком, а не страдание из-за его нежелания пострадать». Страдание жены алкоголика редко является сострадательным или искупительным. Это страдание отравлено ядом жалости к себе и обиды. Подлинная любовь заменяется комплексом мученика или тайным удовлетворением от того, что алкоголик зависит от главного пособника, как ребенок. Результатом часто оказывается садомазохистский танец смерти, угрожающий разрушением образа Божия как в муже, так и в жене.

Рано или поздно пособник приходит к крушению своих надежд. Слезы, просьбы, крики, мольбы и молитвы – ничего не действует. Невозможно больше верить никаким клятвам. При отсутствии помощи извне главный пособник и другие члены

семьи должны теперь либо расстаться с алкоголиком, либо налаживать весьма сомнительную жизнь рядом с ним.

Бегство

Некоторые жены, мужья, родители и дети решают бросить алкоголика. Они убеждены, что именно он является источником их несчастий и что если они от него отделаются, то смогут начать свою жизнь заново и с лучшими результатами.

Однако, как свидетельствует статистика, физическое разделение не исцеляет ран, нанесенных жизнью с алкоголиком. Дети алкоголиков часто вступают в брак с алкоголиками или сами становятся ими. Жены пьяниц могут сколько угодно восклицать: «Ни за что больше!» – но через какое-то время вступить в брак с другим алкоголиком, а потом и с третьим. В самих себе несут они семена поражения: ожесточение, обиду, чувство вины, низкую самооценку и раздражение. Иногда, спустя годы после расставания с алкоголиком, он все еще остается в центре их фантазий о реванше и мщении.

Прискорбно большое число супругов и детей решают бросить алкоголика, покончив с собой. Согласно одному неопубликованному исследованию, у двух третей подростков и юношей, погибших в результате самоубийства, один из родителей – алкоголик; согласно другому исследованию, эта цифра достигает 90 процентов. Поразительная частота такого рода отчаянных, непоправимых поступков является горьким свидетельством безнадежности, порождаемой жизнью с алкоголиком.

Разрядка

Согласно статистике, девять из десяти мужчин бросают своих жен-алкоголичек, тогда как девять из десяти женщин остаются со своими мужьями-алкоголиками. В ином случае эти цифры можно было бы считать доказательством большей верности женщин. К сожалению, причины, по которым женщины остаются в браке с алкоголиками, далеко не так возвышенны. Большинство жен алкоголиков не могут расстаться со своими мужьями примерно по тем же причинам, по каким те – с бутылкой. У них обычно мало средств, они не могут избавиться от эмоциональной зависимости и привыкли к странной смеси власти и зависимости, характерной для контактов алкоголика. К тому же они напуганы перспективой новых отношений, основанных на взаимном уважении.

Жены и мужья алкоголиков, которые не в состоянии бросить своих супругов, пытаются как-то разрядить свои взаимоотношения. Они делают все возможное для того, чтобы не раскачивать лодку, приспособивая свою жизнь и жизнь своих детей к пьянству алкоголика. Основная масса их усилий направлена к единственной цели – сохранению статус-кво.

К несчастью, алкогольное пристрастие не может застыть на месте, **алкогольная разрядка** со

Неумеренно и не вовремя употребляемое вино делает душу бессильной в борьбе с внутренними искушениями: душа бывает легко подвержена возмущению, страху бесовскому – там, где нет страха; стыдится, где нет стыда.

**Св. прав. Иоанн
Кронштадтский**

временем все более парализует систему отношений, что негативно сказывается на существовании всех членов семьи, включая самого алкоголика. Больше всего страдают в такой обстановке дети. Зажатые между больной матерью и больным отцом, они становятся жертвами алкогольного пристрастия, которое не замечают и не лечат.



В.Д. Москаленко,
*доктор медицинских наук, профессор, ведущий научный
сотрудник ФГУ «Национальный научный центр
наркологии» Минздрава РФ*

ИГНОРИРУЕМЫЕ МИЛЛИОНЫ, или КАК ПОМОЧЬ БЛИЗКИМ АЛКОГОЛИКОВ

Игнорируемые миллионы

Наличие в семье больного с зависимостью от психоактивных веществ обязательно влечет за собой и нарушения в жизни всей семьи. Трезво живущие домочадцы страдают не менее, а иногда и более, чем он сам. В научной литературе уже сформировалось представление о том, что зависимость – семейная болезнь. Это означает, что помощь в большинстве случаев необходима всей семье, а не только зависимому ее члену.

В семье лежат корни болезни, в семье же имеются и ресурсы для выздоровления. И в семье, говоря научным языком,

Сам алкоголизм, а не его последствия, которые, как правило, лечат, я считаю исключительно духовной болезнью. Она настолько сильно воздействует на человека, что своими силами из нее не вырваться, потому что в ней действуют уже не человеческие силы.

**Диакон Анатолий
Зелов**

находится главное поле для борьбы факторов риска болезни и факторов защиты. Иными словами, поскольку зависимость – семейная болезнь, то и лечение, и профилактика, и реабилитация тоже должны быть семейными.

Поскольку семья редко находилась в центре внимания специалистов по зависимостям, то родственников больных называли «игнорируемые миллионы». Теперь же стало ясно, что специализированная помощь в буквальном смысле нужна миллионам граждан и миллионам семей. Далее игнорировать их потребности нельзя.

Существующая сеть наркологической и психологической помощи направлена, в основном, на самого больного. Он может обратиться в наркологический диспансер либо госпитализироваться в клинику, получать длительную помощь в реабилитационном центре. Наконец, газеты пестрят объявлениями о частной наркологической помощи. А куда может обратиться родственник больного? К тому же распространение идей о необходимости лечения всей семьи еще не столь широко, чтобы все нуждающиеся об этом знали.

И все-таки резервы для оказания помощи родственникам больного есть. В наркологических учреждениях есть клинические психологи и врачи-психотерапевты, есть среди них и те, кто специализируется именно на работе с родственниками. Однако обращение за помощью необходимо стимулировать. Особенности семьи зависимого человека таковы, что родственники больного страдают, но отрицают свои проблемы и не склонны просить помощи. Таков, к сожалению, механизм их психологической защиты.

Семейная болезнь – алкоголизм

По данным Всемирной организации здравоохранения, в мире насчитывается 76,3 млн человек с диагностируемыми нарушениями, вызванными употреблением алкоголя³⁴. Каждый больной имеет семью – либо родительскую, либо им созданную супружескую. Точное число детей, живущих в семьях с одним или двумя больными алкоголизмом родителями, неизвестно; однако есть основания полагать, что оно велико. Сообщалось, что в США, например, 6,6 млн детей 18 лет и моложе живут в семьях с больными алкоголизмом родителями, т. е. каждый восьмой ребенок³⁵. По другим данным, каждый пятый или шестой школьник идентифицирует себя как ребенок больных алкоголизмом родителей³⁶.

Таким образом, есть все основания полагать, что в России имеется не меньше, чем в США, взрослых лиц, чьи родители больны алкоголизмом или наркоманией. Экстраполируя данные проведенных в мире исследований на популяцию России, можно утверждать, что от 25 до 50 процентов взрослых мужчин и женщин происходят из семей с наличием алкоголизма у ближайших родственников, чаще всего это – родители. Иными словами, от четверти до половины народонаселения

³⁴ World Health Organization. The World Health Report 2002: Reducing risks, Promoting healthy life, Geneva, Alcoholics Foundation, Inc., New York, 1985. – P. 1-Switzerland: World Health Organization, 2002.

³⁵ Russel M., Henderson C., Blume S.B. Children of alcoholics: a review of the literature // Children of 70.

³⁶ Москаленко В.Д. Взрослые дети больных зависимостями – группа множественного риска // Психическое здоровье. 2006. №5. С. 61–67.

России имеют семейную отягощенность алкоголизмом.

В настоящее время наркоманию, токсикоманию, алкоголизм объединяют одним общим термином – зависимость от психоактивных веществ, или так называемая *аддикция*. Больной, страдающий зависимостью, редко живет в изоляции, один. Обычно он находится в семье, либо в родительской, либо в им созданной – с детьми, супругой или супругом. Зависимость одного из членов семьи неизбежно нарушает внутрисемейные взаимоотношения.

Созависимость – болезнь или патология развития личности?

В специальной литературе можно найти целый ряд определений созависимости, ни одно из которых, на наш взгляд, не является исчерпывающим. Для практических нужд можно пользоваться таким: **«Созависимый человек – это тот, кто полностью поглощен тем, чтобы управлять жизнью другого человека, и совершенно не заботится об удовлетворении собственных жизненно важных потребностей»**³⁷. К качествам, присущим всем без исключения созависимым людям, в первую очередь следует отнести низкую самооценку, определение собственной значимости только через оценку других людей, преобладание негативных эмоций, потребность в контролирующем поведении, нарушение границ личности.

Итак, мы утверждаем, что значительная часть взрослых детей и других ближайших родственни-

³⁷ Москаленко В.Д. Зависимость: семейная болезнь. М.: ПэрСэ, 2008. С. 9.

ков больных зависимостями (возможно, даже 100 процентов) страдают созависимостью. Созависимость является фоном, на котором развиваются как явные наркологические и психические нарушения, так и пограничные и психосоматические расстройства. Больные зависимостью одновременно страдают и созависимостью, которая проявляется в период до болезни и в ремиссии. Большинство специалистов считают созависимость болезнью, но есть и другая точка зрения. Особенность этого состояния больше соответствует критериям патологического развития личности, которое может быть компенсировано при определенных условиях.

Дети больных алкоголизмом либо наркоманией в начале своего жизненного пути бывают всецело поглощены тем, чтобы справиться с болезнью своего родителя, и все силы направляют на изменение его жизни. Но позднее они, как бы это ни показалось странным, вступают в брак с людьми, с которыми могут реализовать свою потребность в контроле над другими, либо выбирают «помогающие» профессии (психолога, врача, учителя и др.). Созависимые также бывают склонны определять ценность своей жизни через служение другим людям.

Страх отвержения, вынесенный ими из детства, ухудшает возможности установить интимные взаимоотношения в зрелом возрасте. Этот знакомый страх заставляет взрослых детей настойчиво искать безнадежных взаимоотношений³⁸. Взрослые дети алкоголиков влюбляются в тех, кто плохо

³⁸ *Colman E.* Family intimacy and chemical abuse // *J. Psychoactive Drugs.* 1982. V. 14. P. 153–158.

с ними обращается, кто старается поддерживать в них чувство вины или страха. Либо из жалости, которую взрослые дети путают с любовью, они влюбляются в тех, кого они будут спасать. Часто они заканчивают свою жизнь в одиночестве. Взаимоотношения с брачным партнером характеризуются признаками созависимости. Спасатель, преследователь, жертва – излюбленные роли взрослых детей в супружеской жизни. Взрослые дети алкоголиков не видели заботливого, бережного отношения одного родителя к другому. Они были свидетелями драк и обвинений. Как они могут уважительно относиться к супруге, если они никогда не видели такого образца уважительных взаимоотношений?

Созависимость вряд ли является реакцией на алкоголизм близкого родственника; скорее, созависимость вырастает из всей почвы нездоровой (дисфункциональной) родительской семьи.

Не доверяй! Не чувствуй! Не говори!

Еще около 50 лет назад в научной литературе были описаны реакции семьи на алкоголизм – это серия адаптационных стадий, соответствующих прогрессированию заболевания. Появился термин «ко-алкоголизм», которым обозначали состояние родственников. Позднее это явление стали называть созависимостью³⁹.

Созависимость возникает не только при алкоголизме, наркомании, токсикомании, но и при любом другом хроническом стрессогенном событии

³⁹ Hall C.W., Bolen L.M., Webster R.E. Adjustment issues with adult children of alcoholics // J. Clin. Psychol. 1994. V. 50. N. 5. P. 786–792.

внутри семьи. Например, D. Меуер отмечал: «...похоже, что созависимость может существовать независимо от алкоголизма и отражает глобальную тенденцию фокусироваться на внешнем окружении ценой утраты контакта с внутренними процессами»⁴⁰.

Часто основным механизмом защиты семьи является *отрицание проблемы* зависимости, ее масштабов, тяжести, последствий и важности для жизни семьи⁴¹. E.B. Isaacson описала три основных правила, принятые в семьях больных зависимостью: 1) «не доверяй» – это правило вытекает из непостоянства семейной жизни и невозможности предвидеть будущее; 2) «не чувствуй» – в семьях происходит подавление чувств – и гнева, и радости; 3) «не говори» – это правило требует держать в секрете все, что связано с проблемой зависимости в семье⁴².

У членов семьи есть и определенные трудности в выражении эмоций. Основными переживаемыми чувствами, хотя и не всегда выражаемыми, являются гнев, стыд, вина и подавленность. Результат этого – плохие навыки общения, семейные конфликты, «перекручивание» ролей (например, когда дети играют роль родителей, заботясь о семейной жизни, а родители выступают в роли детей, то есть являются объектом заботы со стороны детей).

⁴⁰ Grant B.F., Dawson D.A., Stinson F.S. et al. The 12-month prevalence and trends in DSM-IV alcohol abuse and dependence: United States, 1991–1992 and 2001–2002// Drug Alcohol Depend. 2004, 74. P. 223–234.

⁴¹ Там же.

⁴² Isaacson E.B. Chemical addiction: individuals and family systems // J. Chem. Dependency Treatment. 1991. V. 4. P. 7–27.

Члены семьи разобщены, не вникают в интересы и дела друг друга, либо их отношения запутаны, основаны на нездоровых правилах. В таких семьях невозможно сохранение здоровья трезво живущих их членов. Часто в подобных семьях имеет место физическое, сексуальное, эмоциональное и интеллектуальное насилие. Так, проведенные в Канаде исследования показали, что мужья-алкоголики в два раза чаще избивают жен по сравнению с неалкоголиками. Физическое насилие в подобных семьях отмечается в ряде поколений.

Нездоровая семья – причина или следствие болезни?

Повторяющееся саморазрушительное поведение, которое зависимый член семьи или его близкие не могут ни ограничить, ни прекратить, специалисты рассматривают как симптом или реакцию на нездоровые взаимоотношения. Такое поведение как больного, так и семьи характеризуют три главных признака:

1) утрата способности свободно выбирать между возможностью останавливать или продолжать такое поведение (*компульсивность*);

2) *продолжение нездорового поведения*, несмотря даже на пагубные последствия, такие, например, как потеря здоровья, работы, важных взаимоотношений или свободы;

3) *навязчивая концентрация на саморазрушительной деятельности*.

Семьи с проблемой зависимости лишь временно могут жить нормально. Члены таких семей не уделяют достаточного внимания друг другу, от

чего особенно страдают дети. Их важнейшие потребности: во внимании, прикосновении, руководстве, принятии и одобрении их как личностей, поддержке, в преданности и доверии, в заботе и любви – не находят у родителей понимания.

Жизнь семьи зависимого человека характеризуется непостоянством и непредсказуемостью, а отношения между ее членами – деспотичностью. Люди в такой семье озабочены отрицанием реальности, им приходится тщательно скрывать свои «семейные секреты». В правилах семьи значительное место занимает запрет свободно выражать свои потребности и чувства, используются эмоциональные репрессии, отношения друг с другом становятся негибкими, окостеневшими. В подобных семьях правила либо слишком свободны, либо чрезмерно строги. «Не выражай своих чувств, не злись, не будь таким грустным, не реви»; «Не думай, не возражай, не задавай вопросов»; «Не выноси сор из избы, не предавай семью, не выбалтывай секретов»; «Никаких разговоров за спиной!»; «Не пьянство причина наших несчастий» – такие установки постоянно слышат дети алкоголиков.

*Пять основных характеристик семей
с проблемой химической зависимости*

1. *Размытость, нечеткость границ* различных сфер жизни, личностей. Поскольку вся жизнь такой семьи неупорядоченна, непредсказуема, то дети часто не знают, какие их чувства нормальны, а какие – нет, они теряют твердость психологической почвы под ногами, что приводит и к нечеткости границ собственной личности.

2. *Отрицание.* В жизни семьи так много построено на лжи, что ребенку трудно распознавать правду. Отрицание происходящего в доме носит почти навязчивый характер. Как больной отрицает наличие у него проблем, связанных с потреблением психоактивных веществ, так вся семья отрицает тягостные события. Ребенку становится трудно понимать, что же вокруг него происходит.

3. *Непостоянство.* Поскольку потребности ребенка удовлетворяются непостоянно, он испытывает острый недостаток внимания к себе, страстно желает, чтобы им занимались, и привлекает внимание к себе любыми доступными ему способами.

4. *Низкая самооценка.* Вся система воспитания в такой семье заставляет ребенка поверить, что он в какой-то степени виноват в том, что происходит. Он был недостаточно хорошим, он совершал много ошибок, он вообще весь состоял из ошибок. В конце концов у него складывается убеждение, что он заслуживает всего того плохого, что с ним случается.

5. *Недостаток информации.* Как сами родители, так и их дети имеют слабое представление о том, как должна функционировать нормальная семья. Ситуация в алкогольной либо наркоманической семье нездоровая и нестабильная, поскольку зависимость забирает слишком много энергии, которая в норме направляется на поддержание стабильности и создание здоровой окружающей среды для духовного роста.

В здоровых семьях люди стремятся создавать друг другу условия для духовного роста. Их отношения отличают открытость, гибкость, теплота. Несмотря на душевную близость и интенсивность взаимоотношений, каждому бывает позволено иметь свое мнение, свои границы в общении, которые уважаемы всеми остальными.

Нездоровые или дисфункциональные семьи сами по себе уже являются почвой для развития зависимостей и других проблем, возникновению которых способствуют травмы, полученные в детстве.

Таким образом, очевидно, что наличие зависимостей от психоактивных веществ, как правило, связано с дисфункцией семьи. Является ли семейный уклад причиной или следствием зависимости, пока неясно. Можно предполагать, что одно состояние усиливает другое. И наоборот, оздоровление семьи способствует выздоровлению больного либо становится фактором профилактики для незаболевших родственников.

Изучили семейные истории у 313 наркоманов, из которых 79 процентов – женщины. Средний возраст в выборке 37,6 года. У всех наркоманов были дети в возрасте от 12 до 17 лет. Наркоманов просили сравнить качество родительства в их родном доме и качество своего собственного родительства. Результаты показали, что 40 процентов отцов и 19 процентов матерей наркоманов имели серьезные алкогольные проблемы. Эти больные

являлись взрослыми детьми больных алкоголизмом родителей⁴³.

Ребенок в алкогольной семье

Как чувствуют себя дети в семьях химически зависимых родителей?

- виноватыми и ответственными за пьянство родителей;
- нелюбимыми и незамечаемыми, как будто они невидимки, поскольку вся жизнь в доме вертится вокруг больного родителя;
- неуверенными и незащищенными из-за вечного непостоянства поведения родителей, их отношения к детям и царящих в доме правил;
- они испытывают страх, что родитель-алкоголик (наркоман) заболеет, попадет в катастрофу, умрет;
- стесняются поведения больного родителя в общественном месте;
- стыдятся «пятна» на своей семье и необходимости постоянно скрывать секрет семьи;
- напуганными внутрисемейной агрессией и жестоким обращением.

Как дети реагируют на болезнь родителей?

- могут плохо учиться в школе;
- не имеют друзей или дружат с небольшим количеством детей;
- часто совершают правонарушения;
- могут употреблять алкоголь и другие одурманивающие вещества.

⁴³ *Nurco D.N., Blatchlay R.J., Hanlon T.E. Parental alcoholism linked to poor parenting in families of narcotic addicts // Brown Univ. Dig. Addict. Theory and Appl. 1998. V. 17. N. 9. P. 4–5.*

Однако особо следует подчеркнуть, что некоторые дети больных с зависимостью от психоактивных веществ становятся, как сейчас говорят, «звездами». Они достигают больших успехов в избранной области деятельности. Однако позднее, например в третьем десятилетии жизни, у них могут появиться депрессии либо зависимость от психоактивных веществ.

Таким образом, психологический портрет ребенка из алкогольной или наркоманической семьи всегда несет на себе сильный отпечаток нездорового образа жизни всей семьи.

Роли выживания и последствия игры

Как взрослые, так и дети в алкогольных и других дисфункциональных семьях принимают на себя определенные роли. Это не что иное, как реакция на хронический стресс, каким является алкоголизм родителей. Роль складывается неосознанно и очень рано, даже в двухлетнем возрасте. Поскольку роли помогают детям выжить, то они получили название «роли выживания». В научной литературе описаны четыре основные роли⁴⁴.

1. *Герой семьи.* Это ответственный ребенок с высокими достижениями в учебе либо в спорте, но уделяющий мало внимания своим интересам. На первое место он ставит интересы других. Может быть лидером

⁴⁴ Москаленко В.Д. Психическая предрасположенность к развитию зависимости от ПАВ (личностные, социальные, семейные факторы риска). Руководство по наркологии / Под ред. чл.-корр. РАМН проф. Н.Н. Иванца. Т. I. М., 2002. С. 182–188.

в классе или компании, он активен в ситуациях, требующих действия. Часто это старший или единственный ребенок в семье.

2. *Проблемный ребенок*, «козел отпущения», бунтовщик. Использует негативные формы поведения для привлечения к себе внимания. Чувствует себя эмоционально отвергнутым, своим поведением бросает вызов семье. Как он сам, так и его друзья постоянно попадают в трудные ситуации. Окружающие считают его возмутителем спокойствия. Легко вовлекается в группы сверстников, употребляющих алкоголь и наркотики.

3. *Потерянный ребенок*. Кроткий ребенок, который держится изолированно от всей семьи, живет в мире фантазий. Проводит время в одиночестве, за тихими занятиями, сильно страдает от одиночества. Родители считают, что он не нуждается во внимании, так как сам может позаботиться о себе. Дисциплину не нарушает. Любит помогать оказавшимся в беде, свои трудности считает менее важными, чем трудности других, уступает во всем другим. По мере взросления может обратиться к употреблению наркотиков с целью достижения психологического комфорта.

4. *Талисман семьи*. Часто это младший ребенок в семье, всеми любимый; его поведение всерьез не принимают из-за возраста. Гиперактивен, использует шутки, дурачества, чтобы привлечь к себе внимание и смягчить тяжелую психологическую атмосферу семьи. С этой же целью играет роль клоуна.

Общими особенностями детей, исполнителей всех четырех ролей, являются их внутренние чувства, среди которых доминируют душевная боль, страх, стыд, вина. Один и тот же ребенок может в разное время выступать в разных ролях. Роли могут меняться. Например, с уходом из дома «героя семьи», допустим, на учебу или в армию младший его брат, слывший бунтовщиком, может стать серьезнее, ответственнее и как бы занять место «героя».

Если не помогать этим детям и не заниматься психокоррекцией, то будущее детей может осложниться новыми проблемами. Так, например, «герой семьи», вынужденный очень быстро взрослеть, часто оказывается неспособным справиться с поражениями, считает себя ответственным за все происходящее вокруг; нередко очень много работает и становится трудоголиком.

Проблемный ребенок, «козел отпущения», может стать трудным подростком. Закрепившееся в его реакциях чувство гнева, желание бросать вызов окружающим затрудняет его адаптацию в обществе.

«Потерянный ребенок» из-за своей интроверсии, взрослея, оказывается склонным к дальнейшей изоляции и депрессии. А «талисман семьи», вырастая, бывает не в состоянии справляться с различными стрессами, его компульсивная потребность во внимании затрудняет межличностные взаимоотношения; у него легко возникает зависимость от алкоголя и наркотиков.

Таким образом, в семье с наличием больного родителя воспитание детей сопряжено с возникновением у них психологических особенностей, требующих помощи специалистов.

Как помочь детям алкоголиков?

В этой главе речь пойдет о работе с детьми из семей больных родителей – одного или обоих. В то же время есть основания полагать, что внуки больных алкоголизмом отличаются теми же психологическими особенностями и нуждаются в такой же помощи, как и дети больных родителей.

Разумеется, чтобы помочь детям, необходимо, прежде всего, позаботиться о лечении от алкоголизма или наркомании их родителей. Безусловно, лечение родителей очень важно. Но само по себе выздоровление родителей не избавляет детей от вышеописанных проблем, вызванных болезнью отца или матери. Однако имеются данные о том, что в периоды длительных ремиссий у родителей состояние детей существенно улучшается.

Помощь детям может быть оказана как в целевых группах, так и в процессе семейной терапии. Цели индивидуальной и групповой психотерапии детей школьного возраста могут быть следующими:

- устранение чувства вины и стыда;
- повышение самоуважения;
- смягчение депрессивно-невротических реакций;
- лечение синдрома детской гиперактивности.

Специалисты, школьные психологи, социальные работники, психотерапевты и другие могут обсуждать с детьми вопросы влияния алко-

лизма (наркомании) на семью. В пре- и пубертатном возрасте значительное место среди детских проблем занимают различные нарушения поведения; следовательно, задачами психотерапии могут быть: *немедленная коррекция антисоциального поведения; улучшение способности родителей эффективно дисциплинировать своих детей; как можно больше отсрочить знакомство детей с алкоголем и предупредить употребление других одурманивающих веществ.*

Деликатной проблемой является проблема выявления детей, чьи родители больны наркологическими заболеваниями. Дело в том, что в общественном сознании алкоголизм ассоциируется с позором, грехом. Преодоление негативных последствий такого отношения к проблеме возможно путем разъяснения сущности болезни, формирования у детей чувства собственного достоинства, не зависящего от поведения родителей, и навыков, связанных с ним.

Взрослые, работающие с детьми, могут способствовать вовлечению их в группы самопомощи типа Ал-Атин.

Работа с родителями, помимо преодоления их созависимости (см. следующую главу), предполагает направление их усилий на удовлетворение тех потребностей детей, которые длительное время не реализовывались из-за болезни родителя.

Они состоят в следующем:

– защита от физической и психологической агрессии родителей; любовь, поддержка, комфорт и воспитание;

– удовлетворяющие ребенка эмоциональные взаимоотношения со взрослыми мужчинами и женщинами;

– уважение в своей семье и обществе;

– снятие стресса;

– внимание к переживаемым ребенком проблемам, его право на поиск помощи;

– устранение проблем, возникших в результате неудовлетворения потребностей.

Нельзя возлагать эту работу на обычного школьного психолога. Специалист должен пройти особую подготовку и быть натренированным для работы с детьми.

Группа высокого риска – родственники алкоголиков

Взрослые сыновья и дочери больных алкоголизмом либо страдающих другими формами зависимости от психоактивных веществ также составляют группу высокого риска развития аналогичных заболеваний. Кроме того, в этой группе чаще встречаются аффективные и психосоматические нарушения, а также различного рода психологические особенности.

Специалисты считают, что взрослые дети наркологических больных страдают созависимостью, на фоне которой могут развиваться патологические состояния. Всё это, как мы уже говорили выше, затрудняет их адаптацию в браке, на работе и опосредованно может способствовать развитию зависимости.

Лица из групп высокого риска развития зависимостей нуждаются в психотерапии, которая может принимать следующие формы:

1. Групповая терапия с целью обсуждения чувств и развития доверия.

2. Индивидуальная терапия, направленная на редуцирование тревоги и повышение внутренней устойчивости, снятие механизмов ригидной психологической защиты.

3. Семейная терапия, позволяющая реконструировать здоровые ролевые функции, изменить нарушенные границы духовной территории и поведение каждого члена семьи, а также улучшить стиль коммуникации между ними.

4. В программу психопрофилактики необходимо включать раскрытие сущности зависимостей от психоактивных веществ путем целенаправленного информирования – демонстрации фильмов, чтения лекций, групповых дискуссий.

5. Вовлечение в группы самопомощи с Двенадцатишаговой программой, типа Ал-Анон, Нар-Анон, Ал-Атин.

Обеспечение лечения по медицинским показаниям (алкоголизм, наркомания, депрессия, психосоматические болезни, декомпенсация психопатии).

Психокоррекционная работа с такими людьми может проводиться как в специальных группах, так и в рамках широких семейных терапевтических сессий.

В России накоплен лишь небольшой опыт работы с лицами высокого риска развития зависимостей, но в некоторых странах подобная работа и подготовка специалистов ведется в течение десятилетий.

В психотерапевтических группах активно создается благоприятная атмосфера. Когда новичок приходит в группу, он понимает, что обрел то место, где он впервые может разделить с другими свои страхи, свои подавляемые и вытесняемые чувства, открыто рассказать о том, что всю жизнь скрывал. Он впервые нарушает обет молчания по поводу своих семейных дел. И это будет его первым шагом к здоровой жизни.

Члены группы могут идентифицировать свои чувства и делиться друг с другом жизненным опытом. Этот процесс приведет к повышению уровня самосознания, уменьшению ощущения изоляции, обеспечению чувства собственной ценности, формированию навыков взаимной поддержки и поощрения. Члены группы учатся ставить цели, принимать позитивные решения, в них растет уверенность в себе в хорошем смысле этого слова.

Проблемы, рекомендуемые к обсуждению в работе со взрослыми детьми алкоголиков. Один из членов группы зачитывает название проблемы, а остальные, исходя из своего опыта, говорят, как именно эта проблема влияет на их жизнь.

1. Мы стали бояться людей и особенно лиц, наделенных властью; мы склонны к изоляции.

2. Мы стали жадно искать одобрения и потеряли свою идентичность.

3. Нас пугают рассерженные люди, мы боимся, когда нас критикуют.

4. Мы или сами становимся алкоголиками, или женимся на алкоголичках, или с нами происходит и то и другое.

5. Мы смотрим на жизнь с точки зрения жертв, и эта слабость притягательна для нас в любви, дружбе и на работе.

6. У нас слишком развито нездоровое чувство сверхответственности. О других нам беспокоиться легче, чем о себе.

7. Когда мы пытаемся постоять за себя, у нас легко возникает чувство вины.

8. У нас выработалось особое пристрастие к волнениям, переживаниям.

9. Мы путаем любовь и жалость, мы имеем склонность «любить» тех, кого мы можем пожалеть или спасти.

10. Мы подавили воспоминания о нашем болезненном детстве и потеряли способность чувствовать или выражать свои чувства, поскольку они больно ранят нас. Этот процесс подавления захватил и наши хорошие чувства – радость, счастье. Не касаться вообще никаких чувств – наш основной путь психологической защиты. Нам легче отречься от чувств, чем страдать от душевной боли.

11. Мы резко судим себя и имеем низкий уровень самоуважения.

12. Мы – эмоционально зависимые личности, терзаемые чувством своей ненужности, отвержения; мы будем стараться любыми путями поддерживать взаимоотношения с близкими, чтобы еще раз не быть брошенными. Все это – результат жизни с родителями,

которые были эмоционально недоступны для нас.

Психотерапевт направляет дискуссию к поиску конструктивного решения проблем. Участники дискуссии могут усвоить основные идеи и положения, которые помогают преодолеть трудности.

Приведем перечень предлагаемых подходов к решению проблем по материалам различных методических рекомендаций.

1. Зависимость от психоактивных веществ – это духовное, психическое и соматическое заболевание. Наши родители были жертвами болезни, которая закончилась либо безумием, либо смертью, либо выздоровлением. С изучением и пониманием этой болезни нам открылся дар прощения.

2. Мы усвоили три «не» – не мы явились причиной этой болезни, не нам ее сдерживать и не нам дано избавиться от нее своих близких.

3. Мы научились концентрировать внимание на себе и быть добрыми не только к другим, но и к себе.

4. Мы научились психологически дистанцироваться от предмета своей любви, мы умеем теперь не быть навязчивыми, приставучими.

5. Мы используем девизы: «Живи сам и давай жить другим»; «Действуй медленно, но верно»; «Смотри на все просто»; «Живи сегодняшним днем». С этими правилами нам легче по-новому организовывать нашу жизнь день за днем.

6. Мы научились высоко ценить свои чувства, воспринимать и выражать их и строить здание самоуважения.

7. Прорабатывая Двенадцать шагов программы анонимных алкоголиков, мы научились признавать болезнь, поняли, что наша жизнь была бесконтрольной и что мы бессильны перед алкоголизмом (наркоманией) своих близких. Делясь своим опытом, общаясь друг с другом, приветствуя вновь пришедших и помогая им, мы увеличиваем свое самоуважение.

8. Мы научились любить себя. Мы теперь в состоянии любить и других.

9. Мы звоним по телефону друг другу не только тогда, когда возникают проблемы. Мы находим эту «телефонную» терапию очень полезной.

10. Используя молитву о душевном покое в своей ежедневной жизни, мы заметили, что нездоровое отношение ко всему, укоренившееся в нас с детства, стало меняться.

Молитва о душевном покое звучит так:

*«Господи, дай мне разум и душевный покой
Принять то, что я не могу изменить,
Мужество изменить то, что могу,
И мудрость отличить одно от другого».*

11. Мы регулярно посещаем группы самопомощи анонимных алкоголиков либо Ал-Анон.

В группе обсуждают такие темы, как «Доверие», «Жалость к себе и тревога», «Импульсивность», «Преданность», «Зависть», «Тщеславие» и др. Члены группы учатся освобождаться от болезненных чувств, тренируются в достижении этого. Основное правило при этом – позитивное мышление. Членам группы предлагают обсуждать только то, что они намерены делать для избавления от нежелательных чувств и для достижения лучшего самочувствия. Запрещается обсуждать то, чего они делать не будут.

Негативные действия способствуют негативному мышлению, а негативное мышление препятствует духовному росту. Например, чтобы справиться с гневом, человек не должен говорить: «Я не потеряю хладнокровия». Лучше сказать: «Я смогу сохранить самообладание».

На групповых занятиях можно обсуждать, *как, каким образом*: организовать свое время; найти друзей; научиться радоваться жизни; испытывать хорошие чувства в связи со своим успехом; достичь уверенности в себе; сказать «нет»; попросить помощи; хорошо относиться к себе; закончить начатое дело; стать более терпеливым.

Предупреждение, профилактика возникновения зависимости от психоактивных веществ не упоминается, но эта цель постоянно присутствует и достигается.

Таким образом, в группах высокого риска развития зависимостей (а в эту группу входят взрослые дети больных зависимостями и другие ближайшие родственники – братья, сестры больных) путем обеспечения личностного роста дос-

тигается снижение частоты употребления психоактивных веществ и таким образом коррекция внутрисемейных отношений. Все это способствует и профилактике зависимостей от психоактивных веществ.

Больше страдают те, кто младше

У детей больных алкоголизмом родителей вероятность развития зависимостей от психоактивных веществ неизмеримо выше, чем у детей здоровых в этом отношении родителей. Причем в одной и той же семье может встречаться перекрестная зависимость от различных веществ. Так, алкоголизм родителя может быть ассоциирован как с алкоголизмом, так и с наркоманией или токсикоманией сына или дочери. Алкоголизм отца или матери – мощный фактор риска наркомании сына или дочери. Внутрисемейное сочетание зависимостей от различных веществ – один из аргументов в пользу единства этих заболеваний.

Изучение семей больных алкоголизмом, проведенное А.А. Гунько⁴⁵, показало, что взрослое потомство (25 лет и старше) больных алкоголизмом представляет собой группу высокого риска развития наркологических заболеваний – алкоголизма, наркомании, токсикомании, а также пограничной психопатологии в форме психопатии, депрессии. Частота алкоголизма – 69,3 процента

⁴⁵ Гунько А.А. Клинико-генеалогическое эпидемиологическое исследование алкоголизма: Автореф. дис. М., 1992. 36 с.

у взрослых сыновей и 14,9 процента у взрослых дочерей; наркомании – 5,5 и 2,4 процента; токсикомании – 17,0 и 4,8 процента; психопатии – 31,6 и 30,3 процента; неврозов – 7,0 и 8,3 процента соответственно. Если сыновья больных алкоголизмом подвержены в первую очередь наркологическим заболеваниям, то дочери – депрессиям, частота которых составила 24,4 процента. И только 19,9 процента взрослых детей, чьи родители больны алкоголизмом, не обнаруживали каких-либо психопатологических нарушений на момент исследования семьи.

Накопление зависимостей в одних и тех же семьях в ряде поколений является в настоящий момент хорошо документированным фактом. Меняется ли клиническая картина зависимостей от поколения к поколению? Насколько она сходна, например, у братьев и сестер?

В.Д. Москаленко и А.В. Шевцов⁴⁶ изучали этот вопрос внутрисемейным сравнением клинических проявлений зависимостей в парах отец–сын, старший брат – младший брат в выборке тех семей, где были больны отец и сын либо старший брат и его младший брат. Результаты исследования подтвердили гипотезу о том, что **представители младшего поколения болеют тяжелее, чем представители старшего поколения, и младшие братья болеют**

⁴⁶ Москаленко В.Д., Шевцов А.В. Антиципация в семьях больных алкоголизмом и наркоманией – в диадах сын–отец // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. Вып. 4. 2001. С. 19–22.

тяжелее, чем старшие (так называемый феномен антиципации).

Так, взрослые дети зависимых больных часто болевают теми же болезнями, что и их родители, но при этом тяжесть болезни у детей может быть более выраженной, чем у родителей. Часто наблюдали такие семьи, в которых отцы болели алкоголизмом, а сыновья – наркоманией, то есть более тяжелой зависимостью. В работах, посвященных изучению причин риска зависимостей, авторы указывают, что важнейшей из них является наличие зависимости от психоактивных веществ у ближайшего родственника. По-видимому, имеют значение как генетическое влияние, так и культурная составляющая.

Женщины испытывают на себе негативное влияние семейного алкоголизма в такой же степени, как и мужчины. Наличие родственника первой степени родства с алкоголизмом повышает риск алкоголизма у женщин в 2–4 раза. Приводились данные о том, что распространенность алкоголизма среди женщин, чьи родители больны алкоголизмом, составляет 5–10 процентов сравнительно с 0,1–1,0 процента в общей популяции женщин. Семейный алкоголизм широко распространен⁴⁷.

В одной из работ изучали алкоголизм у женщин – дочерей больных алкоголизмом.

⁴⁷ Москаленко В.Д. Созависимость при алкоголизме и наркомании (пособие для врачей, психологов и родственников больных). М.: Анархис, 2002. 112 с.

Учитывали влияние родительского алкоголизма и семейного окружения. Обследовали три раза национальную выборку 4449 женщин в течение 10 лет, в которой оказался 21 процент дочерей больных алкоголизмом. Изучали супружеские коммуникации у этих женщин – супружескую сплоченность, гармонию, вербальное согласие, расхождения позиций, конфликты. Предположили, что сплоченность в супружеских диадах может снижать неблагоприятное действие родительского алкоголизма на женщин. На основе стандартизованных оценок построили модели влияния на женщин различных факторов. Результаты свидетельствуют, что прямое неблагоприятное влияние родительского алкоголизма на последующую алкогольную зависимость в течение жизни существенно снижается по мере взросления дочерей, что особенно выражено к возрасту 37 лет. Середина четвертого десятилетия жизни женщины – это критический возраст развития алкоголизма при наличии алкоголизма у родителя. Важным добавочным фактором риска (к алкоголизму родителя) является алкоголизм сестры. При наличии этих обоих факторов риск алкоголизма женщин увеличивается драматическим образом⁴⁸.

⁴⁸ *Jennison K.M., Johnson K.A.* Parental alcoholism as a risk factor for DSM-IV-defined alcohol abuse and dependence in American women: The protective benefits of dyadic cohesion in marital communication // Amer. J. Drug and Alcohol Abuse. 2001. V. 27. N. 2. P. 349–374.

И все же далеко не все дети больных алкоголизмом и другими зависимостями страдают теми или иными наркологическими расстройствами. Многие из них имеют блестящую судьбу, здоровы и в жизни достигают значительных успехов. Об этом свидетельствует немедицинская литература. Из мемуаров и других источников мы знаем о том, что наличие алкоголизма у родителей не помешало многим людям стать знаменитыми и хорошо приспособленными к жизни в обществе. Примерами тому могут служить судьбы Чарли Чаплина, Бернарда Шоу и др.

Другие последствия родительского алкоголизма

Взрослые сыновья и дочери больных алкоголизмом, кроме зависимости от психоактивных веществ, часто бывают подвержены риску развития и других форм зависимости. Вырастая, они могут стать азартными игроками, страдать от переедания (булимия) либо отказываться от еды (анорексия), много курить, употреблять большие дозы кофеина (более 12 чашечек кофе в день). Иногда склонны к чрезмерно длительному сну, иногда зависимы от Церкви либо от других людей. Трудоголизм также часто встречается у детей больных алкоголизмом.

Часто у них развиваются проблемы со здоровьем – психосоматические заболевания, причиной возникновения которых могут являться стрессы, неотработанные «ядовитые» эмоции детства. К психосоматическим заболеваниям относятся язвенные болезни, колиты, гипертоническая болезнь

и другие. Ими также могут быть бессонница, длительное напряжение, тревога, депрессия, усталость, не проходящая и после отдыха, головная боль и др.

Взрослые дети больных алкоголизмом чаще, чем другие люди, становятся жертвами физического либо сексуального насилия. Они и сами нередко становятся обидчиками. Насилие сопряжено с алкоголизмом и наблюдается в ряде поколений одной и той же семьи. До 60–80 процентов семей, в которых есть больной алкоголизмом, страдают одновременно и от агрессии, физического насилия кого-либо из членов семьи. Не всегда это пьющий родитель. Непьющий родитель, страдающий созависимостью, тоже может проявлять агрессию.

Насилие в семье – это не только синяки. Это еще страх, блокирование доверия, удар по самооценке. Любое избиение ребенка сопровождается мощным эмоциональным оскорблением, подрывает его чувство собственного достоинства. Быть избиваемым или быть только свидетелем избиения (например, видеть либо знать, что отец избивает мать) по отрицательным психологическим последствиям одно и то же.

Особая проблема детей, чьи родители больны алкоголизмом, – депрессии. Депрессогенный стиль поведения, к которому дети алкоголиков склонны уже в возрасте от 8 до 14 лет, – это восприятие негативных событий стабильными явлениями во времени и глобальными по своему характеру. Человек с таким стилем поведения склонен испытывать чувство безнадежности и, как следствие, предрасположен к тревожности и депрессии, причем жен-

щины более склонны заболеть депрессиями, чем мужчины.

Взрослые дети больных алкоголизмом более ответственны, они пытаются организовать свою жизнь таким образом, чтобы свести до минимума неожиданные ситуации. Это может означать своего рода компенсацию за тот хаос, в котором прошло их детство. Важное значение эти люди придают самодетфиниции личности, то есть пониманию сущности вопроса «Кто я?»

Риск и защита

В рамках клинико-генеалогических исследований, а также при оказании психотерапевтической помощи семьям неизменно регистрировали как факторы риска, так и факторы защиты злоупотребления психоактивными веществами и развития зависимостей. Взаимодействие факторов риска и факторов защиты определяет прогноз здоровья взрослых детей больных алкоголизмом. Приведем итоговую таблицу.

Основные факторы риска и защиты употребления и злоупотребления психоактивных веществ подростками

Фактор риска	Фактор защиты
Зависимость от психоактивных веществ родителя и/или других родственников	Воспитание в семье с высокими морально-религиозными ценностями
Употребление психоактивных веществ членами семьи	Позитивные коммуникации в семье

Негативные коммуникации в парах родитель–ребенок и мать–отец	Просоциальные установки семьи с наличием правил, мониторинга и эмоциональной привязанности
Плохой мониторинг со стороны родителей	Сплоченность и твердость семьи
Развод родителей, адаптация к повторному браку родителя	Интеллектуально-культурная ориентация
Нереалистические ожидания в отношении развития ребенка	Эмоциональная близость к матери
Дистантное, малозаботливое и непостоянное родительство, недостаток любви к ребенку	Любовь между всеми членами семьи, адекватное выражение любви к ребенку
Отсутствие руководства со стороны родителей, вседозволенность	Положительное поведение окружающих сверстников
Предпочтение мнения сверстников мнению семьи	Уважение семейных ценностей
Плохая успеваемость, исключение из школы	Хорошие навыки общения, умение разрешать конфликты
Проблемы с правоохранительными органами	Хорошая школьная успеваемость
Низкий уровень ожидания от будущего	Наличие цели в жизни

Таким образом, данные таблицы убедительно показывают, что основные факторы риска связаны с семьей. Речь идет как о генетической предрасположенности, так и о психологии семьи. Семья является полем взаимодействия факторов риска и факторов защиты. Цель психологической помощи – укрепить факторы защиты и обезвредить, насколько это возможно, факторы риска.

Семья как система

Наступило время рассматривать семью с наличием химической зависимости у одного из ее членов как систему. Для специалистов очевидно, что именно как система семья приспосабливается к психологическим нарушениям во взаимоотношениях между своими членами. Системный подход диктует и необходимость вовлечения в профилактические и лечебные мероприятия, помимо самого больного, если это возможно, всех членов семьи. Участие в лечении одного члена семьи, помимо больного, способно оказать благоприятное воздействие на всю систему, но семейный подход к терапии и профилактике резко – на 20–30 процентов – повышает эффективность по сравнению со случаями, когда в терапии находится один больной.

Вовлечение семьи в терапию благотворно сказывается как на больных, которые дольше и успешнее лечатся⁴⁹, так и на других членах семьи. Особенно важно то, что семья имеет решающее значение для профилактики нарушений у детей.

Для решения этой задачи необходимыми являются следующие условия:

- Распространение знаний о зависимостях как о семейной болезни.
- Вовлечение членов семей зависимых больных в обучение и коррекцию созависимости.
- Подготовка кадров для работы с семьями.

⁴⁹ Carise D. Effects of family involvement on length of stay and treatment completion rates with cocaine and alcohol abusers // J. Family Soc. Work. 2000. V. 4. №4. P. 79–94.

- Предупреждение раннего употребления алкоголя и курения табака, марихуаны.
- Развитие сети специализированной помощи созависимым семьям.
- Обучение профессионалов, работающих с детьми, основам профилактики.
- Развитие исследований роли семьи в возникновении и предупреждении зависимостей.

Знание патологии и психологических проблем у взрослых детей алкоголиков необходимо для предвидения этих нарушений и возможного их предупреждения. В случае уже возникших нарушений необходимо учитывать эти особенности в реабилитации больных. Эта работа может предотвратить развитие ряда наркологических и психопатологических расстройств, повысить качество жизни сыновей и дочерей больных зависимостями.

Длительное (15 лет) наблюдение за сыновьями больных алкоголизмом родителей в сравнении с контрольной группой (сыновья не больных алкоголизмом) позволило выявить как высокую частоту алкоголизма в первой группе, так и добавочные к семейной истории алкоголизма факторы риска – способность не пьянеть от определенной дозы алкоголя. Авторы называют эту особенность «низкий уровень реакции на алкоголь». Кроме того, авторы выявили низкую способность справляться со стрессом⁵⁰.

⁵⁰ *Morey C.K.* Children of alcoholics: A school based comparative study // *J. Drug Educ.* 1999. V. 29. N.1. P. 63–75; *Orford J., Natera G., Davies J. et al.* Stresses and strains for family members living with drinking or drug problems in England and Mexico // *Salud Mental (Mexico)*. 1998. V. 21. P. 1–13.

Следовательно, для профилактики необходимо объяснять, что способность не пьянеть от сравнительно высоких доз алкоголя не является показателем крепкого здоровья, как об этом иногда думают юноши и девушки. Наоборот, низкий уровень реакции на алкоголь является предрасполагающим к болезни фактором. Если обратиться к помощи специалистов, которые обучают так называемым копинг-стратегиям, можно помочь созависимому человеку приобрести способность справляться со стрессом. Сюда входят навыки общения, повышение уровня собственной ответственности.

Психологические характеристики взрослых детей больных алкоголизмом и наркозависимых

1. Они лишь догадываются, что являются нормальными.
2. Они испытывают трудности в выполнении какого-либо проекта от начала до конца.
3. Они лгут, когда было бы сказать правду столь же легко.
4. Безжалостно судят себя.
5. Им трудно развлекаться.
6. Принимают себя слишком серьезно.
7. Испытывают трудности в интимных взаимоотношениях.
8. Чрезмерно реагируют на изменения, которые они не могут контролировать.
9. Постоянно ищут одобрения и подтверждения.
10. Чувствуют, что отличаются от других людей.

11. Они либо сверхответственны, либо безответственны.

12. Демонстрируют крайнюю преданность даже в тех случаях, когда кто-то не заслуживает преданности.

13. Ищут немедленного удовлетворения своего желания, не могут ждать.

14. Ввязываются в цепь событий без серьезного обдумывания альтернативных форм поведения или возможных последствий.

15. Ищут, нарываюся на напряжение и кризисы, а затем жалуется на результаты.

16. Избегают конфликтов или усиливают их, но редко работают над их разрешением.

17. Боятся отвержения, но сами отвергают других.

18. Боятся провала, но не признают и своих успехов.

19. Боятся критики и резких суждений в свой адрес, но критикуют и резко судят о других.

20. Плохо распоряжаются своим временем, не ставят свои приоритеты себе на пользу.

Все вышеизложенное лишь приблизительно очерчивает круг медицинских и психологических проблем созависимых людей. В реальности же каждый из них – уникальная личность, лишь наделенная комплексом специфических проблем. Идентифицировать же детей больных зависимостями для того, чтобы им помочь, необходимо крайне осторожно, чтобы не нанести дополнительную психотравму.



ПРОСИТЬ У БОГА ТРЕЗВОСТИ

Я думал, что религия позволяет мне пить

Меня зовут Игорь. Я болен алкоголизмом. Более двух лет выздоравливаю в сообществе анонимных алкоголиков. Пить я начал, кажется, уже в школе. В возрасте 14 лет мы с другом отметили его день рождения, распив на двоих бутылку портвейна, а потом учинили скандал в булочной. Так что на следующий день я уже стоял с отчетом в кабинете директора школы. Насколько я помню, вся моя дальнейшая жизнь была связана с алкоголем. Я пил на работе, в учебных заведениях, в которых учился, и везде у меня были от этого неприятности. Но выводов никаких я не делал, вернее, делал лишь о том, что пил не в той компании или не те напитки. В общем, в течение долгого времени просто не понимал, что я болен алкоголизмом.

Уже в 15 лет я приобрел опыт многодневного запоя; очнувшись, я выслушивал от людей рассказы о своем поведении, в которые не мог поверить... Лишь на некоторое время мое пьянство приостановило пребывание в камере предварительного заключения, где я увидел людей с несколькими

судимостями, и это меня очень испугало. В этот период друзья познакомили с очень хорошим священником, известным в Московской епархии духовником. Его усилиями я какое-то время сохранял трезвость. Батюшка молился сам, меня научил молиться, благословил на дальнейшую учебу... С его помощью я получил ученую степень и какое-то время оставался трезвым, но всякий раз, когда оказывался за столом, не мог удержаться от желания выпить, и каждый раз после этого начинался запой. Это приводило меня в полное недоумение: я приходил к батюшке, каялся, получал религиозные взыскания... Так продолжалось более трех лет. Увы, я по-прежнему не понимал, что испытываю постоянную тягу к алкоголю.

Как это ни покажется странным, я продолжал усердно молиться, хотя при этом был очень агрессивным человеком. Моя религиозность имела агрессию в самом основании. Особенно я не любил католиков за то, что они начинали отмечать Пасху на две недели раньше нас. В то время я твердо соблюдал посты, но при этом каждый религиозный праздник становился для меня началом запоя. Тогда я полагал, что религия мне это позволяет: есть время собирать камни и время камни разбрасывать. «Расслабляться и радоваться надо уметь точно так же, как надо уметь работать», – думал я тогда.

Так я жил до тех пор, пока в очередном запое, который, как обычно, начался весной, не поехал отдыхать на море со своими университетскими друзьями. Там я познакомился с девушкой и решил, что она, тоже православная христианка, должна стать моей женой и именно через нее придет

мое спасение. Мы создадим свою домашнюю церковь, я перестану дебоширить, брошу пить, и все у нас будет хорошо.

Примерно так и было первое время. Жена работала, я же, как научный сотрудник, приносил домой не много денег. Потом снова начал пить, и пьянство стало набирать обороты. Появившиеся на свет дети только усугубили ситуацию. Перед рождением каждого ребенка я давал себе обещание завязать с выпивкой, но не мог сдержать слово. Все это время я напряженно искал хоть какой-то выход. Жена настойчиво советовала обратиться к врачам, сам я пытался лечиться народной медициной, но снова и снова напивался и изнемогал от чувства стыда. Причиной напряженных отношений, ссор и скандалов я считал отсутствие любви к себе у жены. И хотя мы вместе ходили в церковь, участвовали в Таинствах, трезвым я стал бывать все реже и реже. Единственной радостью в то время были дети. Я очень любил с ними гулять, потому что мог купить спиртное во время прогулки. В таком состоянии я прожил около года перед тем, как пришел в сообщество анонимных алкоголиков.

Выздоровление началось в Данилове

Я не искал специально сообщество и о существовании анонимных алкоголиков практически ничего не знал. Просто один человек, с которым я вместе употреблял алкоголь, перестал пить. Летом я уезжал на дачу, а когда возвращался, начинал искать своих друзей-собутельников. И однажды оказалось, что Роман, так звали моего приятеля, больше

не пьет! Он рассказал мне, что теперь посещает собрания в группе анонимных алкоголиков. Впрочем, тогда я не придавал этому особого значения. Прошло полгода, прежде чем однажды мне, пребывающему в состоянии запоя, позвонил Роман и предложил составить ему компанию в походе на собрание группы анонимных алкоголиков. В этот момент я стоял на улице, и мне просто некуда было деться: на работу я пойти не мог, домой не хотел. Мне было безразлично, как именно провести этот день, и я пришел на собрание. Я находился в состоянии опьянения, но был приятно удивлен тем, что здесь собрались нормальные и даже счастливые, довольные своей жизнью люди. Все они говорили только об одном – о том, как сохранить свою трезвость. В их обществе я ясно ощутил, что тоже хочу научиться жить трезвым.

Я стал посещать собрания, и сначала у меня, как у православного человека, возникли подозрения, не секта ли это. Впрочем, подозрения быстро рассеялись. Ведь собрания проходили в диспансере, где при входе висела икона Пресвятой Богородицы «Неупиваемая Чаша». Перед началом собрания я всякий раз молился, крестился перед Ее образом и только после этого заходил в помещение. На собрании читали «Отче наш», эту молитву я знал еще со времен жизни на приходе, она согревала меня изнутри, и я стал ходить в группу.

Поначалу не все в программе мне нравилось. Например, я не мог принять необходимость «спонсорства». У меня был духовный отец, я исповедовался ему, и мне не нужен был какой-то алкоголик, с которым бы я советовался о чем-то

особенном. Но однажды у меня случился трехдневный запой, за время которого я прошел полный круг того ада, в котором существовал на протяжении последних лет своей жизни, и понял, что я бессилен перед собственным алкоголизмом и что без помощи извне мне с ним не справиться. Я пришел за помощью в группу, и группа откликнулась: люди стали высказываться о том, как переживали нечто подобное после смерти близких и как продолжали выздоравливать после срывов. Мне это очень понравилось, я подошел к человеку и попросил его о помощи. Он мне дал книгу «Жить трезвыми», где приведены практические рекомендации, как сохранять трезвость в течение одного дня. Я стал читать ее, и с этого момента началось мое выздоровление.

Как-то я услышал объявление, что в Данилове открылась новая группа. Меня очень обрадовало то, что она работает по утрам и что собрания проходят на территории монастыря. С монастырем я был знаком давно. Помню, как однажды, придя из армии, проснулся после хорошей гулянки в день праздника Крещения Господня (я, правда, об этом не знал) и почувствовал желание пойти в церковь. Приехал в Данилов и попал на праздник. Здесь все было так здорово, люди радостно набирали освященную воду в бутылки. Я не мог понять, отчего они все так радуются, а мне плохо.

Наверное, был тогда Промысл Божий и обо мне. Эти воспоминания навели меня на размышления о том, что ничего случайного в жизни не бывает, и когда группа открылась, я стал принимать деятельное участие в ее работе, не пропуская ни одного собрания. Здесь же я познакомился со

священником, который понял мою проблему. Батюшка дал мне очень ценные наставления по ведению православной жизни. Например, от него я узнал, что как больной человек не могу придерживаться строгих постов. Были и другие рекомендации, которые мне очень помогли пересмотреть свое отношение к собственной духовной жизни, Таинствам да и вообще к поступкам, которые якобы, должны подтверждать мою веру.

Постепенно мне стало открываться, что Православие было воспринято и усвоено моим больным, искаженным алкоголизмом сознанием не совсем правильно. Когда я находился рядом с духовным отцом, оставался трезвым, но как только отрывался от него, тут же напивался. В моем арсенале не было никаких инструментов, чтобы поддерживать трезвость. А самое главное – отсутствовало понимание того, что я больной человек и чего именно мне нужно просить у Бога.

Думаю, что именно в группе при Даниловом монастыре началось мое выздоровление, и сейчас я обращаюсь к Богу каждый день и прошу у Него только одного: остаться трезвым. Потому что если я буду трезв, у меня будут семья, работа, уважение... Но стоит мне запить, и я могу лишиться всего сразу (мой последний запой наглядно продемонстрировал это).

Я пришел в программу, чтобы немножко отдохнуть от пьянки. Дети требовали внимания, которого я не мог им уделить, потому что пил. Но при этом я четко знал, что когда они пойдут в школу, я свое пиво допью. Нужно было проделать очень большую работу в программе, буквально

развернуть мышление в другую сторону, чтобы освободиться от собственных заблуждений, осознать, что я больной человек и именно поэтому мне вообще нельзя пить.

Первое время трезвости я еще завидовал людям, которые могут пить, но сейчас моя жизнь наполнена иным содержанием. Мне открылся Господь, я знаю, как с Ним общаться, и от этого мне очень хорошо и комфортно живется. Я знаю свои таланты и способности и знаю, как их применить для служения Богу и людям. Теоретически я знал это и раньше, но служил только одному – удовлетворению собственных желаний, которые, увы, были направлены лишь на употребление алкоголя.

Сейчас, когда все это в прошлом, у меня освободилось очень много сил и времени, так что поначалу я даже приходил в некоторое недоумение: куда себя тратить? Но программа через наставника и группу говорит, что, если я получил трезвость, я должен делиться ею с другими, с теми, кто страдает. На это и направлены мои силы, мои способности и все то свободное время, которое у меня появилось.

Чтобы оставаться трезвым

Программа учит и другим вещам, например самоанализу, направленному не на самокопание и самооправдание, а на признание собственных ошибок. Если я сделал что-то неправильно, например обидел ближнего, нужно признать эту ошибку перед Богом, собой и другим человеком. Программа учит просить помощи, извиняться – словом, всему

тому, что раньше для меня было сделать почти невозможно. Для того чтобы не пить, мне также важно и самому не быть обиженным, потому что это меня разрушает. Но самое, пожалуй, главное – не чувствовать себя одиноким. Как человек, сделавший второй и третий шаги, я признал существование Бога и впустил Его в свою жизнь. Я препоручил свои проблемы Господу и поэтому не одинок, я всегда с Богом.

Очень трудно было сделать четвертый шаг, описать историю своей жизни. И хотя склонность вести дневник была у меня с детства (бывало, обижусь на всех, беру тетрадку и пишу), здесь требовалось нечто другое – *описать историю своей болезни*: как начал пить, с кем и к чему это привело. В свое время я рассказывал священнику о беззакониях, которые творил, их хватало в пьяной жизни, но вот с другими людьми я старался этим не делиться. Личный отрицательный опыт подсказывал мне, что ни к чему хорошему это не приведет. Всякий раз, когда люди узнавали правду обо мне, они переставали со мной общаться. Но когда я рассказываю о себе такому же больному, как и я, человеку, это очень способствует моему выздоровлению. Груз прошлого, который я на себе нес и который, в общем-то, подталкивал меня к новой пьянке, остался где-то в стороне. Я не пытаюсь забыть о своем прошлом, помню, что воровал, обижал людей, и очень сожалею о том, что так поступал. Но всякий раз, когда мне кажется, что я уже выздоровел, я перечитываю историю своей болезни, и она возвращает меня к себе. Именно поэтому мне надлежит выздоравливать и дальше, чтобы не испытывать

никаких иллюзий относительно собственной трезвости. Сегодня я трезв, но это вовсе не значит, что я останусь трезвым завтра. И поэтому завтра, когда я проснусь, мне снова нужно будет просить у Бога трезвости.

Очень важны были для меня шестой и седьмой шаги. В процессе работы над ними каждому человеку предстоит ответить самому себе: а хочешь ли ты быть трезвым, есть ли у тебя желание выздороветь и что ты делаешь для того, чтобы твое желание исполнилось? Чтобы ответить положительно, мне пришлось полностью пересмотреть свое отношение к жизни и людям. Но это означало еще и то, что я должен

был начать что-то делать для собственного выздоровления – посещать собрания группы, общаться с новичками, заниматься служением. «Вера без дел мертва», – читаем мы в Послании апостола Иакова. Для

меня это значит, что я выздоравливаю только в том случае, если что-то делаю для выздоровления. Сейчас я четко понимаю, что два с лишним года моей трезвости – это и есть мои дела, а значит, и моя вера.

Но многое еще предстоит сделать. Благодаря программе я осознал, что болен смертельной болезнью и выздороветь мне предстоит всю оставшуюся жизнь. Я ясно понимаю, что на этом пути не может быть остановок – ведь остановка на лестнице, движущейся вниз, опасна, так как снова

*Целомудрие ли стяжал
кто-либо, кротость ли,
смирение ли – всё это
пьянство повергает в море
несчастья.*

**Свт. Иоанн
Златоуст**

может закончиться срывом. Недавно мне сообщили, что человек с двадцатилетним стажем трезвости умер от запоя, так как решил, что окончательно выздоровел, и перестал посещать собрания сообщества. Запой был таким сильным, что даже родственники отказались от этого человека. Его не на что даже было похоронить, и тело закопали где-то в Московской области на картофельном поле.

Всякий раз, когда я испытываю иллюзию, что здоров, болезнь настигает меня снова. Она являет себя в виде эмоциональных срывов и недовольства жизнью. И как только это происходит, мне сразу же требуется «посредник» в виде химического вещества для контакта с миром. Мне нужно изменять свое сознание, чтобы мир стал комфортным, чтобы я чувствовал себя жизнерадостным в нем. Вот что такое для меня алкоголь, к услугам которого я прибегал долгие годы, пока не допился до того, что потерял почти всё.

Теперь я понимаю, что трезвость – это здравомыслие, которое мне не принадлежит и которое нужно просить у Бога. Сохранить трезвость для меня очень важно, так как именно благодаря ей я обрел целостность собственной жизни и целостность собственной личности. И именно поэтому я считаю это единственным смыслом и единственной целью своей жизни, а все остальное, верю, Господь подаст в той мере, в какой сочтет нужным.



Найти свою дорогу

Часть 4

*Любую зависи-
мость... нужно рас-
сматривать, прежде
всего, как явление
духовное, как подпада-
ние под власть духов
злости поднебесных
(см.: Еф. 6, 12).*

**Игумен Валерий
(Ларичев)**



*Архиепископ Волоколамский
Иларион (Алфеев)*

НАЙТИ СВОЮ ДОРОГУ

*Размышления о проблемах
современной молодежи*

Проблемы и болезни современной молодежи

Обычно, говоря о «проблемах молодежи», перечисляют вполне стандартный набор: наркомания, алкоголизм, ранние половые связи и так далее. Но часто забывают о том, что все эти проблемы взаимосвязаны и что у них общий корень – внутренняя духовная пустота, которая становится характерной чертой жизни многих молодых людей, многих «героев нашего времени». Способы решения «проблем молодежи» тоже самые разные, но, как правило, все предлагаемые средства направлены на борьбу со следствиями, а не с причинами. Причиной же является неприспособленность молодого человека к реальной жизни и стремление уйти в мир иллюзий, неспособность заполнить внутреннюю пустоту или попытка заполнить ее суррогатами.

Наркомания является болезнью современной российской молодежи. Употребление наркотиков многие начинают уже в 12–13-летнем возрасте, а к 15–16 годам попадают в тяжелейшую зависи-

мость от наркотиков. Одних эта зависимость ведет к скорой и неминуемой смерти; другие на долгие годы становятся душевно и духовно больными, теряют возможность жить полноценной человеческой жизнью; третьи, немногие, осознав на каком-то этапе пагубность употребления наркотиков, начинают искать пути для исцеления.

Но наркомания является лишь одной из форм так называемой химической зависимости, в тисках которой оказываются многие молодые люди. Есть и другие формы зависимости, в частности алкогольная. Апостол Павел говорит: *«Не упивайтесь вином, от которого бывает распутство»* (Еф. 5, 18); по-славянски это звучит так: *«Неупивайтесь вином, в нем же есть блуд»*. Опасно не употребление вина, но злоупотребление им. Если же человек в алкоголе ищет возможность уйти от жизненных трудностей, то это почти неизбежно приведет его к такой зависимости, которая будет требовать от него всё больших доз алкоголя, пока не приведет его к полному распаду. И в словах апостола Павла есть еще одно важное напоминание: алкоголь приводит к блуду, алкогольная зависимость ведет к сексуальной зависимости. Многие на себе это испытали.

Сексуальная зависимость столь же греховна и столь же опасна, как другие роды зависимости. Влечение к противоположному полу естественно для человека: в самом этом влечении, разумеется, нет ничего греховного; наоборот, именно благодаря ему возможен брачный союз между мужчиной и женщиной. Однако если это влечение не контролировать, если позволять себе выходить за рамки христианской морали, очень четко очерчивающей

границы дозволенного, то половое влечение может быть таким же разрушительным для личности человека, как алкоголь и наркотики.

Еще одной формой зависимости являются компьютерные игры. К концу XX века у человечества накопилось слишком много проблем, с которыми оно не справляется. Для того, чтобы уйти от их решения, оно изобрело «виртуальную реальность», где можно забыться. И для каждого человека, не справляющегося с трудностями реальной жизни, появилась возможность погрузиться в жизнь виртуальную, иллюзорную, выдуманную. Компьютерные игры по своей сути мало чем отличаются от алкоголя или наркотиков – они тоже дают ощущение выхода из реальности. Человек может быть глубоко несчастлив в «реальной» реальности: он может быть неудачником, у которого всё в жизни не клеится. При этом в «виртуальной реальности» тот же человек превращается в удачливого бойца, побеждающего своих соперников, в игрока, поражающего одну цель за другой. В отличие от шахмат, которые развивают способность к логическому мышлению, от спортивных игр, способствующих развитию тела, компьютерные игры не только ничем не обогащают человека, не развивают его – наоборот, на каком-то этапе его развития они вырывают его из реальной жизни, погружая в столь заманчивый, но столь губительный и духовно опасный мир иллюзий.

Опасность всякого рода зависимости заключается еще и в том, что человек, зависимый от чего-либо одного, обычно оказывается беззащитным и перед другими формами зависимости. Так, напри-

мер, мне известны случаи, когда бывшие наркоманы, отказавшись от употребления наркотиков, начинали испытывать чрезвычайно острое, неудержимое влечение к лицам противоположного пола. Знаю также людей, отказавшихся от употребления алкоголя и теперь посвящающих все свое время компьютерным играм. Это происходит потому, что искусственно прерванная зависимость возвращается в другой форме, коль скоро не уврачеваны причины того, что человек в эту зависимость попал. А причина всякой зависимости одна и та же: неспособность человека заполнить внутреннюю пустоту.

Христос – путь, истина и жизнь

Известный православный проповедник митрополит Сурожский Антоний часто повторяет слова одного из архиепископов Кентерберийских, жившего в XX столетии: «Бог создал человека таким просторным, таким бездонным, таким глубоким, что ничто на свете, никакое земное обладание не может его заполнить, кроме Самого Бога». За шестнадцать веков до этого блаженный Августин обращался к Богу с такими словами: «Ты создал нас для Себя, и беспокойно томится сердце наше, пока не успокоится в Тебе». Речь здесь идет об одном и том же: о том, что мы созданы для религиозной жизни, для жизни в Боге. Бог создал нас как вместилище для Самого Себя, Он создал нас в жилище Себе. Если Бога нет, в человеке образуется внутренняя пустота, которую никакие суррогаты не могут заполнить. А от этой пустоты – все прочие проблемы.

Христианским ответом на проблемы современного человека, в том числе на проблемы молодежи, является Сам Христос – Путь, Истина и Жизнь.

Христос есть Путь, потому что Он не только указывает человеку путь ко спасению, не только ведет человека по этому пути: Он всей Своей жизнью показывает нам пример, являет нам образ истинного человека. Вспомните рассказ евангелиста Иоанна об исцелении Господом расслабленного, пролежавшего у купели Силоамской в ожидании чуда тридцать восемь лет. Когда Иисус подошел к нему и спросил: *«Хочешь ли быть здоров?»* – он ответил: *«Так, Господи; но не имею человека, который опустил бы меня в купальню, когда возмутится вода»* (Ин. 5, 6–7). «Не имею человека», – вот слова, которые услышал Господь от расслабленного. Трагедия расслабленного заключалась в том, что за тридцать восемь лет своей жизни он не встретил Человека – того, кто оказался бы способен разделить с ним его страдание, взять на себя хотя бы часть его беспомощности. Можно ведь прожить тридцать восемь лет – и остаться одиноким. Можно прожить целую жизнь – и не встретить Человека!

Когда-то философ Диоген ходил днем по городским улицам, держа в руках зажженный фонарь и говоря: «Ищу человека». Это изречение античного философа осталось в памяти человечества символом того, как трудно иногда бывает среди сотен, тысяч, миллионов, теперь уже миллиардов людей, населяющих землю, встретить настоящего человека. Но в лице Иисуса Христа человечество

нашло того Человека, которого так долго и так мучительно искало. Став человеком, Бог воплотившийся явил человечеству не только лик Божий, но и подлинный лик человека. В лице Христа, Бога воплотившегося, мы видим Человека в абсолютном смысле слова. Человека, Который не только указывает нам путь, но и Сам есть Путь.

Современное человечество не только обезбожено: оно обесчеловечено. Бесчеловечность, равнодушие к страданиям других, нежелание помочь, поделиться, выйти навстречу, эгоцентризм и эгоизм приобретают поистине вселенские масштабы. Все труднее бывает в пустыне современного мира встретить «человека». Многие теряют волю к жизни от одиночества и тоски, которых некому облегчить, которые не с кем разделить. Жизнь мира преобразилась бы радикальным образом, если бы христиане были той «солью земли», тем «светом мира», которыми они должны быть. А чтобы стать таковыми, они должны быть полноценными людьми.

Во II веке святой Феофил Антиохийский, полемизируя с язычником, писал: «Ты говоришь: покажи мне твоего Бога. А я тебе отвечу: сначала покажи мне твоего человека, и тогда сможешь увидеть моего Бога». Мы не можем видеть Бога, пока не вырастем в полную меру нашего человеческого роста. Мы не можем называться христианами, пока не станем настоящими людьми. А настоящий человек, настоящий христианин – это тот, кто готов, по слову Спасителя, положить душу свою за друзей своих (см.: Ин. 15, 13). Именно таким был Сам Христос – Он не пожалел жизни Своей для нас и показал нам, что такое настоящий Человек.

Истина...

Христос есть Истина. Когда Христос был на суде у Пилата и говорил ему о том, что Он пришел, *чтобы свидетельствовать об истине*, римский прокуратор спросил: «Что есть истина?» – и, не дожидаясь ответа, вышел к народу (Ин. 18, 37–38). Почему он не подождал? Потому что был уверен, что ответа на вопрос об истине нет. И его действительно нет, если искать истину «что». Истина есть «кто», истиной был Сам Христос, стоявший в тот момент перед Пилатом. Об этом говорит современный богослов архимандрит Софроний (Сахаров): «Наука и философия ставят себе вопрос: “что есть истина?” – в то время как подлинное христианское религиозное сознание всегда обращено к истине “кто”. Представители науки и философии нередко считают христиан беспочвенными мечтателями, себя же – стоящими на твердой почве, и потому именуют себя позитивистами. Станным образом не понимают они негативности своего “что”, не понимают, что Истина подлинная, абсолютная может быть только “кто” и никак не “что”, потому что Истина не есть отвлеченная формула или отвлеченная идея, но есть Саможизнь».

Познание истины «кто», познание личного Бога возможно только через личную встречу, через общение с Богом. Такая встреча происходит прежде всего в молитве, когда душа наша раскрывается навстречу Богу и Бог отвечает нам, как Он отвечал Моисею на горе Синай, как Он отвечал Иову «из бури и облака», как Он отвечал тысячам и миллионам людей до нас, обращавшимся к Нему с молитвами. Встреча с Богом может произойти

благодаря встрече с человеком, в лице которого мы можем прозреть Божий лик, подобно тому как ослабленный прозрел лик Божий в лице Человека Иисуса Христа. Но самым действенным средством к стяжанию внутреннего опыта Христа как абсолютной Истины является причащение. В православной и католической традициях причащение воспринимается не просто как символическое воспоминание Тайной вечери, но как реальное соединение со Христом в причастии Его реального Тела и Его реальной Крови. В момент причастия Тело Христа становится нашим телом, и Кровь Христа начинает течь в наших жилах. Такое сущностное, онтологическое соединение с Богом невозможно ни в одной другой религии, кроме христианства: во всех религиях сохраняется пропасть между Богом и человеком, между абсолютной Истиной и искателем этой истины. Только во Христе и через Христа это расстояние преодолевается.

... и Жизнь

Именно поэтому мы утверждаем, что Христос есть Жизнь. Он не просто указывает нам вечную жизнь, но Сам наполняет нас Жизнью. *«Я пришел для того, чтобы имели жизнь и имели с избытком»*, – говорил Он (Ин. 10, 10). Что значит «жизнь с избытком»? Это жизнь, наполненная смыслом, жизнь, при которой человек не испытывает чувство внутренней пустоты, растерянности, при которой он находит один исчерпывающий ответ на все вопросы и на все проблемы. Я глубоко убежден в том, что подлинной жизни не может быть вне религиозной веры: может быть только внешняя оболочка

жизни, лишенная содержимого, могут быть только мехи, ветхие или новые, но лишённые вина. Христос есть то вино, о котором можно сказать словами преподобного Исаака Сирина: «Вот вино, которое веселит сердце человека. Блажен, кто испил этого вина! Испили его невоздержанные – и устыдились; испили грешники – и оставили пути преткновенений; испили пьяницы – и стали постниками; испили богатые – и возжелали нищеты; испили убогие – и обогатились надеждой; испили больные – и стали здоровыми; испили невежды – и умудрились».

Вы можете спросить: как все это работает на практике? В ответ расскажу лишь одну историю одного конкретного человека – одного из очень многих молодых людей, с которыми мне как священнику приходится общаться. В двенадцать лет он впервые попробовал наркотики и вскоре после первой попытки начал их систематически употреблять. Наркотик позволял ему чувствовать себя увереннее, раскованнее, тогда как в реальной жизни ему трудно было сойтись со сверстниками, найти с ними общий язык. Наркотик давал ощущение наполненности, содержательности жизни, тогда как в реальности этот юноша всегда испытывал неудовлетворенность от пустоты и бессодержательности всего окружающего. К пятнадцати годам он был законченным наркоманом, к девятнадцати – наркоманом с многолетним стажем, с полуразрушенной психикой, не способным противостоять действию наркотических средств. В то же время в нем начало расти понимание того, что употребле-

ние наркотика – тупиковый путь, путь в никуда; появилось желание отказаться. Испробованы были все средства, которые в таких случаях предлагает современная медицина, но ни одно не помогало.

И вот однажды молодой человек оказался в программе Двенадцати шагов – программе, о существовании которой вы наверняка знаете. Смысл этой программы заключается в том, что она предлагает не только освобождение от последствий наркомании или алкоголизма, но врачует сам корень болезни, освобождая человека от той внутренней пустоты, которая является причиной всякой химической зависимости. Программа эта рассчитана на постепенное осознание человеком бесперспективности своей прежней жизни, необходимости исправиться, собственного бессилия и необходимости какой-то высшей силы, которая помогла бы ему духовно и нравственно переродиться. Иными словами, это не программа «борьбы с наркотиками», но программа всецелого исцеления, на всех уровнях: физическом, душевном и духовном. Эта программа имеет религиозный наполнитель; на каком-то этапе она приводит человека к Богу. И кроме того, важным элементом в программе является взаимопомощь: сами члены программы помогают друг другу, делятся опытом борьбы с самими собой, со своими грехами и пороками, рука об руку идут по пути исцеления.

Так вот, наш молодой человек сделал первый шаг, сделал второй и на третьем или четвертом шаге оказался лицом к лицу с Богом. И в тот момент он понял, что никто, кроме Бога, не может

дать ему то духовное наполнение, которого он всегда так страстно искал. И он пришел в церковь, исповедовался, начал причащаться, начал читать духовную литературу, начал следить за собой, искоренять свои прежние пороки, приобретать добродетели; одним словом, встал на путь *евангельской жизни*. И на моих глазах постепенно происходило и происходит духовное исцеление, изменение и преображение этого юноши. Он не только избавился от наркотиков, но и стал глубоко верующим христианином, осознавшим, что единственным Путем, единственной Истиной и единственной Жизнью является Сам Христос. Через Христа он не только исцелился от прежних недугов, но и приобрел ту радость, которую, как говорит Христос, никто не отнимет у человека, ибо источником этой радости является, опять же, Сам Христос. Я хорошо помню, как, будучи наркоманом, этот человек приходил ко мне, и его еще юное лицо было искажено грехом: это было мрачное, темное лицо человека потерявшего, заблудившегося, утратившего радость или никогда не знавшего ее. А теперь оно сияет радостью – так, как сияют радостью лица многих христиан на Пасху, когда они празднуют вместе Воскресение Христово.

Опыт Воскресшего Христа

Итак, я глубоко убежден в том, что ответом на все проблемы современной молодежи может быть только ответ религиозный, и в нашем контексте – ответ христианский. Этим ответом является, как я уже сказал, Сам Христос, причем Христос Воскрес-

ший. Почему с такой радостью приветствуем мы друг друга в пасхальные дни словами «Христос воскрес!»? Неужели для нас и без этого приветствия не очевидно, что Он воскрес? Зачем так часто напоминать об этом? Почему для всех нас, христиан разных конфессий, Воскресение Христово имеет столь основополагающее, ни с чем не сравнимое значение? Почему апостол Павел говорит, что, если бы Христос не воскрес, тщетна была бы проповедь наша, тщетна была бы вера наша?

Задумаемся о том, что происходило с учениками Христа после Его Воскресения. Когда Он являлся им, лишь некоторые из них верили, другие сомневались. Когда апостол Фома услышал от других учеников весть о Воскресении Спасителя, он сказал: *«Если не увижу на руках Его ран от гвоздей, и не вложу перста моего в раны от гвоздей, и не вложу руки моей в ребра Его, не поверю»* (Ин. 20, 25).

«Если не увижу, не поверю». Так часто отвечают нам, верующим, люди, которые требуют от нас логических, осязаемых доказательств христианской веры. Но таких доказательств нет и быть не может, ибо вера христианская – за пределами разумного постижения, она сверхрациональна. В христианстве ничего нельзя логически доказать: ни бытие Бога, ни Воскресение Христово, ни другие истины, которые можно только принять или не принять на веру. *«Бога не видел никто никогда»*, – говорит апостол Иоанн Богослов (Ин. 1, 18). И бытие Божие никто никогда не доказал. И Воскресение Христово никто никогда не засвидетельствовал таким образом, чтобы оно стало очевидным

фактом для всего человечества. И тем не менее, несмотря на кажущуюся бездоказательность христианской веры, миллионы людей приходили, приходят и будут приходить ко Христу; верили, верят и будут верить в Воскресение Христово; признавали, признают и будут признавать бытие Божие. Почему? Потому что они встретили Бога на своем пути, и никакие дополнительные доказательства оказались им не нужны.

Как происходит встреча человека с Богом? Для каждого – по-разному. Для одних – это опыт внезапного откровения, прозрения, когда люди вдруг осознают, что Бог рядом с ними, что Он – здесь, что Он видит и слышит их, а они видят и слышат Его. Для других – это опыт прорастания в них присутствия Божия, опыт постепенного узнавания Христа воскресшего. Бывает, что Христос встречается человека, но человек или не сознает этого, или лишь впоследствии начинает понимать, что то была встреча с Господом. Именно так произошло с двумя учениками, которые, возвращаясь из Иерусалима в Эммаус, в приблизившемся к ним путнике не узнали Иисуса, потому что Его внешний облик после Воскресения изменился. Господь беседовал с ними на протяжении всего пути, вошел вместе с ними в дом, и лишь когда Он преломлял хлеб, они узнали Его, но Он тотчас же сделался невидим. И тогда они сказали: *«Не горело ли в нас сердце наше, когда Он говорил нам на дороге?»* (Лк. 24, 32). И с радостью пошли и возвестили ученикам о своей встрече с воскресшим Учителем. Поразительно, что ученики не узнали Христа, когда

Он был рядом с ними; телесные глаза не помогли им распознать воскресшего Бога. Но внутренними очами души они узнали Господа. И как только узнали, Он сделался невидим для них, потому что телесное зрение не нужно, когда сердце воспламеняется верой.

Так происходило и происходит с христианами, которые не видели Бога, но уверовали в Него, потому что сердце их возгорелось любовью к Нему. Именно о них говорит Христос: *«Блаженны невидевшие и уверовавшие»* (Ин. 20, 29). Блаженны, потому что не логических доказательств взыскали они, но того огня, который Бог ввергает в сердца человеческие.

И мы верим в Воскресение Христово не потому, что нас кто-то в этом убедил, но потому, что мы сами, своим внутренним опытом познали Воскресшего. Мы уверовали не потому, что видели Бога, но потому, что ощутили Его живое присутствие в сердце нашем. Скептический разум современного человека говорит: «Не увижу – не поверю». А мы говорим: «Верую, хотя и не вижу». Если бы в религии всё было видимо, осязаемо, доказуемо, зачем и во что нужно было бы верить? Если бы в религии не существовало тайны, чем бы отличалась она от всего остального, что окружает нас в земной жизни?

Вступая на путь христианский, мы бросаем вызов окружающему миру, требующему от нас логического оправдания нашей веры. Более того, мы бросаем вызов собственному разуму, который нередко сомневается в бытии Божиим... Выходя

в плавание на корабле христианской веры, мы многим рискуем. У нас нет гарантии того, что мы достигнем цели, не претерпев *«кораблекрушение в вере»* (1 Тим. 1, 19). Нам в земной жизни не обещана такая встреча со Христом лицом к лицу, которой удостоился Фома, прикоснувшийся к ранам на теле Спасителя и получивший осязаемое доказательство Воскресения Христова. Конечно, в будущем веке мы увидим Христа лицом к лицу, но ведь и в это нужно *верить!* Сейчас же нам дан внутренний опыт Христа Воскресшего – опыт, который сильнее любых логических доказательств, любого телесного «видения». Для чего дан нам этот опыт? Чтобы мы поделились им с другими. Мы должны помнить, что до тех пор, пока мир не уверует в Воскресение Христово, до тех пор, пока Воскресший Христос не станет опытом всякого человека, не завершится миссия Христова на земле. И как апостолы после Воскресения Христова пошли проповедовать Христа, так и мы призваны всей нашей жизнью – не только словом, но и делами – проповедовать Христа Воскресшего.

Почему в пасхальные дни богослужение в Православной Церкви совершается не только внутри храма, но и вне его стен? Почему мы не довольствуемся обычным чинопоследованием, но считаем необходимым с крестами, иконами и хоругвами выходить на улицу? Именно потому, что наша миссия – не только наслаждаться близостью Христа внутри стен храма, но и свидетельствовать о Воскресшем на улице, где мир живет своей жизнью. Мы призваны быть продолжателями дела

апостолов, которые не видели Воскресение Христово телесными очами, но узрели его очами души. Ибо не только к ним, но и к нам обращены слова Спасителя: *«Идите, научите все народы, крестя их во имя Отца и Сына и Святаго Духа, уча их соблюдать все, что Я повелел вам, и се, Я с вами во все дни до скончания века. Аминь»* (Мф. 28, 19–20).

Из доклада на Христианской межконфессиональной молодежной конференции «Христианство в третьем тысячелетии». Оригинальное название: «Я с вами во все дни до скончания века». Москва, 16–18 мая 2001 года⁵¹.

⁵¹ Встреча. 2001. №1 (14). Сергиев Посад. МДА.



СЛУЧАИ ИСЦЕЛЕНИЙ

Помощь Святителя Николая

После ранней Литургии к Батюшке подходит пьяный оборванный человек и, упав ему в ноги, весь трясясь и едва выговаривая слова, обращается к Батюшке: «Я совсем погиб, спился... Погибла душа моя... Спаси, помоги мне. Не помню себя трезвым... потерял образ человека». Не погнушавшись его омерзительным видом, Батюшка совсем близко подходит к нему, любовно заглядывая в глаза, кладет на плечо свою руку и говорит: «Голубчик, пора нам с тобой уже перестать винцо-то пить!»

– Помогите, дорогой Батюшка, помолитесь.

Батюшка же, взяв его за руку, ведет на амвон и, оставив его там, уходит в алтарь. Открывает завесу Царских врат Казанского придела, торжественно распахивает Царские врата и начинает молебен, величественным голосом произнеся: «Благословен Бог наш». Снова взяв за руку грязного оборванца, ставит его рядом с собой в самых Царских вратах, опускается вместе с ним на колени и со слезами начинает усердно возносить молитвы Господу Богу. Одежда оборванца была настолько порвана, что тело его обнажалось, когда он по примеру Батюшки клал земные поклоны. По

окончании молебна Батюшка трижды осенил крестом несчастного и, подавая ему просфору, три раза его поцеловал.

Ровно через неделю подходит к свечному ящичку прилично одетый человек и, покупая свечу, спрашивает:

– Как бы мне увидеть Батюшку отца Алексия?

Узнав, что Батюшка в храме, он радостно заявляет, что желает отслужить благодарственный молебен. Вышедший же на амвон Батюшка воскликнул: «Василий, да это ты!» С рыданием бросился к его ногам недавно бывший бродяга, прослезился и Батюшка, начиная молебен. А на наши расспросы Василий сказал, что получил хорошее место и прекрасно устроился.

Рассказ схимонахини Гавриилы об исцелении страждущего по молитвам отца Алексия Мечева. «По земле как по небу». М., 2008.



Меня спасла Божия Матерь

Зимой 1994 года со мной произошло нечто необычное. Я – строитель и в то время сильно любил выпить. Как обычно, после очередной зарплаты мы с друзьями напились, и я уснул прямо на стройплощадке на плитах. Был мороз, и если бы не это чудо, замерз бы насмерть. Я спал, когда Кто-то толкнул меня в плечо. Очнувшись, я увидел высокую красивую Женщину в блестящей белой одежде, Которая мне сказала: «Беги домой, там тебя ждет жена и молится». Было около трех часов ночи. «Откуда на стройплощадке в такое время

взалась эта Женщина?» – подумал я. Когда решил спросить Ее об этом, то увидел, что Она исчезла. Продрогший, я вернулся домой и все рассказал жене. Она в то время уже ходила в храм и молилась за меня Матери Божией пред иконой «Неупиваемая Чаша». Я хотя и был крещен, но веры не имел, в храм не ходил. Через некоторое время я вместе с женой впервые приехал в Высоцкий монастырь на молебен и, когда увидел икону Богородицы «Неупиваемая Чаша», сразу узнал в ней Ту Женщину. Я не мог поверить своим глазам и понял, что спасла меня Сама Божия Мать. Так как я продолжал пить – решил закодироваться, но это еще усугубило мое пьянство. Жена звала меня в монастырь, и я стал исповедоваться, причащаться. Бывал на молебнах у «Неупиваемой Чаши». Со временем почувствовал, что у меня совсем нет тяги к алкоголю. Так я бросил пить. Я очень благодарен Пречистой Деве и Господу за свое спасение.

Николай, г. Серпухов, апрель 2002 г.



В обитель меня привела сестра

До приезда в обитель в августе 1997 года страдал болезнью пьянства и курения, хотя и не осознавал этого. Считал это нормой жизни. После второго посещения и раскаяния на исповеди наступило прозрение. В обитель меня привела сестра. Без нее я, наверное, никогда бы там не оказался, так велика была сила, удерживающая меня. После второго посещения обители я без особых усилий бросил курить, хотя до этого неоднократно

но пытался, но безуспешно. Не появляется даже желание выпить. Резко изменился смысл жизни. Духовные перемены, произошедшие во мне по воле Пресвятой Владычицы Богородицы, во много раз превосходят чувства физически здорового и никогда не болеющего человека. В воскресные и праздничные дни я регулярно посещаю храм, соблюдаю посты, исповедуюсь.

Благодарю Пресвятую Владычицу нашу Богородицу.

Слава Богу!

Юрий, г. Тверь, 3 апреля 1998 г.



Трезвым встретил Пасху

В течение двадцати лет я был подвержен страсти пьянства. Запой длились от трех дней до месяца с промежутками до двух месяцев. Обращался к врачу, и «торпедой» он прервал запой на два года. Но потом все началось сначала. В 1980 году я крестился. Молился и причащался очень редко. В начале 90-х годов кодировался, но запил в тот же день. Не помню точно в каком году я купил в Сергиевом Посаде книгу «Как избавиться от греха пьянства» с иконой на обложке. С этого времени мне захотелось съездить к иконе. Время шло, а я всё пил и пил. Как-то после очередного запоя я взмолился Богородице, чтобы Она помогла мне избавиться от пьянства. На Страстной неделе Великого поста 1997 года я поехал на охоту и там пил несколько дней. После этого мне стало очень плохо, и я твердо решил ехать в Высоцкий монастырь к иконе. При этом я просил жену молиться за меня.

Приехал в Серпухов сразу после Пасхи 1997 года. Батюшка подвел меня к «Неупиваемой Чаше», сказал: «Вот чудотворная икона – молись», – и ушел.

Состояние похмелья еще не оставило меня, и я, трепеща, робко подошел к иконе. Не помню, как молился, помню только, что просил избавить меня от страсти пьянства. Потом заказал молебен и купил маленькую икону и свечу. Вроде бы ничего и не произошло. Но заметил, что домой приехал в необычном для похмелья радостном состоянии. Икону повесил прямо над головой в спальне. И вот прошел ровно год. Наконец трезвым встретил Праздников Праздник – Пасху. По воскресным дням всегда стараюсь прочесть акафист Божией Матери в честь иконы «Неупиваемая Чаша». Я снова приехал к иконе и теперь трезвыми глазами вижу, что святая икона «Неупиваемая Чаша» таинственна и чудесна, но словами это не передать.

Александр, г. Москва, 8 мая 1998 г.



Пластиковый шприц расплавился в руке

Прошло уже два года с тех пор, как со мной произошло настоящее чудо, о котором я хочу рассказать. Мне 32 года. В моей семье случилась беда: я пристрастился к сильному наркотику (героин) и ежедневно употреблял его в больших дозах. Когда осознал масштабы этого горя и большого греха против самой жизни, сил и воли на борьбу с ним уже не оставалось. Пробовал лечиться в больницах, кодироваться – ничто не помогало, я снова и

снова возвращался к игле. Моим страданиям не было предела. Я понимал, что приношу своим близким огромное горе, но даже это не останавливало меня. Я продолжал погибать.

Однажды я приготовился сделать очередной укол, но как только достал пластиковый шприц с наркотиком, он расплавился в моей руке, что потрясло и сильно напугало меня. Я рассказал об этом маме и узнал, что она ездила в Высоцкий монастырь и молилась Пресвятой Богородице перед иконой «Неупиваемая Чаша». По приезде из монастыря она читала 40 дней акафист и слезно молила Божию Матерь спасти сына, и чудо случилось. Вот уже два года я не употребляю наркотики и благодарю Господа нашего Иисуса Христа и Пресвятую Богородицу за исцеление, дарованное мне и навсегда изменившее мою жизнь.

Денис, г. Москва, 16 ноября 2001 г.

www.pserpuhov.ru



Покаяние сына исцелило отца

Я был уверен, что после смерти мамы в 2005 году сумел наконец-то с Божьей помощью усвоить всю глубину Православной веры (я и раньше стремился к этому, но мирская суета всегда отвлекала от Бога): почувствовал искреннее желание молиться, стал регулярно обращаться к Господу, посещать богослужения, исповедоваться, причащаться Святых Христовых Таин, стараться не совершать греха. Воспоминания о кончине близкого человека помогли удерживать этот молитвенный настрой.

Но по воле Господа дальнейшая жизнь сложилась так, что я отчетливо осознал всю неверность моей самооценки. Это случилось при следующих обстоятельствах. После смерти мамы мой отец, Валентин Владимирович Ц., переехал ко мне на постоянное жительство в Москву из Петропавловска-Камчатского. Я, моя супруга и дети старались окружить его заботой и вниманием, встречая с его стороны искреннюю благодарность за всё.

По нашим ожиданиям, семейная жизнь должна была складываться наилучшим образом, как вдруг отец с горя запил. Он и раньше не отличался воздержанием от искушений «зеленого змия», отчасти, наверное, в силу открытости и безотказности своего характера, в большей степени по причине тягот и невзгод прежних лет, которых на его долю выпало немало. Но никто никогда не считал его пьяницей, а тем более алкоголиком, в том числе и он сам. Всю жизнь отец усердно трудился на производстве, дома был примерным хозяином, неустанно заботился о своих близких, всегда опрятно выглядел.

Из этических соображений не стану подробно описывать, какими сделались его внешний вид и поведение из-за бесконечных попок с малознакомыми, а подчас и первыми встречными людьми. Я попытался выяснить его отношение к Богу, факту конечности человеческой жизни в целом и его в частности и понял, что он далек от рассуждений на эти темы.

Однажды мне посчастливилось узнать (и это, несомненно, был Божий Промысл) о чудотворной иконе Пресвятой Богородицы «Неупиваемая

Чаша», что в Высоцком монастыре города Серпухова Московской области, посредством которой Господь исцеляет недуг пьянства. Я стал уговаривать отца принять Святое Крещение, исповедаться, причаститься Святых Христовых Таин и отправиться за помощью. Прошло около года, прежде чем он согласился на все, кроме поездки в Серпухов. Нельзя сказать, чтобы он активно отказывался получить помощь от чудотворной иконы, но всячески под различными несущественными предлогами уклонялся от принятия моего предложения. Я не торопил его. Думаю, что, несмотря на многочисленные примеры исцеления других людей от недуга пьянства, о которых я ему рассказывал, он всё же не был уверен в реальности этой помощи.

В недоумении я стал рассуждать о причинах, по которым Господь мог бы отказать нам в помощи. И вот что я понял. На самом деле я был далек от настоящей любви к отцу, особенно в те моменты, когда он появлялся в семье в нетрезвом виде. Во время собственных наставлений о вреде пьянства, четко выверенных и способных вызвать у любого, как я полагал, жгучий стыд (говорю о себе с иронией), я не любил пьяного отца, раздражался от его внешнего вида и бессвязной речи, ни разу не проявил к нему ни капли сочувствия, а только горделиво упивался собственным красноречием.

«В чем же дело?» – недоумевал я. Как-то вдруг однажды до меня дошло (не без Божьей помощи, разумеется), что в своих молитвах я, оказывается, всегда просил Господа лишь об исцелении отца от пьянства, преследуя, прежде всего, эгоистическую

цель – облегчить свою жизнь. Я стал молиться, чтобы Господь послал мне любовь к отцу и всем моим близким.

Не помню точно, сколько прошло времени, но однажды отец вернулся домой после очередной пьянки, и я вдруг внезапно почувствовал, что не раздражен его появлением в непотребном виде. Я уложил его на диван, с удивлением отметил про себя, что мне не обидно слышать его критику в свой адрес, чего со мной раньше никогда не было. В этот момент подушка упала на пол. Я стал пристраивать ее, чтобы отцу было удобно, и вдруг у меня полились слезы: «Бедный мой отец, ты ведь измучился совсем! Господи, помоги нам!» – молился я, отчетливо осознавая, что теперь люблю его даже в такие минуты.

Господь услышал мои молитвы.

Через несколько дней на исповеди приходской священник предложил отцу съездить в Серпухов поклониться иконе Пресвятой Богородицы «Неупиваемая Чаша». На этот раз предложение было воспринято отцом с огромным желанием. На следующий день я отпросился с работы, и вместе мы посетили Высоцкий монастырь, где папа долго стоял на коленях перед святым образом Божьей Матери и о чем-то просил. Я знал, о чем он просит. После этого мы заказали молебен перед святыней на целый год. А вернувшись домой, отец в течение сорока дней читал акафист Божьей Матери.

Примерно на 20-й день его молитвенного труда обстоятельства сложились так, что ему пришлось оказаться в компании выпивающих людей. Придя домой трезвым, он сказал мне, что остался

абсолютно равнодушен к предложению выпить и ощутил при этом мир и покой. С тех пор прошло уже более двух лет. Отец не пьет, устроился на работу. Жизнь наладилась. Зимой мы вместе катаемся на лыжах, летом ходим в походы, сидим у костра, размышляя о жизни. Но самое главное – он регулярно причащается Святых Христовых Таин и молится Богу о спасении своем и всей нашей семьи.

Желая хоть мало-мальски отблагодарить Господа и Пресвятую Богородицу за ниспосланное исцеление родного человека, я еще неоднократно посещал Высоцкий монастырь, трудился на различных хозяйственных работах, молился. Однажды я услышал там проповедь молодого священника, призывавшего к покаянию и любви родственников пьющих людей, которые со всех концов России и стран ближнего зарубежья (да, наверное, и дальнего) приехали к Святому Образу просить о своих измученных пороком близких. Проповедник утверждал, что именно отсутствие любви является основным препятствием, не позволяющим Господу ниспослать свою целительную благодать в помощь страдающим. Я видел, что многие из присутствовавших не понимали его, морщились от резких обличительных слов незнакомого им молодого пастыря, не верили его словам. Я стоял и думал о том, что просто они не знают, что батюшка говорит обо мне.

Слава Богу за всё!

Николай Ц., февраль 2009 г.

ПОСЛЕСЛОВИЕ ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА

Вот и подошла к концу эта многогранная, искренняя и, как мы надеемся, полезная для наших читателей книга. Священники, специалисты-медики, выздоравливающие люди предлагают разные пути и способы излечения, освобождения от зависимости и возвращения в нормальную жизнь. И это прекрасно и поучительно.

Но давайте зададимся вопросом: откуда берутся в нашей жизни наркоманы и алкоголики? Кто порождает их? Ответ очевиден: они берутся из окружающего нас общества, а порождает их дошедшая до предела пропаганда удовольствий, вседозволенности, «кайфа» во всех его проявлениях и видах.

За дымовой завесой рассуждений о «свободе и демократии» «сильные мира сего» (а точнее – мафии алкогольная, табачная, наркобароны) делают свои неисчислимые валютные миллиарды. Делают за счет нашего с вами здоровья, здоровья наших детей и внуков, за счет жизней (в прямом смысле этого слова!) миллионов, десятков миллионов наших людей. Но разве это нормально?

Да, нормально, если мы живем в обществе самого дикого, ничем не сдерживаемого «личного интереса». Но если общество наше не на словах, а на деле стремится стать гражданским, то массовое убийство собственного народа во имя прибыли не только не нормально, но должно квалифицироваться как тягчайшее преступление против человечности, как геноцид.

Мы, верующие люди, зачастую привычно воспринимаем окружающую нас действительность как нечто данное свыше, как то, что не обсуждается и не ставится под сомнение. И порой совершаем в этом ошибку.

Разве воля Божия в том, чтобы миллионы наших соотечественников, сородичей безвременно умирали от наркотиков и алкоголя? Разве Господь хочет, чтобы грех приумножался и заполнял собой всю Русскую землю? Конечно, нет. Поэтому мы не имеем права воспринимать волю испорченных, грешных, преступных людей как «волю Божию». Зато мы имеем право требовать ограничения их свободы, свободы зла и растления.

И вот тут мы, как полноправные граждане России, вправе спросить у своего государства: а всё ли сделано для защиты каждого гражданина и всей нации от растлевающей пропаганды алкоголя и наркомании? И даже еще точнее: а сделано ли для этого хоть что-нибудь существенное?..

В первой части нашей книги мы рассказали об инициативах, с которыми выступили здоровые силы нашего общества. Здесь и резолюция Всемирного Русского Народного Собора, и проект «Общее

дело» под руководством архимандрита Тихона (Шевкунова). Инициативы эти прекрасны, своевременны, насущны. Но, повторим, это пока всего лишь инициативы общества (лучшей его части), которые должны быть услышаны государством, чтобы стать государственными законами. А это, учитывая богатство, влияние и беспринципность алкогольной мафии, учитывая коррумпированность многих чиновников, отнюдь не простое и не легкое дело.

Зато это – прекрасная возможность для нашего государства засвидетельствовать перед всем миром, что оно действительно является гражданским, справедливым, народным. Засвидетельствовать именно теперь, когда народ надо просто-напросто спасти от физического исчезновения с лица земли.

И потому мы, православные граждане России, надеющиеся на то, что правда, честь, совесть, справедливость для большинства наших сограждан и сейчас остаются подлинными ценностями, еще раз готовы напомнить нашим государственным мужам во всех ветвях и структурах власти о насущных и безотлагательных мерах, которые могут обеспечить перелом в деле борьбы с алкоголизмом, уничтожающим нашу нацию.

Вот эти очевидные, простые и не требующие особых государственных затрат меры:

1. Признание пива алкогольным продуктом и полное запрещение рекламы пива любыми способами.

2. Введение строгой ответственности за скрытую рекламу и продвижение алкоголя.

3. Ограничение времени продажи спиртного и строгое наказание нарушителей.

4. Ограничение числа мест продажи.

5. Наказание за самогонование, а особенно – за организацию подпольных торговых точек.

6. Разработка системы принудительного лечения алкоголизма, применимой в качестве возможной альтернативы тюремному заключению за преступления, не относящиеся к числу тяжких.

7. Контроль за производством и распространением спиртосодержащих жидкостей, состоящих из спирта на 50 и более процентов, которые сегодня продаются по цене в несколько раз ниже водки по всей территории России.

8. При необходимости – введение полного или частичного сухого закона на территории России.

(Слова «сухой закон» настолько пугают и возмущают наших либеральных борцов за свободу и простых обывателей, что необходимы пояснения на тему. Ныне сухой закон действует в 42 странах мира (среди них Индия, Исландия, Китай, ОАЭ, Турция, Швеция), а еще в 85 странах употребление алкоголя ограничено. Вместе это 127 государств – более половины общего количества стран мира (в ООН входит сегодня 192 государства). И что, в силу этих ограничений человечество вымирает? Нет. К сожалению, вымирает только наша бедная Россия!)

И конечно, как главное условие плодотворности всех предлагаемых мер – ГОСУДАРСТВЕННАЯ МОНОПОЛИЯ НА АЛКОГОЛЬ.

Да, сегодня борьба с зеленым змием кажется трудной, непосильной, бесперспективной. Но так только кажется. Потому что на самом деле эта борьба угодна Богу, а значит – имеет все возможности завершиться победой. Победой, может быть, не менее важной, чем Великая Победа нашего народа над фашизмом. Ведь нынешняя наша победа может спасти страну точно так же, как спасла ее Победа наших дедов и отцов в Великой Отечественной.

Владимир Малягин



P.S.

Когда эта книга была сверстана и уже готовилась к сдаче в типографию, в российских СМИ была обнародована замечательная, долгожданная и обнадеживающая новость: Президент России Д.А. Медведев поручил Правительству срочно разработать комплекс мер по борьбе с алкогольной угрозой.

Ввиду важности этого документа приводим его полностью и верим, что вместе мы победим!

Редакция

Дмитрий Медведев утвердил перечень поручений Правительству по итогам совещания о мерах по снижению потребления алкоголя.

Совещание состоялось 12 августа 2009 года в Сочи.

Перечень поручений по итогам совещания о мерах по снижению потребления алкоголя Правительству Российской Федерации:

1. Разработать с участием общественных организаций и религиозных

объединений концепцию государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкоголем и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации, уделив особое внимание мерам в отношении несовершеннолетних и молодежи. При разработке мер, предусматривающих принятие решений, меняющих требования к деятельности хозяйствующих субъектов, определить переходный период и при необходимости этапность их реализации.

Срок – 15 декабря 2009 г.

2. Подготовить и внести в Государственную Думу проекты федеральных законов, предусматривающих усиление административной ответственности за нарушения, связанные с ограничениями розничной продажи алкогольной продукции и пива лицам, не достигшим определенного законом возраста, а также установление уголовной ответственности за неоднократное совершение указанных деяний.

Срок – 1 ноября 2009 г.

3. Разработать комплекс мер, направленных на противодействие реализации нелегально произведенной алкогольной продукции, усиление контроля за производством и оборотом алкогольной продукции. Рассмотреть вопрос об обязательном применении всеми участниками рынка минимальной потребительской цены (в том чис-

ле оптовой цены) на водочную продукцию, установлении порядка определения такой цены, исходя из необходимых затрат на производство и реализацию водочной продукции с учетом сумм подлежащего уплате акциза, и форм ответственности.

Срок – 1 декабря 2009 г.

4. Обеспечить разработку и принятие технических регламентов на алкогольную продукцию и пиво, предусмотрев при этом следующее:

а) отнести к слабоалкогольным напиткам продукцию с содержанием в ней добавленного в процессе производства этилового спирта не более 7 % от объема готовой продукции;

б) ограничить объем потребительских упаковок слабоалкогольных напитков до 330 мл;

в) указывать на потребительской упаковке слабоалкогольных напитков информацию о содержании алкоголя как в 100 мл данной продукции, так и в объеме потребительской упаковки;

г) наносить на потребительскую упаковку алкогольной продукции и слабоалкогольных напитков, пива и напитков, изготавливаемых на его основе, контрастную предупредительную надпись о вреде алкоголя для здоровья, занимающую не менее 20 % от ее площади.

Срок – 1 декабря 2009 г.

5. Внести в Государственную Думу проекты федеральных законов, предусматривающих:

а) внесение в Федеральный закон от 22 ноября 1995 г. № 171-ФЗ «О государственном регулировании производства и оборота этилового спирта, алкогольной и спиртосодержащей продукции» изменений, касающихся: расширения полномочий органов государственной власти субъектов Российской Федерации в области регулирования и контроля розничной продажи алкогольной продукции, включая предоставление им права устанавливать ограничения, вплоть до полного запрета, на продажу алкогольной продукции по времени, условиям и месту на территории субъекта Российской Федерации; установления запрета на продажу алкогольной продукции на территориях, прилегающих к детским, образовательным, медицинским учреждениям, физкультурно-оздоровительным и спортивным сооружениям, а также в нестационарных торговых точках;

б) внесение в Федеральный закон от 7 марта 2005 г. № 11-ФЗ «Об ограничениях розничной продажи и потребления (распития) пива и напитков, изготавливаемых на его основе» изменений, касающихся: расширения полномочий органов государственной власти субъектов Российской Федерации в области регулирования и контроля розничной продажи пива и напитков, изготавлива-

емых на его основе, включая предоставление им права устанавливать ограничения, вплоть до полного запрета, на продажу пивной продукции по времени, условиям и месту на территории субъекта Российской Федерации; установления запрета на продажу пива и напитков, изготавливаемых на его основе, на территориях, прилегающих к детским, образовательным, медицинским учреждениям, физкультурно-оздоровительным и спортивным сооружениям; введения запрета на продажу в нестационарных торговых точках пива и напитков, изготавливаемых на его основе, крепостью более 5%;

в) внесение в Федеральный закон от 13 марта 2006 г. №38-ФЗ «О рекламе» изменений, касающихся: запрещения использования информации о наличии биологически активных веществ, в том числе витаминов, в алкогольной продукции, пиве и напитках, изготавливаемых на его основе, в целях рекламы такой продукции как обладающей лечебными и иными оздоравливающими свойствами; усиления ограничений на рекламу алкогольной продукции, пива и напитков, изготавливаемых на его основе, крепостью более 5%.

б. Обеспечить с привлечением общественных организаций проведение на постоянной основе общенациональной информационно-пропагандистской кампании, направленной на информирование населения о вреде, причиняемом алкоголем здоровью, семейному благополучию и

духовной целостности человека, и о мерах антиалкогольной политики.

Срок – постоянно.

7. Рассмотреть с учётом международного опыта вопрос о последствиях введения государственной монополии на производство и оборот этилового спирта и алкогольной продукции, оценив наличие необходимых условий для принятия такого решения и определив возможные сроки его реализации.

Срок – 1 марта 2010 г.

8. Рассмотреть вопрос о передаче медицинских вытрезвителей в ведение субъектов Российской Федерации и обеспечении их соответствующим финансированием.

Срок – 1 декабря 2009 г.

9. Разработать единый порядок организации деятельности центров здоровья в целях профилактики социально значимых неинфекционных заболеваний, а также единый порядок организации деятельности наркологических диспансеров в целях медико-социальной реабилитации лиц, страдающих алкогольной зависимостью.

Срок – 1 декабря 2009 г.

Содержание

<i>Патриарх Московский и всея Руси Кирилл.</i> Алкоголизм – следствие духовного опустошения	3
Часть I. Алкогольная угроза России	7
О неотложных мерах по защите от алкогольной угрозы. Резолюция XIII Всемирного Русского Народного Собора	8
Главная задача – отучить молодежь пить пиво. <i>Пресс-конференция в РИА «Новости»</i>	15
<i>Протоиерей Всеволод Чаплин.</i> Научиться жить осмысленно	22
<i>Архимандрит Тихон (Шевкунов).</i> Всё, что связано с водкой, у нас окружено враньем	28
<i>Борис Панкин, Владимир Легойда, Елена Рыковцева.</i> Церковь отучит пить	40
Часть II. Страсть, грех или болезнь	51
<i>Игумен Петр (Мещеринов).</i> Грешит ли алкоголик, или к кому обратиться за помощью	52
<i>Игумен Иона (Займовский).</i> Страсть, грех или болезнь	58
Алкоголизм и наркомания – разрушение человека	58

Россия в беде	59
Рождаемость и смертность	61
Слово Божие отвергает пьянство	63
Из истории порока и борьбы с ним	67
Истинная свобода – в освобождении от страстей	70
Церковь – последняя надежда для многих	72
Зависимость – что это такое?	75
Совместными усилиями	79
Двенадцать Шагов	80
Основа движения АА – группы самопомощи	83
Комплексный подход	88
Группы для наркоманов, игроков и их родственников	89
Православная Церковь и	
Двенадцатишаговая программа	91
Новости московского сообщества	93
Духовная помощь зависимым	95

«Метанойя» – программа помощи страждущим 99

<i>мирянин Александр. Путь Двенадцати шагов</i>	108
Обретение трезвости	108
Кто приходит за помощью	113
Православный алкоголик	119
Нет сил спастись	122
Болезнь находит лазейку	124
Нужны ли мировой закулисе трезвые алкоголики?	129
Что мешает принять помощь	136
Высокомерие и желание помочь несовместимы	142
Заполнить вакуум.....	144
Благо в виде болезни	150

Е.А. Савина.

Живые в помощи Вышнего:

о выздоровлении от наркомании

и алкоголизма 155

Чудесные истории выздоровления и попытки повторить чудо	155
Лечится ли алкоголизм воцерковлением?	157
Начало пути	158
Алкоголизм, как и наркомания, – болезнь души	162
О таинственном единстве души и тела	165
Где нет тревог и страха.....	168

О боли и обезболивании	172
Что случилось с душой?	173
Симптомы болезни души	177
Возвращение из «страны далече»	180
Признать поражение	182
Поддержка товарищей	184
Да будет воля Твоя	185
Время встречи	186
Возмещение ущерба	189
Каяться, просить и благодарить	190
Свидетельствовать	191
Критика программы Двенадцати шагов	193
Церковь и программа Двенадцати шагов	196
Помочь любому человеку	201

Опыт выздоровления в Данилове.

<i>История исцеления</i>	204
--------------------------------	-----

Часть III. Как помочь близким

алкоголиков	213
--------------------------	-----

<i>А. Спиккард, Б. Томпсон.</i> Семейная ловушка	214
--	-----

В.Д. Москаленко.

Игнорируемые миллионы,

или как помочь близким алкоголиков	227
---	-----

Игнорируемые миллионы	227
-----------------------------	-----

Семейная болезнь – алкоголизм	229
-------------------------------------	-----

Созависимость – болезнь или патология развития личности?	230
---	-----

Не доверяй! Не чувствуй! Не говори!	232
---	-----

Нездоровая семья – причина или следствие болезни?	234
--	-----

Ребенок в алкогольной семье	238
-----------------------------------	-----

Роли выживания и последствия игры	239
---	-----

Как помочь детям алкоголиков?	242
-------------------------------------	-----

Группа высокого риска – родственники алкоголиков	244
--	-----

Больше страдают те, кто младше	251
--------------------------------------	-----

Другие последствия родительского алкоголизма	255
--	-----

Риск и защита	257
---------------------	-----

Семья как система	259
Просить у Бога трезвости. История исцеления	263
Часть IV. Найти свою дорогу	273
<i>Архиепископ Иларион (Алфеев).</i>	
Найти свою дорогу	274
Случаи исцелений	290
<i>Послесловие главного редактора</i>	300
<i>P.S.</i>	305

ИЗДАНИЕ ДАНИЛОВА СТАВРОПИГИАЛЬНОГО
МУЖСКОГО МОНАСТЫРЯ г. МОСКВЫ

Цензор – **иеромонах Макарий (СЫТЕНКО)**

Директор Издательства – **Сергей ДУБИНКИН**
Главный редактор Издательства – **Владимир МАЛЯГИН**

Редактор-составитель – **Екатерина ОРЛОВА**
Художник – **Александр ГРИГОРЬЕВ**
Компьютерный дизайн – **Дмитрий КЛЫГИН**
Компьютерная верстка – **Ольга КУЛАГИНА**
Корректор – **Ирина АЛФЕРОВА**
Компьютерный набор – **Татьяна БОЖЕВОЛЬНОВА**

Лицензия ЛР № 030571 от 20 октября 1998 г.
Подписано в печать 01.10.2009. Формат 84 x 108^{1/32}
Печ. л. 10. Тираж 10 000 экз.
Заказ №

Издательство «ДАНИЛОВСКИЙ БЛАГОВЕСТНИК»
115191, Москва, ул. Даниловский Вал, 20

Для записей

Для записей

Для записей

Для записей
