

Борьба за не-зависимость



В середине 2012 года корреспондент журнала «Фома» В. Посашко взяла у Е.А. Савиной интервью о том, бывают ли «легкие наркотики», кто виноват в том, что возникает наркозависимость, и можно ли вернуть близкому человеку способность испытывать положительные эмоции. Интервью прошло в форме откровенной беседы, где не было неудобных вопросов по столь непростой и болезненной для всего общества теме. Поэтому мы надеемся, что эта статья будет интересна и полезна нашим читателям, пациентам, которые борются за свое освобождение от наркотической зависимости и их родным. С разрешения редакции «Фомы» мы публикуем здесь это интервью.

Алкоголизм и наркомания: проблема решаема?

Никому не надо объяснять, как страшны алкогольная и наркотическая зависимости. Но оказывается, мы мало знаем о том, как с этим бороться. Часто считаем, что это просто слабоволие; что воцерковление может запросто решить проблему; либо, наоборот, что алкоголик или наркоман обречены; или приспособливаемся к болезненной жизни родных, «кормя» их зависимость.

О мифах и ошибках, связанных с алкоголизмом и наркоманией, о генетической предрасположенности, о том, как оградить детей от интереса к наркотикам, как помочь выздороветь нашим близким, рассказывает Екатерина Алексеевна Савина, директор и ведущий специалист реабилитационного центра «Зебра».



Поможет ли сила воли?

— Екатерина Алексеевна, говорят, что алкоголики и наркозависимые — просто слабовольные, запустившие себя люди, и никакое лечение им не нужно: захотел — бросил, или если запереть такого человека в комнате, лишить его алкоголя или наркотика, через неделю выйдет прежний, здоровый человек. Это миф?

— Действительно, если запереть алкоголика в комнате, через неделю все пройдет: он протрезвеет. Но как только выйдет из комнаты, первое, что он сделает, — пойдет пить! По двум причинам. Во-первых, алкоголик не управляет своим поведением в отношении спиртного: начнет он пить или нет, сколько выпьет и когда. Он бессилен перед этим. Его поведением управляет зависимость. Он как машина без руля и тормозов. Более того, и не начать пить такой человек тоже не может, потому что все серьезные события, все радости и горести в его жизни — поскольку он пьет долго — переживаются через алкоголь. Рано или поздно какое-то событие обязательно настает, и он потянется за бутылкой. Повод всегда найдется: как говорят, понедельник — день тяжелый, вторник — тем более; друг приехал, друг уехал; компания собралась; нужно отдохнуть; одиночество гложет...

— Значит, отсутствие контроля над употреблением — вопрос не силы воли, а физиологическая данность?!

— То, что и алкогольная, и наркотическая зависимость — это болезнь, еще в 1950-е годы было признано Всемирной организацией здравоохранения. Это поломка определенного механизма функционирования мозга — физиологическая поломка. Скажем, как рвота — попробуйте остановить рвоту усилием воли! Или попробуйте не вспотеть, когда жарко. Это работа организма, которую человек почти не контролирует. Там действуют довольно простые биохимические механизмы, и это доказанная вещь.

— Вы можете коротко объяснить, что происходит с человеком на уровне физиологии?

— На уровне школы: в мозге есть механизмы, отвечающие за жизненно важные функции, связанные с получением удовольствия. Когда эти системы работают хорошо, в благоприятных условиях человек получает удовольствие в разных формах: либо прилив энергии, либо чувство радости, либо успокоение — в зависимости от того, какие механизмы включаются. В неблагоприятных условиях он чувствует неудовольствие, страх, раздражение, подавленность. В конечном счете эти механизмы регулируют его выживание. Кроме того, они связаны с обучением, то есть с получением информации о мире и о себе самом. Скажем, когда школьник чувствует удовлетворение от полученной «пятерки», он получает стимул учиться дальше.

Так вот, у алкоголиков и наркоманов эта рецепторная система поломана. Почему? Потому что химические вещества, обеспечивающие ее нормальную работу, — медиаторы — либо замещаются наркотиками (наркотик сам такой, как они), либо «выдавливаются» алкоголем в избыточном количестве. Рецепторная система меняется и меняется навсегда: она уже никогда не будет функционировать по-прежнему. В результате человек перестает реагировать на окружающую жизнь адекватно: он боится не там, где надо бояться, и радуется не там, где надо радоваться. Он не может учиться на собственном опыте, поэтому алкоголики и наркоманы отличаются тем, что прыгают вновь и вновь на одни и те же грабли. Сам способ выживания меняется. В конечном счете, алкоголь и наркотик становятся необходимыми им для сносной жизни, и притом — разрушают эту самую жизнь.

— Это такого же рода зависимость, что и, например, зависимость от никотина, от кофе, от компьютерных игр или телевизора?

— От сигарет — да, но не все люди, которые много курят, являются зависимыми от никотина. Для большинства это все-таки, слава Богу, дурная привычка: пластырь никотиновый или что-то подобное помогает выйти из состояния непрерывного употребления, потом человек усилием воли может не курить, а затем и воля не нужна — просто отвык и все. А есть зависимые: одному моему знакомому ампутировали ногу, потому что он курил и его вены перестали работать; но лежа в больнице, он продолжал курить под одеялом! На очереди была вторая нога...

С алкоголем то же самое: иногда можно встретить пьяниц — они много, сильно пьют на уровне привычки, распушенности, но, если им будет очень нужно, то могут и прекратить пить и жить, как обычные люди. Но, к сожалению, гораздо больше тех, которые уже не могут себя контролировать.

— **Как определить?**

— Это очень легко определить по последствиям в жизни человека, по его собственной оценке своей жизни. Оказывается, что жизнь ужасна, и если бы такой человек хотел строить ее сам, то построил бы по-другому — но уже не может этого сделать.

— **Алкоголизм и наркомания — смертельная болезнь?**

— Да, от нее умирают. Но не надо отчаиваться: выход из этого тупика есть.

Страсть как сверхценность



— **Физиология — это одно, душа — все-таки другое. Как меняется личность человека?**

— С духовной стороны — с главной стороны в человеке — смысл алкоголизма и наркомании в том, что вещество становится сверхценностью. И даже не само вещество, а употребление вещества. И под это подстраивается вся остальная жизнь. Конечно, это страсть, глубокое духовное повреждение, через которое человек служит греху. Человек перестает видеть окружающий мир таким, какой он есть. Он видит его таким, какой ему нужен для того, чтобы продолжать употреблять. Это называется отрицание зависимости. Очевидные факты он отрицает, и каждый раз каким-то образом оправдывает возможность продолжать пить или колоться. То есть страсть становится главным в человеке, накрывая собой все остальное. Семья — важно, здоровье — важно, деньги — важно, но — после употребления. И поэтому все будет кидаться в топку зависимости.

— А почему алкоголизм и наркоманию называют «болезнями замороженных чувств»?

— Потому что происходит вот что: приятные чувства переживаются человеком все реже и реже и становятся все менее и менее интенсивными, так что он живет в постоянном негативе. Это ужасное состояние.

— Другими словами, он постепенно теряет способность испытывать положительные эмоции?

— Сколько-нибудь долго. Только употребление дает ему — причем на очень короткое время — то самое расслабление, благополучие и энергию, которую здоровый человек чувствует естественным образом. Поэтому идея «ты не должен пить» алкоголиком воспринимается как нечто абсолютно ужасное! Ему кажется, что в таком случае он всегда будет в этой депрессии, страхе, безнадежности, в раздражении.

В результате больной старается не переживать эти чувства и становится «сухим», «плоским», не чувствующим ничего. Он не может любить, не может сопереживать, не может быть тонким. Точнее, может — под воздействием вещества. А в веществе все равно восприятие изменено...

Тут надо сказать, что изначально многие алкоголики и наркоманы — это люди с очень «тонкой кожей»: они очень остро переживают чужую боль, чужие страдания, часто это творческие люди — по природе своей. Тонкокожесть для них настолько болезненна, что они начинают ее «гасить» алкоголем или наркотиками. Самое страшное, что со временем способность воспринимать жизнь для них становится возможной только под влиянием вещества, а потом и это проходит. И творческая личность умирает, тонкость натуры уходит, а остается такой автомат. Однако выздоравливающие алкоголики и наркоманы сохраняют способность быть творческими, тонкими, сопереживающими людьми. Еще поэтому они прекрасные супруги и родители.

— Если это болезнь, сам человек не виноват. Если страсть, то виноват... Вопрос вины как решается?

— Знаете, тут есть две стороны. Возьмем, например, человека, который умирает от рака легких. Он виноват в том, что он курил 30 лет? Вроде бы да, ведь его никто не понуждал братья за сигарету. Но, когда он начинал, то не предполагал, что будут такие последствия — что он будет в прямом смысле умирать от последствий курения. И алкоголик тоже не предполагал стать алкоголиком. Он просто хотел радоваться. Да, он виноват в беспечности, в том, что не прислушался к мнению других людей, не примерил на себя судьбу тех, кто спился. Но став зависимым, он потерял контроль над процессом, поэтому уже не может отвечать за свое состояние, а не может отвечать — значит не виноват. Но есть и другой аспект вины: сегодня доподлинно известно, что алкоголик и наркоман могут выздоравливать, и известно, что для этого нужно делать. И если зависимый человек знает о возможности выздоровления — а эта возможность опытно доказана — и отказывается от нее, выбирая болезненный способ жить, он, несомненно, виноват.

Стать прежним?



— Итак, несмотря на страшную картину, которую Вы обрисовали, выздоровление возможно, зависимые не обречены? Они могут стать прежними?

— Стать таким же, каким был, — то есть позволить себе чуть-чуть выпить на праздник — зависимый не сможет. Но он сможет благополучно, долго и счастливо жить и не пить, и не употреблять наркотики. Вот это называется «выздоровливать» на нашем языке.

Алкоголику и наркоману сегодня предоставлены замечательные возможности выздороветь! Это не то, что было 20 лет назад, когда я начинала свою деятельность: в нашей стране все сводилось к «промывалкам»-капельницам и возвращению через какое-то время к прежнему состоянию. Сегодня много разных путей выздоровления — надежда не просто есть, она обоснованная.

— Но, как я понимаю, заставить выздороветь никто не в силах?

— Так же, как в любом грехе, Господь не насилует человека, не заставляет отказаться от греха, но долготерпит, показывая последствия греха, «ожидая обращения».

— Господь не насилует, а родственники могут и силком притащить в центр реабилитации!

— Если Господь этого не делает, родственники тем более не должны. И потом это просто бесполезно. Но что они точно должны делать, так это побуждать. Это достигается специальными усилиями по перестройке своей собственной жизни, стремлением перестать быть «подпоркой» зависимости близкого. Эта болезнь — сильная штука, она заставит-таки человека начать выздороветь, если родственники сами перестанут быть созависимыми.

— Что Вы имеете в виду под этим словом?

— Зависимость — это «заразная» вещь: люди, которые живут рядом с алкоголиком или наркоманом, начинают жить такой жизнью, которая эту зависимость подпитывает.

— В чем это выражается?

— Только что ко мне приходила мама наркомана — он употребляет уже много лет. Понятно, что он живет очень плохо, и мама, конечно, тоже. И поэтому она пытается исправить жизнь сына, пытается компенсировать этот негатив какими-то, как сказали бы католики, «сверхдолжными» действиями: платит его кредиты, вытаскивает его из ужасных ситуаций, в которые он попадает из-за употребления, кормит его, хотя он, 38-летний мужчина, не приносит ни копейки домой. Он работает, но все заработанные деньги уходят на наркотики. Ей больно, но по-другому она жить не может: «Он мой сын, как же я оставляю его в беде...»

В результате созависимость начинает кормить саму зависимость: пока эта мама исправляет негативные последствия в жизни сына, он не идет выздоравливать.

— Может, это просто гиперопека, педагогическая ошибка?

— Не совсем. Такой способ жизни обусловлен не ошибками воспитания, а необходимостью выжить. Близкие зависимых заботятся о себе. Заплатив кредит сына, мама облегченно вздыхает... пока сын не возьмет новый кредит. Так что родственникам тоже необходим специальный способ «выздоровления» для того, чтобы они могли правильно выстроить свою жизнь. Тогда у зависимого человека есть шанс начать выздоравливать.

Часто думают, что если наркоман или алкоголик перестанет употреблять свое вещество и как-то выправится, то жизнь семьи наладится. Но это не так. Необходимо выздоравливать «параллельно». Если муж в семье заболел гриппом, и от него заразилась вся семья, ей же всей нужно выздоравливать, а не только одному мужу!

— Дети в семье алкоголиков и наркоманов — тоже созависимы?

— Да, но эта созависимость проявляется не так, как у взрослых. Например, такие дети усваивают, что их не любят без условий — их любят *за что-то*. И они начинают этой любви достигать: становятся либо героями, либо козлами отпущения («Я буду очень плохим, но заметь меня, пожалуйста»), либо шутами — веселыми, беззаботными, благополучными. Это маска, под которой очень много боли и очень много вины. Дети почему-то считают, что они виноваты в том, что папа пьет — мол, если бы я был другим или если бы меня не было, то папа бы не пил... Там очень много боли... И есть специальные группы для детей, которых вытаскивают из этого состояния. К сожалению, созависимыми детьми в нашей стране мало занимаются, а это огромное поле деятельности.

«Я вкладываюсь в твою смерть»

— Взрослый человек может самостоятельно избавиться от своей созависимости? С чего ему начинать?

— Здесь нужна синергия: родные могут начать работать вместе с Богом для того, чтобы вернуть человеку возможность и силы менять свою жизнь. Они должны предоставить его последствиям его употребления, прекратить опекать его в зависимости, при этом оставаясь с ним в отношениях любви, поддержки; давая ему уверенность, что они готовы помогать, как только он соберется выздоравливать. Тогда дилемма встанет перед зависимым человеком в полный рост, у него появится свобода выбора. Пока его опекают, такой свободы у него просто нет — родственники сглаживают последствия употребления, и ему удобно жить так, как живется!

— Хорошо. Давайте возьмем конкретный пример, который Вы привели, — мама наркомана, которая его содержит и «кормит» его зависимость. Каковы должны быть ее действия в сложившейся ситуации?

— Во-первых, ей самой нужна помощь. Потому что, если она сама будет пытаться придумать, как поступить, скорее всего, ошибется. Этим путем до нее прошло много людей, они выработали определенные более или менее благополучные способы выхода из этих ситуаций — так что лучше ей познакомиться с чужим опытом.

Во-вторых, общее правило — не навреди. Если она дает деньги — она наносит вред сыну, зависимость кушает его и кушает ее саму. А вот если она сейчас откажет ему в деньгах...

— Но это приведет к ссоре, драке, сын выбьет деньги из матери кулаком!

— Значит, надо позаботиться о том, чтобы отказ мог быть хоть как-то, с трудом, но принят. Ну, например, у нее может не быть денег. Она может позаботиться о том, чтобы у нее не было денег и не было возможности занять.

Часто бывает, что сын выбивает силой деньги у матери, идет колотья, возвращается домой, спит, и все повторяется снова. Если это так — лучше дать ему деньги, сохраняя себя, а потом, когда он уйдет за наркотиком, закрыть за ним дверь. И прервать эту неизбежную последовательность. Конечно, мать его в этой ситуации не бросает, конечно, она ему говорит через дверь: «Тебе плохо? Ты не можешь без этого? Поезжай в больницу. Вот тебе адрес, поезжай прямо сейчас, пока ты еще можешь доехать. Я к тебе сегодня же приду в больницу и принесу тапки и кефир. Если нет, тогда справляйся со своей жизнью сам. Я не могу вкладываться в твою смерть». Опыт показывает, что такое отношение бывает успешным.

Но я не могу рекомендовать вообще всем выгонять своих зависимых детей из дома! Все люди разные, все семейные ситуации разные, иногда это просто категорически неправильно делать — скажем, если сын склонен к самоубийству. Для того и существуют группы для родственников зависимых, тренинги, чтобы приходиться туда, видеть огромный, разнообразный «бульон» жизненного опыта и понимать, что подходит к твоей жизни, а что нет; советоваться со специалистами и выбирать стратегию, которая будет действенна именно в твоей жизни.

— Можно дать какие-то общие «профилактические» подсказки родителям, чтобы они могли уберечь своего ребенка от наркотиков и алкоголя?

— Контролировать все, что делает твой ребенок — невозможно. Поэтому должен быть «иммунитет». Это связано с общим стилем отношений в семье — с открытостью, с тем, что детям дают свободу совершать ошибки и исправлять их. Тогда ребенок знает, что совершенная им ошибка исправима, что его примут с ней и родители не устроят из этого грандиозный скандал. Причем эта открытость должна быть взаимная. Если мама открыта, то открыты будут и дети: научить можно только собственным примером.

Не нужно опекать человека, не надо выступать в роли детектива, но и не надо делать вид, что его проблемы — это его личное дело. Это дело всей семьи. Любая сложная

ситуация — не катастрофа, а задача, которую надо решать всем вместе. Вообще жизнь состоит из задач. Господь дает их. А семья для того и существует, чтобы помогать ребенку их решать.

Легких наркотиков не бывает

— **Вы разграничиваете алкоголизм и наркоманию, или это лечится одинаково?**

— По сути, зависимость одна, но вещество разное и субкультура разная. Возраст разный, «интонация» разная: алкоголики — люди более взрослые, мудрые, но и тяжелые; наркоманы — более молодые, более оптимистичные (когда выздоравливают, конечно). Поэтому, проходя реабилитацию, они друг другу очень хорошо помогают, очень хорошо выздоравливают вместе.

— **Наркомания — болезнь подростковая?**

— Не могу так сказать, у нас в центре средний возраст — 30 лет. Другое дело, что многие начинают в подростковом возрасте.

— **Существует довольно устойчивое мнение среди подростков, что от легких наркотиков почти никакого вреда, ими-де не грех и побаловаться...**

— Легких наркотиков не бывает. Вот вам аналогия: водка — это тяжелый «наркотик», пиво — это легкий «наркотик», но полно алкоголиков, которые кроме пива в своей жизни ничего не пили. Вопрос в количестве. Просто некоторые наркотики медленно формируют зависимость — я думаю, к ним можно отнести только марихуану. Но марихуана — галлюциноген, так же как известные «грибы», так же как ЛСД, только в несколько другой степени. Она так же сильно влияет на мозг, как ЛСД. Если человек ее курит регулярно, то сходит с ума. Все это очень серьезно.

Курение марихуаны приводит к легкой-легкой галлюцинации: человек не видит чертей, он не видит искаженные фигуры, но возникает беззаботное веселье, неадекватное окружающей реальности. А потом, когда это продолжается довольно часто и долго, в его личности возникает расстройство, очень похожее на шизофреническое. У меня было несколько пациентов, которые на протяжении многих лет своей жизни кроме «травы» и некоторого количества алкоголя ничего не употребляли — это были мои самые тяжелые пациенты...

Поэтому говорить о легких наркотиках не приходится. И, конечно, наркотики формируют зависимость гораздо быстрее, чем алкоголь.

— **Да, очень важный вопрос о генетике: что ж, все дети алкоголиков и наркоманов обречены на зависимость?**

— Не обязательно это передается генетически. Если у Вашей мамы голубые глаза, разве это значит, что и у Вас голубые будут? Но все-таки довольно часто зависимость передается таким образом. Алкоголиком не рождаются: человек рождается здоровым, даже если родители зависимы. Просто та рецепторная система, о которой мы говорили, у генетически предрасположенных к зависимости людей ломается гораздо быстрее, чем у обычных. Если есть предрасположенность, то, может, ему надо пить год, чтобы стать зависимым. Если нет нарушенной генетики — может, лет 10. Женщины, кстати, гораздо быстрее становятся зависимыми, чем мужчины — года за два...

Воцерковление и выздоровление — разные вещи

— Можно ли поймать грань, после которой в человеке начинаются необратимые процессы?

— Я не знаю, можно ли поймать эту грань, чтобы удержать человека от формирования зависимости... Есть другая, очень важная для меня мысль: не надо пугаться — выздоравливать можно, даже если ты уже зависимый. Только для этого нужно жить определенным образом: тебе нельзя употреблять ничего, изменяющего состояние сознания, и научиться жить хорошо с осознанием этого запрета. Это непросто. Для этого нужна помощь...

— Шансы выздороветь самостоятельно, с помощью семьи, малы?

— Поскольку проблема очень серьезна, лучше не пытаться решать ее домашними методами. Простуду мы лечим дома, а если сердце болит — уже обращаемся к специалисту. Тут тоже серьезная проблема — надо к специалисту идти. Пусть лучше он опровергнет наличие зависимости — у меня не часто такие ситуации случались, но все же была пара случаев, когда мы с пациентом несколько раз поговорили, и все благополучно прошло. Люди все разные.

— Есть верующие люди, которые пытаются лечить своих близких от зависимости, отправляя их в монастырь. Как Вы смотрите на такой способ?

— Если он будет там действительно молиться — это одно: человек, может быть, воцерковится, научится верить, и Господь через это уберет его от продолжения употребления. А если он будет просто отсиживать там, как в своего рода тюрьме?

И еще надо понимать, что воцерковление и выздоровление от зависимости — это две разных задачи. Не надо их путать. Потому что если их перепутаешь, то получатся, во-первых, вполне языческие, «магические» отношения с Богом: я Тебе — воцерковление, а Ты, уж пожалуйста, сделай так, чтобы я не пил и не курил. Это не отношения с Богом.

А во-вторых, есть очень много специфических вещей, которых в монастыре просто не знают, — монахи ведь исходят из здоровой психики. Они идут из пункта А в пункт Б, а

нам нужно из пункта С в пункт Б — это совсем другой маршрут. И этот маршрут знают те люди, которые им сами проходили.

Есть монастыри, при которых существуют группы выздоравливающих — там происходит внутренний обмен такой специфической информацией и специальная работа по воцерковлению ребят. Тогда это бывает эффективно. А если отправлять просто так, трудничать — я боюсь, что это попытка с негодными средствами. Господь совершает чудеса, да, мы знаем, но рассчитывать на чудо мы не имеем права.

— Тем не менее, Вы не скрываете, что выздороветь без Бога человек не сможет...

— Не просто не скрываю, а на этом мы стоим! Иначе как через покаяние это не происходит. И в покаянии человек, несомненно, может восстановиться, придя к Богу, придя к очищению своей души от греха, освобождению от страсти, от зависимости, и тогда, конечно, он может выздоравливать и быть благополучным, радоваться жизни.

А радоваться ему еще только предстоит научиться. Дело в том, что, когда зависимый перестает употреблять наркотики, ему живется плохо. Потому что он не умеет жить без вещества. Для него вся жизнь мучительна, он заново учится воспринимать ее с радостью. А радость дает только Бог и никто другой, поэтому такой человек должен научиться жить с Богом. И вот всемирно известная программа «12 шагов», которую мы используем в центре «Зебра», как раз на этом и построена: люди выздоравливают, потому что они поручают свою волю, свою жизнь Богу, и Господь помогает.

Мы все время с Вами говорим о чувствах, но есть и еще один важнейший аспект жизни человека: она должна иметь смысл. Жизнь зависимого человека бессмысленна, и прежде всего этим она и ужасна. В выздоровлении человек находит смысл своей жизни, потому что приходит к Богу. Может быть, не формулируя этот смысл «высокими» словами, он опытно начинает чувствовать: сегодняшний его день прожит так, что он имеет смысл в перспективе всей его жизни.

— Почему часто так происходит: человек вроде бы пришел в Церковь, но избавиться от зависимости не может?

— Воцерковление само по себе не лечит и не останавливает, останавливает Господь, если человек и сам готов потрудиться. Вот в этом «если» и вся штука...

Для того чтобы отдать Богу свою зависимость, нужно самому совершить некие действия. Человек может читать утреннее и вечернее правило, исповедовать некоторые свои грехи, как факты жизни, даже причащаться, но не менять свою жизнь системно. Так, он может оставить очень большую гордыню и обидчивость, или блуд, или еще что-то такое, и при этом надеяться, что Господь избавит его от алкоголизма. Ничего не выйдет. Получается, что Бог пришел к нему на встречу, а сам человек пришел «частично» —

бочком стоит, нет у него полной открытости навстречу Богу. Ну, может быть, эмоционально есть, но нет внутренней серьезной работы, а она совершается не на восторге, это ежедневный терпеливый труд. Главное же состоит в том, чтобы человек мог признать свое бессилие перед зависимостью и научиться получать помощь. Как писал блаженный Августин: «Мы не можем принять помощь Бога, пока наши руки полны...»

И когда зависимый попадает в среду тех, кто выздоравливает, разница между ними сразу видна. И они ему подскажут, помогут...

Так что очень много зависит от того, что человек сам приносит Богу. Бог ведь не насилует, Он не заставляет человека жить так или иначе.

И, конечно, очень важно встретиться с теми людьми, которые умеют работать над собой, и научиться у них. И совершенно понятно, что этим людям помог Бог, и тебе будет помогать Бог. Может быть, человеку надо и *верить* научиться у этих людей — они ведь из тех же страстей приходили к Богу, что и он. И здесь есть некая преемственность.

Многие люди поверили благодаря тому, что начали выздоравливать. Вот это большое счастье! Получилось, что Бог через страсть алкоголизма или наркомании привел их к Себе, показал им, насколько невозможна жизнь без Него.

— Если, уже придя в группу, начав воцерковляться и выздоравливать, человек срывается, — насколько это критично?

— Рецидив бывает, он просто означает, что надо работать снова. Это грех, а человек, возвращаясь к греху, что делает? Исповедуется, кается и идет опять выздоравливать. И хорошо бы понять, где ты ошибся. Есть специальные технологии, помогающие разобраться, что было не так. Люди через это уже проходили, накоплен опыт — не надо изобретать велосипед, потому что времени мало на изобретение велосипеда: люди умирают...

— Екатерина Алексеевна, с чего началась Ваша работа в центре «Зебра», как возник этот проект?

—16 лет назад мы собрали команду людей, которые в большинстве своем были выздоравливающими наркоманами и алкоголиками. Они получили специальное образование в этой области и хотели помогать другим. Конечно, мы взяли опыт нескольких успешных западных реабилитационных центров. Мы долго срабатывались между собой, первый курс устроили для самих себя, чтобы понять, что работает, что нет. А потом стали принимать пациентов, с большими трудами и болью опытно вырабатывая программу, которая сейчас используется. У нас получилось что-то очень связанное с нами, с тем, какие мы, с личностью... Я стажировалась в Америке, но, понятно, что наш центр — не американский, его делали русские люди, православные люди, с несколько

другой интонацией, с несколько другими подходами. При этом я очень благодарна американским специалистам, которые меня учили. Потому что они научили меня главному — любить людей.

— Значит главное в этом деле — любить людей?

— Да.

Автор: ПОСАШКО Валерия

Впервые опубликовано на сайте [«Фома.ру»](http://фома.ру) и в журнале № 6 (110) июнь 2012.