

Трезвый Взгляд

Издание общества
Трезвения при храме
святых мучениц Веры,
Надежды, Любви
и матери их Софии

№4

Тема номера:
ЖЕНСКИЙ АЛКОГОЛИЗМ

ДВЕНАДЦАТЬ СОВЕТОВ Иоанна Кронштадтского



1 Пробудись от сна невежества и дурмана! Посмотри на себя, что с тобой стало! Как мучаешь ты себя и своих близких, сколько зла приносишь в мир!

2 Скажи твердо и решительно, без тени сомнения: «Отрекаюсь от тебя - пошло сатаны! Бочетаюсь с Тобою, Господи Иисусе Христе! Спаси меня, изнемогаю. Одолевает коварный и хитрый враг меня. Придай крепости, твердости и постоянства в моем чистосердечном решении освободиться от пьянства. Да будет воля Твоя!» (или то, что подсказывает сердце, своими словами).

3 Ни в коем случае не откладывай на потом. Осознав, начинай борьбу с вражеской страстью немедленно и не вступай с ним ни в какие переговоры, не иди ни на какие уступки, воплощая лишь одно свое требование: никогда, ни при каких обстоятельствах и ни по какому поводу не пить!

4 Однако не надейся только лишь на себя, иначе проиграешь. Было бы неразумно отказываться и от медицинской помощи, в случае необходимости.

5 Контролируй себя, наблюдай за собой постоянно. На это уйдут месяцы и даже годы. Не давай себе ни малейшего послабления. Мгновенная слабость может вновь вернуть все на прежние позиции. Не возгордись своим трезвением, иначе вознесешься, после чего неминуемо упадешь, что и случается нередко с теми, кто посчитал, что все уже позади.

6 Если же вдруг упал, поднимайся после срыва вновь, как ни в чем не бывало. Кайся, говори себе: «Поделом мне, за всю мерзость моих грехов, скудность покаяния, слабость воли, испорченность нрава!» И вновь начинай сражение с невидимым врагом. Однако обязательно извлеки из случившегося должные выводы и проанализируй свои просчеты.

7 Беги от пьяных компаний, спаивателей, калымов, праздно проводящих свое время, и тунеядцев, как от чумы. Стерегись блуда, пиришеств. Особенно настраивай себя на трезвление в праздники, дни рождения и полочки, а также оберегайся других поводов для пьянства. Ты свое уже исполнил сполна!

8 Не пей ни за свое, ни за чужое здоровье. От этого ничье здоровье еще не улучшилось, а твое окончательно будет разрушено.

9 Находи и занимайся больше полезным делом. Думай о деле, трудись, созидай. Незанятый ум - мастерская для дьявола!

10 Посещай церковные службы в храме, особенно Божественные литургии, читай Священное Писание, приобщайся Святых Тайн. В этом залог не только победы, но и истинного исцеления души!

11 Всячески искореняй в себе эгоизм, сластолюбие, гордыню, себеугодие и все дурные свойства характера.

12 Ищите усердно помощи у Спасителя, и Он непременно спасет вас, прогонит бесовское полчище, которое вселилось в вас за ваше невоздержание, нерадение о себе, за леность и холодность к молитве, за маловерие и неверие, за удаление от Бога и от Церкви.

В номере:

От редакции	4
Женские истории	6
Женский алкоголизм	8
Алкоголь в молодежной среде	14
Возвращение	16
Третий совет Иоанна Кронштадтского	18
Слава Богу за все!	20
Бог есть любовь	24
Письма в редакцию	33
Медицина	36
Творческая страничка. Стихи	40
Творческая страничка. Проза	42
Важные контакты и информация	48

По благословлению митрополита Казанского и Татарстанского Феофана

Журнал «Трезвый взгляд» №4 2017г.

Издание общества «Трезвение»

при храме святых мучениц Веры, Надежды, Любви и матери их Софии

420033, г.Казань, ул. Сабан 1-б

Допечатная подготовка - Артифакт

Тираж 950 экз.

Главный редактор – прот. Александр Павлов

Дизайн – Ирина Терехина

Отпечатано в типографии «Логос»

В публикации использованы иллюстрации из официальных фотобанков; авторские работы Марии Сиваковой и Евгения Еремина; фотографии из коллекций прихожан

Так о чем же этот номер?



Перед вами четвертый номер нашего журнала, который в какой-то мере является юбилейным. Четыре года назад, в Рождественские дни, у нас в Храме появился первый тираж нашего издания. Упоительный запах свежей типографской краски смешивался с благовониями праздничных богослужений, примешивался аромат мандаринов, – и все это создавало ощущение невероятного торжества! Мы смогли! Мы сделали это! Ура! Вспоминаются дерзновенные планы: будем выпускать журнал раз в квартал... А там глядишь и ежемесячник... О-го-го!!!

Жизнь внесла свои коррективы. И, как ни странно, – дело даже не в ресурсах. Удивительно, но и деньги на издание, и поддержка духовенства и светской власти – все это не главная проблема. Все это возникает в нужный момент и в нужном объеме. А вот сил описать все то, что происходит с нами, членами группы «Трезвения» на пути к трезвости – вот этого не хватает. Каждая из тем, затронутая нами в предыдущих номерах, и в этом особенно, буквально становится неподъемной ношей. И требуется огромное душевное усилие, чтобы пробраться через внутреннее сопротивление авторов. Мы не изменили нашим принципам, и все, что мы публикуем, – это личные переживания членов нашей группы и прихожан. Лишь некоторые материалы, касающиеся научно-практической части публикаций, опираются на внешние

источники и чужой опыт. Все остальное – изнутри. Из глубины личных переживаний, личного опыта. Опыта падений, побед, осмысления, осознания, возрождения...

В этот номер многое не вошло: из того, что обсуждалось и переживалось в течение года. Вероятно, еще не время, не созрело. Не вошла острая и актуальная тема о профилактике алкоголизма, не вошла тема социальной реабилитации, нет материалов и репортажей о государственных программах и частных инициативах по поддержке алкоголиков. И хотя мы видим, что эра милосердия наступает, и все больше людей поддерживают больных и падших, – мы не смогли написать об этом. Скорее всего потому, что не разобрались еще должным образом сами с собой, со своими внутренними проблемами, грехами и бедами.

И ВОТ КЛЮЧЕВЫЕ ТЕМЫ ЭТОГО НОМЕРА:

- **ЖЕНСКИЙ АЛКОГОЛИЗМ**
- **ЧТО ЖЕ ДАЛЬШЕ, ИЛИ ЕСТЬ ЛИ ЖИЗНЬ ПОСЛЕ ПЬЯНКИ?**
- **ТРЕТИЙ СОВЕТ И. КРОНШТАДТ-СКОГО «НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕ ОТКЛАДЫВАЙ НА ПОТОМ...»**

Конечно, мы, как и прежде, публикуем письма читателей, есть небольшой медицинский материал, довольно обширный творческий раздел. Но еще раз повторюсь: главное, все же пробиться через ту внутреннюю, годами накопленную боль, что скопилась в наших душах. И, как выяснилось, особенно сложно это было сделать нашим женщинам.

Тема женского алкоголизма стала камнем преткновения. Мужчины из нашей группы, в силу обстоятельств, от нее далеки. А в окружающем мире она, оказывается, так мощно табуирована, что, кажется, будто мы касаемся каких-то государственных тайн, когда

заводим разговор о пьянстве среди женщин. Об этом говорить не принято, говорить стыдно и крайне болезненно. Даже задумываться об этом мы не привыкли или отучены. И, постепенно погружаясь в материалы этого номера, понимаешь: под каким прессингом находятся женщины, столкнувшиеся с этой проблемой. Мне даже хотелось дать подзаголовок этой теме: «Двойной удар». Да только какой он там двойной – все гораздо тяжелее. Пьющей женщине приходится сталкиваться и с непомерным социальным – гораздо больше, чем мужчин – осуждением. И с внутренними терзаниями, которым многим мужчинам просто непонятны. И физиологически они гораздо более подвержены риску алкоголизации. А уж что говорить о ханжеском неприятии даже со стороны тех же самых мужчин - алкоголиков! Добавьте еще ответственность за детей, которая никуда не девается, как бы далеко не зашло пьянство матери, и боль ее, – с этой ответственностью не справляющейся. И многое, многое другое.

И вот, разбираясь с этой темой, мы неожиданным образом получили целый ряд материалов, где говорится совсем о другом, но говорится тоже женщинами. И сама собой сформировалась тема возрождения к трезвой жизни. А именно – что же делать и как жить дальше, когда с алкоголем покончено. Это – вторая часть номера. И вот, что странно. Мне так хотелось самому скорее написать о том, как меняется жизнь протрезвевшего человека. О новых открытиях, достижениях, победах, перспективах. Новых смыслах в жизни, которые раньше и не

видны были. И все как-то не мог начать. А вот наши женщины – смогли! Конечно, у них – свое видение, конечно, и этот благодатный период порождает целый ряд проблем. Но они все-таки заговорили и об этом тоже. И мне кажется, что через взгляд на новую жизнь после протрезвления нам удастся перейти ко всем тем позитивным вопросам, до которых мы не могли добраться раньше. Мы сможем писать и о реабилитации, и о социальном возрождении, и о домах трудолюбия, и о профилактике. И даже отчеты о праздниках трезвости будем публиковать 😊

Ну а пока давайте разберем самые колючие и неудобные темы. И я надеюсь, что наши читатели откликнутся и помогут дописать эту непростую главу в нашем издании.

***С огромным уважением и благодарностью
к нашим читателям,
Владимир Сурьянинов***





ЖЕНСКИЕ ИСТОРИИ

Я прошу, поговорите со мной, друзья!

В прошлом году я отдыхала на Волге, когда мне позвонила школьная подруга и сообщила о смерти одноклассницы. Она умерла от алкоголизма. Мы дружили в школе втроем: Катя, Гульнара и я. Это было в старших классах. Мы писали стихи друг другу в тетрадках, участвовали в самодеятельности, а однажды вечером в подъезде у Гульнары выпили на троих бутылку водки. Шустро так, как сейчас помню, и «ни в одном глазу», и разошлись по домам.

Сейчас у Кати – любимый муж и двое замечательных мальчишек, у Гульки осталась несовершеннолетняя дочь, которая живет с отцом и мачехой, а у меня – обет трезвости, и не могу сказать уверенно, чтоб здесь не было

связи.

Гульнару вырастила бабушка. Сразу после школы Гулька вышла замуж по большой любви, родила девочку, а потом все пошло наперекосяк. Муж забрал дочку, развелся и женился снова. Однажды на остановке наш одноклассник увидел Гульнару. Она отвернулась, пряча лицо.

Гулька умерла. Гульку похоронили и оплакали.

Я вспоминаю ее огромные зеленые глазницы, звонкий высокий голос, которым она поет: «Я прошу, поговорите со мной, друзья!» Она была яркая и заводная. Где она теперь...

Да гори оно все огнем!

У нас была преподавательница по морфологии, весьма импозантная дама, чувствовалась в ней «порода», сознание собственного достоинства и ум. Преподавала она хорошо, предмет свой любила, был у нее сын, – впоследствии, – студент престижного учебного заведения. Через несколько лет по окончании университета она умерла от алкоголизма. К слову, пить люди науки «умели» и пили так, что факультет звенел оперными ариями, а однаж-

ды даже запыльхал синим пламенем. Одна коллега как-то сказала «Да гори оно все огнем!» Факультет через неделю сгорел практически дотла. Ну, а если серьезно, не было того, кто на праздниках бы не пил. Ученые дамы водкой и коньяком, казалось, не пьянели, а только кровь разгоняли, ничего их не брало. Если бы не одно исключение, которым стала доцент А. Было ее очень жалко и непонятно, «с чего это она вдруг» ...

История третья. Дочь профессора.

Был на нашем факультете профессор, одна из центральных фигур лингвистической школы. У него была дочь, Галина Степановна (имя отчество вымышленное), женщина огненного темперамента, редкого педагогического мастерства, остроумия и, вместе с тем, доброты душевной необычайной. Она учила нас русскому языку на подготовительных курсах, писала с нами диктанты, ругала за прогулы и была готова, чуть что, – броситься на помощь. Шерстила она нас вдоль и поперек и научила всему, чему только можно было каждого из нас научить. И хвалила, и ругала строго по делу.

«Аня, где вы были пол-занятия? Сумка лежит, а девочки нет».

«Григорьев, у вас – кол. Но очень, очень хороший кол. Гораздо лучше, чем в прошлый раз!».

Это только три короткие истории. Три нечетких портрета «с натуры». А есть и другие. Есть темпераментная и яркая женщина, профессор, которой глубоко за 70, из тех, непробиваемых дам науки, дочь которой, преуспевающий ленинградский журналист, алкозависима. Есть подруга, страдающая алкоголизмом и шизофренией, которая встретила умного обеспеченного любящего мужчину и – счастлива? Есть мать другой подруги, закончившая институт с отличием, вышедшая замуж по большой любви, родившая двух детей и после рождения второй дочери погибшая при невыясненных обстоятельствах, по версии родных, по причине алкоголизма. Ее мать, инженер с многолетним стажем, не страдающая никакими «вредными привычками», пережила ее на 28 лет и умерла от старости...

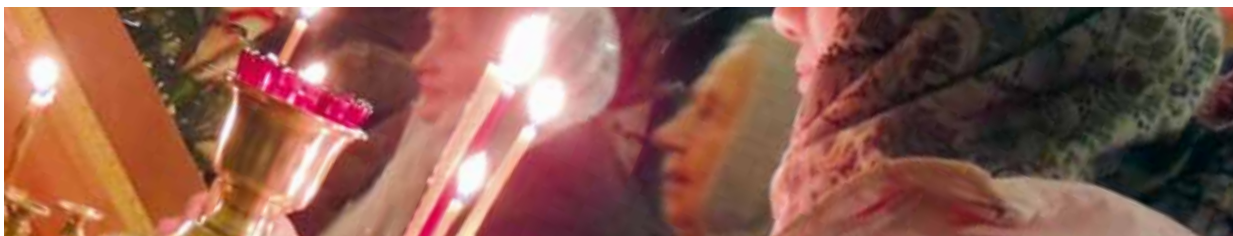
Какая-то странная, даже неправильная, статистика. Не от избытка же женского счастья



Галина Степановна умерла от алкоголизма. Отец, выдающийся ученый университета, пережил ее на десяток лет и умер от старости. Упокой, Господи, ее душу.

умерли эти женщины? Что общего во всех этих характерах? Все они были сильными личностями, по крайней мере, таковыми казались. Одно можно сказать без всякой ложной психологии. Женский алкоголизм убивает. Убивает быстро и безжалостно. И если мужчин, страдающих от алкогольной зависимости, часто жалеют, то женщин часто презирают. Вот этим всеобщим презрением, брезгливостью, этим одиночеством души смертельно и невыносимо и страшно женское пьянство.

Разгону мрак статистикой общества трезвления храма, в котором много женщин, сумевших поднять голову и снова улыбнуться той доброй, светлой, материнской улыбкой, которая только одна и есть признак и возможность спасения. Нужно один раз прийти на встречу и увидеть такую улыбку, чтобы появилась вера. И надежда. И любовь.





Женский алкоголизм

Мы привыкли к тому, что при слове «алкоголик» в нашем сознании сразу вспыхивает характерный образ мужчины. Трудно себе даже представить, что такое слово может быть применимо к женщине, матери, девушке... С тем же самым сизым носом, сиплым голосом и прочими «прелестями» и «благовониями». Сложно ставить под сомнение, что с именем женщины, матери связаны нежность и красота, любовь и самоотверженность, забота о семье, без нее не было бы на земле ни поэтов, ни героев. Прекрасны и благородны эти качества! И как горько видеть женщин, которые утратили их!

ЖЕНСКИЙ АЛКОГОЛИЗМ, КАК ПОДТВЕРЖДАЕТ СТАТИСТИКА, СТАЛ СЕРЬЕЗНОЙ ПРОБЛЕМОЙ НАШЕГО ВРЕМЕНИ. НО САМОЕ СТРАШНОЕ, ЧТО 70% ЖЕНЩИН НАЧИНАЮТ «ЗНАКОМИТЬСЯ» С АЛКОГОЛЕМ В ВОЗРАСТЕ ДО 18 ЛЕТ.

Средний возраст женщины-алкоголика колеблется в диапазоне 35-50 лет, а «изначальное употребление» носит эпизодический характер, когда женщина принимает алкоголь для поднятия настроения или снятия напряжения. Вследствие такого невинного увлечения весьма нередко развивается постоянная тяга к спиртному, ведь женщине кажется, что с ним ее жизнь куда беззаботнее и легче. Вдумаемся в эти цифры – возраст активно употребляющих алкоголь женщин, самый что

ни на есть «детородный»! Влияние алкоголя не женский организм влечет за собой груз болезней и недугов, преждевременную старость. Женщина или совсем теряет способность стать матерью, или, что более трагично, если родит, то слабого, неполноценного ребенка. У нее ослабевают или полностью угасает инстинкт материнства. Большая алкоголиком отказывается от детей или перестает заботиться о них. Если ребенок видит с малых лет пьяную мать, со всеми вытекающими «картинками», а тем более, когда его бросают то, чаще всего, он, получая такую душевную травму, с большим трудом сможет проявлять созидательные чувства и деяния, а нередко, так же копирует жизненный путь матери. Не зря же в народе, из уст в уста, всегда передавалась поговорка: «Когда один мужчина в доме пьет - пол дома горит, когда начала пить только одна жена, то весь дом охвачен огнем». Алкоголизм «женский» травмирует психологическую атмосферу семьи сильнее, чем мужские запои. От пьяного отца домашние находят спасение в объятиях мамы. А если и она «не в себе»? По наблюдениям ученых, каждая вторая пьющая женщина теряет интерес к мужу, и ее все больше одолевает апатия к нему, – что приводит к распаду семей. Алкогольная зависимость приводит и к нравственному разложению женщины.

Да, все это хрестоматийно, и, наверное, многим понятно. Вообще, имеет ли это отношение к активным, «успешным» женщинам, которые выпивают в кругу друзей по пятницам или в компании по праздникам? Где грань, когда удовольствие становится проблемой? Замечает ли женщина тот момент, когда попадает полностью во власть алкоголя? Отмечает ли она про себя каждый шаг, приближающий ее к пропасти зависимости, а может быть и смерти? Судя по-всему - нет. Алкогольный оборотень действует тихо, под шумок и подбадривание друзей и знакомых. «Алкоголичка» - это слово, чаще всего, произносят с презрением и высокомерно. Причем так, как будто «ну вот уж со мной такого никогда не случится». Главное, – не забывать, что стать алкоголиком или алкоголичкой, может любой.



САМОЕ ОБИДНОЕ, ЧТО БЕДУ ХОРОШО ВИДНО СО СТОРОНЫ, НО НЕ ТОГДА, КОГДА НАХОДИШЬСЯ «ВНУТРИ» НЕЁ. И ПОМОЧЬ ЧЕЛОВЕКУ, КОТОРЫЙ НЕ ПРОСИТ ПОМОЩИ, – ПОТОМУ ЧТО НЕ ВИДИТ ЭТУ БЕДУ, – ОЧЕНЬ НЕПРОСТО. БОЛЬНОЙ НЕ ЗНАЕТ, ЧТО ОН БОЛЕН.

Проблема заключается еще и в том, что все больше молодых девушек и женщин уже не скрывают особо свою «связь» со спиртным – вечеринки, «корпоративы» и прочее.

Как уже было выше сказано у более 50% женщин первое приобщение к алкоголю приходится в возрасте до 20 лет. Причиной этого медики и психологи считают дефекты этического воспитания девочек и девушек. Часто, к сожалению, происходит так, что юными создателями руководят ложные желания, цели и установки, которые они впитали с детства, воспитываясь в неблагоприятной социальной среде, или же навязанные и пропагандируемые окружаемым социумом. Вот часто и происходит так, что девушка застенчивая, ранимая, ищет выход именно в расслабляющем и будоражащем действии алкоголя. По ее мнению, – это помогает подняться до уровня менее застенчивых, психологически раскрепощенных подруг. Девушка

гордая, самоуверенная, замкнутая или, напротив, стремящаяся к самоутверждению, также ошибочно ищет в спиртном возможность еще более самоутвердиться. Если девочка-подросток выпивает за компанию с друзьями, то в 20-30 лет алкоголь становится частью ее деловой жизни и карьеры, а чуть позже – смыслом и «украшением» жизни; женщина и алкоголь становятся неразлучными друзьями.

Кроме того, укоренившиеся среди некоторой части населения, то есть нас с вами, взгляды на то, что пить и допустимо, и престижно, и даже необходимо (!?), приводят к тому, что, подрастая, девочка со временем легко переходит от компота к пиву, вину, а то и к более крепким спиртным напиткам. Причем очень нередко это происходит не без помощи взрослых: от 65 до 85 процентов женщин узнают вкус спиртного в родительском доме, в семье! А наши традиции и застолья? Доказано, что весьма опасно состояние опьянения будущей матери в момент зачатия плода. При этом для появления дегенеративного потомства совсем не обязательно, чтобы родители были алкоголиками! Известно, что уже через час после приёма алкоголя он может быть обнаружен в семени у мужчины и в яичниках у женщины. Следовательно, при слиянии мужской и женской половых клеток, отравленных алкоголем, получают неполноценные зародыши. Дети, зачатые в состоянии опьянения — это основной контингент так называемых вспомогательных школ. Вот уж поистине, великое благо, безалкогольная свадьба! Да, кому она зачастую интересна, а как же за здоровье молодых?!

Особенности женского алкоголизма

Проблема женского алкоголизма в том, что по сравнению с мужчинами, женское привыкание и полноценная зависимость от спиртного развиваются намного быстрее. Если мужчине, чтобы стать алкоголиком, необходимо регулярно употреблять спиртное в течении 7-10 лет, то женщине для обретения стойкой алкогольной зависимости достаточно 5-ти лет, а порой, и вдвое меньше.

Начальными этапами женского алкоголизма очень часто становятся напитки, которые вообще с понятием «алкогольной зависимости»

не ассоциируются. Ими могут быть слабоалкогольные напитки - вино, пиво, алкогольные коктейли. Женщины вообще довольно редко начинают свой алкогольный путь с водки. Если водка и крепкие вина долгое время «усваиваются» с трудом, то слабоалкогольные очень быстро начинают становиться приятными на вкус, да еще с эффектом опьянения. Очень быстро входит в привычку злоупотребление алкоголем, начинает находиться масса «поводов». Незаметно развивается та же самая алкогольная зависимость, что и в случае употребления крепких алкогольных напитков.



Алкоголь гораздо губительнее влияет на женщин, чем на мужчин.

Женский организм, несмотря на хрупкость и небольшую физическую силу, все тяготы жизни переносит достойно: женщины более терпимы к боли и легче переносят болезни. То же касается и выносливости. В дополнение ко всему, женщины на протяжении всей

своей жизни сталкиваются с большим количеством семейных обязанностей и связанных с этим стрессов, что не мешает им жить дольше, чем среднестатистический представитель мужского пола. В этом и заключается весь парадокс: уступая мужчине лишь в фи-

зической силе, женщине намного сложнее справиться с алкогольной зависимостью. Симптомы болезни развиваются настолько стремительно, что близкие осознают проблему, когда женщина уже достаточно сильно втянулась в пагубное «занятие».

Почему? По сравнению с мужским организмом, женский реагирует на алкоголь по-другому.

- Женское тело содержит примерно на 10% больше жира и меньше жидкости, поэтому в женском организме выше концентрация выпитого алкоголя.
- Печень женщин производит меньше расщепляющего алкоголь фермента дегидрогеназы. Это значит, что женщины не только быстрее пьянеют, но и дольше находятся под влиянием алкоголя.
- Алкоголь очень быстро вклинивается в обмен веществ у часто выпивающей женщины. И защитные механизмы женского организма начинают регистрировать наличие алкоголя в крови уже как органическое вещество, как норму. Поэтому алкоголиком женщина может стать в 2 раза быстрее, чем мужчина.
- Абстинентный синдром у слабого пола проходит относительно мягко, что дает возможность женщине долго не обращаться за наркологической помощью.
- Повышенная всасываемость этанола (на это влияют гормональные особенности женского организма).
- Небольшие дозы требуются для достижения «антидепрессивного» эффекта — создается иллюзия безопасности употребления алкоголя.
- Важно: в причинах алкоголизма у женщин является доминирующим психологический аспект!
- Большая значимость социума и социальных факторов — женщина вынуждена вести себя в соответствии со своей ролью, нередко взваливая избыточную нагрузку. Например, показывать свою «слабость» в современном обществе считается неправильным, и, чтобы соответствовать требованиям общества, женщина ищет легкие пути расслабиться.
- Круг общения женщины, в который входят пьющие мужчины. Когда пьет муж, очень нередко женщина пытается «помочь» ему уменьшить дозу или со временем начинает поддаваться влиянию мужа-алкоголика, который, выпив очередную порцию спиртного, отрешается от проблем и жизненных невзгод. В результате супруги вместе пьют, отчего, по их мнению, лучше начинают понимать друг друга, у них появляются общие интересы и цели.
- Осуждение, неприязнь к пьющим женщинам приводит к тому, что у женщин бытовое пьянство протекает скрыто, его течение усугубляется стрессом от необходимости скрывать свое пристрастие, — а это ведет в большему употреблению спиртного.
- Эмоциональная предрасположенность женщин к снятию стресса без вовлечения посторонних (отсюда посиделки исключительно с близкими подругами по «рюмочке чая»).





Женщины начинают пить, скорее, не от “хорошей и веселой” жизни, а от одиночества.

Еще один важный момент — пьющая женщина до последнего момента скрывает свою пагубную зависимость от окружающих. Это происходит потому, что общественное мнение, сформированное на протяжении очень длительного времени, гораздо легче прощает пьянство мужчине, но серьёзно осуждает его у женщин. К тому же, мужчину, пристрастившегося к алкоголю, «жалеет» семья. Жена, видя невозможность супруга самостоятельно избавиться от алкогольной зависимости, берет его за руку и ведет, например, к наркологу. Кроме жены, есть еще сестры, дочери, друзья, которые тоже стараются помочь алкоголику возвратиться к нормальной жизни. Получается, что в случае с мужчиной алкоголизм становится проблемой его семьи.

Если же пьет женщина, — она становится объектом всеобщего осуждения, а, порой от нее и

вовсе отворачиваются, что приводит помимо всего к самоуничтожающим тенденциям. Некоторые женщины очень остро переживают свое моральное падение. Сама зависимость от алкоголя кажется им непробиваемой стеной. И они, с одной стороны, прижаты к стенке этой зависимостью, а с другой стороны — очень переживают по поводу того, что о них будут говорить окружающие. Чувствуя себя, как загнанный в угол зверек, они могут пойти на попытки суицида, очень чувствительны к любому обидному слову, брошенному в их адрес. В немалой степени по этой причине слабый пол скрывает свою «любовь» к спиртному до тех пор, пока пагубное пристрастие не становится заметным по внешнему виду женщины.

Что может и должно насторожить женщину или её близких?

Симптомы и признаки женского алкоголизма

- Ежедневная (или чуть реже) потребность в снятии стресса с помощью алкоголя — бутылочка пива после работы, мартини с подружками в кафе... Чем чаще женщина выпивает, тем быстрее развивается толерантность к малым дозам алкоголя, снижается выраженность антидепрессивного действия.
- Попытки женщины скрыть свою тягу (или уже сформировавшееся пристрастие) к алкоголю, стремление к уединению.
- Подавленное настроение, раздражительность, никакие вещи и занятия, способствовавшие ранее хорошему настроению, уже не приносят радости.
- Отсутствие критического отношения к своему поведению в период опьянения.
- Оправдания и попытки найти более-менее приемлемую причину употребления спиртного.

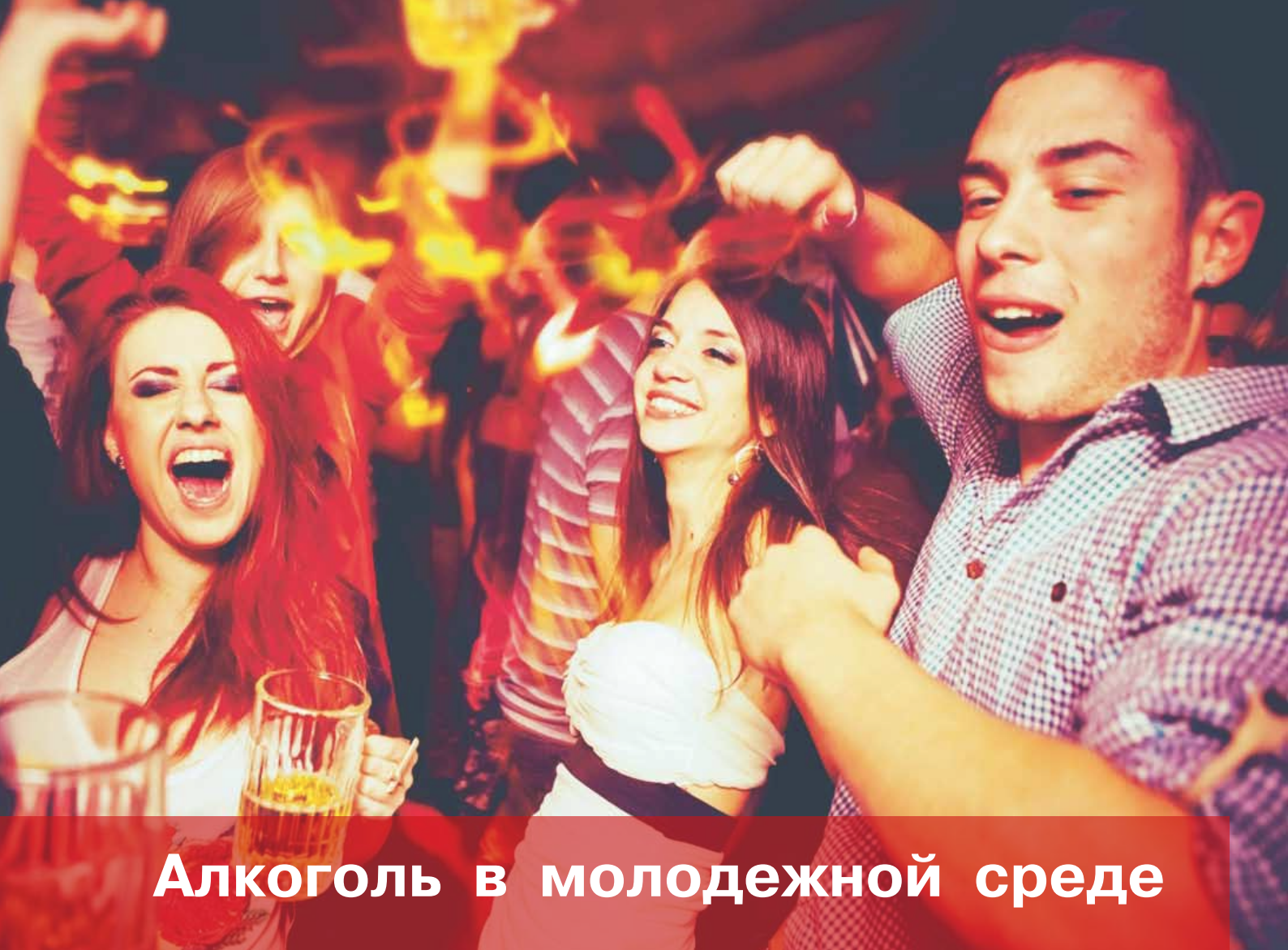


Бытует мнение, что женский алкоголизм не излечим. Это – не верно! Безусловно, привычка женщины злоупотреблять спиртным значительно труднее поддается лечению, по тому сложному комплексу причин и особенностей, что мы рассмотрели. Многое зависит и от каждого из нас. Поднять на заслуженную высоту женщину, обладающую качествами, что издревле почитались в народе — скромностью и верностью, разумностью и уж, конечно, безупречной трезвостью — всячески поддерживать в ней то истинно женское, чем она сильна,

– это ведь тоже значит предупреждение того зла, о котором идет речь.

Давайте просто представим, что, возможно, встретившаяся нам алкоголичка, – чья-то бабушка, мать, сестра, жена или дочь. Не спешите отворачиваться от протянутой к Вам за помощью руки грязной и дурно пахнущей женщины. Хоть порой это и трудно, – вместо отвращения и презрения постараемся в ней увидеть образ Божий.

Материал подготовила Ксения Трофимова



Алкоголь в молодежной среде

Рассказ юной прихожанки

В настоящее время тема алкоголя в среде молодежи является достаточно актуальной. Под «темой алкоголя» я предполагаю отношение молодежи к самой выпивке.

Ни для кого не секрет, что сейчас для молодежи отличным поводом встретиться является так называемая «вписка». Это - то самое действие, которое пропагандируют зарубежные фильмы, в которых молодые люди встречаются друг у друга дома, чтобы на славу развлечься. К сожалению, сейчас это стало настолько распространенным, что многие ученики средней школы смотрят на своих старшеклассников, мечтая стать такими же «свободными», и так же проводить свое время.

Так вот к чему я веду...

К несчастью, и у меня есть опыт пребывания на таком мероприятии. Оказавшись там, я не смогла устоять перед искушением. Как ни странно, но на таких встречах все начинается, прямо как у взрослых, с тоста. А, как мы знаем, где один тост, там уже - не остановишься...

Насколько мне известно, у молодых людей - еще не сформированный организм, который пьянеет с самого малого количества алкоголя.

Я почувствовала то самое чувство опьянения. Я поняла, что это значит, когда ты, будто не в своем сознании.

К счастью, во мне проснулась совесть. Скрыть этого я не смогла и сразу же рассказала об этом маме, в то время как многие выпивают втайне от родителей, пытаюсь это всячески скрыть.

В общем, у меня сложилось определенное мнение о таких встречах.

Когда человек, не пьющий алкоголь, попадает в компанию пьющих, (скажем так) – он оказывается один на один с искушением. Потому что в большинстве случаев «пьющие» пытаются привлечь «трезвых» к выпивке, говоря, что от этого ничего не будет: «Ну, что ты, прямо-таки, выбиваешься из всех...».

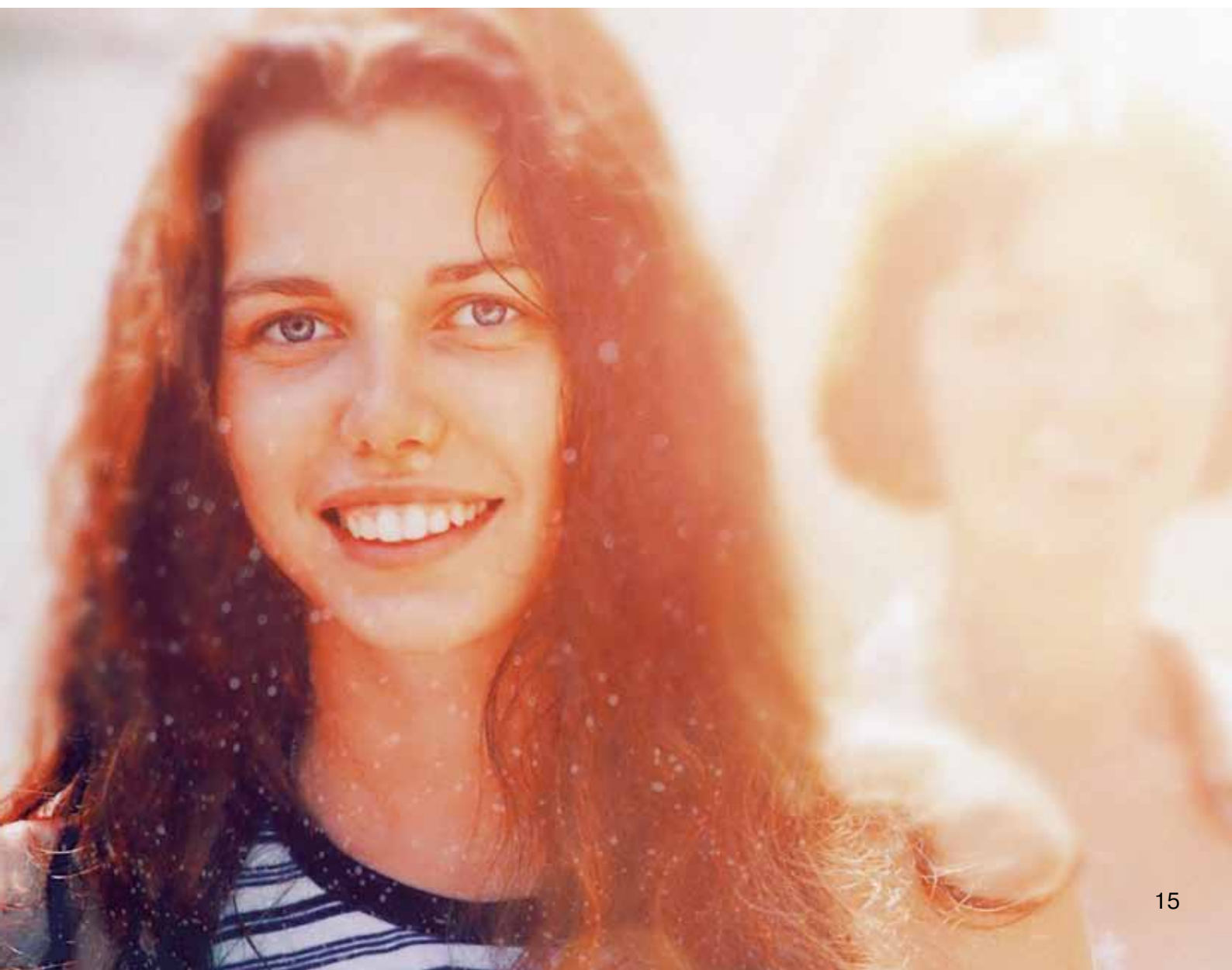
Многие люди, которые не пили алкоголь, покупаются на такие уловки, как и получилось у меня...

НО! Я, как человек, который ходит в храм, прекрасно осознала свое искушение и поняла, что у меня нет никакого желания испытывать чувство помутнения у себя в голове.

Люди, окружающие меня, знают, что я хожу в храм и воскресную школу, поэтому сейчас они уже не пытаются привлечь меня к выпивке. Мне и сейчас, порой, приходится посещать подобные мероприятия.

И я хочу сказать, что себя можно сохранить в таких компаниях, если ты твердо отстаиваешь свою позицию! Конечно, у меня получилось не сразу, но я считаю, что никогда не поздно высказывать и выражать свое мнение на те или иные вещи.

Очень много пишут об алкоголизме, о его вреде, о зависимости и средствах избав-





ВОЗВРАЩЕНИЕ

Женский алкоголизм - это боль в глазах ребенка, близких. Разрушается семья, гаснет семейный очаг, и, наконец, гибнет душа. Гибнет тогда, когда она должна любить, дарить тепло, воспитывать детей.

Алкоголизм - это горе, беда. Женский алкоголизм - это трагедия.

Очень много женщин стоят у этой пропасти или уже упали, не знают, как выбраться из нее. Может, прочитав этот рассказ, кто-то сможет найти выход. Дай то Бог!

Сейчас уже трудно разобрать, когда, в какой момент начался этот погибельный путь для души и тела. Что только я не испытала: позор, насмешки, унижения. К рюмке я стала прикладываться давно. Сначала – за компанию с мужем, потом – по праздникам, для настроения. Потом пошли крупные неприятности, и опять – спасаться, опять же – алкоголь. Дальше пошли уже запои, срывы. Если бы Бог не свел меня с одним человеком, я не знаю, что бы со мной было! Да и о Боге я и не думала. Стала она меня водить храм, потихоньку приобщать к церкви. Незаметно для себя, стала потихоньку подниматься. Но тут – снова беда одна за другой: смерть мамы, скандалы и

оскорбления пьяного мужа, проблемы с сыном, безденежье, и, наконец, предательство и обман брата. От всего этого я сломалась и опять стала искать спасение, но искала-то я его совсем не там.

Я перестала ходить на службу, забыла, когда исповедовалась. Дом стал запущенным, холодным. У меня опустились руки. Бессонные ночи, страх, мысли: где достать спиртное. Готова была выпить все, что содержит хоть граммук спирта. Я отвернулась от Бога. А Бог ждал и боролся за меня. Часто перед глазами стояла какая такая картина: сижу за столом с рюмкой в руке, рядом примостился сатана, ласково увещал меня выпить, и в тоже время, нашептывая мне слова в мое оправдание и опутывая меня сетями. Часто пила дома одна с наивной уверенностью, что, когда возвратятся близкие, я буду уже в полном порядке. Но, как правило, я была в порядке, но в обратном смысле.

ЭТО ИСТИННОЕ СЧАСТЬЕ - ЛЮБИТЬ БОГА И БЫТЬ С БОГОМ. БЛАГОДАРИЮ БОГА ЗА ВСЕ, ЧТО БЫЛО И ЧТО ЕСТЬ. В СЕМЬЕ СНОВА ТЕПЛО, СМЕХ, ЛЮБИМАЯ РАБОТА, ТОВАРИЩИ.

Вот теперь я понимаю, что претерпела моя дочь: страх за меня (я перенесла инсульт), горе, слезы, озлобленность, стыд.

Опомнилась лишь тогда, когда я чуть было своими руками не разрушила

свою семью окончательно и могла быть потеряна работа. Душа кричала от боли: «Что ты делаешь? Вернись к Богу, Он спасет тебя, Он любит тебя». Как сейчас я благодарна Богу, что послал мне этого человека, просто ставшего родным для меня. Вся в слезах, полупьяная, в тупике, не зная где выход, я бросилась к ней. Выслушав меня без нравоучений и укора, она пригласила меня сходить с ней на одну встречу. Она – прихожанка храма Веры Надежды Любви и матери их Софии. Часто рассказывала мне о своем храме, в том числе, о группе трезвения. Как утопающий хватается за соломинку, так и я согласилась с ней пойти. Помню: на первой встрече я только слушала и слушала. Слезы лились ручьем. Что это было? Наверное, плакала душа. Затем, вторая, третья встреча и так далее. Каждую среду служится молебен перед иконой «Неупиваемая Чаша». Затем – беседы, обсуждение какой-либо темы. Если по какой-то причине я не могу прийти на встречу, возникает такое чувство, что чего-то уже

не хватает. Самое главное, – я снова начала жить. И Бог помогает мне.

Ведь здесь – мои единомышленники, которые тоже стремятся избавиться от алкогольной зависимости, и я знаю, что здесь меня не оттолкнут, не осудят, а, наоборот, меня поддержат и не дадут упасть. И когда приходят к нам новые люди с похожей сломанной судьбой, я искренне радуюсь за них, что и они нашли дорогу к храму, к вере, к Богу.

Это истинное счастье - любить Бога и быть с Богом! Благодарю Бога за все, что было и что есть! В семье – снова тепло, смех, любимая работа, товарищи. Конечно, много соблазнов вокруг, сатана так и поджидает момент, когда я споткнусь, но с нами Бог и крестная сила. С Богом ничего не страшно!

Спасибо Вам всем и храни Вас Господь!

Раба божия Татьяна



ТРЕТИЙ СОВЕТ ИОАННА КРОНШТАДТСКОГО

«Ни в коем случае не откладывай на потом. Осознав, начинай борьбу с вражеской страстью немедленно и не вступай с ним ни в какие переговоры, не иди ни на какие уступки, воплощая лишь одно свое требование: никогда, ни при каких обстоятельствах и ни по какому поводу не пить!»

НЕДАВНЯЯ ИСТОРИЯ...

Перечитывая 3-й совет Иоанна Кронштадтского, на ум пришла недавняя история. Несколько лет назад я познакомился в храме с одним человеком. Неглупый, незлобный - обычный, нормальный парень. Своя история каких-то достижений, ошибок, неудач, бед. Пьяный круг и желание из него вырваться. Пришел в храм, как многие, с последней надеждой и, как многие, ожидая немедленного чуда. Чуда не случилось - все те же проблемы и те же обстоятельства - срывы. Ходил на службы, на молебны. А чуда нет. Говорили ему - начни с исповеди и причастия. Не стал, какая-то душевная лень. Охладел и начались отговорки: сейчас 23 февраля - нельзя не отметить ... да опять вот на работу не взяли ... а вот если бы взяли, то ... вот потом ...

Звонил несколько лет, рассказывал одно и то же, что сорвался, перечислял обстоятельства, которые ему не дают вздохнуть, спрашивал - «что делать?». Мой ответ был один: «Исповедуйся, а там видно будет». Его же реакция: «Мне стыдно рассказывать, ... я тебя услышал, ... я думаю, ... вот когда-то, после чего-то, то обязательно ...».

А недавно узнаю, что он пришел домой, лег и ... больше не проснулся.

Не моего ума дела рассуждать о загробной участи этого «нормального» парня; одно понятно, – что ушел он, ни разу в жизни не исповедовавшись и не причастившись. Понятно и другое, что ждал он, когда же вокруг него изменятся обстоятельства, и отложил на потом и реальную борьбу со своим пьянством, и церковную жизнь. Вот только у него этого «потом» на земле уже нет - упокой, Господи, его душу.

И любой, кто ждет конца новогодних праздников, или Пасхи, или просто ближайшего понедельника, чтобы начать новую «жизнь» задумайся, и ...

НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕ ОТКЛАДЫВАЙ НА ПОТОМ. ОСОЗНАВ, НАЧИНАЙ БОРЬБУ С ВРАЖЕСКОЙ СТРАСТЬЮ НЕМЕДЛЕННО.

Опять здесь подчеркнуто, что в основе – именно вражеская страсть. Борьба же со страстью без средств духовных, без Церкви, невозможна.

Грех не приходит к нам «вдруг», «откуда ни возьмись», «неожиданно». Он проходит свою «естественную» стадию развития в душе человека, точнее, зарождаясь в уме в виде помысла, он проникает во внимание, в чувства, в волю и, наконец, осуществляется в виде того или иного греховного поступка. В святоотеческом учении подробно рассмотрены этапы развития греха и методы борьбы с ним. Здесь же сказано все предельно просто и точно - **не вступай с ним ни в какие переговоры, не иди ни на какие уступки.**

Наверное, все, кто страдает пьянством, пытались обуздать свою страсть, научиться пить «правильно», «культурно». Это занятие безнадежно. Причин немного выпить враг тебе подсунет немало. Методов пить и не напиться изобретено множество. Однако, все это будет оправданием и будет «помогать» тебе лишь до поры до времени. Выпив рюмку «пойла сатаны», ты открываешь дверь силам темным, которые, может быть, не в один день, но приберут тебя к рукам. Перестанут действовать законы логики и силы воли. Станет происходить все наихудшее и самым наихудшим образом. Человеку, который уже погряз в пьянстве, **выжить можно, воплотив лишь одно свое требование, – никогда, ни при каких обстоятельствах и ни по какому поводу не пить!**

раб Божий Вадим



Слава Богу за все!

ления от него, о созависимости близких и о том, как им себя правильно вести. Но вот другая ситуация: с Божьей помощью происходит чудо - алкоголик прекращает пить и воздерживается от спиртного больше полутора лет.. Что же в этот период происходит в его семье, со второй половиной, с детьми? Какие трудности появляются во взаимоотношениях, как правильно строить эти взаимоотношения? Об этом почему-то нигде не написано, - чистый лист. А жизнь начинает

преподносить нелегкие уроки, с которыми не знаешь, как справиться.

Вот именно с этим я и столкнулась. Я не буду давать советы созависимым: как правильно вести с бросившим пить человеком, потому что у каждого своя ситуация, свои взаимоотношения, своя предыстория, и дело это очень личное. Но я хочу рассказать о своих ошибках, которые я совершила, о своем личном опыте.

Итак, опишу некоторые ситуации из моей жизни, где, как мне кажется, можно было поступить иначе.

1 15 лет назад я не придавала должного значения тому факту, когда мой супруг каждый день после работы употреблял спиртное: по дороге домой «легкое», за ужином «покрепче», - «для релакса». Мой отец предупреждал тогда меня, к чему это может привести, и я, наверное, могла бы все это остановить... Но не остановила, и пророчество отца стало сбываться. «Для релакса» постепенно переросло в «снятие стресса», в котором мой супруг постоянно находился. Просто обычное трезвое состояние и было для него стрессом. Вот тут-то я и поняла, что надо бить тревогу, но было уже поздно: «зеленый змий» успел поработить моего мужа.

2 Осознав все это, я решила молиться за мужа (как раз это был период моего воцерковления). Я просила Бога о том, чтобы мой супруг перестал пить. В последний год его пьянства молилась с особой тщательностью. Передо мной стояла одна цель - исполнение

моего прошения; я была одержима этим, верила, не сомневалась.

Это - хорошо! Но помимо всего, я считала, что спасаю своего мужа, прощала ему многое, терпела. Думала, что моя жертва должна быть бесполезной (типичная позиция «спасателя» и «жертвы» у созависимых). Я не обращала внимания на многие проблемы нашей семьи, просто не замечала их. А обнаружила их вскоре, после того, когда Господь откликнулся на мое прошение, и муж перестал пить. Все эти проблемы обнаружились, оголились, увеличились. Ведь когда человек бросает пить, духовно он еще не исцелился.

3 А теперь вернусь немного назад. Однажды супруг пригласил на дом нарколога, для детоксикации. Заплатили немалые деньги. Потом еще несколько раз вызывала врача: сначала по просьбе мужа, затем - сама.

Я надеялась, что эти процедуры приведут в чувства моего супруга, и он осознает всю

пагубность своего положения, но опять я ошиблась.

Временная детоксикация всего лишь выводит токсины из организма, облегчает физическое состояние и дает силы для дальнейшего употребления. Она никак не влияет на его разум и духовное составляющее. Никакого желания бросить пить у алкоголика не возникает.

4 После последней детоксикации с согласия супруга я на 3 дня спрятала его ключи от квартиры, чтобы он не мог выйти из дома и купить выпивку. Вспоминаю я об этих днях с содроганием: полный разгром в квартире, мой разбитый телефон, окончательно пошатнувшаяся моя психика, и результат - бутылка «виски», купленная мужем по окончании трехдневного срока.

Вывод: договариваться о чем-либо с алкоголиком бесполезно, так как он не в состоянии контролировать себя и свое желание выпить.

5 А теперь - о моем наиболее сильном заблуждении. Когда после процедуры детоксикации муж попал в реабилитационный центр, у меня было достаточно времени, чтобы прийти в себя, отдохнуть и подумать о том, как мне себя вести в нашей дальнейшей семейной жизни. Я же все это время находилась в эйфории. После сказанных в наркологии слов: «Теперь я понял, как для меня дороги ты и дочь!», - я ожидала больших изменений от мужа. Думала, что получу трезвого, изменившегося, любящего мужчину, готового сделать все, лишь бы загладить свою вину передо мной и дочерью. На семейной сессии с психологом я озвучивала лишь два своих требования: чтобы не пил, чтобы не гулял. Об остальном я даже не задумывалась. Как же я разочаровалась, когда снова началась наша совместная жизнь.

6 Потом я стала совершать ошибку за ошибкой.

В первые дни после реабилитации нужно было закладывать фундамент наших дальнейших взаимоотношений, лепить, так как супруг был податлив, как глина. Но только

первые три дня. Я не лепила, не использовала это время, так как не знала, а просто ждала от него того, к чему приготовила себя. А супруг стал возвращаться в реальность, и я все больше понимала утопичность моих ожиданий.

7 Через некоторое время я стала предъявлять мужу претензии по поводу его невнимания ко мне. Последующие недели я все ждала изменений, проявления чувств, но все было напрасно. Я стала осознавать, что между нами - пропасть. Я отдалилась, отделилась, обособилась, надеясь этим самым защитить себя от душевной боли. Только сейчас, через год и 8 месяцев, у меня появилось понимание того, что происходило тогда с моим мужем, да и сейчас еще происходит.

Бросивший пить человек, после долгого периода употребления, становится совсем другим. Он лишен всяких чувств, которые мог бы отдавать близким, не может любить. Гнев, обиды, осуждение - легко овладевают им. Ему тяжело строить отношения с людьми, которые далеко не идеальны, что свойственно людям. Он - пустой, так как освободилось и еще ничем не заполнено место в его душе, которое занимал алкоголь.

Как мне кажется теперь, тогда задача моя была в том, чтобы потихоньку заполнять эту пустоту. Помогать ему своими осторожными действиями, не провоцируя его, потихоньку заполняя эту пустоту, чтобы там преобладали добрые помыслы. А это - очень непросто. Вот о чем мне надо было думать в период реабилитации мужа. И ничего не ждать от него. Как здесь важны терпение, смирение и любовь! Та самая любовь, к которой призывает нас Господь в Евангелии. Как важно вычеркнуть себя из своих мыслей и жертвовать собственными желаниями ради близкого человека. Об этом хорошо написано во втором томе книги Паисия Святогорца «Слова».

Больше не буду писать о моих ошибках; их было много; я и сейчас очень часто ошибаюсь. Вот такой наш нелегкий путь через тернии к глубокому пониманию.



.....

**Выводы, к которым я пришла,
проходя эти тернии**

1 После 15-летнего «пьяного» периода в нашу семью вернулись все старые проблемы, которые были у нас до этого. Может, супруг и пить-то начал, чтобы с помощью алкоголя оградить себя от них.

2 Через 15 лет вернулись все мои желания и претензии, которые были тогда. В пьющий период они как будто ушли на задний план, так как главенствовало одно желание - чтобы супруг бросил пить. Оказывается, как говорилось выше, отказ от алкоголя ничего не меняет и возвращает нас на исходную точку.

3 Я поняла, что не умею любить, когда понадобилась такая любовь, которая только дает, и не ждет взаимности. Недавно мне психолог сказала, что я по-прежнему остаюсь созависима. Я могу любить супруга только в те моменты, когда ему плохо, когда его нужно жалеть. Это позиции «спасателя». Я разучилась жить в любви, когда все хорошо и спокойно.

Я часто представляю себя, идущей по пустыне и испытывающей невыносимую жажду. Мне дали грязный, пустой сосуд и сказали: «Найди оазис, доберись до него, отмой там сосуд, наполни чистой водой доверху и только потом утоли жажду. Это, как притча.

Вода – любовь, сосуд - мой супруг с пустотой в душе. Я должна сначала помочь ему избавиться от всего негатива. Как? Только с помощью любви. Затем надо заполнить всю эту пустоту моей любовью и лишь потом - получать ее обратно. Где же, где же мне взять столько любви, если я сама стала пустая? Только прося у Бога и Божьей Матери, через молитву. Просить, чтобы Они дали мне чуточку благодати и научили той любви, которая не лицемерит, а жертвует и прощает.

Вот так и начинаешь понимать, что не напрасно Господь посылает нам все эти испытания, в том числе и пьянство близких. Быть может, это нужно нам самим, в первую очередь, чтобы мы что-то ясно поняли, осознали и стали меняться, ради счастья в наших семьях. Кто знает, задумалась бы я о такой любви, не пройдя через все эти испытания....

Слава Богу за все!

Бог есть Любовь

Алкоголизм... Человек глубоко пьющий..... Это - настоящее горе и беда для его близких, его семьи. Постоянные стрессы и сплошные переживания домочадцев приводят к нервным расстройствам и больницам, необратимым последствиям для их здоровья... Идет борьба с недугом... Всеми способами.

И вот человек, после долгих лет беспробудного пьянства бросает пить,- Слава Богу,- и возвращается к реальной трезвой жизни.... К повседневной жизни в своей семье, к ее ежедневным проблемам и вопросам, требующим решений, к жизни и взаимоотношениям в социуме, в обществе.

А каково ему самому? Что ждет его теперь? О его психологическом, травмированном состоянии думают ли самые близкие ему - его семья???? Именно сейчас, именно в этот момент, когда человек бросает пить, - он духовно опустошен и беззащитен и слаб, как новорожденный, именно сейчас он нуждается, как никогда, в искренней поддержке и любви со стороны самых близких и дорогих ему людей, чтобы не упасть и не провалиться в эту яму вновь!!!

К большому сожалению, в нашем обществе ведутся дебаты лишь о борьбе с пьянством и не говорится о том, как приходится сложно и невыносимо тяжело психологически человеку, бросившему пить. Говорят лишь о пострадавших морально близких ему людях, которые теперь, после долгих лет страданий, как правило, ждут и требуют от него компенсации в виде огромной любви, заботы, поддержки.... Так они желают, хотят и требуют для себя, любимых, собственного комфорта! Это – эгоизм в чистом виде! А очень важно именно в этот момент самым близким ему людям поддержать его, окружив заботой и вниманием именно его, слабого и беззащитного, опустошенного духовно - огромной любовью, как любит мать своего новорожденного ребенка, не требуя ничего взамен! Вот Она- Любовь от Бога!!!

И никак - иначе!

Пережив этот страшный и тяжелый период в своей собственной семье: ежедневное пьянство отца с драками и побоями, с вызовами милиции (а это- все мое детство, подростковый период, юношеские годы) - теперь я могу с твердой уверенностью сказать, что, только окружив своей любовью, искренней, чистой, от всего сердца, - можно и нужно исцелить бросившего пить человека, внутренний мир которого полностью разрушен и опустошен!!!

Алкогольный стаж, стаж употребления спиртного моего отца – был более 20 лет.. В периоды ежедневного запоя он резко и внезапно опускался на самое дно алкогольной пучины. В белой горячке он бросался на нас с ножами и топором, из дома воровал вещи, обменивая их на бутылку водки.... Невозможно передать никакими словами тот ужас, который пришлось пройти и пережить со смирением тогда мне - девочке, моему брату-подростку и моей мамочке. Благодаря мамочке, ее огромной мудрости, огромному терпению, смирению и молитвам ко Господу нашему об исцелении души нашего отца от недуга пьянства, мы пережили этот период. Сейчас этот период в нашей семье уже является историей – Слава Богу!

Но и последующий за ним – период реабилитации отца – был уже по-своему сложным для всех нас: проходя неоднократно принудительное лечение в ЛТП (лечебно-трудовом профилактории СССР), отец приходил домой оттуда совершенно опустошенным, раздраженным, обозленным... Ничто его не радовало... Все ему было в тягость, окружающий мир для него на тот момент был враждебным и ненавистным... Травма души отпечатком легла на его лице: глаза были, как стеклянные, пустые и просящие о помощи.

И нам, его самым близким, нужно было понять и простить ему все. Подать руку помощи и согреть своей любовью. Вот, что важно и необходимо. Ведь любовь - это служение ближнему.

И именно в тот момент, когда так трудно пришлось психологически отцу, бросившему пить, обозлившемуся на весь окружающий ему мир, мы – самые ему близкие люди - не потребовали от него окружить нас заботой и вниманием, не потребовали от него любви и понимания, хотя столько лет прожили и нуждались по-человечески в этом сами, а окружили мы его - своей Любовью, искренней и чистой...

Прошло уже более 20 лет, как было это все пережито нашей семьей. И вот сейчас, когда этот период вспоминается нами, как страшный и ужасный сон, - понимаешь, что только благодаря той любви, которую мы смогли подарить нашему отцу в тот непростой его реабилитационный период, когда человеку было мучительно тяжело вернуться к жизни иной, без алкоголя, отец не споткнулся вновь и не упал вновь в эту яму! Молитвы мамы Господь Бог услышал! И постепенно, шаг за шагом, в нашу семью стали возвращаться мир, согласие, любовь...

Мы, дети, говорим нашей мамочке - Огромное Спасибо, что все это вынесла, столько лет терпела этот ужас, но с молитвами и смирением выдержала и поддержала отца, боролась за него! Не сломилась, когда опускались руки. Молилась, верила и надеялась! Помогла своему мужу, отцу своих детей, духовно окрепнуть и твердо встать на ноги вновь! И это - Подвиг! Подвиг во имя Любви!

В современном обществе, где повсеместно идет агитация возлюбить в первую очередь себя, а не ближнего, как сказано в Святом Писании, - далеко не каждая женщина способна вынести такой крест, такое испытание, тем более, если речь идет о жизни и защите собственных детей. В большинстве случаев женщина, заботясь о жизни и спокойствии своих детей, не выдерживает, принимает решение о разводе... Семья распадается...

Низкий поклон всем женщинам, которые, несмотря ни на что, до последнего, как и моя мамочка, во имя любви, семьи и ее благополучия, смогли пройти весь этот путь, полный горести и духовных мук, и помогли своему ближнему подняться со дна алкогольной пучины и обрести ему самого себя!

Наш отец перестал пить, восстановился полностью физически. На заводе за отличную работу был награжден Почетным званием «Отличник качества», награжден медалями и орденами. Имеет звание «Заслуженный Ветеран Труда РТ». Жизнь началась, как он сейчас говорит сам, с чистого листа новой книги.

Очень многие знакомые тогда спрашивали нас, многие и сейчас еще задают вопрос: «Что же такое произошло, что именно случилось, что Евгений резко бросил пить и даже слышать и видеть не хочет спиртное???» . Этот вопрос и до сих пор является для всех нас настоящей загадкой, тайной...

В ответ на этот вопрос отец всем только улыбается и говорит: « Господь Бог все знает!».

А 2 года назад наш папочка стал ходить каждый день в храм на службы, молиться, как оказалось, перед иконой Божией Матери «Неупиваемая чаша», низко кланяясь Образу Пресвятой Богородицы. Вот такие чудеса... Таков Божий промысел...

Сейчас нашему дорогому и любимому папочке, мужу и уже три раза дедушке (Да-да! Именно Любимому и Самому Лучшему!!!) - 76 полных лет.

«Я живу для вас! Я живу и хочу жить ради вас!» - говорит часто папа нам. И уже много лет он дарит нам свою искреннюю любовь, заботу, внимание. Во всем нас поддерживает и помогает! Дай Бог ему доброго здоровья еще на долгие-долгие годы! Слава Богу за все! Бог есть Любовь! В этом наша семья убедилась!

Храни и Помогай вам Господь!



Мы с мужем прожили вместе 44 года

Мы с мужем прожили вместе 44 года в любви и согласии. В молодости он выпивал по праздникам, дням рождения. Сейчас мы оба на пенсии. Все вроде бы хорошо, есть и дети, и внуки. Живем в достатке. Слава Богу! Но муж стал все чаще выпивать. Из-за этого - все неприятности в семье, скандалы. По пьянке документы потерял, ключи, телефон, прав водительских лишили, - чего только не было. Я пробовала с ним по-хорошему поговорить и ругалась, но ничего не помогало.

И вот однажды, на исповеди, священник объяснил мне, посоветовал обратиться в группу «Трезвение» при храме святых мучениц Веры, Надежды, Любви и матери их Софии. Я так и сделала. Сейчас стыдно вспоминать - в каком отчаянии я была. А все потому, что боролась я одна - без Бога. Больше надеялась на себя. Стала чаще ходить в храм, исповедоваться, причащаться, по сре-

дам - на молебны и акафист Божией Матери перед иконой Неупиваемая Чаша. Дома молилась утром и вечером, читала молитву по соглашению, но муж продолжал пить.

И вот когда я смирилась, доверилась Господу Богу и сказала тогда: «Господи, все - в Твоей власти!».

Пути Господни неисповедимы. Муж сильно заболел. Он думал, что все, ему конец. Сам решил пойти в храм, исповедоваться в своих грехах и причаститься святых Христовых Тайн. Утром и вечером слушал, как я читаю молитвы, и сам, потихоньку, повторял и крестился. Болезнь отступила, Слава Богу. Сейчас муж не пьет. Господь дал нам еще один шанс - жить по заповедям Божиим и любить друг друга.

р.Б. Антонина

Любите себя, вы этого достойны!

«Любить себя!» – этот призыв буквально растворен в воздухе. Различные журналы посвящают этой теме обширные статьи, рекламные ролики предлагают нам «побаловать себя новым удовольствием», потому что «мы этого достойны». Противоречат ли эти установки христианству? Может ли христианин

любить себя и если может, то в чем смысл этой любви? Ведь само слово «любовь» можно понимать по-разному. О том, с какими подменами любви может встретиться человек на своем жизненном пути, рассуждают и православные психологи. И размышления предлагаем на ваш суд, дорогие читатели.



Что только не называют любовью!

Заповедь говорит: «...возлюби Господа Бога твоего всем сердцем твоим, и всею душою твоею, и всею крепостию твоею, и всем разумением твоим, и ближнего твоего, как самого себя» (Лк. 10: 27). Из последних слов как

будто следует, что человек призван полюбить и себя. В то же время Христос призывает нас «отвергнуться себя» (Мф. 16: 24). Какой же «любви к себе» ждет от нас Господь?

Давая нам заповедь любви, Господь имел в виду совсем не любовь к своим пристрастиям. Дело в том, что «я» и «мои интересы» — это совсем не одно и то же. Если мы будем ставить свои интересы превыше всего, мы будем любить не себя, а свои интересы. А

он готов пойти на любые жертвы. Он говорит: я имею право отдыхать, как я хочу, а все остальное меня не волнует. Если вы скажете, что он вредит самому себе, разрушает свое здоровье, он найдет массу самых убедительных возражений. Он скажет, например,



для того, чтобы полюбить себя, надо понять, что за внешним фасадом социальных ролей в нас скрывается нечто живое и ценное, что мы так хорошо ощущали в детстве и что, к сожалению, с годами чувствуется все слабее. Это то, о чем в Евангелии говорится как о внутреннем человеке, человеке сердца, без чего жизнь теряет всякий смысл, несмотря на все ее внешнее благополучие. А вот отделить «правильную» любовь к себе от прочих, весьма порочных качеств, маскирующихся под любовь — это, действительно, очень сложная задача. Например, себялюбие, когда человек придает очень большое значение своим потребностям и требует, чтобы его желания выполнялись в первую очередь. Не важно, какие это желания, важно, что человек любой ценой стремится к комфорту. Такой человек подвержен низшим страстям, таким как чревоугодие, сребролюбие, блуд, гнев. Вот, например, алкоголик — зачем он пьет? Любит он себя или нет? С одной стороны, ради удовлетворения своего желания

что работа убивает его в сто раз больше, что алкоголь для него — единственная возможность снять стресс, что он имеет право после тяжелого дня хоть немножко позаботиться о себе, иначе его просто хватит инфаркт. Наверное, он считает, что любит себя — он же стремится вот сейчас сделать себе благо. Но дело в том, что речь о самом себе здесь не идет. Человек говорит о состоянии тела, о нетерпимом состоянии своей души, которое надо каким-то образом заглушить. Но он не задается вопросом, кто он таков по сути, не пытается разобраться, почему он пьет, что, собственно, у него болит. Просто он ощущает свою жизнь как умирание, а когда выпьет — наоборот, испытывает прилив сил, «вдохновение» приходит.

Есть еще такое понятие, как самолюбие. Как будто то же слово, означающее любовь к себе. Самолюбивый человек свой идеальный образ, который он сам себе нарисовал, путает с собой настоящим. Например, он

мечтает стать художником, и убежден в том, что, действительно, наделен неординарными способностями. Такой человек возненавидит всякого, кто скажет, что он – бездарность. В святоотеческой литературе самолюбие называется либо гордостью, либо тщеславием. В чем разница? Тщеславный человек хочет, чтобы окружающие воспринимали его как великого художника, ему нужна слава. Гордый готов умереть в безвестности. То, что его не признали при жизни, будет лишь подтверждением его гениальности — дескать, не доросли еще. Вот такие, казалось бы, разные чувства, а по сути — одно и то же. А если гордость, тщеславие не удовлетворяются, то итог один — уныние.

На самом деле и себялюбие, и самолюбие — это ситуации, когда человек находится в конфликте, как с Богом, так и с людьми, и, в первую очередь, — с самим собой. Как жи-

вет себялюбивый человек? Практически, как животное. Он работает, ест, продолжает род, чтобы его дети тоже работали, ели, продолжали род. Круг замкнулся, и из него нет выхода. Но животное не имеет разума и делает

все это с удовольствием, для него такая жизнь естественна. А для человека — нет. Он неизбежно страдает, чувствует какую-то дисгармонию, завидует. Он ощущает, что есть в жизни что-то еще, но что — этого он понять

не может. А для самолюбивого человека важно утвердить свою личность. Ему надо, чтобы дом был хороший, дети благополучные, жена-красавица и так далее. Чтобы ощущать смысл своей жизни, ему необходимо соответствовать некоему идеалу, некоему образу самого себя. Здесь речь идет об удовлетворении ожиданий, но не о любви.

И СЕБЯЛЮБИЕ, И САМОЛЮБИЕ — ЭТО СИТУАЦИИ, КОГДА ЧЕЛОВЕК НАХОДИТСЯ В КОНФЛИКТЕ, КАК С БОГОМ, ТАК И С ЛЮДЬМИ. И В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ — С САМИМ СОБОЙ.



Чем любовь к себе отличается от эгоизма?

Эгоизм возникает тогда, когда человек ставит себя выше других, и собственная значимость для него выше значимости другого. Бывает и здоровый эгоизм, он необходим. Когда человек любит себя, он не считает себя лучше других, он просто считает себя имеющим право на то, чтобы его любили люди и Бог. Причем это – безусловная любовь, и он ценит себя не за то, что он хороший и безгрешный, а просто потому, что он сейчас есть. Такой человек имеет внутреннее достоинство, осознает себя как ценность и понимает, что он уникальное создание Божье. В чем же заключается нормальный разумный эгоизм? Когда человек садится в самолет, он всегда видит надпись: в случае экстренной ситуации кислородную маску необходимо надеть на себя, а потом уже на своего ребенка. И это понятно: если мама «отключится», маску на ребенка уже никто не наденет. И что будет с ребенком, даже если на него другие наденут маску, а мама уже не будет дышать? Так и с разумным эгоизмом: сначала позаботиться о себе, тогда будет и возможность позаботиться о ближнем. Никому не нужно неразумное самопожертвование.

Если у человека нет ресурсов и, что немаловажно, необходимых навыков, то и помочь он не сможет, только будет зря волноваться, а может даже и навредить. В этом случае переступить через себя бессмысленно, и жертвы будут неоправданными, а может, и вредными. Бывают экстренные ситуации, требующие самопожертвования, когда речь идет о жизни и смерти или болезни и выздоровлении, но и в этих случаях нужна разумность. Надо четко понимать, что именно и как делать. Когда есть знания и возможности, нужно собрать свою волю в кулак и действовать, даже если придется пожертвовать чем-то для жизни и здоровья другого, и при этом не мешать

профессионалам – врачам, спасателям и т.д.

Жертвовать собой, например, ради того, чтобы другой смог хорошо выпить или просто ничего не делать – глупо, это не имеет смысла. Любое созависимое поведение именно так и проявляется, это ложное самопожертвование. Нужна рассудительность. Надо понимать, кому действительно необходима помощь, а кто путем манипуляций пытается тебя использовать вместо того, чтобы самому как-то решать свои проблемы. Можно все силы и время бросить на помощь другим, а потом, когда ресурсы закончатся, произойдет то, что называется «выгорание», а вместе с ним придут разочарование и депрессия. А можно на регулярной основе помогать сотням, и при этом заботиться о себе, восстанавливать силы, отдыхать, радоваться жизни и т.д. Тот, кто постоянно занят спасением других, вместо того, чтобы решать свои проблемы, обычно не любит ни себя, ни других, а просто хочет получить больше одобрения для себя или просто не умеет говорить «нет» из страха, что его не будут любить и отвернутся от него.

Порой православные занимаются самоедством: я плохой, я грешник. Как будто они равны своему греху. Нужно ведь уметь разделить грех и грешника в себе. Конечно, есть человек, и есть его действия. Это касается и греха, и добрых дел. Не нужно забывать, что человек – это создание Божье, и Господь его любит. Если мы, например, хотим помочь заключенному, приносим ему в тюрьму посылки, мы же идем к нему как к человеку, обращаемся к нему как к личности. За свое преступление он отбывает наказание и сам отвечает перед Богом и людьми.

ЧТО ЖЕ ТАКОЕ ИСТИННАЯ ЛЮБОВЬ?

Это состояние мира, единства с тем, что тебя окружает. Такого мира, когда любовь становится главным смыслом жизни и ее главным источником. Это то, что дает нам возможность принимать свою собственную жизнь и жизнь окружающих как выражение высшей воли. Это часть той Любви, о которой Иоанн Богослов сказал: «Бог есть любовь». Тот, кто познал это состояние, никогда его ни с чем не перепутает. Определить же его вряд ли кому-то удастся. Это Царствие Божие – внутри нас. Любой человек где-то в глубине своей души понимает, что у него есть высшее предназначение, которое не связано ни с его биологическими потребностями, ни с его социальными функциями. Иногда мы в это состояние входим. Это – ощущение мира, покоя в душе, внутреннего света, иными словами, состояние мира с самим собой. Внутри нас заложена истина, и наша задача эту истину отыскать. Ради чего? Конечно, ради любви к себе. Чтобы в жизни был смысл. Любовь к себе — это стремление прожить свою жизнь так, как тебе и было предназначено Богом.

ЛЮБОВЬ К СЕБЕ — ЭТО СТРЕМЛЕНИЕ ПРОЖИТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ ТАК, КАК ТЕБЕ И БЫЛО ПРЕДНАЗНАЧЕНО БОГОМ.

А как понять, что себя не любишь? Что такое отсутствие любви? Это – состояние одиночества, состояние конфронтации с Богом. Человек ничем не удовлетворен и потому отсутствие любви пытается заменить различными удовольствиями, зависимостями, привязанностями, функциями. То есть он от любви переходит к пристрастию. То, что мы называем любовью, чаще всего означает именно пристрастие — к алкоголю, деньгам, к какому-то человеку. Говорить о любви вообще невозможно, пока человек не знает, что у него, кроме его личности, есть нечто другое, есть душа, созданная по образу и подобию Божию. Беда в том, что тело ставят на первое место, а душу воспринимают как некий приспособительный механизм для адаптации тела в мире. И душа в этом случае просто «портит» жизнь, задавая ненужные вопросы. Плоть не плоха, но часто под вывеской «любви к себе» человек ведет войну за плоть против духа. Дело не в том, чтобы отказаться от жизненных благ, от всех социальных ролей и уйти в пустыню. Мы этим в мирное состояние не придем. В состояние любви к себе мы можем прийти, когда мы будем понимать, что главное.



Как же обрести состояние мира самим собой?

Евангелие нам указывает выход, и этот выход парадоксален: «...кто хочет душу свою сберечь, тот потеряет ее, а кто потеряет душу свою ради Меня, тот обретет ее...» (Мф. 16: 25). Процесс обретения себя неизбежно идет через расставание с тем, что было до сих пор. Отдать свою душу ради Христа — значит отказаться от привычных правил, стереотипов. Нам заповеданы любовь к Богу, к ближнему, к самому себе. Как только человек отделяет себя от мира, он впадает в состояние вражды. И тогда он не любит ни себя, ни ближних, ни Бога. Мир он ненавидит за то, что он не удовлетворяет его требованиям. Себя — за то, что не может приблизиться к тому идеалу, который у него в голове. Ну а Бога — потому что кто, собственно, все это придумал? Кто его сделал несчастным? Это состояние войны, ненависти, в котором, увы, живет большая часть нас с вами. Любовь к себе подразумевает и любовь к ближнему, и любовь к Богу. И не может быть любви к Богу, если человек себя ненавидит.

В качестве практической рекомендации можно посоветовать поломать свои стереотипы, идти не по общепринятому пути, который вроде бы логичен: получить побольше денег, помягче спать, повкуснее есть.

НЕ БЛАГА ПЛОХИ САМИ ПО СЕБЕ, ПЛОХО, КОГДА МЫ СТАНОВИМСЯ РАБАМИ ЭТИХ БЛАГ.

Человек, по-настоящему любящий себя, будет стараться не попасть в рабство. Рабство означает, что он любовь к себе, к Богу, к ближнему променял на состояние зависимости, дающее ему иллюзию смысла жизни. Он положил основание своей жизни вне себя. Тут грань и лежит. Любовь к себе - это любовь к тому, что находится внутри и составляет сущность человека, а это - единство как с Богом, так и с миром.

*Обзор материалов подготовила
Ксения Трофимова*

Письма в редакцию

ЧЕСТНО ГОВОРЯ... мне было очень непросто начать делиться с Вами своими воспоминаниями об алкогольных ситуациях. Снова проживать и беречь эту боль сложно, но необходимо. Может быть, тот или иной сюжет поможет кому-то изменить свою жизнь к лучшему.

Мне приходится по долгу своей работы общаться с детьми из асоциальных семей. Независимо от возраста детей, все они глубоко переживают свою трагедию и вопреки всему любят своих нерадивых родителей.

Вот одна из историй. В один из обычных дней отец мальчика пришел домой пьяным. Мать уже была пьяна. А ребенок был голодным и хныкал, т.к. у него болел живот. Отец был взбешен этой ситуацией, схватил ребенка за шиворот и выбросил его в окно с 3 этажа. Мальчик остался жив, но ему пришлось перенести несколько операций, и он остался инвалидом на всю жизнь. После всего случившегося родителей лишили родительских прав, а ребенок оказался в детском доме.

Встречаются и такие ситуации в пьющих семьях, когда дети-подростки становятся не по годам самостоятельными и в 13-14 лет становятся мамами. Они не готовы к такой ответственности, многие не выдерживают и, в лучшем случае, подкидывают своих детей, а в худшем - дети умирают от того, что их забыли покормить или элементарно позаботиться, т.к. материнский инстинкт еще не проснулся.

Так, к нам поступила девочка, у которой медики обнаружили беременность. После рождения ребенка мама этой девочки восстановилась в родительских правах и забрала дочь и внучку домой. Но тяга к алкоголю привела к тому, что внучку простудили и это привело к ее гибели.

Иногда случаются и такие истории, где дети ведут себя по-взрослому, перекладывая ответственность родителей на себя.

К нам, в центр поступили четверо детей из одной семьи. Старшему на тот момент было 13 лет. Он их почти всех вынаничал, особенно младшую сестренку. Самую младшую, которая была грудная, спасти не удалось.

Как обычно, он разогрел молоко и залил его горячим в детскую бутылочку. Пока ребенок спал и спала его пьяная мамаша, он побежал на базар попрошайничать, чтобы купить еду другим детям. Но как только он ушел из дома, ребенок неожиданно проснулся. Чтобы детский крик не мешал спать нерадивой мамаше, она, схватив бутылочку с горячим молоком, залила в рот ребенку. Младенец обжегся и поперхнулся.

Когда мальчик вернулся, то увидел, что девочка мертва. Вызвали скорую и милицию. Чтобы мать не посадили, смерть сестренки он взял на себя. Он до сих пор вспоминает и плачет по своей сестренке и винит себя, что молоко остудить не успел. Ему сейчас 19 лет.

В одной асоциальной семье, где родители периодически уходили в запой, накопились квартирные долги. Домууправление пригрозило судом и последующим выселением. Тогда родители решили продать квартиру и за счет продажи погасить долги.

Нашлись и «добрые» риэлторы, которые помогли продать квартиру, совершив неправомерную сделку: оставив ребенка без квартиры.

Родители переехали в полуподвальное помеще-

ние, а мальчика комиссия ПДН привезла к нам в центр.

Но ему повезло: над ним взяла опеку учительница, в классе, где он учился и взяла его к себе жить. Он уже отслужил в армии и учится в техникуме. Но не все истории заканчиваются так счастливо как эта.

Встречаются истории, в которых дети из неблагополучных семей сами создают счастливые и крепкие семьи, в которых нет места алкоголю.

Лейтмотивом всех этих историй является сильная алкогольная зависимость. И эта, казалось бы, безобидная привычка может привести к более глубоким порокам и даже к преступлениям. Сколько бы было счастливых семей, если бы не Алкоголь...

ЛЕЙТМОТИВОМ ВСЕХ ЭТИХ ИСТОРИЙ ЯВЛЯЕТСЯ СИЛЬНАЯ АЛКОГОЛЬНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ. И ЭТА, КАЗАЛОСЬ БЫ, БЕЗОБИДНАЯ ПРИВЫЧКА МОЖЕТ ПРИВЕСТИ К БОЛЕЕ ГЛУБОКИМ ПОРОКАМ И ДАЖЕ К ПРЕСТУПЛЕНИЯМ.

ОДИНОЧЕСТВО...

Мы с тобою – два одиночества. Мы родные, только очень разные. Отсюда и разногласия. Как сохранить семью, как помочь сыну начать выздоравливать, где найти силы, душевный покой в борьбе со злом? У кого просить совета, помощи, куда идти? Кругом пустота, и я осталась без поддержки. Зачем жить?

А может быть, в одиночестве и рождается любовь, любовь к себе, ближним, Богу.

Любовь! А что это такое? Наверное, – это страдание, отчаяние, непонимание, ошибки, когда сердце разрывается, то ли от радости, то ли от боли, взлеты, падения и вновь ошибки, и вновь поиск.

Когда становится невыносимо быть нужным только себе, тогда и рождается любовь, когда начинаешь слышать, а не слушать, когда видишь, а не смотришь, когда маленькое я превращается в большое Мы.

И когда стало совсем невыносимо, я пошла в храм: поговорить с Богом.

Эту ношу, этот крест, который Бог мне поручил не могу нести одна. Я буду просить Бога и людей вокруг помочь мне в этом.

Поверьте, теперь я не одна: со мною Бог и моя вера в Него; теперь Он мой Спаситель и защитник. Жизнь с Богом трудна и легка. Я постараюсь жить так, чтобы Бог мог мне в этой жизни помочь.

В одиночку не справлюсь.

Господи помоги...

БЛАГОДАРЕНИЕ БОГУ

Как не просто для меня написать статью в журнал «Трезвый взгляд» собраться мыслями. Благодарю Бога за все! Все создано Его творением, и Он зовет нас к Себе, и меня звал к Себе, но я исполняла свою волю, а не Его. Только когда случилась беда, я задумалась. На праздник преподобного Сергия Радонежского я решила помыть окна, а вечером сходить в храм подать записки (дед у меня Сергей).

Окна я помыла, а в храм не попала. По своей халатности оказалось на больничной койке и целых три месяца вообще не могла вставать. Благодарю Тебя Господи! Слезы, отчаяние, уныние, беспомощность, – что делать? По Божию промыслу,

меня никто не оставил в моей беде. Поддержали священники, прихожане, сестры из «Народного хора» и братья из группы «Трезвения», которые носили и возили меня по узким лестницам подъезда дома, в котором я живу. Ко мне приходили даже те прихожане нашего храма, которых я ранее не знала. Я раньше всегда говорила, что за меня некому молиться, но теперь Господь показал мне, что мы – одно Тело Христово, у меня, наконец, появилась большая дружная семья, которая не даст впасть в уныние. За все нужно благодарить Бога! Со смирением и благодарением я прохожу каждый шаг с болью в стопе, старый перелом напоминает страдания, которые перенесла в 1992 году. Было трудно, когда я оставалась одна, когда уходили, посещающие тебя люди, но появлялось время на размышление, – как долго я шла к Богу. Слава Богу за все!

раба Божия Валентина





КАК Я ПРИШЛА В ОБЩЕСТВО «ТРЕЗВЕНИЕ»

Я являюсь прихожанкой храма святых мучениц Веры, Надежды, Любви и матери их Софии с 2007 года. В общество «Трезвение» я попала «случайно»: шла как-то по пути с работы в храм, вижу люди собираются на молебен перед иконой Пресвятой Богородицы «Неупиваемая Чаша». После молебна все спустились в трапезную на беседу за чашкой чая. Мне понравилась теплая атмосфера, доверительный тон отца Александра, и то, что люди раскрывались, говорили о своих проблемах, не таясь.

Я тоже решила начать молиться за своих близких, которые страдают недугом пьянства.

Вскоре наше общество стало разрастаться. Пришло много молодёжи - это люди, которые не понаслышке знают об этой проблеме и имеют уже немалый опыт борьбы с ней.

Я узнала очень много нового для себя, познакомилась с хорошими, интересными людьми, и сама начала раскрываться, больше замечать свои недостатки, слабости. Я взяла «обет трезвости», хотя алкоголизмом не страдаю, но есть другая плохая привычка - заедать стресс или плохое настроение (чревоугодие).

Благодаря обету, начала бороться с этой привычкой, хотя и бывают срывы, но на исповеди каюсь в этом грехе.

Еще хочу сказать, что трезвость для меня - это, прежде всего, трезвый взгляд на себя, на свои недостатки и стремление их преодолеть.

Люди, за которых я молюсь, тоже меняются в лучшую сторону.

Надеюсь, что в наше общество «Трезвение» будут приходить новые люди, а ветераны откроют для себя что-то новое.

раба Божия Ирина.

Неврологические аспекты алкоголизма

Я работаю врачом-неврологом в плановом неврологическом отделении и на практике, к сожалению, часто сталкиваюсь с неврологическими заболеваниями, вызванными последствиями употребления алкоголя.

Во время обучения в медицинском университете на лекции по наркологии профессор сказала нам, что употребление спиртного дома, в компании, на праздник является бытовым пьянством или алкоголизмом. Человека, употребляющего алкоголь не чаще раза в месяц по торжественным случаям и в небольшом количестве, называют умеренно пьющим. Т.е. если ты выпил на праздник, значит, ты уже пьющий. Некоторые люди очень обижаются, когда называешь их пьющими. А по факту, получается именно так. Часто спрашивая пациентов о вредных привычках, в том числе об употреблении алкоголя, часто слышишь в ответ: «По праздникам», «Как все», «Когда наливают». Хочется всегда спросить: «А праздник каждый день? Как все - это как?». Еще на занятиях по наркологии говорили о некоем безопасном пороге употребления спиртного, при превышении которого наступает деградация нации. По определению Всемирной организации здравоохранения этот порог составляет 8 литров в год на душу населения. А потом нам озвучили значение этого показателя в России - 12 литров чистого спирта на человека. Честно говоря, стало очень страшно за нашу страну, за наш народ.

ного тракта и/или его усвоения клетками. Поэтому при их лечении необходима отмена алкоголя, применение витаминов (преимущественно витамина В1, часто парентерально) [1,2].

НАИБОЛЕЕ ЧАСТОЕ ОСЛОЖНЕНИЕ АЛКОГОЛИЗМА – АЛКОГОЛЬНАЯ ПОЛИНЕВРОПАТИЯ, Т.Е. ПОРАЖЕНИЕ ПЕРИФЕРИЧЕСКИХ НЕВРОВ С ПРЕОБЛАДАНИЕМ В НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЯХ.

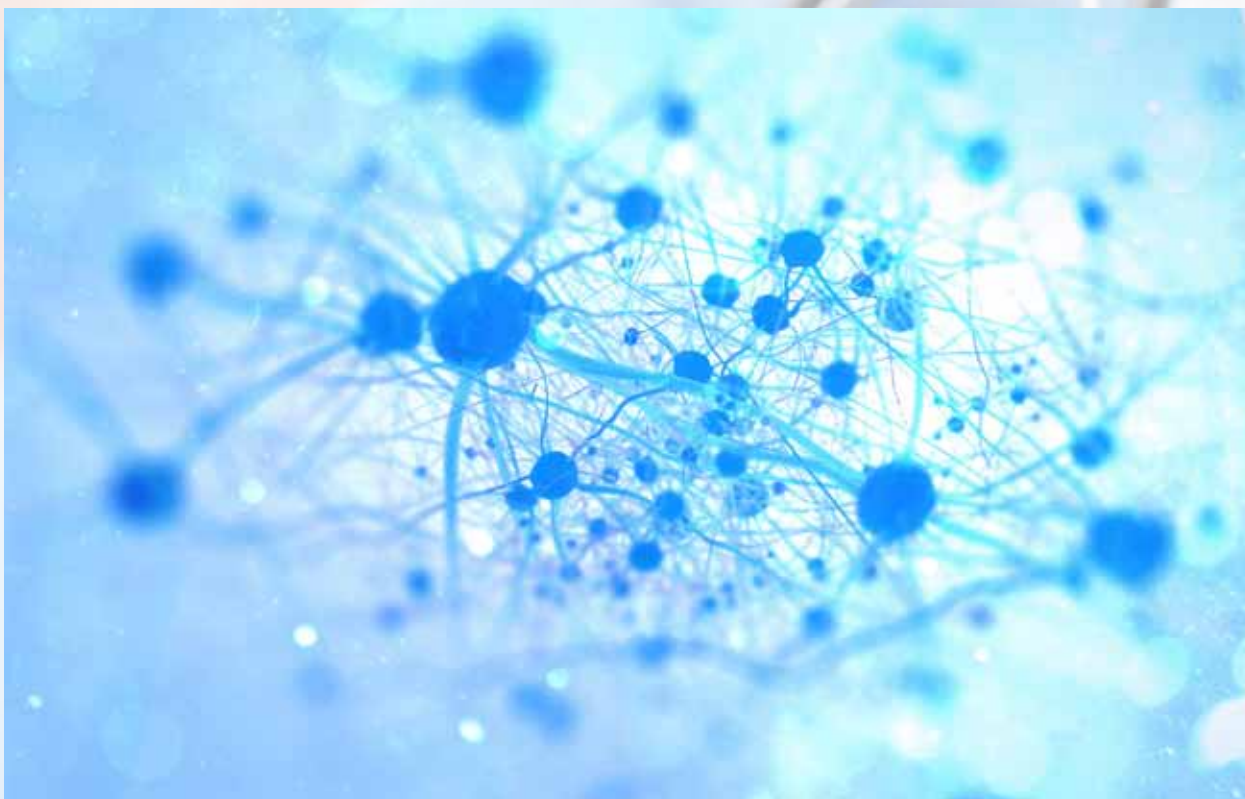
При таком заболевании пациенты жалуются на боли в голенях и стопах, ощущения покалывания, «ползания мурашек» в стопах, болезненные судороги в ногах, жгучие боли в подошвах, нарушение чувствительности стоп и кистей, похудание мышц. Боли и жжения мучают человека и днем, и ночью, нарушая сон. Человек перестает ощущать подошву под ногами, что приводит к нарушению ходьбы, в тяжелых случаях к невозможности самостоятельной ходьбы и зависимости от постоянного постороннего ухода. Отказ от приема алкоголя, прием витаминов группы В чаще всего приводит к улучшению состояния и ходьбы [1,2].

Неврологические осложнения алкоголизма обусловлены как непосредственным токсическим действием этилового спирта на нервную систему, так и дефицитом витаминов, преимущественно витамина В1, вследствие нерационального питания, нарушения всасывания витамина из желудочно-кишеч-

ЕЩЕ ОДНО ЧАСТО НЕВРОЛОГИЧЕСКОЕ ОСЛОЖНЕНИЕ УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ – ЭТО ЭПИЛЕПТИЧЕСКИЕ ПРИСТУПЫ. Они возникают, главным образом, при длительном употреблении алкоголя. После запоя они развиваются в 3-4% случаев. Большинство припадков (90%) возникают

в период от 8-12 до 48 часов после прекращения приема алкоголя [1]. Во время приступа человек падает, теряет сознания, бьется в судорогах, часто бывает пена у рта, непроизвольное мочеиспускание и дефекация. Падая, такой человек может удариться и получить тяжелую травму головы. У нас лечилась пациентка, у которой на фоне употребления алкоголя в праздник произошел

приступ. Пациентка очень неудачно упала, получила тяжелую травму головы, потребовавшую трепанацию черепа, а также перелом позвоночника и нескольких ребер. Эпилептические припадки чаще всего бывают предвестниками «белой горячки» - почти у 30% больных после эпилептических припадков развивается алкогольный психоз в народе называемый «белая горячка».



ПРИ СИСТЕМАТИЧЕСКОМ УПОТРЕБЛЕНИИ АЛКОГОЛЯ ТАКЖЕ ЧАСТО РАЗВИВАЕТСЯ АЛКОГОЛЬНАЯ ДЕГЕНЕРАЦИЯ МОЗЖЕЧКА.

Клетки мозжечка, который отвечает за поддержание равновесия и координацию движений, особенно чувствительны к токсическому действию этилового спирта. Для пациентов с дегенерацией мозжечка характерны нарушения походки и равновесия, от легкой степени до невозможности самостоятельно стоять и ходить, дрожание в ногах, изменение речи.

АЛКОГОЛЬ ВЫЗЫВАЕТ ГИБЕЛЬ КЛЕТОК КОРЫ ГОЛОВНОГО МОЗГА, ЧТО ПРИВОДИТ К КОГНИТИВНЫМ НАРУШЕНИЯМ, Т.Е. НАРУШЕНИЯМ ПАМЯТИ, МЫШЛЕНИЯ И СЛАБОУМИЮ.

Когнитивные расстройства встречаются более чем у 50% лиц с хроническим алкоголизмом, у 10% эти

расстройства достигают тяжести слабоумия [3]. Чаще страдают клетки передних отделов головного мозга, что проявляется «лобным поведением» - дурашливость, плоские, совершенно неуместные шутки, неопрятность, эйфоричность, снижение критики к своему заболеванию и происходящему вокруг. Часто таких пациентов называют «лобниками». К сожалению, нервные клетки не восстанавливаются. Люди со сниженной критикой к своему состоянию могут перенести острые заболевания, угрожающие жизни и здоровью и требующие неотложной помощи, на ногах. У нас пролечился пациент с симптомами последствия инсульта, однако, наличие инсульта пациент отрицал. Обследование головного мозга показало, что острое нарушение мозгового кровообращения все-таки было, но когда это произошло, вспомнить наш пациент так и не смог.

ЕЩЕ ОДНО НЕВРОЛОГИЧЕСКОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ, КОТОРОЕ ПРОИСХОДИТ НА ФОНЕ УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ, НО НЕ СВЯЗАННО С НЕПОСРЕДСТВЕННЫМ ВЛИЯНИЕМ ЭТИЛОВОГО СПИРТА НА НЕРВНЫЕ КЛЕТКИ - «ПЬЯНЫЙ ПАРАЛИЧ». Это заболевание иногда еще называют «субботним параличом» или «параличом выходного дня». В выходные дни люди любят «расслабиться», выпить одну, две, а, может, и три кружечки пива, а может, и не пива, но в итоге вместо отдыха, получают кучу проблем. В состоянии алкогольного опьянения человек может уснуть глубоким сном в неудобном положении, положив руку под голову или под туловище. Это приводит к сдавлению лучевого нерва в канале нерва и характеризуется симптомам поражения лучевого нерва – слабости разгибателей кисти и пальцев («висячая кисть»), нарушение чувствительности на тыльной стороне кисти

в области первого межфалангового промежутка. Восстановление утраченных функций происходит спонтанно, однако, в течение двух месяцев.

ЕЩЕ ХОЧЕТСЯ СКАЗАТЬ ПРО ДОБРОКАЧЕСТВЕННОЕ ДРОЖАНИЕ РУК – ЭССЕНЦИАЛЬНЫЙ ТРЕМОР. Часто людей с дрожащими руками принимают за пьяных, из-за чего такие люди перестают выходить на улицу, бывать в обществе. На самом деле, на фоне приема алкоголя выраженность дрожания уменьшается. В неврологии для диагностики дрожания даже используют так называемый «тест с алкоголем». У пациента спрашивают, влияет ли каким-либо образом алкоголь на характер дрожания рук. И если алкоголь уменьшает выраженность дрожания, значит, тест положительный, т.е. дрожание носит доброкачественный характер. Некоторые люди, зная такую особенность дрожания, так его лечат и спиваются.

Несколько слов о неврологических осложнениях наркомании

Например, у людей, использующих перманганат калия для приготовления в кустарных условиях наркотических средств («эфедрон», «мулька»), развивается хроническая марганцевая интоксикация. Марганец накапливается в головном мозге, печени. Ведущим синдромом хронической марганцевой интоксикации является паркинсонизм, т.е. скованность и замедленность движений, изменение речи, маскообразная улыбка, дрожание конечностей, головы, режес туловища, кроме того нарушения устойчивости и ходьбы с частыми падениями, застывания при ходьбе. Даже после прекращения поступления марганца в организм полное восстановление происходит редко, хотя и возможно некоторое улучшение [4]. В нашем отделении лечился пациент, который жаловался на нарушение координации, ходьбы, частые падения, общую скованность, замедленность, нарушение речи. Вышеописанные жалобы появились у него 7 лет назад на фоне упо-

требления марганецсодержащих веществ. Лечение особого улучшения не принесло. Подобные симптомы вызывают и другие наркотические средства - «уличный героин» (МФТП), «экстази».

Алкоголь и другие токсические вещества вызывают необратимую гибель нервных клеток, приводя к инвалидизации, снижению трудоспособности и зависимости от посторонних людей. Не хочется скрывать, что часто в медицинских учреждениях к людям, злоупотребляющим алкоголем, относятся предвзято. Часто, зная о вредной привычке у пациента употреблять алкоголь, любое неврологическое расстройство у него связывают с токсическим влиянием этилового спирта, хотя это не всегда бывает так. В то же время установление связи того или иного синдрома с приемом алкоголя, помогает наметить способ лечения. При большинстве симптомов, возникающих на ранних стадиях, воздержание от алкоголя приводит к их уменьшению.

АЛКОГОЛЬ И ДРУГИЕ ТОКСИЧЕСКИЕ ВЕЩЕСТВА ВЫЗЫВАЮТ НЕОБРАТИМУЮ ГИБЕЛЬ НЕРВНЫХ КЛЕТОК, ПРИВОДЯ К ИНВАЛИДИЗАЦИИ, СНИЖЕНИЮ ТРУДОСПОСОБНОСТИ И ЗАВИСИМОСТИ ОТ ПОСТОРОННИХ ЛЮДЕЙ.

ПРИ БОЛЬШИНСТВЕ СИМПТОМОВ, ВОЗНИКАЮЩИХ НА РАННИХ СТАДИЯХ, ВОЗДЕРЖАНИЕ ОТ АЛКОГОЛЯ ПРИВОДИТ К ИХ УМЕНЬШЕНИЮ.

ТВОРЧЕСКАЯ СТРАНИЧКА

КАК-ТО ТАК ПОЛУЧИЛОСЬ, ЧТО НЫНЕШНЯЯ ПОДБОРКА СТИХОВ – ОБ АНГЕЛЕ-ХРАНИТЕЛЕ. УДИВИТЕЛЬНО, НО СОВПАЛИ В ЭТОМ И МАСТИТЫЕ АВТОРЫ, И ПРОСТЫЕ ПРИХОЖАНЕ. ВИДНО ВСЕМ НАМ ОЧЕНЬ БЛИЗКА ЭТА ТЕМА...

Фотинья

Ангелу Хранителю

Пусть Ангел Хранитель всегда будет с нами
От бед и несчастий закроет крылами
И освещает земной, сложный путь
Ты только молиться ему не забудь!
В молитве прошу я, мой Ангел Хранитель,
Покрой, защити от недобрых людей
И покаяньем наполни мой день.
Я буду трудиться, акафист читать,
И Богородицу в нем прославлять.
А ты освети тернистый мой путь
И не позволь с той дороги свернуть.

Наталья Лосева

Серый ангел

Когда-то любой из нас — озябший,
голенький, на ветрах междувременья,
будет стоять у Бога на плетеном коврике и
чувствовать гусиную кожу на обертках души.

Бог будет все знать — и про гусиную кожу, и
про стыдное, и про мерзости, и про конфуз
в восьмом классе, и про заговор в институте
и про взятку за перепланировку, и про Лену
с курорта, и фальшивую справку в ГАИ, и про
то, когда мог не подставить, и когда мама
звонила — трубку не взял...

А ты — не важно, мальчик или девочка —
станешь смотреть под ноги в небо и думать:
«И чё теперь? Всё что ли?»... Один. Между
небом и небесами.

И только самый мелкий, самый серенький
Ангел, ободранный, перья как из старой
подушки, скажет, стесняясь; «Господи, это —
мой...»

Подлетит к Богу на плечо и станет шептать
в Божье ухо под сединой, дрожать тусклыми
крыльями, поднимать худые лопатки...

Бог нахмурится, вздохнет, погладит ласково
Ангела по крылам и скажет твердо:

«Лети, дитя, он — не успел»...

Серый Ангел ослушается, бросится
вслед, подхватит голенького грешника в
последнюю небесную секунду — прямо на
худую ободранную спину ...

Бог рассердится...
Простит и заплачет.

Майский дождь вымоет улицы, дома и
машины.

Лето придет.

Александра

Спит Дитя...

Тяжко, тяжело ноет грудь...
Все оставь, прости, забудь...
Тихо, тихо льется Свет,
Да к нему дороги нет.

Осень жизни, плод, итог..
Горьких дум моих чертог.
В нем и солнце и луна
И лампадка зажжена...

Пусть хорошая горит,
Сердцу правду говорит.
Я в светелочку зайду,
Да лампадкой озарю.

Свет уютный плед прядет..
Может сон ко мне придет.
Спи малышка, спи голуба.
Мир такой большой и грубый.

Ангел сядет у кровати,
Будет сон простым и сладким.
Вот и все. Уснула. Спит.
Ангел сон ее хранит.

Господи, смотри – дитя...
Спит, и сны ее летят
По просторам, по родимым...
Каждый хочет быть любимым...

Спит дитя, да я не сплю,
Горьких дум косу плету.
Как же смутно! Как же гадко!
Ангел! Раздувай лампадку!

Вот и славно! Так виднее,
Кто богаче, кто беднее.
Где болото, где тропинка
Вьется тонкой паутинкой...

Что убого, что от Бога.
В обруч сбитая дорога..
Сердце, взятое в осаду..
Рвалось в сучьях – вышло к саду....

Ох, кричит во сне голубка,
Навалился, страшный, жуткий!
Я с тобою, мир просторный
Не предложит путь нам торный.

Ничего, уже дойдем...
Снов и сказок соберем,
Раздадим участие, душу,
Будем петь, и будем слушать...

Все Светлее, все труднее...
Спишь? Ну что ж, тебе виднее...
Мир у маленькой кровати
Ловит каждый вздох украдкой...

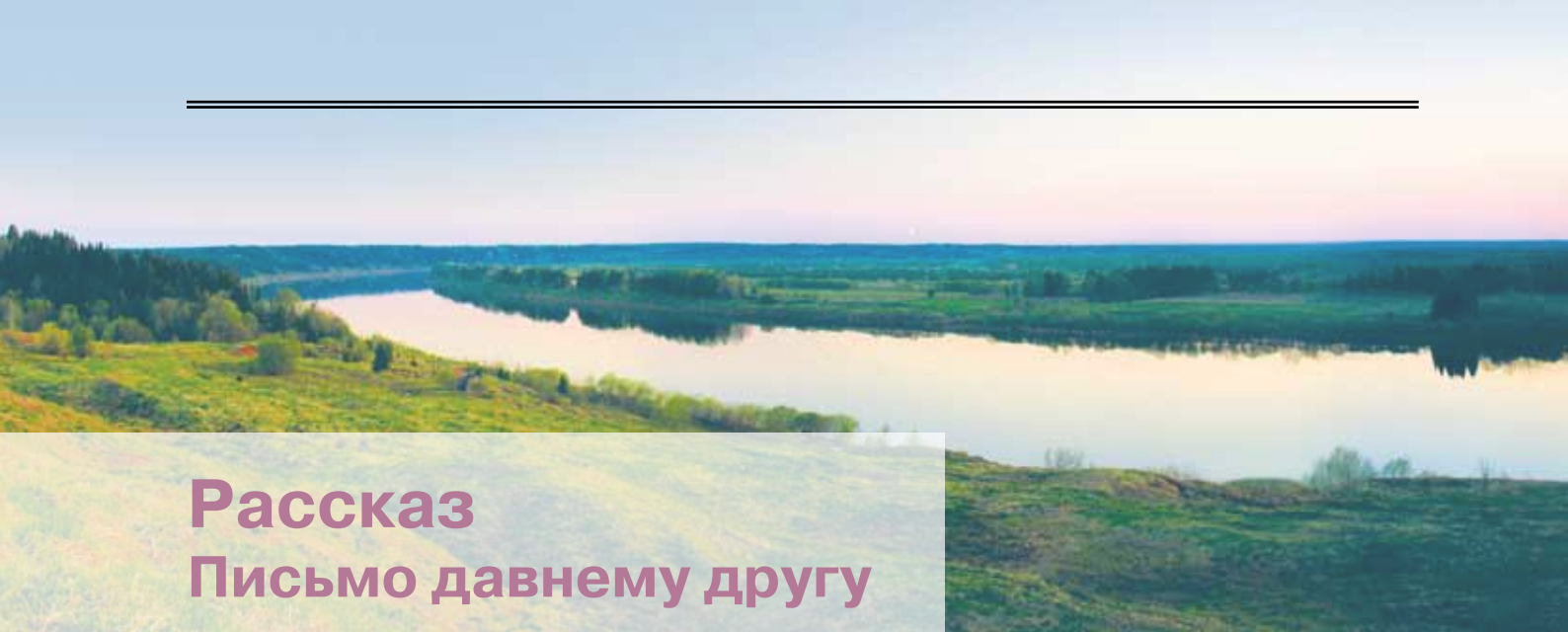
Ангел крыльями взмахнул,
Мир на жердочке уснул.
Спи голубка, у кровати
Я и Ангел дремлет сладко...

Наталья

Ангел

Наступила ночь, погасло солнце.
Видно стало звездные оконца.
В каждом чей-то Ангел восседает,
Мой – за мною с неба наблюдает.
Укоризненно качает головою
Или машет весело рукою...
То поплачет он со мной, то посмеется.
Может смерть лишь те закрыть оконца...
И иду по жизни, твердо зная –

Ангел мой меня оберегает!
Заболею – он на лоб подует,
Я споткнусь – он тут же подстрахует.
А в сомнениях мне укажет к Богу
Трудную, но верную дорогу.
Днем и ночью, в дождик, снег и солнце
Не закроет даже смерть оконца!



Рассказ Письмо давнему другу

(по мотивам реальных событий)

.....

Удивительно рождаются Люди, Встречи, Письма. Вот именно это конкретное письмо к тебе я начал писать в 3:35 29 августа 2012 года, предвкушая неизъяснимое наслаждение от предчувствия чего-то очень важного и светлого в моей жизни, неустанно поражаясь той органичности и легкости, с которой Господь ведет Судьбы, и радостно отдаваясь неизбежности своего нелегкого труда, потому что так много важного, ценного, светлого, разного скопилось в душе моей, так много хочется подарить тебе...Уф! Давай это считать эпиграфом.

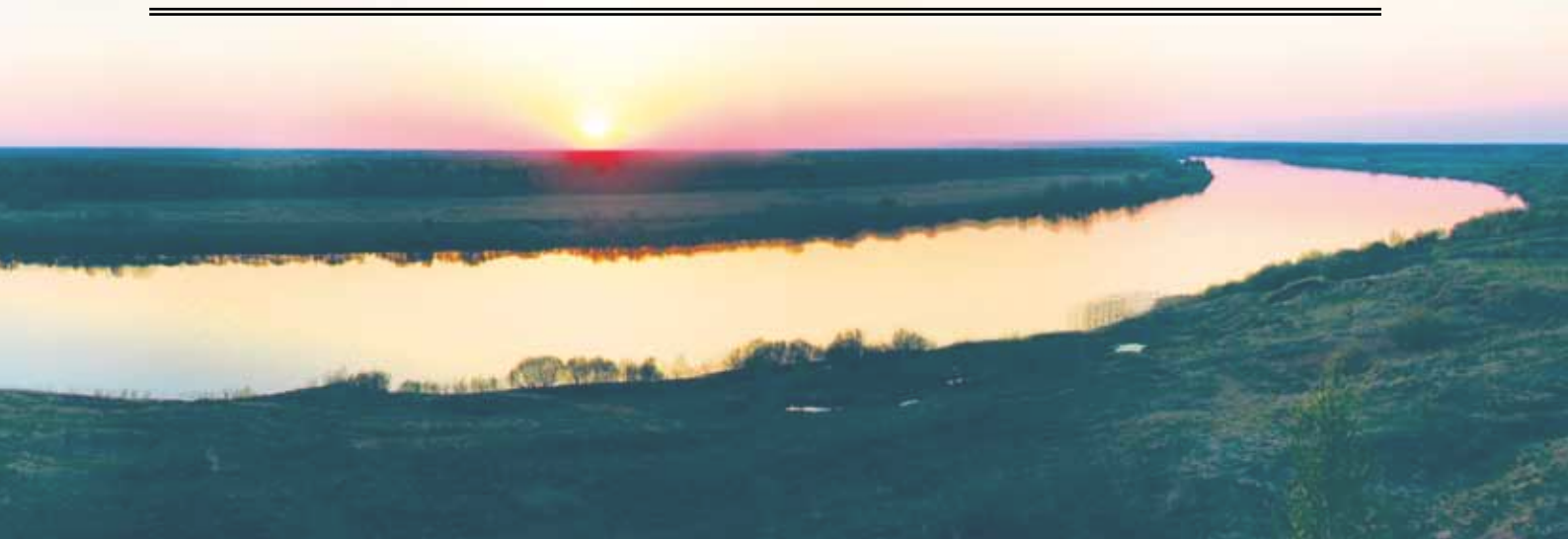
Я расскажу тебе в этот раз совсем простую и короткую историю, стопроцентно автобиографическую. Я жил с этим очень долго, крепко и тяжело, сочно и вкусно, и даже стихотворение написал, что получается у меня коряво, правда. Ну, да слушай.

Осенью прошлого года, августа этак пятнадцатого, я вернулся из непростого путешествия в нашу деревушку – Козловку. (Это – на Севере, в Коми, на реке Вымь. Почему нашу – да потому что полтора-два десятка мужиков меняющимся составом, мы пытаемся сделать из мертвой деревни живую. Не очень получается, если честно. Зато, как живем!)))

Церковь вот ремонтируем, несколько домов восстановили... Идей много – сил мало. Так и живем.)

М-да. Возвращался я крепко выпимши, надо признать. Ну так, на излете. В поезде догнал, в попутке угостили, в крайней избе последнюю бутылку вина допили. Время часа три ночи – но сама понимаешь – полярный день, читать без фонаря можно. Захожу к нашему старшему. – Артемьич, так мол и так, прибыл, принимай, как есть. А он какой-то квелый. Вообще то, у нас пить не принято. То есть, только по очень уж важным событиям и в меру. И Артемьич, по идее, должен был крепко мне по башке настучать. А он чего-то молчит. И, этак, ножкой по земле водит. Пыхтел-пыхтел да и говорит: «Короче, Юрьич, я в твоей избе мужика поселил, так надо. Так что – хочешь у меня оставайся или придется с ним соседствовать...» Я ему: «Дим, да ты чего, в первый раз что-ли? Ну поселил – и Слава Богу! Пошли домой! Спать хочу... Утром разъяснишь!»

Пришли. Парень спит на моей кровати, но было замечался. Познакомились. Он – брат Алексей, готовится к постригу. Я – Юрьич, хозяин этого дома. Все. Давай спать. Проснулся уже часов в десять. В избе тихо, чисто, натоплено, картошкой пахнет. На деревне ровный гомон деловой. Солнце хлещет через смутные занавески (с барышнями у нас не густо, так что занавески и полгода провисеть могут) Хорошо! Сунулся по заначкам – все есть – чай, кофе, сахар, крупа, масло, картошка, тушенка, пряники, травки. Свой рюкзак разгреб, пополнил баланс остатками дорожных припасов. А под киотом, гляжу, почти



полная «Кагора»! Да марочного! Ну, брат Алексей! Ополовинил я это дело во Славу Божью, помолился, позавтракал на скорую руку, бриться не стал – и скорей на деревню, чем там народ дышит!

Народ дышал всяко. Дачники чего-то колодили из трех досок и чуть не до драки. Наши ворочали бревна, вывезенные с делянки. Кто-то лежал под трактором. Кто-то деловито тащился на реку с «резинкой» сети проверять. Бабушки летнего заезда торчали у

колодца. Трое местных мужиков – Вася, Вова и Игорь – потомственные алкоголики и невероятные трудяги – призывно махали стаканами. Со всеми поздоровался. Покурил. Пить не стал. Бревна покатал. С трактором пособил. Бабушкам – семечек. Дошел за час поди до Артемьича. Сидит – чернее тучи. Ну, говорит, колись, чего тебе на деревне натрепали! Я ему – ты это брось. У нас даже Мюллер бы ушел несолоно хлебавши)) Посмеялись, сели чай пить во дворе.



И поведал он мне такую историю. Наш Батюшка, отец Антоний (это именно его Храм Покрова Богородицы мы всем Миром с Божьей Помощью возрождаем) отличается еще и тем, что многая его паства сидит на зонах Коми, и у него в неделю 2-3 выездных службы. Ну, это для меня не новость была, мне и сопровождать его приходилось.

Так вот, в очередной поездке свела его судьба с одним эком. Парень свою пятерку тянул честно, прямо скажем, за дело. В блатные не лез, но и под нарами не спал. И срок то к концу подходил уже. Да вот беда – заболел. Туберкулез. Начало зевнули, потом отмахнулись – мол на воле вылечится, ситуация привычная. Однако, не получилось. Развилась тяжелейшая форма, и отправили парня в Синдор. Синдор – это такая зона в Коми, где якобы лечат больных туберкулезом. На самом деле их отправляют туда умирать. Не со зла. От бессилия пережившей себя системы. Но это – остров прокаженных. Гонолулу отдыхает. В общем то, и не нагружают их там особо, и не гнобят, и кормят как можно честнее, и доктора там самоотверженные, и библиотека хорошая, – но это – ад. Невозможно победить открытую форму туберкулеза в холодном гулаговском бараке. Невозможно создать в Арктике курорт, даже если кум – порядочный мент и почти не пьет. И аспирин тут уже не помогает, даже если док – почти Вересаев и пьет уже ежедневно. И люди медленно умирают. Кто – с честью неся свой крест, кто – в соплях и вое, – как и все мы. Лешке прогнозировали еще месяц – и кранты. В Бога он уверовал, еще будучи здоровым и Веры не потерял, умирая и поэтому подолгу говорил с нашим отцом Антонием в его приезды. Не знаю, о чем – обо всем, наверное. Батюшка имел к нему особое попечение, уважая не только за Веру, но и за смирный нрав, начитанность и душевную стойкость.

Дело как раз шло к кульминации. Лехе оставалось несколько дней, и сроку оставалась



несколько дней. Начальству вроде и выпустить бы его пораньше, забот с похоронами меньше, – а тому и деваться некуда. Жена отказалась, мать присмерти сама. Вот тут как раз и начинается сюжет. Приезжает отец Антоний соборовать Леху. А тот ему и говорит, так мол и так, Батюшка, не хочу в зоне помирать, возьмите к себе, мол, долго не задержусь, зато помру по-человечески. А Батюшка ему – возьму, чего там. Только Алексей не умирать возьму – а жить. Какое уж там жить, – усмехается Леха, – уже и с кровати встать не могу. Нет, отвечает Батюшка – Жить. Ты мне сейчас, вот прямо на смертном одре своем дашь обет Богу, что станешь монахом и попросишь Господа продлить дни земные, чтобы искупить грехи свои тяжкие и нести свет монашества. За людские грехи ты сполна ответил, а вот прочих то у тебя ох еще сколько и отвечать тебе за них на Страшном Суде. Страшно умирать с такими грехами, Леша, страшно. Так что давай, приступим к чину обета, а с начальством я сам все улажу.

Ну и дал Леха обет, что примет монашество. Искренне дал. Как он мне потом говорил – хоть немного еще отмолить успею. Искренне верил он и от предложения отца Антония расцвело в душе несравненное что-то. (Никто еще не смог передать словами религиозный опыт – я уж тем более не буду)

Короче. Чин справили. С начальством Батюшка все уладил. И через пару часов не Леху, а уже брата Алексея погрузили в Батюшкин старенький мерс.

А возле Поклонного креста, у нас в деревне уже, Лешка вышел из машины сам. И долго стоял над Вымью – плакал, молился, смеялся, благодарил Господа за все и стоял бы еще дольше, наслаждаясь забытой возможностью ДЫШАТЬ полной грудью. Да пришли Батюшка с Артемьичем, увели его тихого и счастливого в баню, потом накормили и отвели спать. В мою избу.

Было это в мае. А в середине августа, как ты помнишь, вернулся я. Леша к этому времени ни то что не помер, а пахал за троих мужиков. Кровотечение у него прекратилось еще в июне. Господь так все устроил, что Батюшкины друзья из Голландской православной миссии смогли раздобыть редчайшее и дорожущее лекарство, и Леша глотал его горстями. Вова, Игорь и Вася прибыли с делегацией к Батюшке и разъяснили, что в «этом деле главное – Кагор!» Отец Антоний советам бывалых эскулапов внял и благословил добыть брату Алексею Кагору – «quantum satis», но меру знать и только после трудов. Хороший друг нашего поселения, богатый торговец мясом из Ухты сей Кагор раздобыл в Сергиевом Посаде в количестве обильном. А еще один наш друг, дальнобойщик Игорь, по кличке «Кулибин» этот Кагор доставил в целости и сохранности. Неделю потом пили всей деревней, говорят. Еле Артемьич отвоевал по-

следний ящик и, забрав себе, выдавал Лешке бутылку на три дня. А последнюю я почти приговорил, не разобравшись то спервоначалу. Ну, да ладно. Зато народным способом отметили возвращение к жизни раба божия Алексея))) А Господь отрегулировал, таким образом, ту самую меру, о которой Батюшка и говорил.

Лешку любили все. Но и побаивались. Тубик – это тубик, с этим не шути на Севере. Батюшка как человек здоровый, – потому и не благословил ему проживать совместно с братией в кельях. Но Леша и сам все понимал. Был чрезвычайно чистоплотен и аккуратен. В контактах очень тщателен, особенно с детьми. А те к нему так и липли. Когда было время, вся мелкая братия от трех до пятнадцати лет много не признавала развлечения как: либо чаю попить с дядей Лешей, либо на речку, либо устроить кутерьму в березовой роще.

Леша мне в первый вечер все про свою болезнь рассказал и выразил готовность жить на сеновале. Я ему спокойно дал по шее и запретил даже думать об этом (Мне по молодости в экспедициях частенько приходилось жить в одной палатке с только что освободившимися работниками с тубиком, тактику я хорошо знаю и был спокоен). А не полюбить Лешу было невозможно. Он весь





Вернулся на Север под Рождество. Дом был нетоплен, мороз за сорок, и Батюшка пригласил пожить в братском корпусе. И сподручней. И душе твоей нужно, сказал он мне. Я с радостью согласился.

Определили мне место, очень уютную двухместную келью. Захожу – лампадка горит, тепло, чисто, одна кровать заправлена, одна свободна. Стал устраиваться. Кто-то входит. Оглядываюсь – и вздохнуть не могу от радости – Лешка!

светился радостью, был счастлив каждой минуте, был готов в любую минуту помочь, искренне, по-детски, радовался встречному доброму отклику. Старался быть при этом незаметным, ненавязчивым. Такт его был поразителен. Как сказал про него сосед дед Миша – Ангел-Херувим, блин! Жаль не курит, я бы с него уже не спустил...

Не буду затягивать. Закончили летние труды – сенокос, картошка, грибы и прочая заготовка снеди. Шла чередом стройка и заготовка леса. Были посты, были праздники. Леха был трехжилым. В пять утра он уже начинал исполнять обязанности пономаря в храме. После службы – послушания самые разные – он и трактор водил хорошо, и в коровнике незаменим на уборке, пилорама, огороды... Зона прививает много трудовых навыков. Вечерняя служба у нас по монастырскому чину – от 3 до 5 часов. Лехе то по рангу положено это отстоять, а я никогда почти целиком не мог. Зато старался почти каждый день встречать Лешку банькой с пихтовым веничком и «правильным» чаем... Хорошо жили.

Осенью я уехал работать – Москва, Питер... Леша разыскал дочку в Кировской области (жена отказалась), и та жила в хорошем семейном детском доме. Встречались, радовались. Леша готовился к постригу – это та еще молитвенная работа, кстати.

Меня мотало. Были удачи, были неприятности. Непростые вышли деньки. Но всегда, какая бы тьма не накрывала, вспоминал Леху. И продолжал жить.

Он окреп, носил уже подрясник, но был все так же тактичен, добр, умен и ненавязчив. Батюшка определил нам одно общее послушание – посменно топить печи в Храме. У каждого были и свои отдельные дела.

Мы, не переставая, говорили. О чем-то очень важном, нужном. Ах, какой из Лехи вырастал Священник! Как-то ночью в келье я его попросил мне помочь. Я готовился к исповеди и никак не мог ответить на вопрос, что же есть подвиг в моей жизни. Помогли, говорю, Леш, как ты это понимаешь. Он помолчал долго довольно и говорит. За тебя я не смогу брат ответить, это каждый сам решить должен, о себе расскажу. Так же это было, готовился к исповеди. Только на пересылке. В клетке – сорок рыл. Мужики спят посменно. Блатные лютуют. А я крутой тогда был. И вот выбор – выпусти клыки, покажи когти – и ты на блатной половине. И чай тебе, и дурь, и всякая прочая бацилла, и все на цырлах вокруг. А можно спать стоя, прислонившись к шершавой стене, пить пустую воду, дрожать от холода...но оставаться Человеком. Здесь, сейчас, всегда. Вот это и есть твой подвиг, Леха...И, как видишь, – Господь вознаградил меня. А про себя сам решай. И здесь, и там.

Мы молчали довольно долго. И он заговорил первый, что, вообще, редкость для него. Я знаю, говорит, тебе сейчас невероятно трудно. И хочу рассказать притчу одного любимого моего старичка, Паисия Святогорца с Афона. Он так примерно говорил. Вот Господь создал прекрасное Зеркало (или стекло, не помню), это Жизнь. И дал ее человеку.

ПРИХОДСКИЕ ОБЩЕСТВА ТРЕЗВОСТИ В СОСТАВЕ КАЗАНСКОГО ЕПАРХИАЛЬНОГО ОБЩЕСТВА «ТРЕЗВЕНИЕ»: ***

ИНФОРМАЦИОННО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЙ ЦЕНТР ВАРСОНОФИЯ

Оказание помощи людям страдающим от алкоголизма и наркомании.

Первичный приём ведут психологи

Функционирует православный реабилитационный центр для наркозависимых

адрес: ул. Р. Зорге, д. 13, корпус 1, офис 304 (здание банка «Заречье»; рядом «Максидом»).

телефоны: 211-0-117 (в раб. дни с 13 до 17)

Встречи созависимых (родственников) - вторник в 18.00;

НИКОЛЬСКИЙ КАФЕДРАЛЬНЫЙ СОБОР

адрес: ул.Баумана, д. 5 (метро Кремлёвская) / телефоны: 292 57 51 (храм) ,

8-962-555-13-50 (Герман Николаевич); Встречи – вторник в 18.30

ХРАМ ВЕРЫ, НАДЕЖДЫ, ЛЮБОВИ И МАТЕРИ ИХ СОФИИ

адрес: ул. Сабан, д. 1 Б. Остановки: Горьковское шоссе, Тасма, ул. Сабан

телефон: 214-69 -89 (храм); Встречи - среда в 18.30

ОБЩЕСТВО ПРИ КАЗАНСКОЙ ДУХОВНОЙ СЕМИНАРИИ

адрес: ул. Челюскина, д. 31 А, здание духовной семинарии, аудитория 109

телефон: 8(937)578-98-77 (Дионисий); Встречи - четверг в 19.20

ВОСКРЕСЕНСКОЕ НОВО-ИЕРУСАЛИМСКОЕ АРХИЕРЕЙСКОЕ ПОДВОРЬЕ

адрес: ул. Оренбургский тракт, 48 б. Троллейбус 6 и 9 до остановки «Магазин Августина.

Остановка по требованию» - следующая остановка после Танкового кольца

телефон: 8(917)277-45-88 (Серафима Саматовна); Встречи - вторник в 19.00

ПРИХОД В ЧЕСТЬ ПРЕПОДОБНОГО СЕРАФИМА САРОВСКОГО, ЦЕРКОВЬ «УМИЛЕНИЕ»

адрес: ул. Сафиуллина, 7; Остановки: ул. Сафиуллина, ул. Кул-Гали

телефон: 8(937) 61 00 444 (Денис); Встречи - среда в 19.00

ХРАМ ПРП. СЕРГИЯ РАДОНЕЖСКОГО

адрес: ул. Краснококшайская, 101; Остановки: ул. Краснококшайская, ул. 1 Мая

телефон: 8(937)28-79-360 (Евгений); Встречи - суббота в 14.00

**ЕЖЕНЕДЕЛЬНО СЛУЖАТСЯ МОЛЕБНЫ И ЧИТАЕТСЯ АКАФИСТ
ПЕРЕД ИКОНОЙ БОЖЬЕЙ МАТЕРИ
«НЕУПИВАЕМАЯ ЧАША» В СЛЕДУЮЩИХ ХРАМАХ: *****

ИОАННО-ПРЕДТЕЧЕНСКИЙ МУЖСКОЙ МОНАСТЫРЬ

адрес: ул. Баумана, 2; тел. 292-62-86; По воскресеньям в 12.00

**ХРАМ В ЧЕСТЬ ИКОНЫ БОЖИЕЙ МАТЕРИ ВЛАДИМИРСКАЯ
(ПРИХОД АЛЕКСАНДРА НЕВСКОГО)**

адрес: микрорайон Азино, ул. Сахарова, 16 Б; тел. 255-44-80; По субботам в 9.00

**ПРИХОД В ЧЕСТЬ ПРЕПОДОБНОГО СЕРАФИМА САРОВСКОГО,
ЦЕРКОВЬ «УМИЛЕНИЕ»**

адрес: ул. Сафиуллина, 7; тел. 8(937)61-00-444 (Денис) ; По воскресеньям в 15.00



**ПРАВОСЛАВНЫЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ:
253-40-35, +7 (903) 305 40 35 (с 10:00 до 22:00)**

(***) Дни и часы проведения мероприятий могут меняться.
Предварительно уточняйте на приходах или по указанным телефонам.

Список всех приходских обществ Казанской Епархии
можно найти на сайте

www.общество-трезвости.рф

НА СЕГОДНЯШНИЙ ДЕНЬ В КАЗАНСКОЙ ЕПАРХИИ ДЕЙСТВУЮТ СЛЕДУЮЩИЕ ПРИХОДСКИЕ ОБЩЕСТВА:

1 ОБЩЕСТВО «ТРЕЗВЕНИЕ» ПРИ ХРАМЕ СВТ. НИКОЛАЯ ЧУДОТВОРЦА

Татарстан, Пестречинский район, с. Пановка

2 ОБЩЕСТВО ТРЕЗВОСТИ ВО ИМЯ СВЯТОГО КРЕСТИТЕЛЯ И ПРЕДТЕЧИ ГОСПОДНЯ ИОАННА ПРИ ХРАМЕ ВО ИМЯ АРХИСТРАТИГА БОЖИЕГО МИХАИЛА

Татарстан, Высокогорский район, с. Чепчуги

3 ОБЩЕСТВО «ТРЕЗВЕНИЕ» ВО ИМЯ СВ. ПРАВ. ИОАННА КРОНШТАДТСКОГО ПРИ ХРАМЕ РОЖДЕСТВА ХРИСТОВА

Татарстан, г. Набережные Челны

4 ОБЩЕСТВО «ТРЕЗВЕНИЕ» ВО ИМЯ СВ. ПРАВ. ИОАННА КРОНШТАДТСКОГО ПРИ ХРАМЕ СВТ. ТИХОНА, ПАТРИАРХА МОСКОВСКОГО И ВСЕЯ РУСИ

Татарстан, г. Набережные Челны

5 ГРУППА ТРЕЗВОСТИ НА ПРИХОДЕ СВЯТО-ВОЗНЕСЕНСКОГО АРХИЕРЕЙСКОГО ПОДВОРЬЯ

Татарстан, г. Набережные Челны

6 ГРУППА ТРЕЗВОСТИ ПРИ ХРАМЕ СВ. ГЕОРГИЯ ПОБЕДОНОСЦА

Татарстан, г. Набережные Челны

7 ОБЩЕСТВО «ТРЕЗВЕНИЕ» ВО ИМЯ СВ. ПР. ИОАННА КРОНШТАДТСКОГО ПРИ ХРАМЕ ПРП. СЕРАФИМА САРОВСКОГО

Татарстан, г. Набережные Челны

8 ОБЩЕСТВО «ТРЕЗВЕНИЕ» ПРИ СПАСКОМ СОБОРЕ

Татарстан, г. Елабуга

Так же есть православные общества в Чистопольской епархии
(в Нижнекамске, Алексеевском, Спасске),
в Альметьевской епархии
(в Альметьевске, Бугульме, Федотово)

**Очень ждем ваших откликов, идей,
предложений, стихов, фотографий и тд.
Будем рады любой помощи при создании следующих номеров.**

**Рады будем видеть Вас на встречах
нашей группы Трезвения по средам в 18.30**

.....
420033, г. Казань, ул. Сабан, д. 1-б,
храм Веры, Надежды, Любви и матери их Софии.

Тел: 214-69-89;

Настоятель: о. Александр Павлов,

+7 (917) 244 89 09;

Email: trz.vzgl@mail.ru

.....

