

# Живые в помощи Вышнего: о выздоровлении от наркомании и алкоголизма

Екатерина Савина

Тезисы книги

Алкоголизм или наркомания в семье - огромная беда. Столкнувшись с фактом зависимости от алкоголя или наркотиков 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. Всё это делается с благой целью – остановить зависимость, прекратить употребление наркотиков и алкоголя.

Некоторые достигают цели. Рассказывают разные чудесные истории: встретила девушка, единственная на всю жизнь, и он больше почти не пил. Или сел в тюрьму, вышел, всё понял, и больше не употреблял. Или закодировался, не пил 5 лет, а потом отвык, так и не пьёт. 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 лечение от алкогольной зависимости или наркомании, 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. Всё 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 ещё и душа: кто лечит её?

Итак, выздоровление алкоголика или наркомана происходит в исцелении души, «перемене ума», по-гречески «метанойя». Под умом при этом понимается осознание человеком самого себя, мира и Бога, самая суть человеческой личности. Перемена этого осознания означает перемену всей жизни человека. Православная Церковь переводит «метанойю» как

«покаяние», указывая, таким образом, направление этой перемены от греха к правде Божьей.

Поэтому в полноте такая перемена в самом существе человека может осуществиться 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 полагает грех в нём 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 их из храма, как св. 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 давно 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 всё равно туда не идут...

Некоторые приходят в храм, но всё равно безуспешно. 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. Может быть, 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 нём, фарисейски не видя своего греха *«Мы не можем принять благодать Божью, пока наши руки полны...»* - писал блаж. Августин. И эти люди тоже нуждаются в особой помощи, чтобы принять благодать, несомненно, подаваемую им в Церкви.

Такой особой помощью становится для многих Программа «12 шагов» и Сообщества «Анонимные Алкоголики», «Анонимные Наркоманы», 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 «12 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 «12 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 нём, продолжится сегодня пусть ещё не в Церкви, но в поиске Бога. А кто честно ищет, тот всё 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 «12 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 её 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 работают [1].

. Некоторые приходы активно помогают работе этих групп, фактически воцерковляя этот феномен. Например, один московский храм предоставляет свою трапезную 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 «12 шагов».

Эта статья представляет собой часть книги, которая в скором времени выйдет в печать. 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 наших коллег и пациентов, делившихся с нами своими наблюдениями. Мы глубоко верим в необходимость передачи далее опыта выздоровления, чтобы каждый, кто сегодня в беде, мог начать выздоравливать и избегать притом ошибок своих предшественников.

Важно отметить, что изложенные в этой статье соображения по поводу Программы «12 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 последней можно познакомиться в литературе самих Сообществ. Именно, у нас была цель скорее и 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.

---

[1] *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 митр. 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, викарий Святейшего Патриарха Московского и всея Руси.*

## 1. Алкоголизм 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 всё возрастающих доз соответствующего вещества. Вместо этого на почти непрерывном тревожном фоне растёт 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 нём, 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 гнев и обидам, или просто к эмоциональной глухоте. Разум при этом старается отрицать факт зависимости и её 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 это не осознает, что в свою очередь усиливает драматичность ситуации.

Всё это приводит к регрессивному, детскому способу вести себя, без ответственности за свою жизнь в наивной вере, что всё как-нибудь само устроится, и главные несчастья с ним, 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 соответствии с искаженной жизнью наркомана или алкоголика. И потому жизнь близких непременно становится тоже искажённой, 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» [2].

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

---

[2] Более подробно с физиологическим, психологическим и социальным аспектами зависимости можно познакомиться, соответственно, в книгах «Возвращение Кая», «Духовной жаждою томим» и «Я люблю его...» Е.А. Савиной. [7-9].

## 2. Духовная сфера человека

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 всё 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 принадлежат добродетели и порокам души, поскольку тело служит её потребностям [1]. Вслед за душой и тело способно к освящению, способно стать храмом Духа Святого. Душа нематериальна, и потому её 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 [2]. 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 (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 её. 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 у нее и неразумные силы (тесно связанные с животной жизнью) и послушные разуму (гнев, хотение) [3].

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 тела [3]. 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 смерти [4]. Душа так гармонично слита с телом, что не хочет оставить его, и не делает этого, пока внешняя причина или болезнь не принудит её.

Душа и тело вместе, по мнению многих свв. отцов, созданы по образу Божьему. Это первый шаг на пути к подобию Божьему в добродетели, к которому человек призван, но ему ещё предстоит это как задача всей жизни. Из неё вытекает задача привести остальной мир к ещё

большой 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.

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 склонности 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 2000 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 всё 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 станет источником вечных мучений [2].

---

[3] На этой связи построено учение об умной молитве (соединение ума с сердцем в молитвенном предстоянии Богу) по учению свт. Григория Паламы.

[4] По Втором Пришествии Христа душа вновь соединится с восставленным телом и придет на Страшный суд – как это видел Иезекииль (Иез. 37:1- 15)

### 3. Искажение духовной природы человека в зависимости

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 относиться 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» [5].

Всё 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. Как и дьявол Еве, всё 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. «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. Зло духовно по природе. «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! Он 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! Откуда: 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 дьявола: 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 ещё не было, разрушений, которыми его пугали все, не было видно – или он старался уже их не видеть – бездумное веселье продолжалось.

Здесь есть ещё одна ложь. Простоту Бог любит, сколько старцев были просты и неучёны, не книжны – «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 прорастать 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 её 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 этого, условия для беспрепятственного употребления, всё 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 наследят»* (1 Кор. 6:10). 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 всё в этой жизни, чтобы тот успел вернуться к Богу, т.е. покаяться.

Боль алкоголику и наркоману попущена Богом, поэтому ему всё же надо пострадать. Неправы те близкие, которые при первых признаках боли (и ведомые 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 поступил! [5]. 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 ещё в том, что непереносимая телесная или душевная боль для ослабленного духом наркомана или алкоголика неизбежно приведет его вновь к употреблению, чтобы снять эту боль. Тут удивительно точно: боль ломок героинового наркомана как рукой, полностью снимет 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 уйдёшь, 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 близко легкий путь ухода от боли? И не только физической боли в ломке, но и депрессии, и раздражения с отчаянием, что несет в себе алкоголик или наркоман долго после больницы?

*«Мы извратили порядок, и зло усилилось до того, что мы заставляем душу следовать пожеланиям плоти» [4].*

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 жён наркоманов это часто единственный опыт встречи с такой бедой, и они легко приписывают свойства болезни самому человеку – на радость самому дьяволу.

Кстати, о дьяволе. Конечно, читателям этого материала 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 удобонаклонны 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 удобонаклонны к греху – наша душа пронизана ими. Святым было дано лицезреть, явно видеть свои грехи, и они были многочисленны как песок морской. Что уж говорить о нас, грешных! «В беззакониях зачат есмь и во гресех роди мя мати моя», и сегодня то же продолжается! Но и «истину возлюбил еси», а потому Господь «безвестныя и тайныя премудрости» явил нам. Такова двойственная природа человека, и грешна – и стремится к добру, и 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 преп. 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 неё 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 ещё 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 ему плохо! Но главного врага – дьявола – человек не видит, потому что тактика того – сделать вид будто его нет, и все беды – от кого-то другого, вот ведь подлец какой! Поэтому человек либо обвиняет себя самого, либо находит врагов вовне. В нём 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 за то, 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: 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 рили сын уже угрожал кулаком своей жене, 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 человеку посмотреть в сторону выхода. Наркоман или алкоголик последним узнает о своей зависимости, для себя самого он всё ещё «выпивает немного» или «подкалывается иногда». Увидев свою зависимость, наконец, человек искренне считает, что его беды не от неё, 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 всё 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 хорошо без алкоголя и наркотиков, он будет жить полной, счастливой для себя и близких жизнью, отлично работать и учиться, рожать здоровых детей – он может выздоравливать.

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 **всё**, 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, всё хорошее видится плохим, и есть болезненное стремление это увековечить. Черная немочь 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 недолгое 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 теперь 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 её – 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 обращённость 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 прячется за спиной человека. Человек жалеет себя, и эта жалость затмевает собой всё, 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. Всё остальное тоже важно, но постольку, поскольку удовлетворены потребности употребления. Семья, собственное здоровье, жизнь дома, а не в тюрьме, вообще безопасность, деньги, наконец, – всё 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 миниатюру в «Операции Ы», где Никулин в ответ на предложение разбить бутылку водки защищает её как святыню – вы поймете, что мы пытаемся тут объяснить. Так неужели это всё 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 всё равно, что ждать от тяжело больного человека, у которого упала температура, трудовых подвигов. Как раз 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.

---

[5] И родственники не должны.

#### 4. Принципы выздоровления

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 **всё** 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 страсти. 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 в «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, как ты, как в школе, а не надмеваться своей «избранностью Богом». И ещё 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 ему 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 ещё в детстве, наркоман или алкоголик жил такой грешной жизнью, где 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.

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. Всё 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 своего 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. Ещё 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.

Это привело бы наркомана или алкоголика к отчаянию, если бы не факт: другие люди, тоже бессильные перед ней, 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 рекомендации, выработанные поколениями выздоравливающих наркоманов и алкоголиков. Но нам кажется, что всё же главное сначала – безусловная поддержка и понимание товарищей. Какие бы ужасы не 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. Возвращается здоровое сознание: оказывается, меня можно 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. Именно здесь, наверное, и происходит это удивительное «пришед в себя», случившееся с блудным сыном, и перевернувшее его жизнь (Лк. 15:17).

Всё это время наш наркоман или алкоголик не только трезв, но и живет совсем другой жизнью, чем раньше. Он не терпит жизнь, но живёт; он радуется и трудится, иногда горюет и унывает, но снова поднимается с помощью друзей. Он старается быть открытым, честным и хочет изменять свою жизнь к лучшему. Но как? Выздоровливающий человек ещё не знает, как ему жить. Первые шаги были 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 всё то, что было потеряно за годы употребления? А семейные отношения? А 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.

Оказалось, что Бог был близко. Он отвечал на молитвы, не дал погибнуть, *«моего всячески ожидая 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 всё 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 всё для «себя, любимого»? А маловерие, безмолитвенность и лень? А плотские грехи, которые тянут вниз хуже любой гири? А гордость, надмение 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.

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 недостоинстве. Сохранение человеком достоинства состоит в следовании нравственным нормам, которые выражают первозданную, не омраченную грехом истинную природу человека. Признание достоинства личности означает утверждение её нравственной ответственности [6].

Всех этих слов выздоравливающий человек, конечно, не знает, потому что это учение Церкви, а он ещё 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 странноватые вопросники, пишет свою генеральную исповедь, исследует свой характер на многих и многих примерах, осуществляя т.н. «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 ещё слаба. Поэтому эту 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 её смысл. Выбор такого доверенного лица – дело выздоравливающего человека, и часто им становится священник, и тогда эта работа завершается генеральной исповедью. Св. ап. Иаков писал: *«Исповедайте убо друг другу согрешения и молитесь друг за друга, яко да исцелеете»* (Иак. 5:15). 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, сейчас все так живут? А может, это не блуд, если по любви? А может быть, у меня теперь уже не может быть любви, так всё 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 ещё 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 преп. Симеона Нового Богослова, «не стыдится принимать меня снова и снова».

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 всё время напоминает о себе: близкие помнят старые обиды; соседям не вернул долг; жена ушла и забрала дочку, дочь растёт теперь без отца. Оказывается, нельзя начать жизнь с «чистого листа», не приняв ответственность за то, что делал раньше. Поэтому теперь приходится возмещать нанесённый 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 всё 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. 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 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 буквально 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.

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: всё сделал Бог. «Свидетельствовать», как это делают протестанты, приходя и навязывая свою веру, кажется невозможным без гордого вреда для души [6]. Но когда новичок приходит на собрание испуганным и не понимающим, как жить, к нему подойдет кто-то из тех, кто давно трезвый, и поможет, потому что с ним это тоже было, и он через это прошел. Новичок возьмет то, что ему понравилось, и отбросит остальное. А

выздоровливающий 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 «12 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 1-3 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.

---

[6] 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, не все могут это делать, но жалко тех, кто употребляет! Он не знает, что можно выздоравливать, и не верит никому. **Может быть**, поверит такому же, как он.\

## 5. Критика программы «12 шагов»

Выздоровление, как духовный путь, с трудом принимали в профессиональном сообществе. Критика программы «12 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 её успешность. Сейчас примерно половина врачей рекомендуют своим пациентам продолжение выздоровления в программе «12 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 «12 шагов» основана на искажении фактов и затем гневного осуждения. Программу называют безбожной, говорят, что в ней нет понятия греха – а там в половине «шагов» про покаяние, и остальные – про принесение его Богу; её

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 двенадцати-шаговых 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.

Всё это очень грустно, потому что на самом деле деятельность 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 возникает 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 её прямая функция, 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 весь живот наш Христу Богу предадим – Тебе, Господи»*. Оказывается, здесь происходит то, что человек ищет! Далее, в соответствии с программой «12 шагов» исследуя дефекты своего характера и признавая их перед собой, Богом и каким-либо другим человеком, - он встречается с церковным таинством покаяния, с т.н. «генеральной» исповедью, и если священник поможет ему в этом, вновь произойдет эта встреча с 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 «12 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.

Таким образом, взаимодействие Церкви с программой «12 шагов» может стать действенным опытом Её миссии там, где особенно нужно Её 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 нам 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 поклон», 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 или алкоголика, или их родственника о помощи находит ответ в Церкви...

Но не всё бывает гладко. Наша Церковь только начинает узнавать движение Анонимных Сообществ и это только первые шаги в их взаимодействии. Бывают и неудачные опыты. В том же Даниловом монастыре однажды 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: однажды из-за организационных неполадок молодые люди долго ждали на территории монастыря и вели себя не очень-то по-монастырски... Да, это наркоманы и алкоголики, они не ангелы. Но хотят стать лучше... Не всё сразу. Наверное, «не ангельский» характер этих прихожан надо учитывать при организации новых групп.

Наверное, нужно всё 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.

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

Первым возникло Сообщество Анонимные Алкоголики, это было в 30-х годах в США. Программа «12 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 «попечение 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 Алкоголиков [7]. В программе **нигде** не употребляется слово Бог во множественном числе, и всегда 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 Анонимные Наркоманы – уже после войны – не в формулах, но в трактовке 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 (ложно понимаемой – авт.) политкорректности. Это, несомненно, явилось следствием расцерковления мира, влияния нью-эйджевских течений и определенной нравственной глухоты потребителя. Всё 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... Оборот «Высшая Сила» сегодня легко привился в Сообществе Анонимные Наркоманы, да и в других его тоже можно услышать. Употребляется он вполне синонимично слову Бог, и это, конечно, одно из имён Божьих, но церковный человек сразустораживается: замена неэквивалентна. Как бы не ошибиться в адресе, как бы не послужить другой, мимикрирующей под Бога, силе... Утешает то, что человек при этом всё равно идет путем покаянного изменения своей жизни, молится, конечно, Богу, и нередко **узнаёт** тогда в безличной «Высшей Силе» - Христа. Думаю, что чем скорее узнает, тем меньше шансов у него будет заблудиться во всякие йоги, «Высшие

Разумы» 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 (Ин 9:1-38). В нашей жизни тоже явились дела Божьи: алкоголики и наркоманы трезвые, покаянно меняют свою жизнь, молятся Богу и возмещают нанесенный ими в употреблении ущерб. Как никто, это видят их родители и близкие, знавшие их ещё месяцы назад опасными, страдающими и озлобленными. Чудны дела твои, Господи! Как соседи того слепорожденного, мы нередко спрашиваем: да тот ли это человек? *«Како ти отверзостеса очи?»*. 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 точно и прямо объясняют, как они выздоравливают в Анонимных Сообществах по программе «12 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 американизмы 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 Богочец есть и волю Его творит, того послушает... аще не бы был сей от Бога, не мог бы творити ничесоже»* (Ин 9:20-21, 23). И какая радость, надежда в конце той истории, вспомним: *«Он же рече: верую, Господи. И поклонися Ему»* (Ин 9: 28).

---

[7] Вообще, если говорить что-то о позиции Анонимных Сообществ, лучше поверять свою точку зрения по т.н. «программной» литературе, т.е. текстах, одобренных как соответствующие духу программы «12 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 «программная» литература переводная, причем этой всемирной службой, и потому там полно американизмов, вызывающих иногда недоумение.

### 1. Внецерковность Программы «12 шагов»

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 эти 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 от зависимости 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 опорных пунктах и домах культуры, поэтому у этих 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 её 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 спасёт 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 к 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...

### Литература

1. Арх. Алипий, арх. Исая. Догматическое богословие. Курс лекций. Свято-Троицкая Сергиева Лавра, 1997. С. 211-212.
2. там же, С. 221
3. Св. Иоанн Дамаскин. Точное изложение православной веры. Репринт. Ростов-на-Дону. 1992. Кн. 2. гл. XII - С. 212-213.

4. Свт. Иоанн Златоуст. Беседа 12 на книгу Бытия. Творения св. отца нашего Иоанна Златоуста, архиепископа Константинопольского. СПб., издательство СПб Духовной Академии, 1898. Репринт. *т.4 кн.1. – С. 100.*
5. Основы социальной концепции Русской Православной Церкви, 2005
6. Основы учения Русской Православной Церкви о достоинстве, свободе и правах человека, 2008. Официальный сайт Московского Патриархата
7. Е.А. Савина. Возвращение Кая. М.: Адрус, 2006.
8. Е.А. Савина. Духовной жаждою томим. М.: Адрус, 2007.
9. Е.А. Савина. «Я люблю его... семье и друзьям алкоголиков. Наркоманов. М.: Адрус, 2008.