

Не на дне

Мы не ждём «перемены ума» - мы его меняем!

Как преодолеть алкогольную зависимость? Этот вопрос наиболее часто задают насельнику Московского Свято-Данилова монастыря игумену Ионе (Займовскому) - основателю и руководителю действующего при монастыре центра «Метанойя». Центр оказывает помощь людям, страдающим алкогольной, наркотической, игровой и другими зависимостями, а также их родственникам. Недавно отец Иона посетил наш город, выступив на местном радио в программе, которую ведёт настоятель Никольского храма в Ровках священник Алексей Окнин. В разговоре также принял участие священник Димитрий Шевченко, настоятель Никольского храма села Крюково. Краткую запись этой беседы мы предлагаем нашим читателям.

О. А.: Отец Иона, расскажите, как родилась ваша идея работы с зависимыми.

О. И.: К сожалению, о том кошмаре, в котором пребывает алкоголик и его семья, я знаю не понаслышке. Мой отец умер от алкоголизма, а сам я оказался в плену проблем, неизбежно сопровождающих родственников пьющего человека. Позже общение с братией монастыря, насельником которого я являюсь более 20-и лет, с прихожанами, также переживающими подобную беду, способствовало моему решению серьёзно изучить ситуацию и, в частности, узнать о болезни, называемой созависимостью, которой часто страдают близкие родственники алкоголиков или наркоманов, людей с какими-то другими видами зависимости. Я увидел в себе признаки этого расстройствa и включился в программу выздоровления по системе «12 шагов», предлагаемой обществом Анонимных Алкоголиков.

О.А.: Многие сейчас критикуют этот формат – прежде всего за его западный образец, за некоторое сходство с чуждыми Православию религиозными направлениями.

О. И.: А я буду эту программу защищать! И прежде всего опираясь на мнение авторитетов – и покойных, и ныне здравствующих – этаких, как митрополит Антоний Сурожский, архиепископ Костромской и Галичский Алексей (Фролов), митрополит Волоколамский Иларион, главный нарколог России Евгений Брюн, преподаватель Московской духовной академии протоиерей Максим Козлов и многих других. Понятно, что программа имеет свои ограничения – но разве известно средство, действующее на 100%? Нет, конечно. Если какой-то специалист предлагает свою программу как универсальную – он либо плохой специалист, либо просто жулик. Движение Анонимных

Алкоголизм возникло спонтанно, интуитивно (не буду сейчас повторять эту удивительную историю о встрече двух алкоголиков, ставших судьбоносной в их собственной жизни, да и в жизни тысяч других людей, страдающих от зависимости), ему уже почти сто лет – значит, сама практика говорит о его действенности и востребованности.

О. А.: А пока человечество ищет пути освобождения от зависимостей, алкоголизм по-прежнему остаётся страшной бедой, с которой трудно бороться, потому что он заключает в себе одновременно и страсть, и болезнь, и грех.

О. И.: Наркология трактует его как комплексное заболевание, пронизывающее всю личность человека, затрагивающее физическую, психо-эмоциональную, духовную, социальную и другие сферы. Тяга к алкоголю опускает человека на дно жизни, превращает его не просто в животное, но в страшного, опасного зверя, который может ударить ребёнка, собственную мать. Особенно страшно, что алкоголизм неизлечим, и сформировавшегося алкоголика ждёт один путь – пить и умереть. А общение на равных в группах зависимых позволяет эту тягу заглушить. В медицине этот феномен получил название «фактора икс», так как ему нет научного объяснения, но он работает!

О. А.: А как вкратце можно объяснить принцип действия программы «12 шагов»?

О. И.: Прежде всего она строится на осознании человеком своей зависимости и понимания им невозможности справиться с недугом самостоятельно. Её основные лозунги – «блаженны нищие духом», «вера без дел мертва» и другие - взяты из нравственного учения Евангелия, хотя, конечно, в группы приходят гораздо чаще агностики и атеисты, нежели верующие. Однако начиная движение в сторону освобождения, человек становится более внимательным сначала к внешней стороне церковной жизни, к церковным обрядам, затем постепенно подходит к воцерковлению. Верно говорил архиепископ Костромской и Галичский Алексей, что общество Анонимных Алкоголиков можно сравнить с церковным притвором. Другой вопрос – как переступить этот порог, как переменить своё сознание. С этой целью при Даниловом монастыре и была создана группа взаимопомощи «Метанойя» (название от др.-греч. *«сожаление, раскаяние»*), по-новогречески - *«метания»* - *«перемена ума», «переосмысление»*). У нас центральная часть программы – это чтение Евангелия и дальнейшее обсуждение того, как тот или иной эпизод отражается в нашей жизни, как он может помочь выздоровлению.

О. Д.: При ряде храмов сегодня действуют группы не только Анонимных Алкоголиков, но и православных трезвенников. Причём эта практика появилась даже

ранее, чем Анонимные Алкоголики – почему тогда она менее популярна? В чём разность подхода в этих группах?

О. И.: Общества трезвости стали появляться в России уже со второй половины XIX века. Основными их методами были зарюки и обеты – то есть алкоголики давали клятвенное обещание не употреблять спиртное. Да, если мы имеем дело с так называемым бытовым пьянством, то здесь самоограничения приемлемы и даже хороши. Однако если пьющий человек переступил черту невозврата, если биохимические процессы его организма нарушены и алкоголь уже включён в цепочку обмена веществ, он уже не может не пить. Тут никакие обеты не работают, ему может помочь только медленное, поступательное движение к самосовершенствованию, усвоение правил жизни с болезнью, которую нельзя излечить, как диабет или рак, но можно приостановить.

О.А.: Поскольку эта болезнь ещё и социальная, то, наверное, нужно и общество просвещать, формировать в нём правильное отношение к алкоголю?

О.И.: На своих встречах в центре «Метанойя» мы говорим о том, что вино благословлено Богом, в то время как пьянство порицается, а воздержание приветствуется. Если человек идёт по пути выздоровления, то для него любая доза алкоголя будет ядом. Но он ведь живёт в социуме, среди людей, которые не должны отказываться от алкоголя! Чтобы удержаться в пьющей компании, применяются «правило сухой рюмки» (точнее, рюмка должна быть заполнена – но водой, чтобы туда случайно не попал алкоголь), «правило плеча» (когда идут на какое-либо мероприятие, например, свадьбу дочери, с непьющим товарищем). Причём отмечу, что та небольшая доза алкоголя, которую человек получает в момент Причастия, не является «пусковой дозой» для алкоголика. Это очень важно, ведь от исповеди к исповеди у человека должна происходить «перемена ума», подкрепляемая Таинством причастия. Это и есть нормальная, здоровая позиция.

О. Д.: Я бы добавил, что это и огромный труд работы над собой – мне приходилось наблюдать это, общаясь с Анонимными Алкоголиками. Многие из них впоследствии осознанно приходят к Православию.

О.И.: В заключение разговора отмечу, что алкоголизм, как впрочем, и любая другая зависимость, не знает ни географических, ни этнических, ни социальных, ни иных различий, от него никто не застрахован, даже сами священники или церковнослужители. И если человек почувствовал в себе признаки этой болезни – нужно себе в этом признаться без ложного стыда, ведь речь идёт о жизни или смерти. Если же кому-то

понадобится от меня практический совет – можно зайти на сайт Данилова монастыря или прийти ко мне на исповедь. Я исповедую в Даниловом монастыре каждую субботу с 17 ч.