

## Православный священник об Ал-Аноне

К священнослужителям храмов часто обращаются люди, на жизнь которых оказывает влияние алкоголизм близкого. Одно из доступных и эффективных средств помощи и поддержки для этих людей, на которые может указать служитель Церкви, – это Семейные группы Ал-Анон.

Обычный запрос близких алкоголика, обращающихся за помощью в Церковь – «Как помочь ему бросить пить?» Но практика показывает, что члены семьи пьющего нуждаются в помощи не менее, чем сам зависимый. Более того, из-за непонимания сущности болезни эти лица могут являться (неосознанно, конечно) пособниками алкогольной зависимости.

Чем больше прогрессирует алкоголизм, тем более серьезные изменения претерпевают самочувствие и поведение близких алкоголика.

Они раз за разом заставляют себя поверить обещаниям бросить пить, и что временный перерыв в употреблении будет пожизненной ремиссией. Они пытаются его «привести к трезвости» доморощенными методами, через манипуляции и скрытые воздействия (подсыпать в пищу или в водку полученные у «нетрадиционных целителей» «снадобья», подливать незаметно святую воду, уговорить «серьезно с ним поговорить» его друзей или священника). Они берут на себя заботу о снятии последствий употребления алкоголя (лечение, выплата штрафов, взятие на себя невыполняемых им домашних обязанностей). А стыд, чувство вины, боль, злость, отчаяние – становятся постоянными попутчиками семьи, что не может не сказываться на внутренних взаимоотношениях между ее членами (эмоциональные срывы, обвинения друг друга, отсутствие душевного тепла в общении) и на здоровье (психосоматические заболевания, типа гипертонии, мигрени, стенокардии). Если это мать или жена алкоголика – то она, все больше вовлекаясь в его болезнь, постепенно забывает про любимые платья, рецепты, сериалы, вышивки, про свои потребности и желания. Она даже молится, главным образом, только о нем, забывая про себя. И, как у алкоголика жизнь вращается вокруг алкоголя, так и у членов его семьи жизнь теперь вращается вокруг самого алкоголика. Они болеют алкоголизмом алкоголика – по-другому не скажешь.

Но все эти действия и эмоциональные реакции родных приучают его к безответственности за собственную жизнь и еще больше способствуют развитию семейной болезни алкоголизма. Так создается замкнутый круг: болезнь – неверные реакции близких – усиление болезни. Постепенно то, что было реакцией на болезнь, становится образом жизни семьи, изменяя мышление и психику. Их собственная жизнь становится неуправляемой. Душевное же состояние ее членов нередко находится в таком хаосе, что, как они порой сами выражаются, им начинает казаться, что сходят с ума.

Эти навязываемые болезнью алкоголизма роли «придатков к болезни» и «программ по ликвидации» проблем, вызванных алкоголизмом, приводят также и к духовным подменам. Можно сказать, что болезнь ставится на пьедестал, и ей в жертву приносятся – финансы, здоровье, личные интересы, забота о себе и о других членах семьи, отношения с близкими, время, эмоции... И под видом жертвенности и помощи больному – происходит нарушение Второй Заповеди: не сотвори себе кумира. Этими «приношениями» зависимость питается и растет – разрушая всех, кто оказался в зоне ее влияния. Такая тонкая духовная подмена – одна из причин, почему усердные молитвы и подача церковных «записок» не приводят к исполнению надежд. Какую силу будут иметь они, когда в доме сотворен божок, вокруг которого вращается жизнь семьи?

Другая духовная подмена состоит в том, что родные алкоголика по своему внутреннему мироощущению становятся «кариатидами», которые, «если устанут – небо упадет». Или – даже «богинями», которые должны всегда успеть «спасти», предотвратить или решить проблемы алкоголика. В том то и дело, что они – не боги...

Изменение ситуации может начаться, когда родственники алкоголика смогут принять следующие аксиомы:

- без ведома больного зависимость не вылечить;
- только сам зависимый может принять решение стать трезвым;
- влияние жизни с алкоголиком может оставаться, даже если он прекращает употреблять спиртное или больше не живет со своей семьей.

Об этом говорит опыт тысяч семей и весь опыт Ал-Анона. И еще о том, что помощь ЕСТЬ и выход ЕСТЬ.

Программа Ал-Анона Двенадцать Шагов ориентирует на то, чтобы переключить внимание с алкоголика на СВОЮ жизнь, СВОЮ роль в возникающих трудностях, на то, чтобы искать помощи Бога.

Духовный опыт православия и опыт сообщества Ал-Анон схожи в том, что поворачивают человека к собственному сердцу, учат, как обрести цельность, целостность ума и сердца.

Семейная болезнь алкоголизма проявляется в ежедневных делах, поведенческих реакциях, мыслях, чувствах, отражается на религиозной стороне жизни. Поэтому и программа подразумевает свое применение в ежедневной жизни, во всех ее сферах. А для этого необходимо постоянное наблюдение за собой и анализ своего опыта, что и делают члены Ал-Анона на своих собраниях. Очень полезно и даже нужно делиться достижениями и неудачами с другими людьми, находящимися в этой же программе, изучать литературу сообщества, в которой отражается богатейший опыт членов других групп, участвовать в межгрупповых встречах (форумах) Ал-Анона. А ведь люди, в большинстве своем, не привыкли к внутренней работе, считая, что проще заменить ее формальным посещением собраний раз в неделю.

Способность посмотреть честно на себя, опыт самоанализа и самокритики, которым родственники алкоголиков учатся в Ал-Аноне, помогут им и в религиозной сфере делать меньше ошибок и быстрее выбираться из заблуждений, которых так много в наших представлениях о православии.

А начинается процесс изменений, разумеется, с Первого Шага. Он говорит о добродетели смирения. О необходимости перестать считать себя «готовыми бороться до конца». Если еще остается надежда, что «мы сами справимся» или «само как-нибудь остановится» — то не будет полного открытия себя для Бога.

Именно осознание невозможности своими силами «выкарабкаться» позволяет человеку, выросшему в безрелигиозной или формально-обрядовой православной среде, обратить свой взор в Небо. А в Ал-Аноне он встречает людей, которые проделали определенный путь и которые говорят про себя, что «не я — бог (богиня)», но есть Сила выше нас, Которая может нам вернуть потерянное здравомыслие<sup>1</sup> и целостность жизни (Второй Шаг). Каждый постигает эту Силу в данной ему мере. Но в Шагах однозначно говорится, что это — Личность, способная принять наши молитвы и готовая выйти нам навстречу. Новичок видит те изменения, что произошли и происходят в жизни этих людей, и приходит понимание: то, что они говорят — правда. Тогда ход мышления новичка может быть таким: «Пусть я еще не знаю, что это за Сила, но Ее стоит принять, Ей стоит довериться». Так человек выходит из своего «панциря» и постепенно открывается Солнцу. Он видит, как и его касаются преображающие лучи. Это укрепляет его доверие Высшей Силе, Которую теперь он смело может назвать Богом, Которому учится препоручать свою волю и жизнь.

Рекомендация воли (Третий Шаг) — следующий важный этап. Начавшие выздоравливать в Ал-Аноне близкие и друзья алкоголика убедились на личном опыте, что их воля не просто больна — она стала инструментом в руках болезни. Поэтому любая попытка выздоравливать «силой воли»

---

<sup>1</sup> Т. е., трезвое восприятие реалий, без чего невозможен духовный рост.

— только самообман. И нужно учиться подчинять себя совершенной и благой воле любящего Бога. Так программа вплотную подводит к Евангелию — «отвергнись себя... и следуй за Мною»; «Сами себя и весь живот (жизнь) наш Христу Богу предадим».

А дальше — начинается кропотливая работа над собой — Четвертый Шаг...

Продолжаются Шаги вплоть до дел покаяния — возмещения нанесенного себе и другим ущерба, где это возможно, — и все более глубокого поиска Бога. А радость обретения новой жизни побуждает нести этот опыт тем, кто еще страдает от болезни: «Достигнув духовного пробуждения, к которому привели эти Шаги, мы старались донести смысл наших идей до других людей и применять эти принципы во всех наших делах». Двенадцатый Шаг...

В Ал-Аноне очень осторожно говорится о Боге. Это — бережность по отношению к тем, у кого глубоко поврежден духовный фундамент (а таковы, наверное, практически все, пришедшие в сообщество) и кому трудно принять понятие о Личном Боге, и, тем более, вступить в конфессию (особенно, когда с ней связаны негативные воспоминания и разочарования).

Когда же новички «отогреваются» в группах, когда происходит духовное пробуждение, часть из них вновь обращает взгляд на Церковь. Я знаю среди членов Ал-Анона тех, кто именно благодаря программе впервые осознанно перешагнул церковный порог. Некоторые же из тех, кто и ранее являлись активными членами Церкви, свидетельствуют, что благодаря программе Ал-Анон они обрели православие заново, что эта программа, фактически, стала переложением опыта святых отцов на доступный их восприятию язык применительно к реальной жизни.

Несмотря на то что программа ведет (и многих приводит) к религиозному опыту, Ал-Анон принципиально держится в стороне от любой религии и конфессии.

Болезнь алкоголизма — универсальна, ибо вторгается в семьи, независимо от социального положения, религиозных или политических взглядов, образовательного ценза. Поскольку же цель Ал-Анона — помочь всем тем семьям, которые пожелают принять помощь, сообщество не может принадлежать только к одной религии или конфессии. Поэтому изначально была важна равноудаленность от религиозных течений. Практика показала, что группа, которая начинает сливаться с какой-либо конфессией, становится закрытой для людей с другими религиозными убеждениями, она теряет тесный контакт с содружеством Ал-Анон, и трудно говорить о развитии такой группы.

Обсуждение религии, сплетни и властолюбие — три главных препятствия на пути к успеху в программе Ал-Анон, которых члены групп стараются избегать.

В мудрости таких ограничений есть еще два момента.

Первый: это охраняет Ал-Анон от опасности перерождения в секту.

Второй: это позволяет членам Ал-Анона, не втягивая группу в религиозные споры и с уважением относясь к религиозным или безрелигиозным убеждениям других, сохранять от любых посягательств собственную религиозную самоидентификацию.

При этом важно помнить, что Ал-Анон не подменяет собой религию. Задача Церкви — вести людей к спасению в вечности. Задача содружества — выздоровление от семейной болезни алкоголизма.

Исходя из всего вышеизложенного, можно только желать, чтобы священнослужители научились смотреть на Ал-Анон, как и АА, без предубеждений, в случае необходимости — предоставляли для собраний прихрамовые помещения. Тем более, что тоже будут иметь от этого пользу — есть куда, со спокойной совестью, направить за качественной помощью многочисленных страдающих мам, жен и детей алкоголиков, а не самим заниматься этой, требующей многого внимания, терпения и определенных специализированных знаний проблемой. А приход, быть может, со временем пополнится новыми прихожанами, которые уже осознали в Ал-Аноне необходимость укреплять связь с Богом...

