

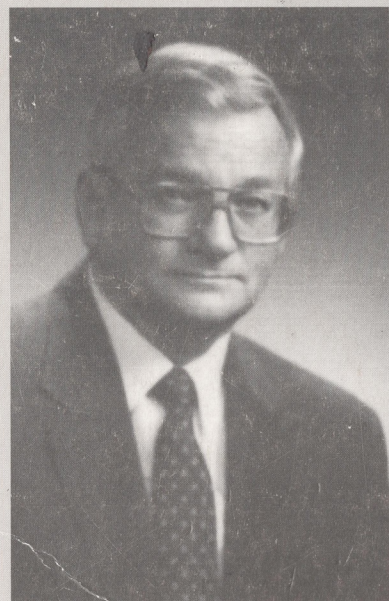
Помощь свыше

Об этой книге

Какой наркотик является самым широко распространенным в Соединенных Штатах? Кокаин? Героин? Крэк? Марихуана? Нет, это алкоголь. Доктор Карл Р. Резенер раскрывает эту проблему "изнутри", в отличие от многочисленных источников, которые рассматривают ее как бы "извне".

Резенер — не "святоша", но он настаивает, что Библия, в конечном счете, — главный источник помощи для освобождения от любой наркотической зависимости, включая алкоголизм. Он анализирует причины алкоголизма и предупреждает о его разрушительных последствиях. Эта практическая книга поможет осознать и устранить причины, а значит и симптомы заболевания. Она однозначно даст понять пациенту, так же как и психологу-консультанту, что только в Иисусе Христе мы находим Божий ответ на вопрос о причинах эпидемии алкоголизма.

Об авторе



Доктор Карл Р. Резенер, исполнительный директор Нешвилского Миссионерского Союза с 1971 года, широко известен своей посвященностью служению людям из социально незащищенных слоев общества. Учился в университетах Пурду, Боба Джонса (В.А., В.Д.), Джорджии, Небраски, Вашингтона и Сент-Луиса, Штата Мемфис, а также в Гарварде и Добровольческом Колледже. Херитшский Баптистский Университет удостоил его докторской степени. Он автор книги "Кризис на улицах" и соавтор исследования "Дети улицы".

ПОМОЩЬ

СВЫШЕ

**Библейский взгляд
на проблему алкоголизма**

253.5
PE3

**Доктор
Карл Р. Резенер**

© Copyright 1993 Carl R. Resener
Все права защищены

По заказу:

Nashville Union Mission
P. O. Box 22157
Nashville, TN 37202

Литературный редактор
Е. В. Аликова

Корректоры
Д. И. Безносова
Л. А. Провоторова

Отпечатано "CBC" (Christian Book Centre)
Тел./факс (044) 553-7929
E-mail: cbc@cbc.kiev.ua

Оглавление

Вступление.....	6
1. Алкоголь - Алкоголизм - Алкоголик	
Краткое описание.....	9
2. Откуда берутся алкоголики?.....	14
3. Почему развивается алкогольная зависимость?.....	21
4. Алкоголик - кто он?.....	26
5. Борьба за свой алкоголизм.....	33
6. Алкоголизм распространяют люди, а не бутылки.....	38
7. Семья алкоголика.....	42
8. Поле битвы - сознание алкоголика.....	49
9. Алкоголик: из дворца на дно.....	61
10. Кто оказывает алкоголику помощь?.....	70
11. Роль наставника в борьбе с алкогольной зависимостью - инструктор.....	82
12. Рецидив.....	94
13. Алкоголик - женщина.....	100
14. Самая великая книга об алкоголизме.....	106
15. Почему нужно использовать Библию в ходе психологической работы с алкоголиком.....	129

Посвящается миллионам людей, связанным узами алкоголизма и никогда не слышавшим о возможности избавления. Я молюсь, чтобы благодаря этой книге и самой великой Книге - Библии кто-нибудь помог этим людям увидеть Божью спасающую руку и одержать победу над алкогольной зависимостью. Я глубоко убежден, что алкоголики не безнадежны, но пока им никто не рассказал об имеющейся для них надежде, предлагаемой в Писании.

Доктор Карл Р. Резенер

"Господи! Ты сотворил нас для самого Себя, и мнутя души наши, доколе не успокоятся в Тебе".

Блаженный Августин

У кого вой? у кого стон? у кого ссоры? у кого горе? у кого раны без причины? у кого багровые глаза?

*У тех, которые долго сидят за вином, которые приходят отыскивать вина приправленного.
Не смотри на вино, как оно краснеет, как оно искрится в чаше, как оно ухаживается ровно;
впоследствии, как змей, оно укусит, и ужалит, как аспид; глаза твои будут смотреть на чужих жен, и сердце твое заговорит развратное; и ты будешь, как спящий среди моря и как спящий на верху мачты. И скажешь: "Били меня, мне не было больно; толкали меня, я не чувствовал. Когда проснусь, опять буду искать того же".*

(Притчи 23:29-35)

Вступление

Сегодня много говорят о необходимости борьбы со злоупотреблением наркотиками - кокаином, героином и прочими. Многие родители с облегчением вздыхают, получив уведомление о том, что их дети были задержаны за вождение автомобиля в нетрезвом состоянии: "Слава Богу, не за употребление наркотиков!" Один автор назвал алкоголизм "самой распространенной зависимостью в Америке". И он совершенно прав. Сомневаюсь, чтобы какой-либо другой наркотик разрушил так много жизней. Алкоголь может повлиять и на вашу жизнь, независимо от того, пьете ли вы. Из-за склонности к выпивке в Америке ежедневно разрушаются семьи, приходит в упадок бизнес и терпит крах в жизни почти 70% взрослого населения США. Мы платим непомерно высокую цену за то, что позволяем алкоголю стать нашей "социальной смазкой". Эту цену со скорбью платят как пьющие, так и непьющие, неся урон в экономической, общественной и личной жизни.

По сообщениям Конгресса США, Америка оказалась под трагическим влиянием алкоголя. Приводимая в этих сообщениях статистика указывает на чрезвычайно высокую цену, которую американский народ платит за употребление алкоголя.

"Смерть в результате дорожно-транспортных происшествий-наиболее распространенная форма насильственной смерти. 35-64% водителей, ставших причиной дорожно-транспортного происшествия со смертельным исходом, прежде чем сесть за руль автомобиля, употребляли спиртные напитки. Если же рассматривать случаи дорожно-транспортных происшествий со смертельным исходом, в которые были вовлечены молодые водители, то этот процент поднимается до 40-60%

Помощь свыше

преступников, отбывающих тюремное наказание; сообщают, что алкоголь играл существенную роль в совершении ими преступления. Несмотря на то что алкогольное опьянение чаще соотносится с преступлениями против личности, нежели с преступлениями против имущества, алкоголь имеет к последней категории преступлений столь же близкое отношение, сколь и к первой. Большинство исследований показывает, что 40-60% погибших насильственной смертью и около 86% убийц употребляли спиртные напитки непосредственно перед убийством. Алкоголь участвует в 50% случаев совершения сексуального насилия, при этом 31% жертв также употребляли алкоголь. Наиболее тщательные исследования показывают, что в 63% случаев изнасилования, в которых алкоголь играл какую-либо роль, спиртные напитки употреблялись как преступником, так и жертвой. Из всех рассматривавшихся случаев физических нападений 72% нападавших и 70% жертв употребляли спиртные напитки.

Употребление алкоголя связано с 69% случаев утопления. Несчастные случаи при управлении лодкой происходят в результате снижения способности ориентироваться в пространстве, нарушения координации движений, а также снижения концентрации внимания. Пловцы, употреблявшие спиртные напитки, чаще проявляют беспечность во время плавания.

Подсчитано, что в 1975 году 10000 случаев самоубийств были непосредственно связаны с употреблением спиртных напитков. 15-64% несостоявшихся самоубийц и до 80% наложивших на себя руки употребляли спиртные напитки непосредственно перед попыткой самоубийства. Алкоголики в три раза сильнее подвержены склонности к самоубийству, нежели независимые от алкоголя люди.

83% жизней, унесенных огнем и 62% пожаров непосредственно связаны с алкоголем. 53% погибших и 23%

Помощь свыше

пострадавших от огня были школоликами. Среди погибших в огне большинство (трое из четырех) погибли в результате неосторожного обращения с сигаретами во время выпивки.

Каждый 20-й алкоголик – ребенок, не достигший подросткового возраста. Один из пяти разводов связан с проблемой алкоголизма.

Алкоголь связан с 70% смертельных исходов и 63% травм в результате падения".

Печальные данные, не так ли? А ведь мы еще ничего не говорили о потерях в моральной, деловой, семейной и других областях жизни общества.

Если все это вызывает в вас уместную тревогу, позвольте мне добавить еще одно сообщение Конгресса США. Только 15% из 18 млн. алкоголиков США проходят курс лечения в предназначенных для этого больницах. Нам следует быть готовыми к резкому ухудшению положения дел в этой области, поскольку своими усилиями алкоголики не достигнут улучшения, но, напротив, будут неумолимо катиться по наклонной. Я убежден, что наиболее важной из всех задач миссионеров является донесение Благой вести 18 миллионам несчастных, связанных узами алкоголизма. К этому нельзя не прислушаться тем более потому, что число новых жертв алкоголизма все более превышает число тех, кто смог освободиться от этого рабства.

Средний алкоголик оказывает то или иное воздействие на жизни еще 30 людей. А это значит, что каждый из нас ежедневно встречается с алкоголиком. Проблема заключается в том, что обычно мы не знаем, как следует себя вести с таким человеком. Надеюсь, эта книга исполнит вас желанием помочь людям, связанным цепями алкоголизма. Они не смогут освободиться самостоятельно. Я верю, что вы разделите мое стремление помочь этим людям избавиться от своей зависимости.

1

Алкоголь - Алкоголизм - Алкоголик - Краткое описание

Прежде чем заглянуть за порог невероятного и страшного мира алкоголизма, нужно получить ясное представление о трех аспектах того основания, на которых этот мир зиждется. Речь идет о самом алкоголе, об алкогольной зависимости и об алкоголике. Подобно тому как столь непохожие вода, пар и лед имеют, однако, одинаковую химическую формулу, все это - разные стороны одной общей проблемы - проблемы алкоголизма. Мы должны рассмотреть каждую из сторон и воспринимать их согласно тому, что они в действительности из себя представляют. Надеюсь, это краткое описание каждого из трех аспектов проблемы алкоголизма придаст вам решимости помочь кому-нибудь избавиться от привязанности к спиртному.

Алкоголь

"Среди химиков алкоголь, содержащийся в пиве, вине и водке, известен как этиловый спирт. Его изготавливают путем перегонки перебродившей массы или жидкости, полученной из пшеницы, черной патоки или вина. Процесс ферментации массы или жидкости происходит во время ее выстаивания без доступа воздуха. В это время в выстаиваемой жидкости появляются невидимые для невооруженного глаза растения, называемые дрожжи. Именно они вызывают химические преобра-

Помощь свыше

зования. Дрожжи превращают содержащийся в жидкости сахар в спирт и газ, впоследствии улетучивающийся. Процесс ферментации (брожения) прекращается, когда содержание алкоголя в жидкости достигает 14%, поскольку этого количества спирта достаточно, чтобы убить появляющиеся дрожжи.

Алкоголь в различной концентрации содержится во всех спиртных напитках и в пиве. Пиво содержит от 4 до 6 процентов алкоголя. В ординарных сортах вин содержится 14 процентов алкоголя; в крепленых винах содержание спирта может достигать 21 процента (в этом случае спирт добавляют в вино). Водка содержит от 40 до 50 процентов спирта. Понятие "обороты" указывает на крепость напитка, например, 100 оборотов означает пятидесятипроцентное содержание спирта.

Как много времени требуется для выведения алкоголя из организма? Концентрация алкоголя в крови человека весом в 80 кг снижается после прекращения поступления алкоголя в организм приблизительно на 0,02 процента в час. То есть, для того чтобы содержание спирта в крови человека, выпившего натошак два с половиной стакана мартини, достигло безопасной концентрации, необходимо три часа. Безопасной считается концентрация алкоголя в крови, не превышающая 0,05%; при содержании в крови более высокой концентрации алкоголя наступает интоксикация организма.

Вопреки бытующему мнению, не существует способа быстрого отрезвления. На содержание алкоголя в крови не оказывают никакого влияния такие распространенные средства, как холодный душ, свежий воздух, черный кофе, томатный сок и сырые яйца, физические упражнения и проч. Вопреки имевшимся ранее данным, алкоголь не стимулирует, а наоборот, угнетает нервную систему. Алкоголь - наркотик и оказывает на организм и сознание человека такое же воздействие, как и любой другой обладающий угнетающим действием наркотик. На первый взгляд может показаться, что алкоголь

Помощь свыше

стимулирует нервную систему: выпив, человек свободнее ведет себя и живее реагирует на происходящие события. Однако по истечении определенного времени сознание человека затормаживается, ему становится трудно держать стакан, сосредоточить на чем-либо взгляд и внимание. Если он продолжает пить, его сознание отключается.

Спирт не заменяет пищу. В некотором смысле он имеет похожие с продуктами питания характеристики. В тридцати граммах спирта содержится 200 калорий. Однако эти калории несколько иные, чем те, с которыми мы имеем дело в продуктах питания. Содержащиеся в спирте калории могут быть использованы только на согревание тела: они сгорают, вырабатывая энергию в виде тепла. Они не сохраняются в организме человека и не могут быть использованы на восстановление или строительство тканей человеческого тела. Спирт не содержит никаких витаминов. Он является, во-первых, наркотиком, вызывающим привыкание, а во-вторых, оказывает угнетающее, а не стимулирующее действие и чаще всего употребляется теми, кто ищет выхода из сложных обстоятельств.

Этиловый спирт обладает множеством характеристик, наиболее известная из которых – способность обманывать. Само слово "алкоголь" происходит от арабского слова "alkooh" и означает "неуловимый": люди оказываются обманутыми эйфорией, вызванной употреблением спиртных напитков. Человек верит, что, выпив, он способен совершить поступок, на который не решается в трезвом состоянии.

Алкогольная зависимость

Алкогольная зависимость - это приобретенное состояние. Оно связано с трагическими последствиями привязанности к спиртным напиткам, достигшей той степени, при которой развивается физическая и психическая зависимость. В этом состоянии пьющий уже не способен собственными усилиями прекратить

Помощь свыше

пить. Проблема алкогольной зависимости заключается не в самом спирте, а в причинах, заставляющих человека искать в его употреблении выход из сложившихся обстоятельств. Алкогольная зависимость имеет две стадии развития. Первая заключается в решении использовать спирт в качестве средства разрешения возникающих проблем. Вторая стадия - состояние психологической и физической зависимости. Психологическая зависимость проявляется в страхе, который человек испытывает перед возможностью оказаться без спиртного. Физически он страшится состояния абстиненции: психических и физических страданий, ожидающих его, если он решится бросить пить; у него просто не хватает мужества, чтобы усилием воли принять такое решение.

Алкоголик

Алкоголик - это человек, злоупотреблявший спиртным настолько, что это привело его к развитию состояния алкогольной зависимости. Он возложил на спиртные напитки всю свою надежду и уже не может не пить. Он преступает границы общественно допустимого употребления алкоголя, когда в его сознании начинает превалировать желание выпить. К несчастью для пьющего, спиртные напитки оказались для него наиболее доступными и притягательными среди всех прочих возможностей преодоления проблем. Он превратился в алкоголика только потому, что употреблял спиртное. Его проблемы ничем не отличались от трудностей и переживаний всех остальных людей. Просто он слишком доверял алкоголю, в то время как другие люди искали иные средства преодоления жизненных трудностей. Алкоголик никогда не стал бы зависимым, если бы не употреблял спиртные напитки.

В заключение позвольте мне подытожить вышесказанное следующим образом: алкоголь - продукт, алкогольная зависимость - проблема (а также следствие), а алкоголик - действующее лицо. Проблема алкоголизма перестанет существовать, ес-

Помощь свыше

ли мы сможем удалить две основные ее составляющие. Поскольку мы не можем исключить из нашего мира алкоголь, то для преодоления проблемы алкоголизма нам придется работать с каждым отдельным человеком. Лишь только мы поможем алкоголику освободиться от зависимости, проблема алкоголизма для него перестанет существовать. Для победы над алкоголизмом необходимо работать с каждым пьющим в отдельности.

Победить алкоголизм, пожалуй, невозможно: за всю свою жизнь вы не сможете помочь каждому из восемнадцати миллионов алкоголиков . Может быть, вам удастся помочь лишь немногим. Однако представьте себе, каковы были бы результаты наших усилий, если бы каждый, применив соответствующую программу помощи алкоголикам, помог хотя бы нескольким людям! Лучше помочь немногим, чем не помочь никому!

Размышление

Если алкоголизм - болезнь, то это единственная болезнь, которую разливают по бутылкам и продают, это единственная болезнь, приобретенная по желанию самого больного, это единственное заболевание, для рекламы которого необходимо разрешение.

Если алкоголизм - болезнь, то только эта болезнь приносит постоянный доход правительству, это - единственное заболевание, провоцирующее преступления. Только эта болезнь имеет форму привычки, только она становится причиной несчастных случаев на автомагистралях, только эта болезнь распространяется посредством рекламы, только она не имеет обычных для болезней причин возникновения.

А болезнь ли это?

— Автор неизвестен

2

Откуда берутся алкоголики?

Откуда берутся алкоголики? Наиболее распространенное мнение сводится к тому, что алкоголики появляются в подворотнях. Однако в действительности не подворотни производят алкоголиков. Они просто превращаются в место обитания пьющего, находящегося в стадии зависимости. Он уже был алкоголиком, когда подвалы и подворотни стали местом его постоянного пребывания.

Описание алкоголика

Откуда берутся алкоголики? Они выходят из высших учебных заведений, офисов и магазинов, спортивных арен (как любительских, так и профессиональных), они живут в домах, расположенных в нашем городе и посещают близлежащие церкви. Алкоголики сидят за штурвалом самолета, ведут поезда, оперируют дорогих нам людей, судят в судах, вбрасывают мяч, учат в школе наших детей, смотрят за порядком на улицах нашего города, ведут развлекательные передачи по телевидению и радио... К нашему невыразимому изумлению, алкоголиками могут оказаться наши муж, жена, сын или дочь... Алкоголиком может быть почтальон, министр, полицейский, врач, политический деятель. Если вы еще не имеете достаточно ясного представления о том, откуда берутся алкоголики, то я скажу проще: они живут рядом с нами. Девяносто пять процентов алкоголи-

ков живут, спят, едят, играют, работают и прославляют Бога рядом с нами. Вы скажете: "Но я не вижу нигде поблизости отвратительных, вонючих пьяниц. И мои соседи никак не похожи на тех, кого называют отбросами общества". Послушайте, как выглядит "обычный средний алкоголик". Он живет в обычном доме, водит машину, женат (замужем), воспитывает детей, имеет какое-нибудь домашнее животное. Он/она исправно платит налоги, покупает продукты в магазине, делает прическу в парикмахерской. Скорее всего, он/она увлекается спортом и неплохо играет в теннис, футбол или баскетбол. В большинстве случаев алкоголик - это человек, которого вы в этом никак не подозреваете. И очень многие, включая самих алкоголиков, ошибочно полагают, что алкоголик - это только тот, кто валяется где-нибудь в подворотне. Конечно, это можно сказать об огромном количестве пьяниц, однако они составляют лишь 5-7% от 18 миллионов всех алкоголиков.

Часто можно услышать вполне закономерный вопрос: "Как же пьяный алкоголик может выполнять свои обязанности? Как он может вести самолет, лечить больных, петь, играть в футбол и т.д.?" В этом случае мы снова имеем дело с распространенным ошибочным пониманием слова "алкоголик". Оказаться в состоянии алкогольного опьянения на работе или в другом общественном месте - худшее, что может произойти с алкоголиком. Когда алкоголик пьянеет, он считает, что спиртное его "подвело". До тех же пор, пока человек может, находясь под воздействием спиртного, нормально выполнять свои обязанности, он считает, что алкоголь "работает" на него. Цель алкоголика заключается в том, чтобы вести нормальный образ жизни при помощи спиртного. Многие алкоголики ни разу в своей жизни не попадали в вытрезвитель, не оказывались за рулем машины в нетрезвом состоянии и не имели увольнения по статье за пьянство. Алкоголик пьет не для того, чтобы опьянеть. Он имеет ясное представле-

Помощь свыше

ние о том, сколько ему необходимо выпить каждый день; он строит свою жизнь вокруг того количества спиртного, от которого не опьянеет и не предстанет перед окружающими в непристойном виде.

На этом этапе наших рассуждений может возникнуть вполне разумный вопрос: "Почему же человек, так хорошо во всем разобравшись, разрушает алкоголем собственную жизнь? Почему его не останавливают очевидные доказательства пагубных последствий злоупотребления алкоголем?" Как правило, никто из употребляющих спиртные напитки не предполагает, что может превратиться в горького пьяницу. Настоящая причина пристрастия к спиртному - нежелание чувствовать себя неудачником. Именно поэтому люди, оказавшиеся выброшенными из общества из-за пьянства, чувствуют себя разочарованными и обманутыми: они никак не ожидали, что употребление спиртного приведет их к такому концу. "Я не хотел стать алкоголиком; я и не предполагал, что спиртное отнимет у меня жену, детей, работу, уважение и все остальное". Самое большое разочарование кроется в том, что алкоголизм не дает, а полностью разрушает надежды, возлагаемые человеком на спиртное; – надежды получить силу, положительные эмоции или заряд энергии.

Жертва беспечности

Думаю, мы можем согласиться с тем, что человек становится алкоголиком чаще всего в результате собственной беспечности, проявляемой в двух аспектах:

1. *Беспечного отношения к спиртному.* Спиртное стало частью нашей культуры. Общество никогда не было обеспокоено последствиями употребления спиртных напитков так, чтобы принять решение полностью отказаться от них или хотя бы сделать обязательным наличие на емкостях, содержащих

Помощь свыше

спиртное, надписей, предупреждающих об опасности его применения (за исключением времени сухого закона). Мы не понимаем, какую опасность представляет употребление спиртных напитков для каждого пьющего и для всего общества в целом. Я уже упоминал о том, что этиловый спирт часто называют американской социальной смазкой (его используют в качестве средства более быстрого и успешного достижения цели при решении тех или иных вопросов и проблем).

Мы никогда не видели в спиртных напитках своего врага. Многие люди отдали собственную жизнь за бесценку: всего лишь ради удовлетворения чувства потребности в спиртном. При этом они каждый раз обнаруживали, что напиток дает им полную противоположность желаемого. Они хотели почувствовать себя счастливыми, но, напившись, испытывали лишь горькие последствия состояния опьянения. Кто-то хотел быть сильным? Если он для этого пил спиртное, то в конце концов оказывался в сетях алкоголизма обессиленным и побежденным. Кто-то пил для того, чтобы быть принятым окружающими? Это могло привести только к тому, что от него отворачивались даже родные: кому приятно общаться с пьяницей? Надежда на достижение успеха при помощи алкоголя заканчивается тем, что человек в самом расцвете сил чувствует себя полностью уничтоженным. Как раз тогда, когда осуществление всех надежд кажется человеку возможным, он вдруг обнаруживает, что его главной проблемой стала зависимость от спиртного. Именно эта проблема вынуждает его забыть все, о чем он мечтал и чего надеялся достичь при помощи крепких напитков. Если он своевременно не обратится за помощью, то утратит все.

2. *Беспечного отношения к собственным проблемам.* Об этом человеке нельзя сказать, что он пренебрегает своими профессиональными, семейными и гражданскими обязанностями, напротив, нередко он беспокоится о необходимости достойного их ис-

Помощь свыше

полнения гораздо сильнее, чем другие. Проблема заключается в том, что для решения своих проблем он прибегает к спиртным напиткам. Однако это влечет за собой появление в его жизни еще одной проблемы - алкоголизма. Когда речь заходит об обязанностях и ответственности перед окружающими, у алкоголика возникает чувство беспомощности, которое постепенно приводит к двум последствиям:

1. *Он пьет, чтобы иметь достаточно сил для преодоления трудностей.* "Мне нужно выпить, чтобы набраться мужества попросить начальника о повышении по службе". Он не уверен в собственных достоинствах и способностях и поэтому пьет "для храбрости". Большинство алкоголиков пьют и на радостях, и с горя. Любое событие становится поводом к выпивке: встреча друзей, необходимость найти общий язык; многие пьют, чтобы уснуть, а некоторым необходимо выпить для того, чтобы начать новый день.

2. *Он пьет, чтобы компенсировать свои неудачи.* "Меня не повысили по службе". Вместо того чтобы принять действительность, алкоголик пытается выпивкой "поднять настроение". Ему кажется, что спиртное облегчит горечь отверженности и боль от отказа в просьбе. Кто-то сказал, что алкоголик - это тот, кто "не в состоянии учиться", то есть, тот, кто не умеет справляться с серьезными жизненными проблемами иначе как при помощи спиртного. И это продолжается до тех пор, пока человек не осознает, что это - плохая помощь и единственное спасение в том, чтобы находить иные пути преодоления жизненных невзгод.

Здесь возникает вопрос, на который, вопреки мнению некоторых борцов за трезвый образ жизни, не существует простого ответа: почему алкоголик не бросает пить, ведь он видит, как спиртное разрушает его жизнь? Некоторые пытаются вразумить алкоголика, говоря: "Прекрати пить! Как тебе не стыдно за свое поведение?!" Это - один из самых

Помощь свыше

горьких упреков, которые алкоголику приходится слышать, и которые, вероятно, заставляют его находить утешение в бутылке.

Образ мышления алкоголика

Потребовать от алкоголика бросить пить и приказать ребенку не лазить в вазочку с печеньем - не одно и то же. При разговоре с алкоголиком необходимо помнить, что хотя для вас употребление спиртного бессмысленно, для него в этом заключается очень много. Нельзя воздействовать на алкоголика только методом кнута и пряника. Почему алкоголик употребляет спиртное до тех пор, пока не становится абсолютно беспомощным и уже не может не пить? Из-за употребления спиртных напитков человек теряет очень многое, однако несколько моментов заставляют его продолжать доверять алкоголю:

1. *Ложное представление о своей привычке к спиртному.* Несмотря на доносящиеся до алкоголика сигналы об опасности, он продолжает говорить себе: "Я держу ситуацию в руках. Со мной этого никогда не произойдет. Я брошу пить в любой момент". Окружающие видят, как разрушается жизнь алкоголика, но сам он этого не замечает.

2. *Его невысокое мнение о собственных способностях.* Основная мысль, волнующая алкоголика, это мысль о спиртном: "Мне необходимо выпить". Эта безотлагательная потребность в спиртном постоянно давит на человека независимо от того, какого она характера - психологического или физического. Пока алкоголик поддерживает в себе невысокое мнение о своих способностях, ему необходимо постоянно обращаться за помощью к спиртному. Употребление крепких напитков не помогает ему преодолеть ложные представления о самом себе, но оно хотя бы притупляет боль чувства неполноценности.

Помощь свыше

3. *Нежелание видеть иные пути разрешения проблем.* Алкоголик решил, что спиртное - единственный выход из всех жизненных затруднений. Он не находит облегчения своих страданий ни в чем, кроме бутылки. Он не слушает предложения окружающих попробовать иные методы преодоления трудностей. Ему страшно представить свою жизнь без спиртного.

4. *Он не думает о будущем, так как руководствуется только сиюминутными потребностями.* Алкоголик не умеет справляться с чувством разочарования, и поэтому его не интересует, что произойдет завтра, через неделю, через год. Вся его жизнь сосредоточена в настоящей минуте. Ему не важно, как он будет жить в будущем, главное - пережить сегодняшний день и предстоящую ночь. Все свои упования он возложил на спиртное; вся его жизнь теперь вращается вокруг бутылки, и единственная мысль, которая его занимает, - это необходимость достать денег на выпивку.

Алкоголик видит, что разрушает собственную жизнь и причиняет горе и страдания окружающим, но бросить пить не может. Одна из основных причин этого заключается в том, что он не видит ничего, что было бы для него так же заманчиво, как выпивка.

Размышление

"Спиртное не согревает, оно только помогает человеку забыть, что ему холодно. Спиртное не восстанавливает силы, но помогает не думать об усталости. Спиртное не разрешает проблемы, но мешает человеку их увидеть".

— Шелдон В. Шертс

3

Почему развивается алкогольная зависимость?

Что же случилось с этим человеком? Почему он стал алкоголиком? Может быть, он пил слишком много? Но почему? Или, может быть, алкоголизм передался ему по наследству от родителей? Или причиной возникновения этой проблемы стал химический дисбаланс в организме человека? Может быть, он чувствовал свое несоответствие окружающему миру и хотел исправить положение при помощи спиртного? Может быть, окружающий мир пугал его и он пытался защититься, спрятавшись в бутылке? Или он чувствовал себя отвергнутым всеми и хотел в компании спиртного забыть боль одиночества? Все это - причины, которые вызывают в человеке тягу к спиртному. Ниже приведена выдержка из определения понятия "алкоголизм".

Что же такое алкоголизм?

"Алкоголизм можно определить как состояние, характеризующееся чрезмерным употреблением спиртного, при котором человек страдает патологической неспособностью принять существующую реальность, что позволило бы ему вести нормальную, полноценную жизнь".

Один анонимный пациент, страдавший алкоголизмом, сказал: "Алкогольная зависимость - неизлечимое, прогрессирующее и часто смертельное заболевание. Спиртное, не причиняя

вреда обычным людям, становится ядом для алкоголика. Алкоголик - это человек, чья жизнь стала невыносимой из-за злоупотребления спиртными напитками". Он заключает свои размышления словами о том, что алкоголики эмоционально неустойчивы и пьют с целью компенсировать свою неполноценность, при этом химический состав в организме такого человека изменяется, что вызывает алкогольную зависимость. Таким образом, в жизни алкоголика возникает замкнутый круг.

Один исследователь заметил: "Алкоголизм - это проявление глубокой неврастении. Алкоголиками становятся люди, предрасположенные к алкоголизму". Отсюда следует вывод, что поскольку алкоголик - личность инфантильная, понять его несостоятельность можно только путем внимательного изучения того, что такому человеку пришлось пережить в детстве. Иногда алкоголизм определяют не как заболевание, а как моральную распущенность. Это естественное наказание за злоупотребление спиртными напитками. Причина возникновения проблемы алкоголизма - в употреблении спиртного.

Существует четыре фактора, влияющие на возникновение алкогольной зависимости: наследственный, психологический, социальный и психический (куда входит чувство неполноценности, нездоровое стремление к власти, чувство враждебности к окружающим, комплекс вины и т.д.).

Из перечисленных факторов наиболее сильным считается психологическая предрасположенность. Если рассматривать проблему под этим углом зрения, можно увидеть самую ее суть: проблема алкоголизма находится внутри самого человека. Алкоголику трудно преодолеть самого себя. Он употребляет спиртное, чтобы справиться с проблемами в тех областях жизни, которые, как ему кажется, неподвластны его воле. Спиртное в различных формах всегда употреблялось людьми, стремящимися уйти от страданий, вызванных внутренним психологическим конфликтом.

Особенности характера алкоголика

Конечно, трудно создать такой всеобъемлющий портрет, при помощи которого можно было бы описать всех людей, страдающих алкоголизмом. С другой стороны, невозможно охарактеризовать каждого отдельного больного. И все же, в ходе исследований неизменно выявляются черты, присущие большинству алкоголиков. Следует заметить, что эти черты характера сами по себе не делают человека алкоголиком. Однако они указывают на определенные проблемы, которые могут привести к злоупотреблению спиртным. Алкоголик видит в спиртном сверхъестественное, но трагическое решение своего внутреннего конфликта. Ниже приведены некоторые черты характера, чаще всего проявляющиеся у алкоголиков, основная причина злоупотребления спиртным для которых заключалась в желании преодолеть внутренний конфликт:

1. Чрезмерная застенчивость
2. Эмоциональная неустойчивость
3. Амбивалентность по отношению к начальству
4. Слабая сопротивляемость
5. Напыщенность
6. Заниженная самооценка
7. Острое чувство одиночества
8. Склонность к идеализированию
9. Обостренное чувство вины
10. Стремление втягивать в пьянство
11. Стремление к независимости
12. Неудовлетворенность своей ролью в интимных отношениях
13. Неспособность адекватно проявлять свои чувства в состоянии раздражения.

Спиртные напитки иногда ослабляют возникающее при общении чувство скованности, поэтому спиртное используют как "помощника" в случаях, когда нужно найти "общий язык". Многие алкоголики употребляют спиртное как наркотик, снимающий волнение и чувство незащищенности. Низкая сопротивляе-

Помощь свыше

мость является признаком эмоциональной неустойчивости, присущей не только алкоголикам, но и детям. Именно эта ограниченная способность преодолевать возникающее чувство разочарования заставляет алкоголика снова и снова обращаться за помощью к спиртному. Одной из наиболее распространенных причин, приводящих к злоупотреблению алкоголем, является заниженная самооценка. "Я пью и чувствую себя героем". Нередко алкоголик чувствует, что его никто никогда по-настоящему не любил и что, скорее всего, он такой любви и не заслуживает.

Чувство одиночества - естественный результат чрезмерной застенчивости, препятствующей человеку завязывать дружеские взаимоотношения. Если же алкоголик продолжает злоупотреблять спиртным, то изменения, происходящие в области его интересов и поведения, вынуждают родственников и друзей такого человека отказаться от его общества.

Склонность к идеализации и повышенная обязательность чаще всего являются следствиями комплекса вины и чувств, связанных с отсутствием любви к близкому человеку или вызванных неразделенной любовью. В надежде заглушить постоянно напоминающее о себе чувство вины алкоголик старается доказать, что он лучше своего партнера. Его желание во всем превзойти окружающих приводит к болезненному стремлению к порядку и дотошности. Неудовлетворенность своей ролью в интимных отношениях - один из наиболее тяжелых и часто встречающихся психологических конфликтов, выявляемых в ходе работы с алкоголиками. Большой убеждает себя, что спиртное помогает ему почувствовать себя настоящим мужчиной или настоящей женщиной. Часто наряду с ощущением несоответствия себя своему полу в человеке проявляется также сексуальная неразборчивость, агрессивность и напыщенность.

Все вышесказанное указывает на то, что признаки эмоциональной неустойчивости могли быть замечены еще до появления в человеке симптомов алкогольной зависимости. Спиртное же сделало проблему алкоголизма реальной для человека, страдаю-

Помощь свыше

щего от внутренних противоречий. В наши дни понятие "алкоголизм" часто заменяют выражением "утопить проблемы в бутылке" или "залить проблемы". Эти выражения дают очень точное описание того, что человек делает, когда использует спиртное в качестве ответа на все свои жизненные трудности. Внутренние противоречия вынуждают его искать облегчения страданий в употреблении спиртных напитков. В качестве анестезирующего средства он использует недорогое доступное средство - алкоголь.

Многие употребляют спиртные напитки как средство, успокаивающее нервную систему и снижающее чувство беспокойства. Кроме того, спиртное дает человеку возможность достичь того психологического состояния, при котором он не испытывает никаких неудобств, поскольку забывает о своих обязанностях.

Употребление спиртных напитков с целью разрешения внутреннего конфликта, скрывает в себе двойную трагедию:

1. Во-первых, облегчение, испытываемое алкоголиком, кратковременно: оно продолжается до тех пор, пока спиртное действует в организме человека.

2. Во-вторых, такой метод является крушением надежд на реальное разрешение внутреннего конфликта.

Хотя для непьющего или даже умеренно пьющего человека алкогольная зависимость кажется бессмысленной, она представляется вполне естественной и даже нормальной "заливающим своим проблемы вином" алкоголику. Алкоголизм - это непостижимый для обычного человека мир, и только сам алкоголик знает, почему он оказался в нем и что может побудить его этот мир оставить.

Размышление

"О, Боже! Эти люди впускают в свои уста врага, чтобы тот украл у них разум!"

— Шекспир

4

АЛКОГОЛИК - КТО ОН?

Алкоголиком не становятся за одну ночь. Некоторые считают, что процесс перехода от состояния умеренного употребления спиртного к состоянию хронического алкоголизма занимает около пятнадцати лет. Этот процесс можно вовремя выявить и остановить. Пройдут долгие годы, прежде чем употребляющий спиртное станет алкоголиком, если ему не будет оказана своевременная помощь. По моему мнению, существуют определенные этапы развития этого заболевания и на некоторых из них, выявив признаки болезни и оказав человеку необходимую помощь, можно помочь многим людям избежать глубоких страданий.

Пьющему легче всего определить, на какой стадии развития алкогольной зависимости он находится. Обычно человек проходит четыре стадии заболевания: *физическое недомогание, психическая деградация, антисоциальные проявления и духовное разрушение*. Они не всегда сменяют друг друга в определенной последовательности, однако, если пьющий знает симптомы каждой стадии, он может легко определить, на какой из них он находится.

Симптомы ранней стадии развития заболевания

На ранней стадии развития заболевания могут быть заметны следующие симптомы:

Помощь свыше

1. Нежелание участвовать в общественных мероприятиях, в ходе проведения которых не предлагают спиртные напитки.
2. День без спиртного кажется человеку бессмысленным.
3. Человек хранит запас спиртного дома, на работе, в других местах.
4. Больной начинает выпивать украдкой.
5. При возникновении проблем появляется потребность выпить.
6. Необходимость выпить, чтобы уснуть.
7. Нежелание встречаться с людьми, способными определить запах спиртного.

Средняя стадия

1. Быстрое засыпание после принятия спиртного.
2. Выраженная утрата трудоспособности.
3. Неспособность определить, что правильно.
4. Появление безразличия.
5. Самосожаление и чувство обиды на окружающих.
6. Повышенная раздражительность.
7. Нечистоплотность.
8. Бессоница, ночные кошмары.
9. Утрата работы.
10. Употребление наряду со спиртными напитками снотворных средств и других наркотиков.
11. Утрата семьи.
12. Частые посещения врача (при этом человек старается скрыть часть симптомов).
13. Притупление симптоматики.
14. Чувство вины, страха, недобрые предчувствия.

Помощь свыше

Симптомы последней стадии развития заболевания

1. Настойчивая потребность в спиртном.
2. Проявления зависимости.
3. Помутнение сознания - человек не может сосредоточиться.
4. Употребление любых содержащих алкоголь средств.
5. Постоянная потребность в медицинской помощи.
6. Фатальный исход.

Центры оказания анонимной помощи алкоголикам разработали тест определения степени алкогольной зависимости. Утвердительный ответ на четыре из предложенных двенадцати вопросов указывает на серьезные отклонения от нормы. Ниже приведены вопросы теста.

1. Бывали ли у вас неудачные попытки не пить в течение недели (или более продолжительного отрезка времени)?
2. Пытались ли вы когда-нибудь контролировать свою привычку к спиртному путем замены одного спиртного напитка на другой?
3. Вызывают ли в вас чувство неприятия советы окружающих бросить пить?
4. Приходилось ли вам в течение последнего года выпивать по утрам?
5. Завидуете ли вы людям, способным пить без неприятных последствий?
6. Усилилась ли за последний год ваша привязанность к спиртному?
7. Бывают ли у вас проблемы в семье из-за вашей привязанности к спиртному?

Помощь свыше

8. Стараетесь ли вы выпить лишний стакан вина во время общественных мероприятий, на которых спиртные напитки подаются в ограниченных количествах?

9. Думаете ли вы, что, несмотря на все доказательства обратного, вы все-таки можете собственными усилиями бросить пить?

10. Случалось ли вам за последний год не выходить на работу из-за проблем со спиртным?

11. Случались ли у вас когда-нибудь обмороки, помутнения сознания или дрожание конечностей в результате употребления спиртного?

12. Чувствовали ли вы когда-либо, что могли бы больше преуспеть в жизни, если бы не злоупотребление спиртными напитками?

Другой тест рассматривает четыре области, на которые распространяется влияние спиртного: поведение человека, его умственные, физические способности и духовная жизнь. Этот тест уникален тем, что может раскрыть перед человеком глубину проблемы алкоголизма.

Поведение человека

1. Уклоняетесь ли вы от своих обязанностей чаще, чем обычно?
2. Снизились ли ваши требования к самому себе и к целям жизни после того, как употребление спиртного стало вашей привычкой?
3. Замечаете ли вы, что употребление спиртных напитков отрицательно сказывается на вашей трудоспособности?
4. Усугубляет ли употребление спиртного проблемы вашей семейной жизни?
5. Снизилась ли ваша забота о благосостоянии семьи за последние год-два?

Помощь свыше

6. Стали ли вы более раздражительны и вспыльчивы?
7. Проявляете ли больше настойчивости в стремлении отстаивать свои взгляды?
8. Бывали ли у вас финансовые затруднения, непосредственно или опосредованно связанные со злоупотреблением спиртного?
9. Повлияло ли употребление спиртного на вашу репутацию?
10. Снизилась ли ваша разборчивость относительно того, что, где и с кем вы пьете?

Умственные способности

1. Кажется ли вам, что благодаря спиртному вы чувствуете себя более уверенно?
2. В случае неприятностей дома или на службе пытаетесь ли вы успокоиться при помощи спиртного?
3. Случается ли вам испытывать чувство стыда и раскаяния после выпивки?
4. Замечаете ли вы в себе нарастающее чувство неуверенности?
5. Возникает ли у вас когда-нибудь необоснованное чувство страха?
6. Выпиваете ли вы иногда из-за чувства неполноценности?
7. Побуждает ли вас к выпивке критика со стороны окружающих?
8. Замечаете ли вы в себе желание и потребность пить в одиночестве?
9. Замечаете ли вы, что люди обсуждают вашу привычку к спиртному?
10. Замечаете ли вы снижение работоспособности при отсутствии в организме алкоголя?

Помощь свыше

Физические симптомы

1. Приходилось ли вам обращаться за медицинской помощью из-за употребления спиртного?
2. Испытываете ли вы потребность в спиртном по утрам?
3. Случались ли у вас прогулы из-за злоупотребления спиртным?
4. Бывает ли у вас тремор?
5. Вызвала ли привычка к спиртному выраженные изменения в ваших вкусовых пристрастиях?
6. Страдаете ли вы бессонницей, которую можно преодолеть, "пропустив" пару стаканчиков?
7. Замечаете ли вы настоятельную потребность в выпивке, часто появляющуюся в определенное время суток?
8. Замечаете ли вы повышение раздражительности, если не выпьете?
9. Бывала ли у вас белая горячка?
10. Замечаете ли вы снижение работоспособности при отсутствии в организме спиртного?

Изменения в духовной жизни

1. Утратили ли вы веру в себя, в свою семью, в Бога?
2. Искажаете ли вы правду о степени своей зависимости от спиртного?
3. Случается ли вам автоматически лгать, услышав упреки в свой адрес по поводу злоупотребления спиртным?
4. Замечаете ли вы утрату интереса к окружающим вас людям?
5. Возникают ли у вас сомнения относительно искренности чувств по отношению к членам вашей семьи?

Помощь свыше

6. Не находите ли вы себя более эгоистичным и сосредоточенным на собственных проблемах, чем раньше?

7. Склонны ли вы упрекать окружающих в наших проблемах, связанных со злоупотреблением спиртным?

8. Чувствуете ли вы внутреннее сопротивление желанию ваших близких оказать вам помощь?

9. Уверены ли вы в том, что вам ни в какой мере не нужна помощь в борьбе со злоупотреблением спиртным?

10. Если вы верите в Бога, приходилось ли вам задать себе вопрос о Его отношении к вашим проблемам? Случалось ли вам сомневаться в Его способности помочь вам?

Страдающий алкогольной зависимостью человек должен, во-первых, признать, что ему действительно присущи симптомы, перечисленные в анкете, и что симптомы его состояния затрагивают все четыре аспекта жизни: умственные и физические его способности, духовную жизнь и отношения с окружающими. Во-вторых, такому человеку следует признать необходимость сделать шаг к освобождению от алкогольной зависимости. После этого больному может быть оказана квалифицированная помощь. Первое сделать несложно. Искренность этого поступка определяется способностью человека предпринять следующий шаг к своему освобождению.

Размышление

"Спиртные напитки для нервной системы человека - все равно, что песок в часах: система моментально изнашивается и перестает работать, превращаясь в никчемную, бесполезную вещь".

— Лютер Барбанк

5

Борьба за свой алкоголизм

Каждый год 250 тысяч человек пополняют ряды алкоголиков. Почти 60 миллионов людей так или иначе страдают от проблемы алкоголизма. И, несмотря на это, согласно официальным данным, 85 процентов алкоголиков отказываются от лечения. Подавляющее большинство алкоголиков упорно сопротивляется предлагаемой медицинской помощи, что делает бесполезными все имеющиеся программы лечения алкоголизма. Я не думаю, что эти люди не получают квалифицированную помощь из-за своего незнания или из-за отсутствия возможности лечиться; дело в том, что они упорно сопротивляются предлагаемой им помощи. Думаю, для самого алкоголика существуют серьезные, известные ему одному причины, вынуждающие его отказываться от освобождения.

Почему алкоголик сопротивляется предлагаемой помощи?

Сами алкоголики указывают на ряд причин, вынуждающих их оказывать сопротивление предлагаемой помощи. В ходе изучения этих причин консультанты и психологи, работающие среди алкоголиков, обнаружили, что, прежде чем пациент согласится пройти курс лечения, в его сознании должны произойти существенные изменения.

1. "Трудно отказаться от того, что тебе нравится". Алкоголик испытывает удовольствие от своей зависимости, удо-

Помощь свыше

вольствие, понятное только ему. В течение некоторого времени жизнь алкоголика невыносима для всех, кроме него самого. Ему нравится находиться под воздействием спиртного. Ему нравится испытывать чувство освобождения от своих страхов, страданий, чувства одиночества... Выпив, он попадает в свой собственный, манящий его мир. Только за стенами этой "крепости" он чувствует себя хорошо. Если окружающий мир добр к вам и ко мне, если удача идет к нам в руки, то эта алкогольная "крепость" - зло для нас. Но для алкоголика она - именно то, что ему нужно.

Почему он противится оказываемой помощи? Лечение отнимет у него вымышленный мир и перенесет его в мир реальный, где, как ему кажется, он не сможет справиться с готовыми обрушиться на него проблемами. Многие алкоголики, взвесив все преимущества и недостатки жизни в реальном мире и в собственной "крепости", пришли к решению, что последнее стоит всех жертв. Алкоголик сможет согласиться выйти из своей крепости только тогда, когда поймет, что она не приносит ему ни малейшей пользы. Позвольте мне выразить это иными словами. Алкоголик согласится принять помощь только тогда, когда спиртное начнет причинять ему страдания.

"Трудно отказаться от того, на что возлагал все надежды в течение столь долгого времени". Многие алкоголики действительно страшатся оказаться без спиртного. "Не знаю, смогу ли прожить без этого", - говорят многие из них. Страх этот затрагивает две области: психологическую и физическую.

Физическая зависимость

Многие алкоголики сознают свою физическую зависимость. Они хорошо понимают, что им необходимо принять спиртное только для того, чтобы избежать белой горячки и т.п. Они не верят в возможность преодоления физической

Помощь свыше

зависимости; они не верят, что смогут устоять перед искушением выпить. Как это ни печально, большинство из них настолько слабохарактерны, что не согласны потерпеть никаких временных физических страданий. Они предпочитают обратиться к спиртному за помощью, вместо того чтобы преодолеть его власть над собой. Некоторые алкоголики продолжают влачить свое жалкое существование из страха умереть, оказавшись без спиртного, и не замечают при этом, как оно разрушает их жизнь. Один алкоголик на мои слова о том, что употребление спиртного ведет его к гибели, ответил: "Ну и что, зато я не испытываю при этом страданий!"

Психологическая зависимость

Психологическая зависимость от спиртного так же сильна, как и страх перед физическими страданиями. Порой психологический страх лишиться спиртного оказывается даже сильнее физических страданий. Алкоголь становится главной движущей силой человека, употребление спиртных напитков - основной целью жизни. Предложить алкоголику отказаться от спиртного - все равно что предложить кому-либо из нас отказаться от собственного сердца. Алкоголь господствует над таким человеком. Наше предположение, что алкоголик пожелает жить без спиртного, кажется ему полной бессмыслицей. Ему нельзя задать вопрос: "Хочешь бросить пить?", а на вопрос: "Можешь ли?" он с горечью ответит: "Не могу. Я не верю, что смогу прожить без спиртного хотя бы один час. Мне страшно подумать об этом". Алкоголик прожил со спиртным столь долгое время, что о "разводе" не может быть и речи, даже если взаимоотношения между ним и алкоголем большей частью доставляют ему одни неприятности. Многие алкоголики соглашаются на время расстаться со спиртным ради восстановления физического здоровья, но они никогда не решатся навсегда отказаться от выпивки.

Самооправдания

"От спиртного трудно отказаться потому, что в привычности к спиртному нет ничего плохого". Поскольку только 7% всех алкоголиков в конце концов оказываются выброшенными из общества, для многих из них мысль об алкогольной зависимости кажется менее пугающей, чем можно предположить. "Средний" алкоголик имеет про запас целый ряд отговорок, используемых для самооправдания: "У каждого свои недостатки", "От нескольких стаканчиков никто не пострадал", "Моя жизнь разбита, но алкоголь тут ни при чем".

Человека не пугает мысль об алкогольной зависимости, если при этом он может продолжать жить в своем доме со своей семьей и не теряет работу. Он поддерживает себя мыслью о том, что именно благодаря спиртному он и может обладать всем этим. Он думает, что употребляет спиртное с целью поддерживать себя "в форме". Многие из них полагают, что быть алкоголиком лучше, чем грабить, вести распутный образ жизни и т.п. "По крайней мере, - думает он, - моя привязанность к спиртному не причиняет окружающим такого вреда, как многие другие пороки". Требуются годы для того, чтобы спиртное полностью разрушило жизнь своего раба, и поэтому на ранних стадиях алкоголизма больного очень трудно убедить в необходимости обратиться за помощью.

Человеку, страдающему алкогольной зависимостью, необходимо осознать, что чем дольше он отказывается от помощи, тем труднее ему потом будет освободиться от власти алкоголя. Многие обращаются за помощью слишком поздно. Согласно статистике, алкоголизм сокращает жизнь на 12-15 лет. По моему мнению, ранняя диагностика и лечение — единственная возможность избежать преждевременной или медленной, полной отчаяния смерти где-нибудь в подворотне.

Размышление

Мы пили, чтобы найти счастье, а стали несчастными.

Мы пили, чтобы приобрести радость, а обрели безысходность.

Мы пили для поддержания беседы, но спорили по каждому вопросу.

Мы пили, чтобы повысить свой профессионализм, а стали неспособными.

Мы пили за дружбу, а стали врагами.

Мы пили, чтобы уснуть, а просыпались уставшими.

Мы пили для укрепления здоровья, а стали калеками.

Мы пили, чтобы расслабиться, и подхватили лихорадку.

Мы пили, чтобы приобрести уверенность, но исполнились сомнениями.

Мы пили, чтобы забыть, теперь же нас постоянно посещают мучительные воспоминания.

Мы пили, чтобы уничтожить проблемы, но только умножили их число.

Мы пили, чтобы выжить, а стоим на пороге смерти.

— Хантингтонская миссия

6

Алкоголизм распространяют люди, а не бутылки

Это действительно так. Потребовалось много времени, чтобы мы осознали это. В течение многих лет мы сражались с бутылкой, стремясь вразумить производителей спиртного и его распространителей. Настоящий же источник заболевания был оставлен без внимания. Если бы не трагизм проблемы алкоголизма, можно было бы посмеяться над тем, что в течение уже стольких лет мы с таким упорством сражаемся с бутылкой, вместо того чтобы помочь человеку избавиться от зависимости. В последнее же время тактика борьбы с алкоголизмом была несколько изменена. Все чаще основным полем битвы становится сам алкоголик. Лучший метод прекратить деятельность производителей и распространителей спиртного - помочь алкоголику освободиться от потребности в выпивке.

Человек сам делает выбор

Человек протягивает руку за бутылкой. Руководствуясь тем, насколько быстро он хочет опьянеть, человек выбирает тот или иной напиток. Если он хочет весело провести вечер, то, скорее всего, будет пить пиво с водкой. Это позволит ему наслаждаться эйфорией алкогольного опьянения в течение определенного промежутка времени. Он не хочет напиться, он просто хочет "хорошо себя чувствовать". Он будет понем-

Помощь свыше

ногу потягивать свой напиток, чтобы растянуть это состояние на большую часть вечера.

Если же человек пережил тяжелый день, с головной болью, напряженными отношениями с окружающими и необходимостью принимать трудные решения, то выпьет что-нибудь крепкое, чтобы сразу опьянеть и освободиться от напряжения.

Он напивается еще сильнее, когда волнуется по поводу необходимости принять ответственное решение, так как только в состоянии опьянения он способен совершить значимый поступок.

Внутренние изменения

Алкоголизм распространяется через людей, и если мы хотим помочь алкоголику обрести свободу, то нам следует вызвать изменения в его сердце и сознании, а это не так просто, как изменить надпись на этикетке. В процессе возвращения алкоголика к прежнему нормальному состоянию следует придерживаться определенной прогрессивной последовательности. Думаю, алкоголик сам должен решить, хочет ли он следовать намеченному плану. Помните историю о двух лягушках, попавших в кувшин со сметаной? Одна из них испугалась трудностей и утонула, а другая оказалась мудрее: она попыталась выпрыгнуть из кувшина. Она так упорно и так долго старалась выпрыгнуть из сметаны, что, конечно, взбила из нее хорошее масло и спаслась. Алкоголик может выжить и преодолеть свою зависимость, если попытается что-то делать.

Во-первых, у него должна возникнуть потребность в изменениях. Эта потребность возникает в самом алкоголике. Он должен понять, что дальше так жить невозможно. Окружающие ничем не смогут ему помочь, если он сам не увидит, в каком положении находится. Ему следует осознать, что из-

Помощь свыше

бранные им методы решения проблем неприемлемы и что их нужно заменить более разумными. Сам алкоголик должен почувствовать необходимость в изменении своей жизни, понять, что спиртное ему ничем не поможет.

Во-вторых, необходимо продумать направление, в котором следует действовать. Каким образом могут осуществиться желаемые изменения? Нужно разработать план действий, согласно которому создается психологическая и физическая атмосфера, в которой можно пережить состояние абстиненции и восстановить силы. Трезвого образа жизни можно достичь только путем сочетания принятых решений с определенными действиями; ничто не должно быть оставлено на волю случая. На этом этапе человек не сможет обойтись без людей, готовых оказать ему помощь.

В-третьих, нужно иметь ясное представление о том, что должно произойти с данным человеком. Кем он станет? Обязательно стоит представлять себе образ, идеал, которого нужно достичь. Что он будет делать, когда станет здоровым человеком? Что можно будет вернуть из прошлой жизни человека? Где он будет жить, работать, чем сможет заниматься? Важно, чтобы в сознании пациента было четкое представление всех этих деталей. К сожалению, многие алкоголики бросили лечение на полпути только потому, что не знали, зачем им это нужно.

В-четвертых, алкоголик должен отречься от своей привязанности. Необходимо отвергнуть тот образ жизни, который способствует развитию алкогольной зависимости. Алкоголик, стремящийся освободиться от своей болезни, должен оставить все, что так или иначе связано с его ненормальным образом жизни: он должен полностью отказаться от спиртных напитков, оставить друзей, с которыми выпивал, свою прежнюю работу и т.д.

Если этого не произойдет, человек не сможет навсегда полностью отказаться от спиртного; в лучшем случае он только на

Помощь свыше

время прекратит пить. Полностью отказаться от спиртного сможет только тот, кто приложит все усилия для того, чтобы стать другим человеком.

В-пятых, принятое решение необходимо защищать. Как извне, так и внутри самого алкоголика будет возникать сопротивление принятому решению. Кто-то может попытаться убедить пьющего в том, что у него вообще нет никаких проблем со спиртным; другие скажут, что если он и привязан к спиртному, то не настолько, чтобы полностью отказаться от удовольствия выпивать. Если человек принял решение освободиться от алкогольной зависимости, он должен противостоять сомнениям в необходимости полностью до конца своей жизни отказаться от спиртного. Выражаясь спортивными терминами, он должен стать собственным комментатором и судьей.

В-шестых, подобно тому как раньше он полагался на спиртное, теперь ему необходимо возложить все свои надежды на программу освобождения, которую он сможет выполнить только благодаря заранее разработанному плану. Этот план должен включать в себя волевое решение принять жизнь такой, как она есть, и противостоять жизненным проблемам и трудностям.

Самое трудное - изменить себя. Для этого необходимы глубокое осмысление своих проблем, самодисциплина, мужество и смирение. Слишком часто люди думают, что для этого достаточно одних только благих намерений.

Размышление

"О, невидимый дух вина, если бы у тебя не было иного имени, то имя Дьявол было бы наиболее точным".

— Шекспир

Семья алкоголика

Как правило, все семейные трагедии, начиная с утраты материального благосостояния и заканчивая смертью одного из членов семьи, переживаются с удивительной стойкостью. Часто тяжелые переживания только укрепляют любовь и чувство единства в семье. Однако среди прочих переживаний есть одно, которое как ничто иное подрывает взаимоотношения, разъединяет и разрушает семью. Обычно его называют алкоголизмом - трагедией, когда один или оба супруга злоупотребляют спиртным. Алкоголик - это человек, чья привязанность к спиртному препятствует ему исполнять свои обязанности или поддерживать взаимоотношения с окружающими.

Трагедии в семье

Алкоголизм - трагедия, к которой семья обычно оказывается не готова, в то время как тяжелой болезни, утрате материального благосостояния или даже потере близкого человека нередко противостоят с твердостью и мудростью, объединяющей и сближающей семью. Алкоголизм застанет семью врасплох, и результатом этого становится разъединение и разрушение отношений между ее членами.

Поскольку появление в семье алкоголика чрезвычайно травмирует семью и семейные отношения, программа освобождения должна охватывать не только самого больного, но и чле-

Помощь свыше

нов его семьи. Алкоголизм нередко называют болезнью всей семьи, поскольку от влияния спиртного на одного из ее членов страдают также и все остальные. Каждый алкоголик оказывает выраженное воздействие на других людей, и их количество колеблется от девяти до двадцати одного человека. Невозможно предсказать реакцию членов семьи на появление в ней алкоголика. Келлерман - исследователь проблемы алкоголизма - определяет четыре этапа, которые, как правило, переживает семья алкоголика до того, как решается обратиться за помощью:

1. *Отрицание существования проблемы.* Каждый старается скрыть ее как друг от друга, так и от окружающих.

2. *Домашняя терапия.* Попытки убедить алкоголика бросить пить. В ход идут убеждения, угрозы, выражения сочувствия и т.д. Домашняя терапия никогда не достигает успеха, поскольку усилия направлены на изменение поведения другого человека.

3. *Хаос.* Трагедия становится явной; теперь ее уже невозможно отрицать или скрыть, о ней узнают соседи и друзья. Меняются взаимоотношения между членами семьи, их роли и обязанности.

4. *Контроль.* Супруг/а или другой член семьи полностью берет алкоголика под свое попечение и контроль. Пьющий, если он продолжает жить в семье, становится полным эмоциональным инвалидом.

Тот факт, что близкие алкоголика пытаются решить возникшую проблему своими силами, так же как и неизменно сопутствующие им неудачи, указывает на то, насколько семьи не подготовлены к необходимости противостоять алкоголизму. Какой бы ни была линия поведения семьи, ей необходима квалифицированная помощь извне. Семья может поддерживать больного в ходе процесса освобождения, но она никак не может руководить самим процессом.

Первое, что можно сделать для попавшей в беду семьи, это дать понять, что алкоголизм - не наследственное заболева-

Помощь свыше

ние, передаваемое от одного поколения другому. Алкоголизм - не врожденное заболевание. Нет никакого основания полагать, что ребенок страдающего алкогольной зависимостью человека также окажется жертвой этого порока.

Действительно, некоторые дети алкоголиков впоследствии начинают пить, однако это не является непреложным правилом. Многие дети алкоголиков вообще никогда не прикасаются к спиртному. Даже тот, в чей семье алкоголики присутствовали в каждом поколении, не обязательно впадает в алкогольную зависимость.

Основной причиной того, что дети алкоголиков страдают той же зависимостью, является пример, который им подадут родители; генетический фактор играет второстепенную роль. Всем известно, что дети перенимают черты характера своих родителей. Дети алкоголиков также следуют примеру своих родителей.

Еще один миф, который необходимо развеять, заключается в представлении, что алкоголик не примет помощь, пока не убедится в безвыходности своего положения: только утратив здоровье, работу, семью, дом, он сможет пожелать вернуться к нормальному образу жизни. Вопреки бытующему мнению, алкоголику можно помочь на любом этапе развития заболевания. Поэтому мы не должны сидеть и ждать, пока любимый человек полностью разрушит спиртным свою жизнь, и только после этого протянуть ему руку помощи.

Предлагая семье алкоголика совет относительно оказания помощи пьющему члену семьи, необходимо следовать определенным правилам:

Что следует делать:

1. Необходимо изучить проблему алкоголизма. Для того чтобы иметь реалистичные представления и благоразумное отношение, нужно знать, что алкоголизм из себя представляет.

Помощь свыше

2. На основании приобретенных познаний о внутреннем мире алкоголика и о сути проблемы алкоголизма следует выработать соответствующее отношение к близкому человеку; очень важно, чтобы каждая деталь линии поведения была тщательно продумана.

3. Оцените свое отношение к близкому человеку. Поставьте перед собой прямые вопросы и дайте на них честные ответы. "Как я отношусь к этому человеку - с любовью, с безразличием или, может быть, я не желаю иметь с ним ничего общего?"

4. Обсудите создавшееся положение с человеком, которому вы можете довериться. Это может быть психолог, священник или просто человек, переживший подобную ситуацию.

5. Создайте и поддерживайте в семье здоровую атмосферу, способствующую тому, чтобы все члены семьи испытывали сочувствие к алкоголику.

6. Проявляйте терпение, живите одним днем. Для развития алкогольной зависимости требуется продолжительное время; освобождение тоже не происходит за одну ночь. У вас будут неудачи. Не сдавайтесь.

7. Говорите с алкоголиком о его зависимости только тогда, когда он трезв, например, во время похмелья, когда его мучают угрызения совести.

8. Объясните детям, что такое алкоголизм.

9. Молитесь об алкоголике. Говорите ему о том, что, вместо того чтобы зависеть от спиртного, он может отдать все свои страхи и проблемы Господу.

10. Алкоголик может находиться в кругу семьи лишь до тех пор, пока это не несет в себе опасности для остальных ее членов. Это поможет алкоголику избежать дополнительных страданий от чувства вины за совершенное преступление, а также ограничит вероятность появления у членов семьи чувства ненависти по отношению к любимому человеку.

Чего не следует делать

1. Не следует читать алкоголику лекции, надоедать ему советами, нотациями и относиться к нему свысока. Из-за присущей алкоголику низкой сопротивляемости ваши поучения будут только способствовать появлению в нем желания найти утешение в спиртном.

2. Никогда не прибегайте к убеждениям, воздействующим на эмоции ("если ты меня любишь..."). Они усугубляют в пьющем чувство вины и, следовательно, вызывают потребность в спиртном.

3. Не угрожайте тем, что вы не собераетесь или не сможете выполнить.

4. Не выполняйте за алкоголика его обязанности, не относитесь к нему как к человеку, который ни на что не способен. Полное отсутствие каких-либо обязанностей лишает жизнь смысла.

5. Не ограждайте алкоголика от ситуаций, в которых он будет иметь возможность выпить, не прячьте от него спиртное - это только усилит в нем желание иметь тайный запас крепких напитков.

6. Не требуйте обещаний и не давайте алкоголику иного повода к обману. Нарушенные обещания усиливают в пьющем чувство вины и приводят к утрате самоуважения.

7. Не обманывайте себя мыслью о скором и полном излечении дорогого вам человека от алкогольной зависимости.

8. Не покрывайте и не ищите извинения проступкам алкоголика; не скрывайте от него истинные последствия его поведения.

9. Не делайте из себя мученика; старайтесь не идти на поводу у чувства стыда или вины. Все это препятствует возможности быть объективным, кроме того, алкоголик, и без того мучимый угрызениями совести, как правило, чувствует ваше состояние.

10. Старайтесь не обсуждать и не подвергать сомнениям метод освобождения от алкогольной зависимости, избранный алкоголиком.

11. Никогда не используйте детей как средство достижения цели, не настраивайте их против алкоголика.

12. Никогда не пейте с алкоголиком.

13. Не вините себя за чужое поведение.

В Америке существует целый ряд организаций, оказывающих помощь алкоголику и его семье. К ним относятся общественные организации, центры оказания анонимной помощи и проч. Основную же помощь и поддержку может оказать пастор и община церкви, если, конечно, они представляют собой живую, любящую и заботящуюся о духовном здоровье своих членов церковь. Святой Августин когда-то сказал такие слова: "Без друга человек не сможет обрести веру". Пастор - именно тот человек, к которому в первую очередь следует обратиться за помощью, поскольку он может и должен помогать людям разрешать духовные и психологические проблемы как личного, так и семейного характера. Служитель, готовящий себя к тому, чтобы оказывать помощь страдающим алкогольной зависимостью людям и их семьям, может принести очень много пользы тем, кто ищет освобождения от "зеленого змия".

Очень часто попавшие в беду семьи допускают серьезную ошибку, полагая, что лишь только алкоголик принял решение освободиться от зависимости, семья может вернуться к своему нормальному образу жизни. Эту ошибку совершают из-за неверного представления, будто спиртное -- единственная проблема близкого человека. На самом же деле основная проблема алкоголика, которую он пытался решить при помощи спиртного, все еще присутствует в нем. Именно ее необходимо удалить, не прибегая к спиртному.

Помощь свыше

Иногда семье алкоголика приходится даже труднее, чем самому больному, переживать время возвращения к нормальной жизни. Им пришлось пережить изменения в образе жизни: изменились роли и обязанности членов семьи, иными стали взаимоотношения в семье – все это не могло не сказаться на взаимном доверии и любви друг ко другу. Теперь, когда любимый человек снова ведет трезвый образ жизни, семье предстоит пережить новый "переворот", а это бывает не так уж просто, особенно если алкоголиком было проявлено жестокое отношение к членам семьи. Для возвращения к нормальной жизни необходимо время, терпение, готовность простить друг друга и дружеская поддержка. Однако, если семья продолжает получать помощь извне, и особенно если эту помощь оказывает церковь под руководством пастора, то не стоит допускать сомнения в возможности полного восстановления и возвращения к нормальной жизни самого больного и его семьи.

Размышление

"Пусть говорят дети - хрупкие, обманутые, искалеченные создания; пусть говорят дети - слепые, слабоумные, избитые существа....Пусть они станут посланием нашего народа... и да будет это послание прочтено, чтобы мы поняли, что страшная утрата, которую они не могли не понести в своих телах, умах и душах, запечатлена на позорных воротах в мир алкоголизма".

— *Евангелина Бутс*

8

Поле битвы - сознание алкоголика

Многие люди пытаются сражаться с алкоголизмом в пивных, в судах, в церквях; на самом же деле алкоголизм оккупировал сознание человека. Окружающая среда может предоставить человеку возможность доступа к спиртному, но алкоголиком он становится только с согласия своего разума.

Человек становится алкоголиком потому, что в своем сознании он сделал спиртное источником решения внутренних проблем. Поэтому, чтобы вернуться к нормальной жизни, ему необходимо начать освобождение от зависимости с собственного сознания - другого пути к полному исцелению не существует.

Для того чтобы открыть для себя путь в мир алкоголизма, человеку необходимо иметь определенные понятия в отношении спиртного. Точно так же и выйти из этого мира возможно, только изменив образ мышления алкоголика.

Ниже представлена диаграмма, отображающая умственную деградацию, происходящую в алкоголике; восходящая линия диаграммы показывает образ мышления, необходимый для начала процесса возвращения человека к нормальной жизни. На этой диаграмме отображен также и образ мышления человека, зависящего от спиртного.

Помощь свыше

1.	В спиртном нет ничего плохого.	Алкоголь вреден.
2.	Спиртное может сослужить мне хорошую службу.	Алкоголь невыносим.
3.	Мне спиртное необходимо.	Алкоголь неприемлем.
4.	Спиртное ужасно, но я не смогу жить без него. Я не смогу бросить пить.	Я не хочу пить спиртные напитки.

Путь вниз

Первый шаг по пути вниз - "В употреблении спиртного нет ничего предосудительного." Часто можно услышать от алкоголика: "Да что ж плохого в том, чтобы выпить бутылку пива, стакан вина или сто граммов водки?" К сожалению, алкоголик не мог предвидеть всех последствий употребления этилового спирта. Если бы он это сделал, то ни за что не говорил бы так и, конечно, не стал бы алкоголиком. Я не хочу сказать, что спиртное само по себе сделало его алкоголиком, но не попробуй такой человек крепкого напитка, он никогда не стал бы зависим от него. Алкоголик в своих рассуждениях о спиртном упустил из виду тот момент, что это наркотик, а не просто напиток. Алкоголик не учел, что алкоголь имеет наркотическое действие. Всех алкоголиков объединяет нечто общее, а именно то, что они не относились к этиловому спирту, как к наркотическому веществу. Они думали, что спиртное - хороший товарищ, с которым можно весело провести время. Но, к сожалению, этиловый спирт может быть для человека чем угодно, но только не другом.

Второй шаг по пути вниз - "Спиртное может сослужить

Помощь свыше

хорошую службу." Спиртное проникает в жизнь человека путем двойного обмана, используя для этого лживую рекламу и ложное умозаключение. Протягивающий руку за бутылкой проявляет свою веру в ложные рекламные утверждения о том, что спиртные напитки нужны человеку. Будущий алкоголик оказывается затянутым в трясины, созданную рекламой, утверждающей, что благодаря спиртным напиткам жизнь может стать лучше. Итак, человек решил, что при помощи спиртного он может улучшить самого себя, или, по крайней мере, хорошо провести время. Именно в этот момент он позволил алкоголю стать частью своей жизни. Вскоре выпивающий обнаруживает, что спиртное может перенести его в иной мир, если он хочет уйти от проблем мира, в котором живет. Он видит, как алкоголь помогает ему стать другим человеком, отличным от того, каким он в действительности является. Кроме того, употребляя спиртное, можно избавиться от страданий, разочарований и психологического напряжения. Алкоголик начинает искать повод для того, чтобы выпить, что в конце концов приводит его к полной зависимости от спиртного.

Третий шаг по пути вниз - "Мне спиртное необходимо." В человеке произошло много физических и психологических изменений. За то время, пока алкоголик говорил: "Спиртное может сослужить мне хорошую службу", он глубоко проник в мир алкоголизма, всем своим существом привязавшись к спиртному. Теперь он и физически, и психологически зависит от алкоголя. Поскольку этиловый спирт является наркотиком, у алкоголика вырабатывается не только психологическая, но и физическая зависимость от него. По существу, алкоголик оказался в тисках физической и психологической зависимости от алкоголя; они настолько усиливают друг друга, что, кажется, никогда не выпустят его из своих жестоких объятий. Они похожи на двух ревнивых сестер, ни одна из кото-

Помощь свыше

рых не желает уступить. Алкоголик понимает, что не может вырваться из цепей одной зависимости, и начинает бороться с ней при помощи другой, тем самым только усугубляя свое и без того безнадежное положение. Теперь он искренне верит, что не сможет нормально функционировать и решать жизненные проблемы, не прибегая к помощи спиртных напитков.

На этом этапе алкоголик сопротивляется оказываемой ему помощи. Ему кажется, что вся его жизнь теперь заключена в возможности выпить. Он так прочно укоренился в этом мнении, что изо всех сил сопротивляется каким бы то ни было попыткам друзей и близких помочь ему вырваться из пут ужасной зависимости.

Психологически он боится оказаться без спиртного перед лицом своих внутренних проблем. Физически ему приходится определять для себя тот допустимый минимум необходимого количества спиртного, без которого он не сможет обойтись. Чувствуя, что этот минимум все более возрастает, несчастный пытается сопротивляться цепкой хватке наркотика, но отступает, не в силах преодолеть страх перед предстоящей агонией. Он достиг того *cul de sac*, при котором спиртное ему кажется необходимым, чтобы не лишиться рассудка и не рассыпаться на части от физических страданий. На этом этапе алкоголик не преувеличивает, говоря, что не может жить без спиртного.

Четвертый шаг по пути вниз - "Спиртное вызывает у меня ужас и страх". Когда человек начинает понимать, что стал алкоголиком? Думаю, это происходит тогда, когда он пытается бросить пить, но обнаруживает, что не может это сделать собственными усилиями. На этом этапе ему необходимо выбрать одну из двух возможностей, при этом для размышления у него почти нет времени. Он может либо продолжать пить, либо же обратиться за помощью и начать путь к нормальной жизни.

Помощь свыше

Для тех, кто не знаком с силой власти спиртного, представляется нетрудным выбрать освобождение. Кажется, что может быть проще, чем произнести эту коротенькую фразу: "Я хочу бросить пить." Однако в действительности освободиться от алкогольной зависимости оказывается намного сложнее. Пьющий человек уже сам боится алкоголя, но в то же время страх перед возможностью расстаться с ним оказывается сильнее.

Что необходимо переосмыслить

Прежде чем решиться на освобождение от зависимости, алкоголик размышляет над рядом моментов:

1. Страх перед необходимостью отказаться от спиртного. Алкоголика пугает сама мысль о необходимости отказаться от употребления крепких напитков.

2. Страх оказаться отвергнутым. Алкоголик подозревает, что "прошлое" будет преследовать его всю последующую жизнь.

3. Хватит ли мужества? Справится ли алкоголик с ожидающими его жизненными трудностями? Разве не было у него веских оснований обратиться за помощью к спиртному в первый раз?

4. Потеря профессиональных навыков. Сможет ли бывший алкоголик найти себе место на рынке труда? Страх перед необходимостью самому зарабатывать себе на жизнь много раз усугубляла потребность несчастного в спиртном.

5. Возрастной фактор. Особенно трудно освободиться от алкогольной зависимости тем, кто был зависим в течение долгих лет. Решиться на лечение им мешает ложное представление, заключающееся в том, что начинать новую жизнь уже слишком поздно.

Помощь свыше

6. Какова цель прилагаемых усилий и переносимых страданий? Этот вопрос останавливает многих алкоголиков. "Зачем мне все это?" Те, кто уже все потерял в своей жизни, включая работу и семью, не видят особого смысла в том, чтобы пытаться вернуться к нормальной жизни.

7. Самодовольство. "Моя жизнь не так уж плоха." Часто одной из причин отказа от лечения, приводимой алкоголиком, является самодовольное утверждение: "По крайней мере, я остаюсь самим собой!"

8. Гордость. Некоторым алкоголикам гордость мешает признать, что у них действительно есть проблемы, связанные со злоупотреблением спиртного, и что им необходима помощь. Алкоголики-мужчины часто говорят: "Какой же я мужчина, если не пью?"

9. Среди прочих причин неспособности алкоголика согласиться на лечение от алкоголизма необходимо помнить и о нарушении умственной деятельности, ставшей результатом долгого употребления спиртного. Из-за нарушения умственной деятельности они просто не в состоянии принять такое решение. Принудительное лечение - лучший выход для таких людей.

Итак, алкоголик может продолжать отстаивать свое право на привязанность к спиртному или же решиться на лечение от алкоголизма. Нам невозможно понять истинные мотивы такого упорства, так же как непостижим для нас и внутренний мир самого алкоголика. Несмотря на все усилия, прилагаемые окружающими к тому, чтобы помочь человеку освободиться от зависимости, основной движущей силой принятия такого решения остается его сознание. Поверьте, решение должно быть принято в глубине души больного. Давайте снова обратимся к нашей схеме, чтобы рассмотреть шаги, которые алкоголику необходимо предпринять для достижения полного освобождения.

Помощь свыше

Путь вверх

Первый шаг по пути вверх - "Алкоголизм невыносим." "Я более не могу оставаться алкоголиком." Пьющему человеку приходится совсем нелегко. Его жизнь полна трудностей. Проблемы окружают его со всех сторон: дома, в семейной и общественной жизни, в отношениях с друзьями; он испытывает постоянные материальные трудности, находится в постоянном страхе перед потерей своего рабочего места и положения в обществе. Все эти неприятности усугубляются необходимостью искать пути приобретения спиртного. Алкоголику повсюду угрожают опасности: опасность попасть под машину, опасность со стороны грабителей, не упускающих случая воспользоваться беззащитным состоянием пьяного, опасность оказаться на больничной койке, так как постоянное употребление спиртного разрушает здоровье... Многие алкоголики проводят значительную часть своей жизни в тюрьмах, больницах, наркологических лечебницах. Психологическая реакция на алкогольную зависимость имеет самые разнообразные проявления, включая острое чувство одиночества, разочарование и отчаяние, часто сопровождаемое столь сильной ненавистью к собственной жизни, что некоторые решаются на самоубийство (около 50% всех совершаемых самоубийств так или иначе связаны со злоупотреблением спиртным).

В конце концов наступает день, когда спиртное отказывается воздействовать на своего раба - день расплаты, в который алкоголик достигает предела своих страданий и чувствует, что его жизнь стала просто невыносимой и он не может продолжать так жить. Это чрезвычайно важный переломный момент в отношении алкоголика к спиртному. Он необходим для того, чтобы человек решился изменить свою жизнь и обратиться за помощью.

Помощь свыше

Это критический момент в жизни алкоголика. Человек находится на распутье: еще глубже погрузиться в мир алкоголизма или же попытаться освободиться от своей зависимости. Я убежден, что от более раннего обращения алкоголика удерживает то, что окружающие из любви и сострадания стараются оградить его от всех последствий злоупотребления спиртными напитками. Если в таком человеке когда-нибудь возникнет желание освободиться от зависимости, это может произойти только под давлением всего, что ему приходится испытывать в своей жизни. Это нормально и нам ни в коем случае не следует ограждать алкоголика от возможности прочувствовать на себе все последствия своего поведения. Оплачивая счета алкоголика, защищая его от всевозможных неприятностей, связанных со злоупотреблением спиртным, мы тем самым отдаляем возможность осознания им своего положения и появления в нем желания вернуться к нормальной жизни. Чем скорее алкоголик прочувствует всю глубину страданий зависимой от спиртного жизни, тем скорее он пожелает освободиться от этой зависимости. Это - единственная возможность спасения для такого человека. Только тогда, когда жизнь станет для алкоголика невыносима, он решится отказаться от спиртного. Не существует расписания, согласно которому можно определить, когда алкоголик будет готов сказать: "С меня довольно!" Только чрезвычайно тяжелые жизненные обстоятельства, связанные с алкогольной зависимостью, могут привести алкоголика к этому решительному шагу, который, в свою очередь, становится ступенью к следующему шагу по пути вверх.

Второй шаг пути вверх - "Алкоголь неприемлем." Беседа с одним алкоголиком, я задал ему вопрос, почему он хочет пройти курс нашей программы реабилитации. Его ответ был похож на многие другие, которые мне приходилось слышать: "Алкоголь не может помочь мне решить мои жизненные про-

Помощь свыше

блемы." Спиртное не может решить ни одну из проблем, напротив, он создает новые. Я могу быть полностью убежден в возможности освобождения человека от алкогольной зависимости только тогда, когда он приходит к заключению, что при помощи спиртных напитков он не сможет избавиться от своих проблем. Алкоголику сложно решиться на попытку освобождения. Он сможет принять иные пути решения своих проблем только тогда, когда у него не останется ни одного аргумента в пользу употребления спиртных напитков.

Третий шаг по пути вверх - "в спиртном нет потребности." Полное освобождение от алкогольной зависимости происходит в человеке только в том случае, когда он может вполне искренне сказать самому себе, что в его жизни не осталось места для употребления спиртных напитков. Однажды наступит день, когда такой человек сможет сказать: "Спиртное не сможет улучшить ни один из аспектов моей жизни." Я уверен в том, что ему не захочется употреблять спиртные напитки даже по праздникам. И уж конечно, я бы не рекомендовал ему этого делать. Такое отношение проистекает из двух положительных моментов, которые человек открывает в своем новом положении:

1. Освобождение от физических проблем, связанных со злоупотреблением спиртными напитками. Теперь бывший алкоголик чувствует себя свободным от интоксикации, тремора, помутнений сознания, постоянных ссор с окружающими и т.д.

2. Освобождение от алкогольной зависимости. Бывший алкоголик более не является рабом спиртного. Он вырвался из власти мира алкоголизма. Он снова может управлять своей жизнью, и очень скоро начинает чувствовать, что никто, кроме него самого, не может властвовать над его жизнью. Бывший алкоголик радуется жизни как тот, кто только что освободился из тюрьмы: ведь он тоже чувствует себя освобожденным из созданной своими руками стеклянной крепости. Теперь у него нет ни малейшего желания снова попасть туда.

Несколько заключительных моментов

1. Алкоголик сам принял решение пить. Никто не вынуждал его к этому, никто не убеждал его подчинить свою жизнь спиртному. Он сам сделал это по причинам, известным только ему. Точно так же должно быть принято решение освободиться от этой зависимости. До определенной степени это решение принадлежит ему одному, но он не примет его до тех пор, пока не "созреет" для этого. Лучшее, что можно сделать, чтобы помочь алкоголику, это убеждать его бросить пить и не пытаться отвратить от него все последствия алкогольной зависимости, поскольку он захочет бросить пить только под давлением невыносимых для него обстоятельств.

2. Не следует пытаться убедить алкоголика бросить пить, угрожая обещаниями, которые вы не намерены выполнять. Обязательно выполняйте свои обещания, в противном случае вы позволяете алкоголику и далее оставаться в своем безнадежном состоянии.

3. Помогите алкоголику во время его лечения и восстановления. Для его возвращения к нормальной жизни недостаточно только разорвать оковы алкогольной зависимости. Следует разрешить проблемы, которые человек пытался преодолеть при помощи спиртного. Человеку, возвращающемуся к трезвой жизни, необходимо помочь увидеть, как можно преодолевать жизненные трудности иными путями.

4. Не отчаивайтесь, видя безнадежное состояние человека, находящегося в алкогольной зависимости. Возможно, вы - единственный человек, кто сможет протянуть ему/ей руку помощи.

Размышление

Из его кармана выпала фотография,
которую он уже давно повсюду носил с собой.
Она могла рассказать прекрасную повесть
о дружной семье.
Глава семьи был сильным и красивым мужчиной.

Его история похожа на многие другие.
Он пользовался уважением,
посещал церковь и исправно платил налоги.
У него была хорошая работа.

Но на работе и повсюду вокруг было так много
проблем и трудностей,
Они сломили бы не одно усталое тело!
И вот, чтобы расслабиться в конце напряженного дня,
он выпивал всего один стаканчик вина.

А позже приходили друзья и,
чтобы не показаться негостеприимным хозяином,
он выпивал еще и еще.
Потом он пил и тогда, когда гостей не было.

Вскоре несчастный остался без своего красивого дома
и работы, которой он так гордился.
Ему так нужна была помощь, но куда-то исчезли все,
кого он еще недавно считал своими добрыми
друзьями.

Он видел страдания своей семьи, но в тумане
алкогольного опьянения
он уже ни о чем не заботился.
Однажды он просто убежал, думая, что
родные никогда ничего не узнают о нем.

Помощь свыше

Годы исказили его некогда молодое и красивое лицо, дурман сделал морщины еще более глубокими, а кошмарные сны, мучившие его по ночам, отняли у несчастного последнее – сон.

Однажды он пришел в приют для алкоголиков, чтобы поесть и переночевать. Там ему рассказали прекрасную историю, которую он никак не мог забыть.

Это была история о любви. О любви Бога к нему, о том, что Бог готов дать прощение каждому, каждого хочет избавить от гибели и может помочь жить дальше.

Встав на колени, этот человек обратился к Богу за помощью и получил спасение. Ему понадобилось время, чтобы восстановить свои силы, После чего он смог вернуться к своей семье. Его дети и жена с радостью приняли его.

Благодарение Богу за христианский приют, где несчастные могут получить помощь! Господь Иисус любит каждого, и ангелы радуются на небесах о каждом кающемся грешнике.

Марта Лич Райс

9

Алкоголик: из дворца на дно

Кажется, в нашей стране становится все больше алкоголиков. Я бы разделил это многочисленное меньшинство на две существенно отличающиеся категории - явные и тайные алкоголики. К сожалению, те, кто создают центры реабилитации алкоголиков, не учитывают принципиальные различия между этими категориями, в результате чего около 80% денег, потраченных в таких центрах, используются для оказания помощи лишь 5% алкоголиков. Это означает, что вся оказываемая помощь обращена на наименее перспективную область данной проблемы.

Давайте рассмотрим отличительные характеристики алкоголика "из подворотни" и подумаем, что можно сделать, чтобы помочь ему вернуться к нормальной жизни. В ходе обсуждения этих вопросов мы рассмотрим различия, разделяющие мир алкоголиков на две категории.

Алкоголик невидимый

Понятия "тайный" или "невидимый" алкоголик указывают на то, что больной еще не достиг того состояния, когда он уже не может вести свой обычный образ жизни и факт его зависимости становится очевидным для всех. Невидимый алкоголик уже страдает от алкогольной зависимости, но все еще может вести внешне нормальную жизнь: он живет в собствен-

Помощь свыше

ном доме, водит машину, ходит на работу, нередко занимает высокое положение; этот человек считается примерным отцом/матерью, мужем/женой, добропорядочным соседом...

На этом этапе на алкоголика "работает" целый ряд положительных моментов:

1. Он еще может контролировать свою зависимость так, чтобы привычка к спиртному никоим образом не препятствовала выполнению им своих обязанностей.

2. Он поддерживает нормальные взаимоотношения в семье, с сотрудниками, прихожанами церкви, друзьями по клубу и т.д. Такая связь с окружающими помогает алкоголику поддерживать в своем сознании определенные взгляды относительно собственной жизни, системы ценностей и обязанностей, что несколько облегчает давление, которое больной испытывает в связи со своей зависимостью. В течение определенного времени связь человека с окружающими нейтрализует силу влияния спиртного. Она годами может выполнять для больного жизненно важную роль стабилизатора.

3. Человек еще способен обеспечивать себя, благодаря чему удерживается в числе "невидимых" алкоголиков.

4. У него еще сильно развито чувство уверенности в себе, он высоко ценит собственное достоинство. Возможно, желание поддержать в себе это чувство и стало причиной развития алкогольной зависимости.

5. Привычка к спиртному еще не вызывает столь выраженной конфликтной ситуации.

6. Ему еще не приходилось иметь столкновения с законом из-за злоупотребления спиртным, или же он в состоянии улаживать и скрывать возникающие проблемы.

Можно еще многое добавить о невидимых алкоголиках, составляющих около 95% всех зависимых от спиртного людей.

Помощь свыше

Тайный алкоголик стоит на распутье:

- 1) продолжать вести жизнь алкоголика-невидимки;
- 2) избрать трезвый образ жизни;
- 3) скатиться до состояния пьяницы из подворотни.

Многие алкоголики бросают пить и становятся трезвенниками. Связь с окружающими помогает человеку освободиться от алкогольной зависимости и вести трезвый образ жизни.

Некоторые пытаются доказать, что, пока человек не утратил свое человеческое лицо, его нельзя назвать алкоголиком. Те, кто поддерживают это мнение, искажают истину. Распознать алкоголика можно по причинам, побуждающим его обращаться к спиртному, и тайный алкоголик может в общих чертах рассказать вам ему одному известные причины, заставляющие его пить каждый день или при определенных обстоятельствах.

Явный алкоголик

Согласно статистике, каждый десятый пьющий становится алкоголиком. Я уже говорил о том, что 95% алкоголиков способны вести нормальный образ жизни, благодаря чему для большинства из них их зависимость остается секретом. Однако для многих алкоголиков (а их число с точностью установить не удастся) этот туман неизвестности оказывается путем к следующему этапу, на котором человек превращается в пьяницу из подворотни.

Многих консультантов в Америке занимает вопрос, почему некоторые алкоголики рано или поздно оказываются в подворотне, в то время как другие избегают этой участи.

По моему мнению, пьяница из подворотни также стоит на распутье трех дорог. Он может:

- 1) оставаться в своей подворотне;

Помощь свыше

- 2) вернуться к прежнему положению тайного алкоголика;
- 3) полностью освободиться от алкогольной зависимости.

Несомненно, определенные моменты способствуют тому, что человек оказывается выброшенным из общества. К ним относятся:

1. Неуправляемое употребление спиртного из-за:

- возросших проблем;
- увеличившегося давления;
- увеличения количества употребляемых спиртных напитков.

Переход из армии тайных алкоголиков в ряды алкоголиков явных связан с возрастанием психологической и физической зависимости, лишаящей человека возможности вести свой прежний образ жизни. Таким образом, алкоголик обращается к "более легкой" жизни, в действительности же являющейся жизнью вне общества.

2. Прекращение общения с окружающими. С течением времени проблемы алкоголика становятся все более очевидными для окружающих. Теперь алкоголик решает прервать свои отношения с близкими ему людьми, чтобы избежать дополнительного давления с их стороны, а также чтобы пить, не причиняя дополнительных страданий тем, чья жизнь связана с его собственной. Чувствуя, что не может не пить, он решает пить там, где ему не помешают в этом люди, желающие видеть его трезвым. Таким образом он оказывается выброшенным из общества.

3. Осложнения, связанные с алкогольной зависимостью:

- физическая зависимость: организм человека отказывается функционировать;
- психологическая зависимость: разрушение умственной деятельности (нарушение сознания, неспособность трезво рассуждать и принимать обдуманные решения);

Помощь свыше

- проблемы в общественной жизни (алкоголика начинают избегать друзья и соседи);
- духовные проблемы: разрушение моральных устоев, связанное с чрезмерным употреблением спиртного;
- финансовые проблемы: утратив работу, алкоголик теряет возможность обеспечивать себя и свою семью. Он обращается туда, где проще достать необходимое спиртное, и оказывается выброшенным из общества.

Что удерживает алкоголика "в подворотне"?

После того как алкоголик переходит "в подворотню", его очень трудно вернуть к прежнему образу жизни.

Прежде чем алкоголик решится переменить свой образ жизни, ему необходимо взвесить и рассмотреть целый ряд факторов, с его точки зрения, весьма существенных. Он оказывается перед лицом финансовых проблем. Из-за своей привязанности к спиртному алкоголик не в состоянии зарабатывать себе на жизнь, но без необходимых средств к существованию он не может вернуться к своему прежнему образу жизни.

1. Постоянная депрессия окружает алкоголика стеной мрака и горечи поражения. Алкоголь, как всякий иной наркотик, порождает в человеке физический аспект депрессивного состояния. Психологический аспект депрессии возникает в результате того, что алкоголик постоянно испытывает чувство поражения, разочарования, даже отвращения к самому себе. Спиртное крадет из его души истинную радость, оставляя взамен горькое чувство опустошения.

2. Недостаток общения с прежними друзьями, знакомыми, родными, оставленными алкоголиком в надежде освободиться от их желания помочь ему, еще более укрепляет цепи, в кото-

Помощь свыше

рых он находится. Теперь же, находясь в заточении, устроенном собственными руками, он сам мало что может сделать для себя. Основная, жизненно важная роль миссии избавления заключается в необходимости вывести алкоголика из того плачевного состояния, в котором он находится, сам он этого сделать не в состоянии. Вот почему Господь поместил большую часть миссий избавления именно в тот мир - в мир отбросов общества. Миссии избавления выполняют роль посланников, идущих туда, где находятся алкоголики.

3. Зависимость алкоголика от обитателей мира отбросов общества почти столь же сильна, как его зависимость от спиртного. Такая жизнь привлекает алкоголика возможностью испытывать причудливую эйфорию. Здесь его больше не преследуют со своей помощью друзья и родные; здесь он может почувствовать себя кем угодно, для этого нужно только немного воображения. Здесь у него есть товарищи, которые понимают и поддерживают его, не нужно иметь много денег, чтобы достать необходимое для проживания. Такая легкая жизнь компенсирует для него все то, от чего ему пришлось отказаться. Для многих алкоголиков оказывается слишком трудно вернуться в нормальное общество, и они предпочитают оставаться в этом падшем и зачастую преступном мире.

Хождение по кругу

Если человек пожелает вырваться из западни преступного мира и алкогольной зависимости, он оказывается перед выбором. Одна из возможностей заключается в возвращении к прежнему состоянию алкоголика-невидимки.

Многие люди рассматривают центры реабилитации алкоголиков как место, где можно несколько ослабить свою зависимость, на время отказавшись от спиртного; однако полностью отказаться от спиртного не входит в их планы. Алкого-

Помощь свыше

лик выходит из центра реабилитации, чтобы вернуться к своей прежней "нормальной" жизни: к своей семье, работе, машине, товарищам и т.д. Однако он предполагает, что сможет владеть всем этим, не отказываясь от привычки к спиртному. То есть он возвращается к нормальной жизни, чтобы на время скрыть свою зависимость, затем снова оказывается в преступном мире, после чего все начинается сначала (*ad nauseum*). Существуют определенные причины, заставляющие алкоголика "ходить по кругу":

1. Центр реабилитации оказывается для алкоголика не более, чем вытрезвителем. У него не было намерения действительно бросить пить. Покинув пределы центра реабилитации, он возвращается к прежней привычной жизни, включающей и злоупотребление спиртным.

2. Некоторые алкоголики вернулись к алкоголизму из страха перед необходимостью жить без спиртного. Многие из них думают, что, прожив так долго в зависимости от спиртного, им уже не стоит и пытаться начать новую жизнь.

3. Некоторые не видят в новой жизни ничего привлекательного.

4. Из-за нарушения умственной деятельности и физической слабости, причиненной воздействием алкоголя на организм человека, большее, чего он может достичь - это чередовать шесть месяцев запоя с продолжительным периодом трезвости. Конечно, у каждого алкоголика - свои временные рамки; суть в том, что он уже не в состоянии полностью освободиться от явной или неявной алкогольной зависимости.

Однако алкоголик имеет возможность сделать иной выбор: полностью отказаться от спиртного и всего, что его с этим связывало. Такую возможность имеют и явные, и тайные алкоголики. Процесс восстановления и возвращения к нормальной жизни одинаков для обеих категорий алкоголи-

Помощь свыше

ков. Возможно, явному алкоголику придется приложить больше усилий и дольше работать над собой, но вскоре он окажется в равных условиях с бывшим алкоголиком-невидимкой.

Вот несколько моментов, которые необходимы для полного освобождения от зависимости как явного, так и тайного алкоголика:

- 1) осознание своей зависимости;
- 2) решимость обратиться за помощью;
- 3) отречение от всех привычек, связанных с употреблением спиртного;
- 4) готовность вести новый образ жизни;
- 5) строгая дисциплина и совершенствование себя, как личности; это необходимо для поддержания в себе стремления к трезвому образу жизни;
- 6) восстановление общественной жизни: алкоголику необходимо иметь возможность помогать другим, чтобы восполнить свою потребность чувствовать себя полезным.

Помощь свыше

Размышление

Спиртное является причиной:

- шестидесяти шести процентов всех аварий со смертельным исходом;
- семидесяти процентов всех совершенных убийств;
- сорока одного процента всех нападений;
- пятидесяти трех процентов смертей в результате пожаров;
- пятидесяти процентов изнасилований;
- шестидесяти процентов сексуальных нападений на детей;
- шестидесяти процентов совершенных нападений на детей;
- пятидесяти шести процентов семейных скандалов и драк;
- тридцати семи процентов совершенных самоубийств;
- пятидесяти пяти процентов арестов;
- тридцати шести процентов несчастных случаев, происшедших с пешеходами;
- двадцати двух процентов домашних травм;
- сорока пяти процентов случаев утопления;
- пятидесяти процентов спортивных травм;
- злоупотребление спиртным - наиболее распространенная причина попадания людей в психиатрические больницы.

*Энн Ландерс, Дия Абби
(Ношвэл Теннесси, 13 декабря, 1986)*

10

Кто оказывает алкоголику помощь?

Всех, кто так или иначе связан с алкоголиком, можно разделить на две категории: желающие помочь и способные помочь. Способные помочь в свою очередь подразделяются на две категории: привлекающие внимание к необходимости оказать помощь и оказывающие помощь для возвращения алкоголика к нормальной жизни.

Думаю, нам нужно рассмотреть, какую роль играет каждый, кто вовлечен в процесс лечения и возвращения алкоголика к нормальной жизни. Самому алкоголику тоже необходимо знать, какую роль играет в процессе его восстановления каждый из окружающих его людей. Это поможет ему испытывать больше доверия к тем, кто хочет ему помочь.

Желание помочь алкоголику

Оказывать плохую помощь почти так же плохо, как вообще не хотеть помочь. Иногда желающие помочь искренне стараются изо всех сил и в конце концов причиняют большой вред. Некоторые стараются помочь, проявляя сочувствие, заверяя в своем участии, помогая алкоголику избегать страданий, однако при всем этом они не делают ничего для освобождения его от зависимости. Таких людей часто называют "попускателями". Они способствуют тому, что алкоголик не

Помощь свыше

испытывает никаких неудобств из-за своего образа жизни. Родные и близкие по тем или иным причинам выполняют за него все его обязанности. Они оплачивают счета алкоголика, выручают его из проблем, покрывают его проступки; при этом они думают, что избавление больного от страданий каким-то образом вызовет в нем желание освободиться от алкоголизма. Некоторые желают скрыть от окружающих алкогольную зависимость дорогого им человека, но их "помощь" только облегчает для алкоголика возможность беспрепятственно пьянствовать. Есть люди, которые полагают, что лучше всего предоставить алкоголика самому себе, что сам он лучше разберется со своими проблемами. Однако тот, кто знает хоть что-нибудь о хроническом алкоголизме, никогда не станет ждать, пока алкоголик самостоятельно освободится от зависимости. Некоторые пытаются помочь алкоголику только в моральном плане: они требуют от больного бросить пить. Они думают, что их призывы и слова осуждения - именно то, в чем нуждается алкоголик. Такая "помощь", как правило, заканчивается усиленным запоем.

Способные помочь

Однако среди тех, с кем так или иначе связана жизнь алкоголика, есть люди, способные указать больному на возможность освобождения, а затем помочь ему пройти путь возвращения к нормальной жизни.

Поскольку алкоголизм - это прогрессирующее заболевание, помощь заключается во всестороннем лечении. Однако по мере усугубления зависимости возрастают проблемы и осложнения, связанные с этим пороком, что приводит к необходимости увеличения количества способных помочь людей и различных подходов к решению возникших проблем. Среди этих подходов могут быть принудительное лечение, наложение штрафов, объявление больного недееспособным и т.д. Таким образом,

Помощь свыше

группа помощи разрастается и превращается в целый легион, спасающий алкоголика от его зависимости. Иногда, оказывая помощь, люди забывают о самой проблеме алкоголизма, погрывая ее в бурной деятельности, направленной не на причину, а на последствия злоупотребления спиртным. Перевязка раны уместна в том случае, если ее глубина не требует наложения швов. Только мудрый врач может установить, какая помощь в действительности нужна. Алкоголик нуждается в квалифицированной помощи. Ему нужен консультант, который сможет правильно оценить ситуацию и определить, какого рода помощь необходима данному больному.

1. Роль духовенства.

Часто священник или пастор оказывается первым, к кому обращаются за помощью родные и близкие человека, страдающего алкогольной зависимостью. Иногда алкоголик сам приходит за помощью к пастору церкви, иногда пастора приглашают к больному. Как правило, пастор - это человек, на которого возлагают наибольшие надежды, поскольку человеку, оказавшемуся в беде, легче всего обратиться за помощью именно к священнику. Обычно в церкви помощь оказывается бесплатно. Однако часто эта прекрасная возможность заканчивается неудачей и для алкоголика, и для пастора, к которому он обратился. Это происходит по нескольким причинам:

- Одной из причин нередко является страх алкоголика оказаться осужденным. К некоторым проповедникам он не желает обращаться из-за осуждения, слышащегося в их проповедях на тему об употреблении спиртного.
- Иногда алкоголик недооценивает помощь, которую ему может оказать духовное лицо. Алкоголик полагает, что пастор ничего не знает о спиртном, поскольку сам вообще не пьет. Это становится причиной того, что алкоголик не может полностью довериться пастору.

Помощь свыше

- Некоторые духовные лица оказываются недостаточно осведомлены о проблеме алкоголизма. В этом случае пастор старается поскорее передать алкоголика лицам, способным оказать больному более квалифицированную помощь.

По моему мнению, подготовленный к работе в этой области пастор может сделать очень много, чтобы остановить возрастающую проблему алкоголизма. Обычно бывает слишком поздно что-либо делать, когда женщина говорит священнику: "Сегодня я консультировалась у адвоката по поводу развода с моим мужем-алкоголиком". Часто пастор ничего не знает о проблеме алкоголизма в семьях членов его церкви, иногда он неспособен оказать помощь алкоголику и его семье или же просто не желает оказываться вовлеченным в эти дела. Если бы духовные лица больше знали об алкоголизме и были подготовлены к необходимости оказания алкоголику помощи, то в большинстве случаев проблему злоупотребления спиртным можно было бы распознать и преодолеть на ранних этапах, когда дело еще не дошло до разрушения семьи.

2. Роль правоохранительных органов.

К сожалению, до недавнего времени правоохранительные органы имели дело только с самим алкоголиком; это все, на что был способен закон. Пьяного наказывали за его состояние, при этом к нему проявляли соответствующее отношение, и никому не приходило в голову предоставить ему возможность лечения и реабилитации. Конечно, иногда человека можно заставить прекратить пьянствовать угрозами и наказаниями, возлагаемыми на него судьей, однако таких людей очень мало. В судах, где разбирались дела алкоголиков-правонарушителей, обычно царил атмосфера сочувствия и апатии. Наказания применялись слишком мягкие, что укореняло алкоголика в его решении пить. Если, к примеру, алкоголик

Помощь свыше

пил, чтобы преодолеть свое одиночество, то что могло быть для него лучше, чем привлечь к себе всеобщее внимание во время сентиментальной речи защитника в суде? Это только играло ему на руку!

Однако за последнее время произошли некоторые изменения, благодаря которым у алкоголика появилась альтернатива наказанию или принудительному лечению. На более ранних этапах из-за большого диапазона направлений работы, проводимой в реабилитационных центрах, было трудно определить различия между этими заведениями. Сегодня, когда в суде слушается дело, связанное со злоупотреблением спиртным, на алкоголика смотрят не только как на человека, страдающего алкогольной зависимостью, но и как на того, кто пытается освободиться от этого порока. Именно в этом пункте можно проследить изменения, которые произошли в правоохранительных органах, и эти преобразования не могут не пойти на пользу страдающим алкогольной зависимостью. Однако для того чтобы такой человек действительно извлек из этого пользу, нужно убедить его в необходимости использовать предоставленную ему возможность. Суд не может оставить без внимания те моменты, за которые алкоголик должен понести наказание, такие как вождение автомобиля в нетрезвом состоянии, нанесение материального или физического ущерба окружающим и т.д. Суд может предложить заменить наказание лечением в том случае, если судья находит это справедливой мерой воздействия на подсудимого. Итак, суд назначает принудительное лечение, и алкоголик - скорее всего, впервые - серьезно задумывается о необходимости что-либо предпринять для преодоления своей зависимости. Думаю, позднее алкоголик сможет осознать, что суд сослужил ему добрую службу. Не думайте, что, помогая алкоголику избежать суда, вы оказываете ему услугу.

Речь идет о правоохранительных органах в США (прим. ред.)

Помощь свыше

3. Роль юриста.

Многие оказавшиеся в преступном мире алкоголики недоброжелательно настроены по отношению к юристам и другим представителям закона. Последним, с кем алкоголику придется иметь дело, чаще всего оказывается юрист. "Это он собрал против меня все документы для развода," - думает алкоголик. А ведь в то время, когда алкогольная зависимость только начинала набирать в человеке силу, юрист мог предостеречь алкоголика от действий, способных повлечь за собой серьезные разногласия с представителями закона из-за злоупотребления спиртным. Итак, алкоголик обнаруживает, что юриста можно использовать так же, как и священника или судью. Он может снять или хотя бы облегчить страдания, наносимые человеку приступами потребности в спиртном, что уменьшает и саму проблему алкогольной зависимости. Однако со временем зависимость алкоголика от спиртного становится все более сильной, и юрист уже не в состоянии противостоять ее действию в человеке. Он превращается из юриста-друга в юриста-врага, когда выкладывает перед алкоголиком вначале документы, подтверждающие его банкротство, затем - заявление жены больного о разводе, постановление суда о лишении родительских прав, а порой даже о назначении срока тюремного наказания.

Думаю, юрист может оказать алкоголику неоценимую услугу, если не станет смягчать для него тяжелые последствия алкоголизма. Обязанность юриста и адвоката заключается не только в защите прав своего клиента, но также и в том, чтобы не дать страдающему алкоголизмом клиенту использовать кабинет представителя закона как очередную возможность найти поддержку своей порочной привычки. Юрист должен способствовать тому, чтобы склонить алкоголика к лечению прежде, чем дело дойдет до суда. Он может стать для алкоголика лучшим другом и использовать свое положение,

Помощь свыше

чтобы убедить своего клиента в серьезных последствиях злоупотребления спиртным.

4. Роль медицинских работников.

Некоторые люди утверждают, что среди медработников алкоголиков больше, чем среди представителей любой другой профессии. Именно по этой причине многие алкоголики не обращаются за помощью к медработникам, думая: "Прежде чем помогать мне, излечись сам".

Раньше врачи не были обучены лечению алкогольной зависимости. Затем среди медиков утвердилось мнение, навязанное правоохранительными органами, что алкоголизм - не болезнь, а порок и что алкоголикам место не в больнице, а в зале суда, за исключением тех случаев, когда речь идет о чисто физических осложнениях, таких как цирроз печени, переломы конечностей и т.д. Когда алкоголизм, наконец, был назван болезнью, на медиков обрушился целый поток новых пациентов. Им пришлось иметь дело с заболеванием, о лечении которого они имели не больше представления, чем в те дни, когда алкоголизм рассматривали как преступление. Некоторые врачи сыграли на руку алкоголикам, предлагая им принимать вместо спиртного такие препараты, как валиум, либриум и другие наркотические средства. Впоследствии медикам пришлось признать, что эти средства тоже были наркотиками и не могли стать средством лечения алкоголизма.

Что же врачи могут сделать для страдающих алкоголизмом людей?

- Не предлагая алкоголику никаких заменителей спиртного, врачи тем самым предоставляют больному возможность решать непосредственно проблему алкоголизма.
- Имея ясное представление о действии алкоголя и симптоматике алкоголизма, врач может объяснить это боль-

Помощь свыше

ному и помочь ему справиться и с зависимостью от спиртного, и с симптомами заболевания.

- Проводя курс лечения физических осложнений, вызванных злоупотреблением спиртными напитками, врач тем самым облегчает страдания алкоголика. Доктор может оказать алкоголику неоценимую помощь, предоставив другим решать оставшуюся часть проблемы; врачу не стоит опускать руки только потому, что он не в состоянии решить все проблемы больного.
- Врач может назначить больному правильно сбалансированную витаминизированную диету, направленную на снижение степени алкогольной зависимости, вызванной продолжительным злоупотреблением спиртным. Кроме того, он может предупредить "срыв", часто вызываемый физическими или нервными перегрузками и неправильным питанием.

5. Роль психолога.

Нередко к психологу обращаются за помощью или слишком рано, или слишком поздно. Когда речь заходит о психологической помощи, наиболее существенным оказывается правильно выбранное время. На ранних стадиях, работая непосредственно с больным, психолог может оказать большую помощь в предотвращении прогрессирования заболевания. Однако в это время ему препятствуют родные и близкие больного, не считающие необходимым обращаться за квалифицированной помощью, или же сам алкоголик не соглашается признать, что у него возникли серьезные проблемы, для преодоления которых ему нужна помощь специалиста.

Алкоголик не испытывает потребности в консультации человека, считающего его душевнобольным. Необходимо время, для того чтобы алкоголик смог довериться специалисту в области психиатрии. Нет сомнений в том, что психолог мо-

Помощь свыше

жет оказать алкоголику неоценимую услугу в ходе лечения и реабилитации. Следует отметить, что каждый работающий с алкоголиком должен применять некоторые методы воздействия на психику человека. Медициной установлено, что около 70% алкоголиков страдают той или иной формой невроза.

Невроз следует относить, скорее, к причине злоупотребления спиртным, а не к его следствиям. Большинство алкоголиков употребляют спиртное, чтобы облегчить приступ невроза или же чтобы пережить его в состоянии интоксикации. Для алкоголика недостаточно одного только протрезвления; однако только в трезвом состоянии проявляется истинное лицо больного. И именно на этом этапе главной оказывается психологическая помощь. Алкоголику необходимо раскрыть глаза на то, что спиртное - плохое средство борьбы с неврозом, важно убедить больного согласиться испытать иные средства облегчения своего состояния. Важно не только протрезвить алкоголика, но и помочь ему излечиться от невроза; не избавив больного от его невротического состояния, вы не дождетесь, чтобы он полностью отказался от употребления спиртного. Роль психологической помощи важна не только для пробуждения в алкоголике желания отказаться от спиртного, - она необходима больному в процессе лечения и реабилитации. Злоупотребление спиртным стало причиной целого ряда проблем в жизни алкоголика:

- он постоянно находится в страхе - ему необходимо снова обрести уверенность в себе;

- его жизнь вращается вокруг собственных проблем - ему нужно найти новые интересы и привязанности;

- ему необходимо принять самого себя, а также все то, что с ним произошло за время болезни;

- возможно, алкоголику придется осваивать новые навыки, необходимые в его новой профессии; к этому ему также

Помощь свыше

предстоит привыкнуть. По моему мнению, психолог - как раз тот человек, который необходим алкоголику в процессе его приспособления к новому образу жизни.

б. Роль семьи.

Природа алкоголя такова, что он разрушает не только пьющего, но также и его семью, близких ему людей. Алкоголизм называют "семейным" заболеванием. Члены семьи алкоголика первыми принимают на себя удар, наносимый этой страшной болезнью. Семье алкоголика для собственной безопасности необходимо иметь ясное представление о сути и характере алкоголизма. Эти же подробности необходимо узнать и самому больному, если он хочет освободиться от своей зависимости. Я слышал, что большинство семей в течение семи лет не в состоянии признать, что один из ее членов стал алкоголиком, а затем ждут еще около двух лет, прежде чем обратиться за помощью. А ведь алкоголику можно было бы оказать помощь на более ранних стадиях развития заболевания, если бы родные не "защищали" его от этого. Родные алкоголика должны понимать, что он будет использовать их как прикрытие. Кроме того, важно, чтобы семья алкоголика понимала, что, оплачивая его попойки и их последствия, она тем самым только усугубляет проблему, возникшую у алкоголика. Семья может помочь алкоголику освободиться от зависимости. Ниже приведены некоторые основополагающие моменты, которых должны придерживаться родные больного. Эти указания составлены организацией "Kemper Insurance Company".

Во-первых, что следует делать

1. Досконально изучите все моменты, относящиеся к проблеме алкоголизма. Пересмотрите свою жизнь: что в ней необходимо изменить? Не пытайтесь сразу изменить алкоголика.

Помощь свыше

2. Помните о том, что вами руководят эмоции. Вы сможете ускорить процесс освобождения алкоголика от зависимости, если пересмотрите и измените свое отношение к нему и используемые вами методы воздействия.

3. Поощряйте в алкоголике все, что может способствовать его излечению, помогайте ему в его добрых начинаниях.

4. Помните, что любовь не может существовать без сострадания, дисциплины и справедливости; принимая или даря любовь без этих необходимых качеств, вы тем самым способствуете ее полному разрушению.

Во-вторых, что делать не следует

1. Не позволяйте алкоголику вас обманывать, не соглашайтесь принимать обман за истину. Делая это, вы усугубляете ситуацию. Важно знать правду, даже если она причиняет боль.

2. Не позволяйте алкоголику переубеждать вас: это дает ему возможность уклоняться от ответственности и ослабляет в нем уважение к вам.

3. Не позволяйте алкоголю эксплуатировать вас, в противном случае вы становитесь соучастником его уклонения от своих обязанностей.

4. Не следует читать нотации, бранить, пугать или спорить с алкоголиком ни тогда, когда он пьян, ни в трезвом состоянии. Не выливайте выпивку. Возможно, от этого вы почувствуете себя лучше, но ситуация только ухудшится.

5. Не принимайте от алкоголика никаких обещаний: это метод продления страданий. Не следует также заключать соглашения; если же вы дали обещание - обязательно выполняйте его.

6. Не позволяйте себе выходить из состояния душевного

Помощь свыше

равновесия: тем самым вы разрушаете самого себя и упускаете возможность оказать помощь.

7. Не позволяйте беспокойству вынуждать вас делать то, что алкоголик должен сделать для себя сам.

8. Не покрывайте его проступки и их последствия. Это ослабляет кризис, однако усиливает болезнь.

9. Не закрывайте глаза на действительность; по мере усиления алкогольной зависимости она не будет становиться лучше. Постарайтесь как можно скорее понять, что происходит, и составьте план реабилитации. Самое плохое, что вы можете сделать - это не делать ничего.

И в заключение следует сказать, что восхищения достоин каждый оказывающий помощь алкоголику на его пути к трезвости. Эта изнурительная, тяжелая задача требует от человека гораздо больше, чем он намеревался дать. Однако цель оправдывает средства.

Размышление

"Алкоголь - единственный препарат, принимаемый всю жизнь после того, как его выписывают на месяц".

Александр Макларен

11

Роль наставника в борьбе с алкогольной зависимостью - инструктор

Двоим лучше, нежели одному; потому что у них есть доброе вознаграждение в труде их: ибо если упадет один, то другой поднимет товарища своего. Но горе одному, когда упадет, а другого нет, который поднял бы его. Также, если лежат двое, то тепло им; а одному как согреться? И если станет преодолевать кто-либо одного, то двое устоят против него: и нитка, втрое скрученная, не скоро порвется

(Екклесиаст 4:9-12).

Многие люди хотят, но не могут помочь алкоголику потому, что не знают, что для этого нужно и когда следует остановиться. Были те, кто после попытки, оказавшейся неудачной из-за отсутствия необходимой подготовки, дали слово больше никогда "не впутываться" в подобные дела. Часто это становится настоящим бедствием не только для алкоголика, но и для неподготовленного наставника. Прежде чем перейти к описанию трудного процесса наставничества алкоголика, позвольте мне сформулировать следующее утверждение:

"Алкоголику можно помочь освободиться от зависимости, и многие алкоголики действительно получили помощь. Здесь все зависит от подготовленности и бдительности наставника, работающего с больным." Как бы мне хотелось, чтобы работающие с алкоголиками наставники были так же хорошо подготовлены, как те, кто наставлял несчастного на путь алкоголизма! К сожалению, не существует одного определенного метода работы, которого работающие с алкоголиками наставники могли бы придерживаться. Методы воздействия, с успехом применяемые в одном случае, оказываются бездейственными в другом; многое здесь зависит от особенностей каждого отдельного больного. Алкоголик сражается со своей зависимостью один на один, но при этом ему необходим человек, который сможет указать ему, где он находится, куда идти и что еще нужно сделать. Именно для этого нужен наставник. Он не может проникнуть во внутренний мир алкоголика, чтобы участвовать в сражении с зависимостью, но он может руководить этой битвой во всех тех областях жизни человека, которые должны претерпеть изменения. Думаю, роль наставника в работе с алкоголиком ограничивается деятельностью инструкторивной: он дает советы, направляет и руководит трудным процессом освобождения от алкогольной зависимости.

Наставник должен обратить внимание на то, чтобы алкоголик не сошел с правильного курса в области нескольких особенно важных аспектов процесса реабилитации.

Конфронтация

Ту ли проблему решает алкоголик? Слишком часты случаи, когда человек, пытающийся освободиться от зависимости, сосредоточивает все свои силы на борьбе с осложнениями, возникшими из-за злоупотребления спиртным, а не на причине развития алкоголизма. Часто это наблюдается тогда, когда человек концентрирует внимание на том, что он утратил: он пытается вернуть свою жену, работу, положение, машину и т.д., оставляя без внимания те личные проблемы, которые он пытался решить при помощи спиртного.

Помощь свыше

Иногда алкоголик просто механически выполняет то, что от него требуется согласно правилам программы реабилитации, однако все его действия не достигают цели, поскольку он еще не принял решение бросить пить. Он напоминает боксера, делающего правильные движения, но не попадающего в цель. В обоих случаях бдительность наставника может помочь алкоголику вовремя и правильно расставить акценты. Ни в коем случае нельзя позволять алкоголику упускать из вида основную цель своих действий и отвлекаться на разрешение второстепенных проблем.

Исправление

Наставник лучше, чем сам алкоголик, может оценить, насколько правильно был выбран курс и способны ли избранные алкоголиком методы привести к желаемой цели. По поведению и поступкам, совершаемым алкоголиком, наставник может судить о том, насколько больной способен освободиться от зависимости. Благие намерения бросить пить могут оказаться не чем иным, как попыткой смягчить проблему: получить обратно все утраченные жизненные блага и снова вернуться к употреблению спиртного, возможно, в более ограниченных количествах. Многие алкоголики, находясь на лечении, по тем или иным причинам не желают выполнять все, что от них требуют условия программы. Они стараются освободиться от проблем, вызванных злоупотреблением спиртным, выбирая пути, не требующие слишком больших жертв. Они проявляют готовность посвятить лечению часть необходимого для этого времени. Они постоянно нуждаются в наставнике, чтобы тот отметил их успехи. Наставник, способный распознать больного, пытающегося "напустить тумана", не позволит алкоголику навязать себе критерии освобождения от зависимости, созданные алкоголиком; он настаивает на том, чтобы больной согласился и принял программу, предложенную самим наставником. Хороший наставник сможет заметить, что его подопечный прекратил борьбу или ослабил усилия, необходимые для выполнения условий программы реабилитации. Наставник должен помнить,

Помощь свыше

что для алкоголика он не друг, а инструктор, который обязан настаивать на выполнении всех требований, несмотря на все причитания, жалобы и стоны своего подопечного, которые только указывают на более серьезную нужду в исправлении больного.

Мужество

Для человека, теряющего смысл жизни, очень непросто противостоять такой серьезной проблеме, как алкогольная зависимость. Для того чтобы посмотреть в лицо действительности, алкоголику нужно собрать все свое мужество. Ему придется признать в совершении недопустимой ошибки в отношении спиртного. Необходима огромная сила воли для того, чтобы перед своими друзьями, родными и сотрудниками признать свою ошибку. По вине алкоголика пострадали другие. Роль наставника заключается в том, чтобы убедить своего подопечного пройти курс лечения и реабилитации, не останавливаясь перед страхом осуждения и неприятия окружающими. Важно, чтобы алкоголик пожелал открыться навстречу всем проблемам, трудностям и радостям этой жизни, чтобы он поверил: в его жизни нет ничего, что стоило бы топить в вине. Алкоголик никогда не сможет избавиться от алкогольной зависимости, если он думает о необходимости протрезветь из страха оказаться отвергнутым своей семьей, друзьями и коллегами. Многие алкоголики остаются в своем плачевном положении потому, что боятся оказаться самим собой. Обязанность наставника - помочь алкоголику исполниться мужества, необходимого для преодоления очередных трудностей. У алкоголика нет потребности в сотнях людей, верящих в его выздоровление, ему нужен хотя бы один - его наставник.

Уверенность

По-меньшей мере 70% всех первых попыток бросить пить заканчиваются неудачей. Дать слово легче, чем выполнить его. Одна из наиболее веских причин неудач заключается в недостатке уверенно-

Помощь свыше

сти алкоголика в возможности излечения. Этому препятствует несколько моментов. Наставник должен уметь распознать появление этих сомнений в пациенте и вовремя их развеять:

1. Необходимость длительного лечения является одним из факторов, ослабляющих веру алкоголика в возможность вести трезвый образ жизни.

2. В результате злоупотребления спиртным у алкоголика выработалась привычка пить, которая кажется ему непреодолимой.

3. Потребность в спиртном настолько велика, а ситуация кажется столь драматичной, что алкоголику сопротивление представляется бессмысленным.

4. Многие из страдающих алкогольной зависимостью не верят, что смогут когда-либо снова обрести доверие и уважение окружающих, и поэтому не понимают, зачем им необходимо поверить в возможность преодолеть власть спиртного над собственной жизнью.

5. Осознание того, что в будущем все жизненные трудности придется переживать самостоятельно, без помощи спиртного, вызывает в алкоголике чувство внутреннего дискомфорта, усиливаемое страхом перед неизвестностью.

6. Неудачная попытка преодолеть власть алкоголя над своей жизнью еще более усиливает в больном чувство неуверенности в своих силах.

Итак, алкоголик пытается рассмотреть предложенную ему картину трезвой жизни, которая не может не внушать ему страх. Наставнику необходимо помочь своему подопечному усвоить урок, заключающийся в старом добром высказывании: "Москва не сразу строилась". Больной не может представить себе всю свою оставшуюся жизнь без спиртного; пусть вначале это будет один день без выпивки, за которым последуют второй и третий... Большинство алкоголиков можно склонить к попытке прожить без спиртного один день, а ведь именно из дней состоят недели, месяцы, годы. Так, постепенно, в алкоголике зарож-

Помощь свыше

дается и крепнет уверенность в своих силах, ведущая его к полному излечению от алкоголизма. Не думаю, что при работе с человеком, страдающим алкогольной зависимостью, стоит строить долгосрочные планы. Предоставьте ему возможность день за днем преодолевать свою зависимость от спиртного, именно таким образом он сможет достичь полного выздоровления.

Контроль

Наставник не должен играть в жизни своего подопечного роль, которую раньше выполнял алкоголь. Алкоголь был для больного опорой и утешением, теперь же, когда ему предстоит лишиться этого, нельзя допустить, чтобы он возложил свое упование на что-либо иное, кроме собственных сил и возможностей. Важно, чтобы он сам принял решение обходиться без спиртного и в повседневной жизни учился самостоятельности. К сожалению, очень многие алкоголики бросают пить только лишь для того, чтобы заменить эту свою зависимость другими пристрастиями, такими как наркотики, вызывающие привыкание медицинские препараты, страсть к азартным играм и проч.

Наставник должен поощрять своего подопечного принимать такие решения, которые помогут ему контролировать собственную жизнь, поступки, отношение к окружающему миру. Каждый человек сам отвечает за то, кому или чему он позволяет контролировать свою жизнь.

Посвященность

Больной, проходящий курс лечения и реабилитации, должен полностью подчинить себя трезвому образу жизни. Важно, чтобы наставник смог убедить его в том, что только полное воздержание обеспечит абсолютное излечение и малейшее отклонение от него снова открывает путь к алкогольной зависимости.

Следует подвести пациента к осознанию того, что не только желательно, но и необходимо пойти на любые жертвы, ко-

Помощь свыше

торые способствуют воплощению разработанного плана лечения и реабилитации в жизнь.

Перед проходящим курс реабилитации алкоголиком должна стоять одна цель - достичь того состояния, в котором трезвость становится нормальным явлением, а это возможно только путем сознательного решения не прикасаться к спиртным напиткам. Многим пациентам помогло решение, ставшее для них девизом всей жизни: "Ничто не может заменить трезвости." Этот девиз вырабатывается в течение многих лет упорной борьбы, в ходе которой больной начинает понимать, что в жизни нет ничего такого, ради чего стоило бы отказаться от трезвости.

Наставник должен приложить все усилия, чтобы показать своему подопечному плачевные последствия частичной посвященности поставленной цели. Во время прохождения курса реабилитации пациент не имеет права на выходной. Инструктор должен настаивать на том, чтобы больной полностью посвятил себя трезвому образу жизни. Наставнику необходимо помнить о том, что только один глоток вина может уничтожить месяцы упорной борьбы и труда и вернуть его подопечного к той отправной точке, с которой когда-то начинался путь освобождения. Обязанность руководителя - настаивать на полной приверженности поставленной цели, он должен дать своему пациенту понять, что не потерпит ни малейшего отклонения от намеченного плана освобождения от алкогольной зависимости. Недопустимо позволять пациенту "играть"; лишь только наставник замечает ослабление серьезного отношения, он должен напомнить больному о его обязанностях и однозначно дать ему понять, что оставит начатое дело и предоставит алкоголику самостоятельно справляться со стоящими перед ним проблемами, если тот не будет проявлять серьезного отношения к лечению. Необходимо, чтобы пациент понимал, что наставник со всей серьезностью относится к своим словам и что самому алкоголику следует принять предложение и полностью посвятить себя курсу лечения и реабилитации.

Помощь свыше

Совместимость

Инструктор должен помочь пациенту снова войти в общество, против которого тот однажды восстал. В обязанности наставника входит не только "извлечение больного из бутылки", но и введение его в мир нормальных отношений. Важно, чтобы бывший алкоголик смог найти свое место в окружающем мире. Самые разные причины когда-то заставили алкоголика отвергнуть этот мир: давление со стороны окружающих, чувство отвергнутости, вражда, зависть, конкуренция, чувство неспособности воплотить в жизнь свои начинания и др. Вместо того чтобы попытаться преодолеть эти обстоятельства, человек обратился к спиртному в надежде если не приобрести желаемое, то, по крайней мере, заглушить боль разочарования и обиды.

Поддержка

Наставник должен помочь алкоголику освоиться с непривычным для того состоянием трезвости. Вначале такой человек может быть раздражен, подозрителен, он испытывает чувство постоянного неудобства и страх, поскольку не привык к новому для него состоянию. Его поступки в этот период непредсказуемы, что причиняет окружающим много беспокойств. Жена и дети больного все еще переживают боль, ранее причиненную им близким человеком, и поэтому часто не могут оказать ему необходимую поддержку. Бывает, что семья уже привыкла к жизни без столь беспокойного главы семейства и выражает серьезные сомнения относительно возможности снова принять такого отца и мужа. Начальник на работе также может быть смущен предложением вернуть бывшему алкоголику его прежнюю должность. Находящийся на лечении от алкогольной зависимости человек оказывается перед необходимостью привыкнуть к новому для него положению, а для наиболее успешного выполнения этой задачи ему нужно научиться при любых

Помощь свыше

обстоятельствах быть непринужденным и спокойным и не проявлять излишней суетливости, волнения и беспокойства.

Существует также определенный промежуток времени с пяти часов вечера до пяти утра, когда пациент особенно тяжело переносит отсутствие алкоголя в крови. В течение дня человек занят работой, а потом от заката до восхода солнца ему приходится вести жестокую борьбу за свою трезвость. Бывшему алкоголику необходимо научиться спокойно относиться к мысли о том, что ему приходится воздерживаться от спиртного, в то время как все его прежние друзья-собутельники обращаются к своему обычному занятию. Он должен научиться быть трезвым и проводить свой досуг без выпивки. Ему предстоит привыкнуть к совершенно новому для него образу жизни.

Кроме того, проходящему курс лечения алкоголику нужно привыкнуть поддерживать в себе мысль о том, что он принял правильное решение отказаться от спиртного. Его будут одолевать сомнения в правильности этого поступка до тех пор, пока состояние трезвости не станет для него абсолютно нормальным.

Компромисс

Наставник должен научить своего пациента "плыть по течению". Иногда больному придется принимать трудные для него события и явления, чтобы выиграть время, необходимое для того, чтобы привыкнуть к новому образу жизни. Многие алкоголики возлагают большие надежды на свое освобождение. Однако по мере того как некоторые из этих надежд рушатся, больные сталкиваются с трудностями реальной жизни. Многие оказываются не в состоянии завершить курс лечения только потому, что не получают обратно все имевшееся в их распоряжении до того, как начали пить. К новому образу жизни нужно привыкнуть. Чтобы выиграть необходимое для этого время, наставник должен научить пациента "плыть по течению", обод-

Помощь свыше

рять своего подопечного, внушить ему желание проявлять терпение и не пытаться получить все сразу.

В настоящей главе обсуждались подводные камни, ожидающие большинство алкоголиков на пути к трезвому образу жизни. Их присутствие указывает на то, что алкоголик действительно борется со своей зависимостью, а не просто руководствуется благими намерениями, за которыми следуют отдельные промежутки трезвости. Тот факт, что алкоголик периодически оказывается трезвым, не может стать залогом его полного излечения и реабилитации. Перечисленные выше проблемы могут быть также использованы наставником для определения эффективности проведенной с данным пациентом работы.

Выдержки из Писания

Контроль

1 Кор. 6:12; Иак. 1:4; Фил. 4:13

Посвященность

1 Кор. 15:58; Гал. 5:1,10; 2 Тим. 1:12; Гал. 2:20; Рим. 12:1

Совместимость

2 Фес. 2:15; Фил. 4:12,12

Поддержка

Пс. 36:7; Пр. 16:8; Еккл. 2:24; Фил. 4:11,12; 1 Тим. 6:6; Евр. 13:5

Компромисс

2 Кор. 6:1-10; Лк. 22:42; Пр. 16:8

Обличение

Пр. 31:4,5; Пр. 23:29-31; Быт. 9:20,21; Пр. 20:1; Ис. 56:12; 1 Кор. 6:9,10

Исправление

Пс. 84:11; Пр. 23:29,30; Еф. 5:18; Гал. 5:9-21

Мужество

Рим. 3:23; 1 Кор. 10:13; 1 Кор. 16:13; Фил. 1:27; 2 Тим. 1:7

Уверенность

Ин. 10:10; Пс. 19:7; Фил. 4:13; 2 Кор. 12:9; Фил. 1:6

Помощь свыше

Оценка проведенной работы

Центр реабилитации

	Плохо	Уд.	Хор.
Обличение	1	2	3
Выявление, определение проблемы			
Исправление	1	2	3
Работа над проблемой			
Мужество	1	2	3
Преодоление проблемы			
Уверенность	1	2	3
Обретение уверенности в возможности излечения			
Контроль	1	2	3
Принятие системы			
Посвященность	1	2	3
Принятие нового положения			
Совместимость	1	2	3
Способность уживаться			
Поддержка	1	2	3
Принятие нового образа жизни (состояние внутреннего покоя и физического равновесия)			
Компромисс	1	2	3
Готовность принять реальность (идти на компромисс)			

Помощь свыше

Размышление

В одном христианском приюте на стене в ванной комнате висит зеркало.

В нем я увидел жертву алкоголизма: угрюмого горького пьяницу.

Алкоголь разрушил его сознание и расшатал нервы. Я долго рассматривал этого человека в зеркале и начал кое-что понимать.

Я попросил избавления от страсти к спиртному. Бог услышал мою молитву и по Своему милосердию и благодати спас меня, дав мне свободу.

Каждый раз, проходя мимо пивных заведений, я молюсь об алкоголике, смотрящемся в зеркало. Тот человек отдал все для своего благополучия, но вместо этого оказался в аду.

Не чудны ли Божьи дела?!
Я живу среди христиан, я счастлив!
Я должен рассказать всему миру, что я уже не алкоголик, я - христианин!

Зеркало в ванной комнате стало для меня особенной ценностью.

Оно показало мне, что алкоголь разрушал мою жизнь. Я хочу, чтобы все узнали: Бог и это зеркало изменили мою жизнь.

Уильям Дилл

12 Рецидив

Каждый из тех, кто прошел курс лечения от алкоголизма, живет в постоянном страхе вернуться к своему прежнему состоянию алкогольной зависимости. Порой этот страх настолько силен, что заставляет человека поддаться ему и начать пить только для того, чтобы избавиться от его гнета. Рецидив - опасность, грозящая каждому бывшему алкоголику, и поэтому в настоящей книге этому вопросу уделяется отдельная глава.

Чему может научить рецидив

Согласно статистическим данным, первая попытка излечиться заканчивается неудачей по крайней мере для 68% алкоголиков. Многие алкоголики признают, что им пришлось претерпеть неудачу несколько раз, прежде чем они оказались в состоянии вести трезвый образ жизни в течение продолжительного срока. Какие же уроки можно извлечь из рецидива?

1. Во-первых, рецидив учит алкоголика более серьезному отношению к трезвости. Рецидив показывает, что алкоголь в состоянии разрушить жизнь человека и что для освобождения от его власти необходимо полностью отказаться от употребления спиртных напитков.

2. Рецидив указывает алкоголику на то, что в его жизни еще остались неразрешенные проблемы, а также на то, что

Помощь свыше

больной все еще пытается решить эти проблемы при помощи спиртного.

3. Рецидив показывает, что дни, проведенные в состоянии трезвости, не дают гарантии освобождения от власти алкоголя над человеком. Доказано, что причина рецидива скрывается в неподготовленности пациента к возможности возвращения болезни.

Нередко рецидив заставляет больного серьезнее относиться к своему лечению. Я ни в коем случае не поддерживаю запои, случающиеся у находящихся на лечении больных, однако бывает так, что именно после рецидива отношение алкоголика к лечению становится более серьезным. Наставнику следует ни при каких обстоятельствах не оставлять попытки помочь своему подопечному. Необходимо использовать все возможности спасти человека, проявляющего малейшее желание освободиться от алкогольной зависимости. Алкоголик не менее смущен случившимся, чем его наставник. Я не сомневаюсь, что разочарование наставника не сможет превзойти по силе растерянности и смятения, которые испытывает сам больной. Не ругайте его за случившееся, не упрекайте в недостатке мужества. Рецидив указывает на то, что больной готов бросить пить, однако еще не до конца понимает, что для этого необходимо.

Причины рецидива

Существует целый ряд причин, вызывающих ситуацию, способствующую рецидиву.

1. *Несоблюдение дисциплины трезвости.* Проходящий курс лечения алкоголик должен подчиниться требованию не участвовать во встречах, сопровождающихся распитием спиртного. Но ему необходимо научиться находить возможности избежать участия в выпивке в случае, если он все-таки попадет в та-

Помощь свыше

кую ситуацию. Если же он не будет выполнять эти требования, он сам поставит себя в обстоятельства, которые вынудят его обратиться к спиртному.

2. *Недостаток веры в возможность противостоять искушению выпить.* Между обещанием бросить пить и выполнением этого обещания существует огромная разница. Некоторые алкоголики полагались на спиртное в течение столь долгого времени, что теперь просто не могут поверить в возможность прожить без выпивки. Многие алкоголики обнаруживают, что их проблемы чрезвычайно сложны, и решают, что они не смогут их преодолеть, не прибегая к помощи спиртного.

3. *Возложение на себя непосильных обязательств.* Алкоголик стремится доказать окружающим, что ему снова можно доверять, и для этого он хочет восстановить всю свою жизнь за один день. Чтобы поскорее вернуться к нормальной жизни, больной возлагает на себя непосильные обязательства и упорно трудится над их выполнением; эта работа сжигает все его силы и само стремление к трезвости.

Многие излечившиеся алкоголики неукоснительно придерживаются правила, заключающегося в обязательных передышках. Они дают себе обещание никогда не оставаться долгое время без пищи, не сердиться, не проводить долгое время в одиночестве и не позволять себе уставать. Для успешного прохождения курса лечения и реабилитации необходимы терпение, умеренность, воздержание, самоконтроль и принятие выполнимых решений. Если больной хочет добиться положительных результатов, он должен согласиться жить одним днем и продвигаться к намеченной цели шаг за шагом, не делая резких движений.

4. *Иллюзорные надежды на вознаграждение за сделанные усилия.* Случается, что проходящий курс лечения алкоголик

Помощь свыше

снова обращается к спиртному потому, что в самом начале переоценил блага трезвого образа жизни. Часто алкоголики возлагают слишком большие надежды на предстоящую жизнь и поэтому, когда вместо награды встречают недоверие и неприязнь, решают вернуться к спиртному. Многие алкоголики проявляют желание бросить пить лишь до тех пор, пока не осознают, что трезвый образ жизни означает меньшее внимание со стороны окружающих и необходимость самостоятельно оплачивать свои счета. Часто алкоголики объясняли свое возвращение к бутылке тем, что трезвый образ жизни не приносил им радости. Необходимо, чтобы больной научился с радостью принимать получаемое вознаграждение за свои усилия; в противном случае он не получит ничего, кроме усилившейся алкогольной зависимости.

5. *Заблуждение относительно способности пить не напиваясь.* Многие алкоголики оказываются жертвой заблуждения, заключающегося в том, что они могут выпивать, держа контроль над ситуацией в своих руках. Справившись с рецидивом, многие пациенты оправдываются тем, что они думали, будто, выпивая, смогут контролировать количество выпитого.

Выявление рецидива

Как можно заметить симптомы приближения рецидива? Существуют определенные сигналы об опасности, на которые сам алкоголик не обращает внимания. Он отказывается признавать их за действительные знаки, предупреждающие об опасности, более того, часто алкоголик отвергает даже их существование, однако опытный наставник может их легко распознать и справиться с проблемой еще до возникновения настойчивой потребности в спиртном.

1. Первым сигналом приближающейся опасности является

Помощь свыше

изменение в отношении пациента к трезвому образу жизни. Если больной начинает выражать сомнения в необходимости вести трезвый образ жизни, это неизменно означает появление в сознании алкоголика психологических проблем. Заводя разговоры о спиртном, проходящий курс лечения алкоголик тем самым дает понять, что его снова одолевают мысли о выпивке. Это однозначно указывает на то, что больной придает меньшее значение трезвости.

2. Второй сигнал об опасности проявляется тогда, когда происходят изменения в интересах больного или он изменяет круг своего общения. Начиная курс лечения и реабилитации, алкоголик стремился к новому, трезвому образу жизни и был готов отойти от прежних привычек и общества, к которому привык за годы алкогольной зависимости. Когда же алкоголик начинает снова обращаться к старым привычкам и возобновляет общение со старыми друзьями, это указывает на появление в нем желания вернуться к прежнему образу жизни.

3. Изменения во внимании пациента - третий сигнал об опасности. Трезвость необходимо поддерживать, развивать и охранять, и если алкоголик не уделяет этому должного внимания, это означает, что в его жизни происходят негативные преобразования. Можно сказать, что болезнь снова заявила о своих правах на больного, если он начинает утверждать, что дисциплина и самоконтроль не имеют для него большого значения. Часто в этом случае можно услышать от пациента: "Иногда можно дать себе слабину. Необязательно так уж строго придерживаться трезвого образа жизни." До полного рецидива заболевания остается совсем немного, когда алкоголик проявляет недостаточно серьезное отношение к алкоголю. Как уже говорилось в этой книге, алкоголик возвращается к спиртному только потому, что он не сделал ничего, чтобы предотвратить это возвращение. Трагедия заключает-

Помощь свыше

ся в том, что, если алкоголик решил вернуться к выпивке, вы уже ничего не сможете сделать, чтобы его остановить.

Иногда алкоголик сам реагирует на возникшее в нем ощущение приближающейся опасности. В этом случае он зовет на помощь своего наставника, и тот должен незамедлительно подняться на защиту своего подопечного. Вместе они могут заняться активной деятельностью, которая сможет отвлечь больного от возникшего искушения.

В других случаях наставник может постараться объяснить своему пациенту причины возникшего в нем отношения к трезвости и спиртному и даже раскрыть перед больным полную картину появившегося в его душе желания снова обратиться к выпивке.

Чаще всего, однако, рецидив обнаруживают уже во время его проявления. В этом случае наставнику приходится ожидать протрезвления алкоголика, после чего возобновлять лечение. Теперь в него необходимо включить разъяснение больному причин рецидива и его влияния на последующее лечение. Нельзя оставлять больного без помощи, даже если рецидивы повторяются. Ни при каких обстоятельствах нельзя ставить на человеке крест.

Размышление

"Я чувствую себя хорошо тогда, когда не испытываю никаких страданий."

— *Безмянный алкоголик*

13

Алкоголик - женщина

Обнаружено, что, по меньшей мере, одна треть алкоголиков - женщины. Некоторые даже утверждают, что женщин среди алкоголиков не меньше, чем мужчин. Женская часть алкоголиков включает больше "тайных" алкоголиков, чему способствует всеобщее желание скрыть это плачевное явление от окружающих. Однако за последние несколько лет такая "защита от обнаружения" значительно уменьшилась, а это привело к тому, что женщины, страдающие алкогольной зависимостью, перестали быть невидимой частью мира алкоголизма.

Американский народ всегда терпимо относился к тому, что многие мужчины злоупотребляют спиртными напитками, однако статисты с ужасом обнаружили, что со времени окончания Второй мировой войны количество женщин, страдающих алкогольной зависимостью, возросло с 20 до 65% всего женского населения Америки. Согласно проведенным в Америке исследованиям, две из трех женщин, проходящих курс лечения от алкогольной зависимости, моложе 35 лет. Это потрясло американцев, они увидели всю серьезность проблемы злоупотребления спиртными напитками.

Особенности женской природы

Оказывая помощь больной, необходимо помнить о некоторых особенностях, отличающих алкоголиков-женщин от алкоголиков-мужчин. Зная эти различия, наставнику будет легче понять и особенности поведения проходящей курс лечения женщины.

1. Женщины хуже, чем мужчины, переносят воздействие алкоголя, их здоровье страдает сильнее. Согласно исследованиям, опубликованным в медицинском журнале "Massachusetts General Hospital News", "нарушение функции печени у женщин развивается в три раза быстрее, чем у мужчин, они также более подвержены опасности развития цирроза печени". "Нежелание женщин осознать свою меньшую сопротивляемость алкоголю вызывает серьезные проблемы в состоянии их здоровья", - сообщает главный врач Центральной клиники Элеонора Ханна. Женщины пьянеют быстрее, чем мужчины одного с ними веса, поскольку в их организме содержится больше жира и меньше жидкости. В отличие от злоупотребляющих спиртным мужчин, женщины не только разрушают собственное здоровье, но и причиняют серьезный вред своим будущим детям, если продолжают пить во время беременности.

2. Женщины злоупотребляют спиртным в большей степени, чем мужчины. Причина этого заключается в том, что мужчина пьет, чтобы расслабиться или приободриться, женщина делает это из-за несложившейся личной жизни. Она настолько сильно переживает неудачи в карьере, в семейной или личной жизни, что напивается, чтобы вырваться из сложившейся ситуации. Иногда кажется, что мужчина пьет, чтобы "спрятаться" от окружающего его мира, женщина делает это, чтобы разрушить мир, в котором она находится. Страдающая алкогольной зависимостью женщина часто ощущает себя подвластной мужчине, жизнь кажется ей бессмысленной и зависящей от воли другого человека. Женщины редко пьют, чтобы быть в состоянии проявлять свою власть, напротив, они злоупотребляют спиртным, чтобы разрушить власть мужчины над собой, в этом заключается существенное отличие пьющих женщин от пьющих мужчин.

3. У женщины алкогольная зависимость становится очевидной, когда оказывается гораздо сильнее, чем зависимость алкоголика-мужчины. Это происходит потому, что женщины

Помощь свыше

пьют больше, чем мужчины. Алкогольная зависимость у женщин развивается быстрее, чем у мужчин. Это связано также и с тем, что у женщин, как правило больше свободного времени, которое они проводят в компании спиртного. Работающие женщины, конечно, составляют исключение из этого правила. Более уединенная жизнь женщин способствует тому, что они дольше могут оставаться "тайными" алкоголиками.

Конституция женщин способствует их менее слабой по сравнению с мужчинами сопротивляемости алкоголю. Поэтому они переживают более глубокое и сильное эмоциональное, духовное и физическое разрушение. Кроме того, страдающую зависимостью женщину родные и близкие оберегают от посторонних глаз с большей тщательностью, поэтому к тому времени, когда ей может быть предложена квалифицированная помощь, состояние здоровья больной оказывается в серьезной опасности. Все это затрудняет лечение и полную реабилитацию женщины.

4. Женщину сильнее, чем мужчину осуждают за злоупотребление спиртным.

Общество смотрит на привязанность мужчины к спиртному сквозь пальцы, однако эта снисходительность не распространяется на женщин, страдающих алкогольной зависимостью. Многие готовы протянуть руку помощи желающему излечиться мужчине, но никто не хочет помогать больной женщине. Такое всеобщее осуждение буквально загоняет женщину в "темный угол", из которого она боится выйти и признать себя алкоголичкой. Большинство жен остаются со своими страдающими алкоголизмом мужьями, однако мужья, как правило, требуют развода и оставляют свою жену, как только ее проблема обнаруживается. Женщине приходится платить высокую цену за свое разоблачение. Неважно, сама ли она создала ширму, скрывавшую ее болезнь от окружающих, или это из любви и сострадания к ней сделали ее близкие, однако теперь ей приходится ид-

Помощь свыше

ти на большие жертвы, если она хочет признать свою зависимость и обратиться за помощью. Важно, чтобы наставник знал все последствия поступка, к которому он побуждает свою подопечную, убеждая ее признать перед окружающими свое положение. Кроме того, он должен быть готов в любую минуту стать на ее защиту и оказать ей всяческую поддержку.

5. Женщина сильнее, чем мужчина, страдает от чувства вины. Из двух алкоголиков - мужчины и женщины - на последнюю возлагается большая ответственность за совершенные преступления. Естественно, что при этом страдающая алкоголизмом женщина остро чувствует утрату собственного достоинства, уважения и т. д. При этом страдает не только одна она, но и ее супруг, дети и близкие, в то время как алкоголик-мужчина испытывает чувство вины лишь за себя. Наставник должен помочь своей пациентке осознать, что она может заслужить прощение и вернуться к нормальной жизни в обществе.

6. Женщине труднее, чем мужчине, завоевать свое место в обществе. Если же женщина прошла все круги ада мира алкоголизма и утратила свою работу, дом и семью, то вернуться к прежней жизни для нее может оказаться чрезвычайно сложно. И даже если женщина может заручиться какой-либо внешней поддержкой, она все равно оказывается в весьма невыгодном положении на пути к достижению жизненного успеха. Если же женщине приходится строить свою жизнь заново совершенно самостоятельно, ожидающие ее сложности могут оказаться абсолютно непреодолимыми.

Наставник должен подготовить свою пациентку к предстоящим трудностям и помочь ей научиться воспринимать их как часть процесса реабилитации. Он должен убедить ее в необходимости проявлять терпение, доброжелательность и мягкость и не позволять негативным ощущениям провоцировать возвращение к спиртному. Нужно, чтобы женщина приняла данную действительность и была готова жить в ней, ис-

Помощь свыше

пользуя все, что может ей помочь вести трезвый образ жизни.

Чтобы быть в состоянии оказать пациентке необходимую помощь, наставнику нужно понимать, что многие из стоящих перед больной проблем вытекают из ее женской сущности. Она оказалась не в состоянии согласиться со своей ролью женщины. По моему мнению, алкоголик-женщина, желающая стать на путь исправления, должна начать с осознания своей женственности.

Что по этому вопросу говорит Библия

Многие места Писания могут служить поддержкой человеку, направляющему свои усилия на то, чтобы помочь страдающей алкоголизмом женщине осознать свое место и назначение в окружающем мире и вернуться к нормальной жизни.

Библия говорит, что женщина была создана Богом, а это означает, что у нее есть предназначение, определенное Богом, и ее жизнь наполнена смыслом, если она соответствует этому предназначению (Быт. 1,2,3).

Библия учит, что назначение женщины воплощается тогда, когда она соглашается с ролью спутницы своего мужа. Для женщины взаимоотношения между ней и мужчиной могут иметь смысл тогда, когда она принимает и соглашается с ролью, данной ей от Бога. Жизнь имеет внутреннюю гармонию, если она соответствует Божьей воле.

Библия указывает на то, что Бог доверил мужчине заботиться о своей жене. Это означает, что все нужды и потребности женщины могут быть восполнены в супружеской жизни. Ей нет необходимости "добиваться всего самостоятельно". Согласно Божьему плану, забота мужа о своей жене должна полностью восполнять все потребности женщины так, чтобы она могла иметь радость и удовлетворение от своего подчиненного положения.

Помощь свыше

Библия говорит также о том, что положение женщины в этом мире отличается от положения мужчины, но это, однако, нисколько не умаляет ее перед представителями сильного пола. Если женщина соглашается с данным ей от Бога предназначением, то она никогда не будет страдать от мысли, что ее жизнь проходит напрасно. Если же женщина приходит к заключению, что ей нужно самостоятельно добиваться независимого положения в этом мире, она очень скоро может утратить здравый смысл и правильное понимание своего места и цели в жизни. Не следует пытаться завоевать независимость и выполнять те функции, которые были предназначены от Бога мужчине, в противном случае ответом на неразрешимые вопросы может стать алкоголь.

Очень важно, чтобы наставник указал своей подопечной, что удовлетворенности от своего положения можно достичь, живя по слову Божьему. Точно так же, как птицы не могут плавать, а рыбы летать, так и женщина не может вести полноценную гармоничную жизнь, если не примет своего назначения, определенного Священным Писанием.

Размышление

"Факт, что Библия упоминает слово "вино", еще не означает, что употребление спиртных напитков было позволено или поощряется Словом Божьим. Мы можем попытаться извлечь из Библии все, что нам заблагорассудится, однако истина заключается в том, что эта книга на каждой своей странице призывает нас жить жизнью, в которой победа всегда принадлежала бы Христу, и проводить эту жизнь в абсолютной трезвости."

— Глен Г. Кнайт

14

Самая великая книга об алкоголизме

О спиртном и о проблеме алкоголизма было написано множество книг, брошюр и статей. По этой тематике существует специальная литература для мужчин, для женщин, для детей, для пьющих и для трезвенников. Она рассматривает широкий спектр вопросов, начиная с природы спиртных напитков и заканчивая трагедией алкоголизма. Некоторые статьи поощряют употребление спиртных напитков, есть такие, в которых описывается, как следует пить, другие же написаны с целью вызвать в читателях стремление к стопроцентной трезвости.

Мне приходилось читать очень хорошие статьи на эту тему, в то время как чтение других было пустой тратой времени (некоторые могли даже вызвать в читателе желание обратиться к спиртному).

Но, несмотря на это обилие литературы, ясно вырисовывается недостаток знания, необходимого для решения этой ужасной проблемы. И все же, по моему мнению, это знание у нас есть. Оно было предоставлено нам уже давно, и только из гордости и предубеждения мы отказывались им воспользоваться. Я говорю о Библии - святом Слове Божьем. Ведь кто лучше Бога может рассказать нам о нуждах зависимого от алкоголя человека? При тщательном исследовании Библии становится очевидно, что она говорит обо всех проблемах людей. Нас не может не потрясти количество несчастных случаев, связанных с

Помощь свыше

употреблением спиртных напитков. Я убежден, что Библия может предоставить нам самую ценную информацию и все необходимые знания о природе спиртных напитков и о проблеме, связанной со злоупотреблением ими. Моя же цель - показать вам, как можно использовать этот богатый, практичный, однако до сих пор не использованный материал для того, чтобы помочь вашим близким преодолеть власть алкоголя над собой.

Почему человек употребляет спиртные напитки?

Многие годы ученые и исследователи убеждали нас в том, что невозможно узнать причины, вынуждающие человека пить. Нам говорили, что нет определенного механизма, по которому человек превращается в алкоголика. "Мы знаем только, что он пьет, - говорили они, - однако мы не можем сказать, почему он это делает. Этого не знает даже сам алкоголик." Книга за книгой убеждали нас в одном и том же, пока многие не поверили в это и не начали относиться к алкоголикам просто как к больным людям, помогая им преодолевать осложнения, вызванные злоупотреблением спиртными напитками, оставляя при этом без внимания истинные причины заболевания. Невозможно достичь положительных результатов лечения алкоголизма до тех пор, пока не будет удалена его основная причина. Алкоголик должен увидеть, что он по собственному выбору создал в своей жизни ненормальную ситуацию. Необходимо помочь ему осознать, что сделанный им выбор неудачен.

В отличие от светской литературы, Библия указывает истинные причины злоупотребления спиртным.

Притчи 31:6,7: "Дайте сикеру погибающему и вино огорченному душею; пусть он выпьет, и забудет бедность свою и не вспомнит больше о своем страдании."

Эти стихи указывают на то, что человек пьет с определенной целью. Библия не поощряет здесь читателей использовать

Помощь свыше

спиртное как способ разрешения жизненных невзгод; она просто говорит о том, что существуют определенные причины, по которым люди протягивают руку за стаканом вина. Одной из отличительных характеристик алкоголика является его полная неспособность принять себя таким, каков он есть. Он не может смириться со своими жизненными условиями. Его бедность - в его низкой самооценке; он страдает потому, что не может жить, как другие; он огорчен из-за того, что не способен полностью себя реализовать; он погибает, поскольку рушится его внутренний мир. Он думает, что может разрешить проблемы посредством спиртного. Он полагает, что с помощью спиртного сможет войти в мир тех, перед кем он чувствует себя маленьким и ничтожным, он надеется, что спиртное даст ему возможность добиться их уважения. Он считает, что алкоголь сможет помочь ему избавиться от чувства отверженности, которое вызвано в нем его заниженной самооценкой и отсутствием правильного отношения к себе. Алкоголик пьет не для того, чтобы напиться, а в надежде избежать страдания, которые причиняет себе сам. Пьяница использует спиртные напитки в качестве средства к бегству от себя, а также потому, что уже не может не пить. Целью алкоголика никак не является достижение состояния алкогольной интоксикации, напротив, она омрачает радость, которую тот хочет найти в стакане вина. Однако интоксикация необходима алкоголику, поскольку в ней он может почувствовать себя кем ему заблагорассудится или избежать страданий.

Чего алкоголик ожидает от спиртного?

Псалом 103:15: "...и вино, которое веселит сердце человека..." Спиртное действует безотказно, алкоголик может полностью на него положиться, именно поэтому спиртное стало самым распространенным в мире наркотиком. Кроме того, оно не очень дорого и повсеместно доступно, его могут употреблять представители всех слоев общества. Оно "веселит сердце", а именно это-

Помощь свыше

го и желает пьяница - он хочет забыть свою боль и обиду. Он хочет хорошо себя чувствовать, но поскольку не может достичь этого собственными усилиями, прибегает к спиртным напиткам, которые всегда могут "веселить сердце", хотя, по моему мнению, лучше было бы сказать - они вызывают интоксикацию. Спиртное работает против человека. Оно не удаляет проблемы из жизни человека, а скорее, удаляет человека от разрешения своих проблем. Однако именно этого и хочет алкоголик.

Его сердце весело потому, что ему удалось посредством воздействия алкоголя на сознание удалить на задний план все свои трудности и проблемы. Находясь под воздействием спиртного, он может освободиться от чувства горечи, вызванного неудачами, неудовлетворенностью собой и т.д. Установлено, что около 70 процентов всех алкоголиков страдают различными формами неврозов и используют спиртное в качестве средства преодоления этой "душевной неполноценности". Один алкоголик так сказал об этом: "Мне хорошо, когда я не испытываю никаких страданий."

Причина, вынуждающая алкоголика продолжать пить, заключается в его страхе перед необходимостью вернуться к жизни, наполненной болью и страданиями от чувства отвергнутости и неполноценности. Он уверен в том, что для возможности хорошо жить ему необходимо ежедневно обращаться к спиртному. Вскоре возникает психологическая зависимость от "веселящего сердце" алкоголя. Самое ужасное в этом то, что ему приходится ежедневно увеличивать дозу спиртного. Через короткий период человек начинает борьбу с наркотической зависимостью, которая к этому времени становится его основной проблемой.

В алкоголике развивается и психологическая, и физическая зависимость от спиртного. Постепенно человек забывает о своей психологической зависимости; теперь на первый план выходит физическая зависимость, вынуждающая его постоянно обращаться к спиртному, чтобы уберечь свое тело от страданий и

Помощь свыше

различных расстройств. На этой стадии развития алкоголизма больной сражается за выживание: ему приходится прикладывать усилия, чтобы не заболеть белой горячкой, он пьет, чтобы избежать нервных срывов. Теперь уже он пьет, чтобы находиться в состоянии алкогольной интоксикации. Он не просто не хочет бросить пить - он не может на это решиться из-за приобретенной им физической зависимости от алкоголя. Было время, когда он обратился к спиртному из-за одной единственной проблемы. Теперь же ему приходится искать решение двух проблем - физической и психологической зависимостей от алкоголя, вызванных постоянным употреблением спиртных напитков.

Алкоголик подходит к печальному концу - он употребляет спиртное, чтобы поддерживать свою зависимость. Это - то же, что подливать масло в огонь, и не может не привести к полному разрушению. Если такому человеку не будет оказана надлежащая помощь, он уже почти не имеет надежды на освобождение.

Ни одна из приводимых причин не может послужить оправданием злоупотребления спиртными напитками

Каждому известно, что Библия осуждает употребление спиртных напитков, однако не каждый знает почему. Слово Божье порицает употребление крепких напитков по веским причинам, а не потому, что Бог против человеческой радости в жизни. Что же это за причины? В своем Слове Бог раскрывает нам их. Писание говорит, что употребление спиртных напитков не может привести к положительным результатам. В каждом из нижеприведенных отрывков показано, к каким плачевным последствиям приводило людей их желание напиться. Не может быть оправдания употреблению крепких напитков. Изучая следующие места Писания, мы обнаружим, что алкоголь ни разу не смог помочь человеку изменить обстоятельства жизни к лучшему.

Помощь свыше

1. Бытие 9:20,21. *Унижение.*

"Ной начал возделывать землю и насадил виноградник: и выпил он вина и опьянел, и лежал обнаженным в шатре своем."

Это первое в Библии место, повествующее о том, как человек опьянел от вина. Не поразительно ли то, что этим человеком оказался Ной?! В единственной семье, живущей на земле, появляется проблема, связанная со злоупотреблением спиртными напитками. Обратите внимание: Ной насадил виноградник после того, как вышел из ковчега. Собрав урожай, Ной приготовил вино - напиток, содержащий спирт. Библия говорит, что Ной пил, пока не опьянел. Пока же Ной лежал пьяный, его сын Хам совершил ужасный грех. Библия раскрывает перед нами, что, пока лучший на земле человек - Ной - лежит пьяный, для греха не существует границ. "Почему же Ной напился?". Не забывайте, что это был человек, обладавший глубокой верой. Он жил по воле Бога, умел контролировать свои поступки, и Бог доверил ему поручение, выполнение которого заняло 120 лет.

На вопрос, почему Ной упился вином, можно предложить несколько ответов. Некоторые из них являются причиной злоупотребления спиртными напитками и в наши дни.

Вероятно, Ной напился, чтобы на время забыть картину разрушения мира. Все люди поддаются эмоциям, и порой то, что мы знаем или чувствуем, делает нашу жизнь невыносимой. Может быть, Ной напился потому, что переживал физическое и умственное переутомление. В течение примерно 120 лет его основной задачей было строительство ковчега. Я не сомневаюсь, что после этого он был изнурен и использовал вино в качестве стимулятора или транквилизатора. Однако, к сожалению, алкоголь ему не помог, а напротив, - ухудшил его состояние. "Вино - глумливо, сикера - буйна; и всякий, увлекающийся ими, неразумен" (Притчи 20:1).

2. Бытие 19:30-33. *Результат пьянства - деградация.*

Помощь свыше

"И вышел Лот из Сигора и стал жить в горе, и с ним две дочери его; ибо он боялся жить в Сигоре. И жил в пещере, и с ним две дочери его. И сказала старшая младшей: отец наш стар, и нет человека на земле, который вошел бы к нам по обычаю всей земли; итак напоим отца нашего вином, и переспим с ним, и восставим от отца нашего племя."

Второе место Библии, повествующее о пьянстве, относится к жизнеописанию человека по имени Лот и находится в 19 главе книги Бытия. Лот со своей семьей жил в местности, называемой Содомом и Гоморрой, где обитали очень развращенные люди. Посланники Божии навестили Лота и сообщили ему о намерении Бога полностью разрушить эти два города со всем их населением. Ангелы сказали, что Лот нашел благоволение в глазах Бога, пославшего их вывести Лота из города и избавить его семью от грядущего гнева.

Лот мог бежать, взяв с собой только свою жену и двух дочерей. Во время бегства жена Лота ослушалась данного Богом повеления и от этого умерла. Лот же бежал со своими двумя дочерьми в пещеру, где позднее в состоянии алкогольного опьянения совершил грех кровосмешения с каждой из них. Дочери Лота родили сыновей, отцом которых был Лот. Почему после столь чудного избавления, которое пережил Лот, он напивается до того состояния, в котором его постигает позор? На этот вопрос Библия дает совершенно однозначный ответ: "Смотрите же за собою, чтобы сердца ваши не отягчались объедением и пьянством и заботами житейскими..." (Лк. 21:34).

Я думаю, что Лот прибег к спиртному по той же причине, по которой многие алкоголики в наши дни обращаются к вину: таким образом он хотел забыть о глубокой травме. Многие алкоголики страдают от чувства прожитой напрасно жизни. Мне кажется, перед глазами Лота также проходила вся его жизнь, и от того, что он видел, ему становилось все тяжелее, пока он не утратил всякий интерес к жизни и не напился, чтобы не присутствовать при

Помощь свыше

собственной агонии. Лот не напился до того, чтобы не быть в состоянии совершить грех кровосмешения; однако он совершил это ужасное преступление именно потому, что был пьян. Здесь мы еще раз видим, почему Слово Божье осуждает употребление спиртных напитков. Рассматривая алкоголь как средство против боли, нельзя не заметить, что его действие угашает радость, счастье и мир.

3. Исаия 28:7. *Алкоголь притупляет чувства и разрушает рассудок.*

"Но и эти шатаются от вина и сбиваются с пути от сикеры; священник и пророк спотыкаются от крепких напитков; побеждены вином, обезумели от сикеры, в видении ошибаются, в суждении спотыкаются" Исаия 28:7.

"Горе тем, которые храбры пить вино и сильны приготовить крепкий напиток, которые за подарки оправдывают виновного и правых лишают законного!" Исаия 5:22,23.

"Блуд, вино и напитки завладели сердцем их" Осия 4:11.

Нет сомнения в том, что, находясь под воздействием спиртных напитков, алкоголик думает, будто он лучше, чем есть на самом деле. Он сам поставил себя в зависимость от алкоголя. Недостаток уверенности в своих силах, желание достичь наилучшего положения не прикладывая усилий, низкая сопротивляемость, болезненное стремление к совершенству - все это вынуждает алкоголика говорить самому себе: "Единственная возможность пережить предстоящий день - это провести его при помощи спиртного, я должен быть уверен, что у меня не будет недостатка в спиртном." Его горе в том, что он не становится лучше, он уже даже не может оставаться просто хорошим. Алкоголь затуманивает сознание. Спиртное может развязать ваш язык, и вы скажете то, что в трезвом состоянии сказать не решались; оно может придать вам смелости для участия в спортивных соревнованиях, однако оно никак не в состоянии поднять ваш уровень подготовленности к этим соревнованиям.

Помощь свыше

Возможно, это прозвучит банально, но спиртное действительно в первую очередь оказывает воздействие на сознание человека. Большинство людей не думают об этом, но, употребляя спиртные напитки, человек отключает свою способность контролировать ситуацию. Обратите внимание на прогрессию процесса "отключения сознания" по мере увеличения дозы выпитого спиртного. Алкоголь воздействует на ту часть мозга, которая отвечает за способность человека делать правильные умозаключения.

ЛОБНАЯ ДОЛЯ - это часть головного мозга, которая отвечает за способность обосновывать и контролировать поступки и суждения; она подвергается воздействию алкоголя при 10-процентном содержании его в крови. При этом утрачивается способность контролировать свои поступки, отключаются центры торможения, ослабляется воля, возникает эйфорическое состояние, неоправданная уверенность в своих способностях, ослабляется способность делать правильные суждения и сосредоточивать внимание, появляется склонность к болтливости.

Лобная доля отвечает за способность человека контролировать ощущения; подвергается воздействию при наличии 10-30 процентов алкоголя в крови. При этом ослабляется или полностью утрачивается способность к ощущениям, утрачивается способность двигаться, возникает нарушение речи, утрачивается способность применять усвоенные технические навыки.

ЗАТЫЛОЧНАЯ ДОЛЯ - в ней расположена зона, отвечающая за зрительные способности; подвергается воздействию при содержании от 20 до 30 процентов алкоголя в крови. Утрачивается способность различать цвета, окружающие человека предметы воспринимаются в искаженном виде, нарушается способность правильно оценивать расстояние между предметами, появляется "двоение" в глазах.

МОЗЖЕЧОК - центр координации движений; подвергается воздействию при 15-35 процентах содержания алкоголя в крови. Нарушается способность сохранять равновесие и координировать движения.

Помощь свыше

ТАЛАМУС И ГИПОТАЛАМУС - центры, контролирующие работу органов дыхания и кровообращения; подвергаются воздействию при 25-50 процентах наличия алкоголя в крови. Возникает чувство безразличия, нарушается дыхательная способность и другие автоматические движения в организме человека. Нарушается кровообращение, теплообмен, человек входит в состояние стопора, шока, может наступить смерть.

Воздействие алкоголя на мозг человека аналогично воздействию, оказываемому на него наркотическими веществами. Алкоголь затуманивает сознание, делая невозможным для человека полностью и без усилий использовать свои умственные и физические способности. Именно об этом и говорится в приведенных выше четырех отрывках Библии.

4. Притчи 20:1. *Алкоголь обманывает.*

"Вино - глумливо, сикера - буйна; и всякий, увлекающийся ими, неразумен."

Как часто вам приходилось слышать такие утверждения: "Я пью, чтобы расслабиться. Мне необходимо выпить пива. У меня был очень тяжелый день. Мне нужно выпить, чтобы отвлечься от пережитых неприятностей"? И снова мы убеждаемся, что Библия содержит все необходимое знание об алкоголе. Люди пьют, чтобы расслабиться только потому, что они оказались обманутыми алкоголем. Спиртное не успокаивает нервы, да и не может этого сделать. Единственное, что вызывает употребление спиртных напитков, - это состояние интоксикации, находясь в котором человек испытывает чувство беспокойства, напряжение. Позднее, уснув, он забывается, а когда действие алкоголя прекращается, он приходит в ярость - таково "расслабляющее" действие спиртных напитков.

Хотя современное общество и одобряет употребление спиртных напитков, алкоголь не может быть частью нашей жизни, потому что он способен разрушить ее. Поэтому Библия осуждает употребление спиртного. Никто, ни при каких обстоятельствах не обладает правом совершать непоправимые поступки.

Помощь свыше

Бог не оправдывает воровство тем, что укравший испытывал чувство голода, или грабеж - тем, что грабитель испытывал нужду. Бог также не оправдывает употребление спиртных напитков тем, что человек боялся быть отвергнутым или переживал душевный конфликт. Библия не предлагает извинения тем, кто живет, противясь Слову Божьему. Часто мы стремимся во что бы то ни стало получить то, чего нам хочется, и именно это и делает алкоголик, возлагая все свои надежды на спиртное и тем самым нарушая волю Божью, выраженную в Его Слове. Вот причина проблемы алкоголизма в нашем мире.

Не существует оправдания попытке возложить на спиртное все свои надежды и поэтому нет оправдания употреблению спиртных напитков.

Библия предлагает альтернативу

"У кого вой? у кого стон? у кого ссоры? у кого горе? у кого раны без причины? у кого багровые глаза? У тех, которые долго сидят за вином, которые приходят отыскивать вина приправленного. Не смотри на вино, как оно краснеет, как оно искрится в чаше, как оно ухаживается ровно: впоследствии, как змей, оно укусит, и ужалит, как аспид; глаза твои будут смотреть на чужих жен, и сердце твое заговорит развратное: и ты будешь, как спящий среди моря и как спящий на верху мачты. И скажешь: "Били меня, мне не было больно; толкали меня, я не чувствовал. Когда проснусь, опять буду искать того же" Притчи 23:29-35.

Тщательно изучив все места Библии, говорящие об употреблении вина и его отрицательных последствиях, человек может прийти к заключению, что существует возможность полного устранения проблемы алкоголизма. Эта проблема, поражающая самые отдаленные уголки земного шара, может быть разрешена, если мы будем уделять Божьему Слову должное внимание.

Библия указывает нам на первопричину всех бед человечест-

Помощь свыше

ва. Было время, когда человек ни в чем не имел нужды, он имел прекрасные, совершенные взаимоотношения с Богом. В Боге человек имел все необходимое для полноценной жизни. Человек начал терпеть нужду после того, как между ним и Богом возникла пропасть, появление которой было вызвано непослушанием Богу, проявленным и в отношениях, и в поступках человека. Теперь ему не доставало внутренней стабильности, сил и индивидуальности. Он уже не мог черпать силы в Боге. Поэтому человек начал создавать для себя заменители этой силы, которые не служили истинным ее источником, а только выполняли функции стимулятора. Вот почему люди всегда обращались к различным формам наркотических веществ. Человек пытается восполнить утраченное общение с Богом, обращаясь за помощью к Его творению, возлагая особые надежды на те стороны тварного мира, которые имеют отношение к внутренней сущности человеческой природы. Вся история человечества повествует о его попытках вести жизнь вдали от Бога. Во все времена было заметно стремление человека восполнять внутреннюю пустоту и преодолевать эмоциональные стрессы при помощи седативных препаратов. Однако проблема, связанная с внутренней пустотой человека, не может быть решена до тех пор, пока не будут восстановлены нарушенные взаимоотношения между ним и Богом. Только в этом случае человек сможет преодолеть приобретенную зависимость от алкоголя или других наркотиков.

Библия учит тому, что наркотическая зависимость - это духовная проблема, вызванная нарушением взаимоотношений между человеком и Богом. Алкоголизм и другие вредные привычки - это не что иное, как следствие духовного разделения между человеком и Богом. Библия также учит тому, что Бог предлагает человеку возможность восстановить нарушенные взаимоотношения через жертву Иисуса Христа. Когда грешник признает Христа своим Спасителем, Бог входит в жизнь человека, тем самым предлагая ему все, в чем тот нуждается. Библия говорит, что человек, имеющий живые взаимоотношения со Христом, становится настолько целостной личнос-

Помощь свыше

тью, что исчезает всякая потребность в наркотике.

Легко заметить, что основная отличительная черта зависимого от алкоголя человека - это мучающий его внутренний конфликт, связанный со страхом, чувством вины, раздражением, сосредоточенностью на своих личных проблемах и желаниях, одиночеством, похотью или же нездоровым стремлением к власти и всеобщему признанию. Тщательное изучение Библии показывает, что первопричина этого внутреннего конфликта скрывается в нарушении взаимоотношений между человеком и Богом. Однако дальнейшее изучение Библии открывает, что в Иисусе Христе человеку предложена возможность устранения любых внутренних конфликтов.

Взаимоотношения между человеком и окружающими его людьми не столь сложны и не так сильно нарушены, как его взаимоотношения с Богом. И лишь только эти взаимоотношения восстанавливаются посредством жертвы Иисуса Христа, человек уже не испытывает нужды в постоянной вражде с окружающими или в том, чтобы искать утешения в употреблении спиртных напитков. Он не сумел убежать от самого себя и от своей жизни посредством алкоголя, однако он имеет возможность не тяготиться жизнью, а наслаждаться ею. Библия нигде не говорит о том, что Иисус Христос может решить проблему, связанную с алкогольной зависимостью. Нет, в Библии говорится, что Он сам является решением этой проблемы.

Двадцать второй псалом - прекрасный отрывок Писания, повествующий о том, как Христос, войдя в жизнь человека, может полностью изменить всю его сущность, все отрицательные черты характера, развившиеся из-за разделения между человеком и Богом и усугубленные попыткой человека разрешить свои проблемы при помощи спиртного.

Слова Писания - Внутренняя проблема и ее разрешение

"Господь - Пастырь мой" - Он принимает, предлагает защиту
Мф. 6:31-33; Ис. 40:11; Пс. 120:8; Пс. 26:1.

Помощь свыше

Бог, действуя в Иисусе Христе, проявляет глубокую заботу о жизни человека. Это наполняет человеческую жизнь смыслом, придает ей огромное значение.

"Я ни в чем не буду нуждаться" - удовлетворение всех нужд и потребностей.

Бог не хочет, чтобы Его овцы испытывали какие-либо страдания.

Мф. 6:25-33.

Не заботьтесь - Пастырь предусмотрит все, поэтому исчезают все заботы.

"Он покоит меня на злачных пажитях" - удовлетворение всех нужд, устранение любых трений
Ез. 34:15,16, 20-22.

"Он водит меня к водам тихим" - мир
Ис. 26:3, Мф. 11:28, Гал. 5:22, Рим. 5:13, Фил. 4:6,7; Иер. 2:13. Невозможно заменить живое присутствие Божье спиртными напитками или другими наркотиками; необходимо принять жизнь, предлагаемую Богом.

"Подкрепляет душу мою" - спасение, источник сил
Пс. 27:7; Еф. 6:10,11; Пс. 41:11; Ис. 30:15; Неем. 8:10; Ис. 56:13; Пс. 19:6; Ис. 40:31; 1Кор. 10:12.

"Наставляет меня на стези правды" - водительство Божье
Пс. 35:23; Пс. 30:8; Ис. 53:6; Пс. 118:105; Ис. 30:21; Мк. 8:34; Прит. 14:12; Пр. 16:25.

"Не убоюсь зла" - чувство безопасности, защищенности
2Тим. 1:7, 10; Евр. 7:25; 13:5,6; Ис. 43:2; Втор. 31:8; Пс. 33:18; 2Кор. 1:3,4.

Помощь свыше

"Чаша моя преисполнена" - удовлетворение всех нужд
Фил. 4:19.

"Я пребуду в доме Господнем" - будущее

Пс.15:5,6; Ин. 11:25,26; 3:16; Ик.1:17;Фил. 1:16; Пс. 33:6;
Иуды 24,25; 2Кор. 4:6; Ин. 5:24; 1Ин. 4:9; Ин. 14:2,3.

Чувство отверженности,

беспокойство,

зависть, потребность в самоутверждении,

потребность в бегстве,

чувство вины, уныние,

эгоцентризм,

чувство страха,

чувство ущемленности,

– все это характерно для человека, разделенного с Богом, но

Пастырь, о котором говорится в Псалме 22, избавляет от:

одиночества ст. 1,

голода ст. 2,

жажды ст. 3,

греха ст. 4,

зла ст. 5,

врагов ст. 6,

страха ст. 7.

Псалом 36

Псалом 36 - еще одно место Писания, способное открыть глаза алкоголику на то, как сильно его образ жизни отличается от угодного Богу. Тщательное исследование этого отрывка дает возможность увидеть библейский образец поведения и образа мыслей человека.

1. Не ревнуй ст. 1

2. Уповай на Господа ст. 3

3. Утешайся Господом ст. 4

4. Предай Господу путь твой ст. 5

Помощь свыше

5. Покорись Господу ст. 7

6. Удаляйся от зла ст. 8

7. Перестань гневаться ст. 8

8. Уклоняйся от зла ст. 27

9. Делай добро ст. 27

10. Уповай на Господа ст. 34

11. Наблюдай за непорочным
и смотри на праведного ст.37

Эти стихи затрагивают почти все наиболее распространенные черты деформации личности, присущие алкоголикам. Каждое высказывание представляет собой руководство к преодолению негативного отношения или поведения. Доброе действие может победить неправильный образ мышления. Это дает алкоголику возможность избрать активное действие вместо того, чтобы таить в себе боль, обиду или другое негативное отношение. Если же эти настроения вовремя не выявить и не устранить, то они неизменно заставят алкоголика обратиться к спиртному.

Библия говорит о том, какое поведение и образ мышления стал нормальным для людей из-за их разделения с Богом:

Галатам 5:19-21

Прелюбодеяние	Блуд	Нечистота
Непотребство	Идолослужение	Волшебство
Вражда	Ссоры	Зависть
Гнев	Распри	Разногласия
Ереси	Ненависть	Убийства
Пьянство	Бесчинство	

Представьте себе человека, совершающего эти преступления, и вы поймете, почему невозможно собственными усилиями улучшить свою жизнь. У такого человека просто нет средств, необходимых для того, чтобы вести иную, независимую от алкоголя жизнь.

Помощь свыше

Алкоголику, как и всем остальным, необходима помощь. Библия учит, что во Христе мы можем являть плоды Духа, являющиеся полной противоположностью делам плоти:

Галатам 5:22

Любовь Радость Мир Долготерпение
Благодать Милосердие Вера Кротость
Воздержание

Нет сомнений в том, что эти новые плоды могут дать проходящему реабилитацию алкоголику ту силу во Христе, при которой трезвый образ жизни станет для него достижимым. К спиртным напиткам алкоголика ведут результаты его жизни по плоти. Единственной возможностью было для него - жить в созданном собственными руками хаосе. Однако, как мы видим, во Христе человек приобретает новые прекрасные черты; их появление связано с тем, что в жизнь человека входит Христос. Весь этот отрывок Писания говорит о том, что алкоголик действительно может стать новым человеком, вся его внутренняя сущность может измениться, и ему уже никогда не понадобится обращаться к употреблению спиртных напитков.

Библия говорит как о положительных, так и об отрицательных этапах процесса освобождения от алкогольной зависимости.

Евангелие от Матфея 12:43-45

"Когда нечистый дух выйдет из человека, то ходит по бесплодным местам, ища покоя, и не находит; тогда говорит: "Возвращусь в дом мой, откуда я вышел". И придя находит его незапятнанным, выметенным и убранным; тогда идет и берет с собою семь других духов, злейших себя, и, вошедши, живут там; и бывает для человека того последнее хуже первого. Так будет и с этим злым родом".

Помощь свыше

Это место Писания недвусмысленно говорит о том, что происходит с тем, кто переживает не полное духовное возрождение, а лишь психологические преобразования. Большинство, если не все, центры реабилитации представляют собой не что иное, как места, где человек может пересмотреть и попытаться изменить особенности своего внутреннего состояния. Они предлагают преобразовать привычки и поведение. Христианство же по своей сути не является реабилитационным центром. Христианство предлагает полное возрождение, в результате которого изменяется и поведение человека (2Кор. 5:17). В жизни алкоголика было очень мало того, к чему стоит вернуться. Ему необходимо полностью изменить весь свой образ жизни.

Во Христе Библия предлагает человеку начать все с нуля. Бог не устраняет в нас нарушения и неполадки, Он не вышивает нитью праведности на нашей ветхой греховной одежде. Вместо этого Он даёт совершенно новую одежду и новую жизнь. Дело в том, что алкоголик уже пытался очистить свою жизнь от алкоголя. Он не только решал бросить пить, но и полностью очищал все места своего обитания – дом, офис, машину, все укромные уголки, где он любил прятать спиртное. Он отказывался и отвергал все, что было связано с выпивкой точно так, как это описано в 12 главе Евангелия от Матфея. Большинство алкоголиков останавливаются на изгнании "нечистого духа" алкоголя. Многие окружающие скажут ему: "Да ведь ты справился с этим! Ни в тебе самом, ни вокруг тебя – ни капли спиртного; быстро же ты, парень, преодолел свою зависимость!" А на следующей неделе мы видим этого "парня" мертвецки пьяным. Почему? Нельзя сказать, что он был недостаточно серьезен в своем решении или что он приложил не все усилия для достижения цели. Его проблема ничем не отличается от той, которая описана в 12 главе Евангелия от Матфея: место в жизни этого человека, которое раньше занимал алкоголь, ничем не занято.

Он сорвался потому, что в его жизни ничто не смогло заменить алкоголь. Спиртное восполняло для него определенную

внутреннюю потребность. Теперь он чувствует, что эту потребность необходимо восполнить либо при помощи спиртного, либо чем-либо иным. Большинство алкоголиков уверены, что стоит им бросить пить, как все проблемы будут решены. Однако в действительности они оказываются один на один со своей внутренней пустотой и, когда наступают трудности, им ничего не остается, как уступить и вернуться к спиртному. Это происходит потому, что в промежутке трезвости человек не нашел альтернативы выпивке. Вот почему возрождение важнее осуществления преобразований. Иисус Христос дает человеку возможность заполнить внутреннюю пустоту, которая не исчезает, когда тот бросает пить.

Послание Колоссянам

Вот как об этом говорит Послание Колоссянам (Кол.3:5-12): "Итак умертвите земные члены ваши: блуд, нечистоту, страсть, злую похоть и любостяжание, которое есть идолослужение, за которые гнев Божий грядет на сынов противления, в которых и вы некогда обращались, когда жили между ними. А теперь вы отложите все: гнев, ярость, злобу, злоречие, сквернословие уст ваших; не говорите лжи друг другу, совлекшись ветхого человека с делами его и облекшись в нового, который обновляется в познании по образу Создавшего его, где нет ни Еллина, ни Иудея, ни обрезания, ни необрезания, варвара, Скифа, раба, свободного, но все и во всем Христос. Итак облекитесь, как избранные Божии, святые и возлюбленные, в милосердие, благодать, смирномудрие, кротость, долготерпение..."

Заставить человека бросить пить - только полдела. Необходимо предложить ему что-то, что могло бы заменить для него мысли о спиртном. Библия показывает, как благодаря действию Христа алкоголик превращается в непьющего человека. Библия говорит о том, где и что должно измениться в человеке, чтобы его психологическая зависимость была побеждена.

Перемена в отношении

Библия говорит, что если в алкоголике когда-либо произойдут изменения, то они должны начаться с изменения отношения к самому алкоголю. Отрывок, записанный в Евангелии от Луки 15:11-32, говорит об этом очень ясно и передает самую суть. Молодой человек хотел вести независимую жизнь и, как каждый из нас, оказался на неверном пути. Впоследствии в его жизни произошли перемены, в результате которых он решил вернуться домой, готовый полностью согласиться с волей своего отца. Неважно, где этот человек жил все это время и чем он занимался; причины его возвращения - вот что нам важно понять. При работе с алкоголиком трудно достичь значительных результатов до тех пор, пока не изменится его отношение к спиртному и к своему образу жизни.

Перемены всегда затрагивают три аспекта:

1. Интеллект - изменение образа мышления;
2. Эмоции - изменения в сердце;
3. Воля - изменения в духовной сущности человека.

История блудного сына - прекрасная иллюстрация того, что значит раскаяться или сожалеть о своих поступках: человек выражает готовность пойти на любые преобразования, необходимые для того, чтобы вести полноценную жизнь. Изменения, произошедшие в жизни блудного сына, затрагивали все три аспекта - интеллект, эмоции и волю. Осознав, что его жизнь должна претерпеть изменения, молодой человек иначе посмотрел на нее. Некоторые алкоголики говорят, что их воспитывали не для того образа жизни, который им теперь придется вести. Между свинарником и теми местами, где обитают алкоголики и другие отбросы общества, есть много общего, хотя, мне кажется, - в свинарнике воздух чище. Многие люди не замечают своей проблемы, связанной с алкогольной зависи-

Помощь свыше

мостью, пока не обнаруживают себя где-то в подворотне. Тогда человек решает, что такой образ жизни - не для него.

В сердце блудного сына также произошли перемены: он уже не радовался одинокой жизни в большом городе. Удовольствия не стоили той цены, которую за них пришлось платить. Теперь молодой человек не думал исключительно о самом себе. Необходимо, чтобы алкоголик смог увидеть, что его представления о полной удовольствий жизни, в которой не будет места боли и страданиям, – не более чем выдумка. Важно, чтобы он понял, что причиняет страдания и самому себе, и тем, кто его окружает. Блудный сын вернулся к своему отцу тогда, когда в нем пропало всякое желание вести эгоистичную жизнь. То же должно произойти и с алкоголиком.

Претерпела изменения и воля молодого человека: когда-то он восставал против своего отца, а теперь он готов ему подчиниться. Алкоголик также всегда протестует и восстает против чего-либо. В его жизни есть что-то, что ему не по душе, и он хочет при помощи спиртного либо преодолеть то, что ему мешает, либо жить, не замечая этого. Блудный сын сказал: "Я не хочу больше жить по собственной воле, я вернусь домой и буду жить так, как отец". Человек, страдающий алкогольной зависимостью, должен прекратить бунтовать и пытаться навязать окружающим свою волю. Так же, как и все мы, он должен подчинить себя воле всемогущего Бога. Полноценной и радостной может быть только та жизнь, которая подчиняется дисциплине.

Алкоголизм проникает в сущность человека, и его жизнь может измениться к лучшему только тогда, когда он сам этого пожелает. Ведь для того, чтобы алкоголик изменился, должны произойти перемены во всех трех аспектах его жизни. Это происходит, когда человек обращается ко Христу как к своему Спасителю.

Чем же Иисус может помочь алкоголику? Вот что происходит, когда человек принимает решение возложить все свои надежды на Господа Иисуса Христа.

Помощь свыше

Положение, которое Христос занимает в жизни человека, освобождает последнего от чувства одиночества и отверженности.

Намерения Христа относительно его жизни - спасение, освящение и доверие особому служению - дают бывшему алкоголику осознание того, что он может достичь поставленных перед ним целей, стандартов и идеалов, не прибегая для этого к помощи спиртных напитков.

Сила Христа дает возможность преодолеть и физическую, и психологическую зависимость, так же как и другие осложнения алкоголизма, проявляющиеся в негативном поведении и наличии вредных привычек.

Христос дает спасенному человеку обещания, которые освобождают от страха перед прошлым, ежедневно укрепляют и предлагают надежду на будущее.

Присутствие Христа в жизни человека обеспечивает ему неизменное общение с Богом в часы одиночества, бездействия, а также тогда, когда подступает искушение снова вернуться к прежнему образу жизни.

Прощение, дарованное Христом, освобождает человека от чувства вины и стыда за совершенные в прошлом поступки (Мф. 9:6).

Принципы христианской жизни дают человеку все необходимые наставления для создания новой жизни.

Личность Христа является стимулом для использования дарованной жизни во славу Божию, поскольку теперь человек живет не для себя, но во имя Христа (Лк. 1:37).

Чудеса, совершенные Христом, дают человеку уверенность, требующуюся для преодоления власти алкоголя. (Деян. 10:38).

Христос дает иную радость, которая превысит все "радости", некогда заполнявшие жизнь алкоголика.

Защита Христа оградит стоящего на пути освобождения от рецидива.

Помощь свыше

Хвала, воздаваемая Христу, придает больному уверенности в том, что его жизнь не проходит впустую. Он достигает успеха, живя во Христе.

Георг В. Труэтт рассказывает историю о человеке по имени Харри Ландер, чей сын был убит во Франции во время Первой мировой войны. Однажды Труэтт участвовал в обеде, где в числе других американских и британских офицеров был и Харри Ландер. Офицеры находились в приподнятом настроении; в разгаре веселья они попросили:

— Харри, спой-ка для нас. Спой нам что-нибудь эдакое.

— Нет, - последовал ответ, - я вообще не могу петь.

— Но почему?

— Джон, мой мальчик, лежит в сырой земле - он мертв. Но если вы позволите, я скажу вам несколько слов.

Затем известный комедийный актер Харри Ландер сказал собравшимся следующее: "Когда Джон погиб и мое сердце было разбито, я оказался перед выбором. Мне предстояло выбрать один путь из трех. Первый был путем пьянства. Многие замечательные, умные люди избирают этот путь. Они пытаются интоксикацией заглушить свое страдание. Другой - путь отчаяния, саморазрушения, самоубийства. Но передо мной был и третий путь - путь, ведущий ко Христу, - сказал Харри Ландер со слезами и дрожью в голосе, - и я избрал его".

Размышление

"Разве не знаете, что вы храм Божий, и дух Божий живет в вас? Если кто разорит храм Божий, того покарает Бог, ибо храм Божий свят; а этот храм - вы"

1 Кор. 3:16,17.

15

Почему нужно использовать Библию в ходе психологической работы с алкоголиком

Библия - это Слово Божье. Оно, словно проводник, доносит до людей волю Божью, через него открываются намерения Божьи, подсказывается выход из жизненных трудностей. Наш профессиональный подход к проблеме алкоголизма привел к убеждению, что, хотя светские познания и применение сложных теорий и необходимы при оказании помощи страдающему от зависимости, однако нет более глубокого познания, чем то, которое нам предлагает Слово Божье. Библия существовала задолго до появления Фрейда, Канта и других философов. Лишь немногие психологи и психиатры, если такие вообще имеются, могут предложить действенный совет в отношении преодоления алкогольной зависимости. Если же кто-то и находит правильное решение, то оно, несомненно, уже было предложено Словом Божьим.

Сегодня наиболее сильной считается "Программа анонимного лечения алкоголизма", однако тщательное исследование двенадцати шагов этой программы показывает, что каждый из этапов основан на принципах Писания. Каждый этап - это один из принципов, заложенных в Библии. Он хорошо завуалирован, так что алкоголик, который, скорее всего, отказался бы от помощи Библии, выражает согласие принять сам принцип.

Почему при работе с алкоголиком можно полностью довериться действенности Библии?

Осуждение греха

1. *Слово Божье изобличает грех человека.* Наставник-христианин знает, что грех - главная причина всех проблем человека. Библия - единственная книга, говорящая не только о последствиях греха, но и о том, как от него можно избавиться. Светские книги могут установить причину проблемы, однако они не в состоянии предложить ее практическое решение. Алкоголик должен оказаться в тупике своей внутренней проблемы. Использование Слова Божьего во время бесед дает возможность Богу обращаться к алкоголику, говорить ему о его жизни (Евр. 4:12). Необходимо, чтобы алкоголик осознал, что пить недопустимо. Однако нет ничего более убедительного, чем несколько правильно подобранных мест Писания, говорящих на эту тему.

Избавление

2. *Слово Божье несет в себе весть об избавлении.* Большинство светских книг говорят о самой проблеме, а не о методах ее преодоления. Они помогают выявить проблему, забывая сказать о том, как с ней можно справиться. Если же наставник использует Божье Слово, он тем самым дает больному возможность получить помощь, предлагаемую Иисусом Христом (2Кор. 5:17).

Вера

3. *Слово Божье является источником живой веры.* В то время как светские книги рассматривают факты и теории, Библия говорит о возможности обновленной жизни. Лишь немногие психологи, если таковые вообще имеются, могут предложить своему пациенту путь к полной победе над алкогольной зависимостью. Даже "Программа анонимного лечения от алко-

лизма" не доводит свою работу до полного завершения. Она утверждает, что тот, кто когда-то страдал алкоголизмом, навсегда остается алкоголиком. Однако Библия зарождает в человеке веру, благодаря которой ему нет нужды пребывать в постоянном страхе перед опасностью рецидива (2Кор. 5:17; Еф. 2:2). В Слове Божьем человек обретает смысл жизни, находит необходимые силы, а также Того Единственного, ради Которого стоит жить в этом мире. Возвращающемуся к жизни алкоголику крайне необходимы эти три аспекта для того, чтобы устоять перед всеми трудностями и искушениями.

Очищение

4. *Слово Божье предлагает алкоголику возможность очиститься.* Независимо от того, что говорят о морально-этической стороне проблемы алкоголизма психиатры и психологи, сами алкоголики, как правило, рассматривают свое положение как нечто аморальное. При этом они испытывают чувство стыда не только за свои попойки, но также и за все поступки, которые они совершают, находясь в состоянии алкогольного опьянения. Ложь, воровство, недостойное поведение - все это не так легко забыть и, чтобы преодолеть болезненное чувство вины от содеянных проступков, порой приходится обращаться к помощи психолога. Мне приходилось встречать алкоголиков, которые пьют, чтобы заглушить в себе страшные воспоминания, разжигающие в сердце угрызения совести и чувство вины. "Если же исповедуем грехи наши, то Он, будучи верен и праведен, простит нам грехи (наши) и очистит нас от всякой неправды" (1Ин.1:9). Один этот стих может дать алкоголику тот мир, который невозможно обрести даже при помощи сотни бутылок водки. Если же к этому стиху присоединить еще 1Ин. 2:1, то вместе они откроют перед алкоголиком путь к полному прощению и очищению. Большинство алкоголиков понимают, что, заливая спиртным угрызения совести и чувство вины, они только усугубляют и отягощают свое плачевное положение. Библия предлагает человеку очищение в Господе, производящее в нем освобождение и радость.

Водительство

5. *Библия содержит непогрешимое водительство для каждого человека.* Некто сказал: "Алкоголик - это тот, кто разучился извлекать для себя жизненные уроки. Он избрал неверный путь, руководствуясь ложными представлениями о жизни и об алкоголе. Живя во власти спиртного, этот человек невыносимо страдал сам и заставлял страдать своих близких." Лишь немногие светские книги могут предложить алкоголику такое водительство, которое действительно окажется в состоянии помочь ему разорвать оковы зависимости. Советам же и наставлениям, содержащимся в Библии, можно полностью и безоговорочно доверять. Кто станет подвергать сомнению такие отрывки из Слова Божьего, как, например, Исаия 58:11? Наставник должен суметь убедить своего пациента в том, что полное доверие Слову Божьему принесет ему неоценимую пользу.

Знание и проницательность

6. *Библия содержит в себе источник проницательности и знаний.* Алкоголик, ставший на путь избавления от зависимости, должен уметь распознавать искушения; ему необходимы также знания, при помощи которых он сможет эти искушения преодолевать. Это может оказаться очень нелегко для человека, привыкшего находить решения жизненных проблем не иначе как при помощи крепких напитков. Слово Божье дает способность ясно видеть причины, согласно которым не следует протягивать руку за стаканом вина. Содержащееся в Библии знание может избавить алкоголика от неудержимого искушения выпить (Пс.118:130; 118:11). Что может быть для проходящего курс реабилитации алкоголика лучшим примером, чем образ преодолевающего искушения Господа (Мф.4)?

Постоянство

7. *Библия неизменна.* Чудо не только в том, что эта книга помогает каждому человеку, но также и в том, что она делает это

во всех случаях одинаково - посредством личности Иисуса Христа. Христос - вот ответ на все проблемы любого алкоголика. В отличие от созданных людьми программ реабилитации, век которых очень недолог, Библия неизменна в своих подходах к проблеме алкоголизма и в методах ее решения. А ведь ставшему на путь излечения алкоголику так нужна уверенность в надежности методов борьбы за освобождение от зависимости!

Доступность

8. *Библия доступна каждому, кто желает помочь алкоголику освободиться от алкогольной зависимости.* Эта книга доступна также и самому алкоголику. И больной, и наставник имеют постоянный доступ к необходимой информации. Наставник должен внушить своему подопечному полное доверие словам Священного Писания, а это возможно только тогда, когда он способен передать алкоголику свой собственный опыт доверия Библии.

Не нужно бояться прибегать к помощи Слова Божьего, помогая кому-либо найти освобождение от алкогольной зависимости во Христе, а затем строить новую жизнь, опираясь на Священное Писание.

Размышление

"Или не знаете, что неправедные Царства Божьего не наследуют? Не обманывайтесь: ни блудники, ни идолослужители, ни прелюбодеи, ни малакки, ни мужеложники, ни воры, ни лихоимцы, ни пьяницы, ни злоречивые, ни хищники Царства Божия не наследуют. И такими были некоторые из вас; но омылись, но освятились, но оправдались именем Господа нашего Иисуса Христа и Духом Бога нашего."

(1Кор. 6:9-11)

Свидетельства

Один человек был чудесным образом избавлен от алкогольной зависимости. Несколько дней спустя после этого чуда ему случилось проходить мимо питейного заведения. Неожиданно окно пивной открылось и на его голову полилась струя водки. Знакомый запах возбудил в нем неудержимое желание выпить. Однако, вместо того чтобы войти в пивную, он пустился бежать и бежал всю дорогу до своего дома, где, закрыв за собой дверь, бросился на колени и обратился к Господу за помощью: "Господь, помоги мне прямо сейчас!" Бог послал ему Свою силу, благодаря которой человек смог преодолеть искушение.

В убогой лачуге жила семья, отец которой пропивал все деньги, а мать и дети нуждались в самом необходимом. Наконец отец решил полностью разрушить свою семью и отправить детей в детский дом. Каждое воскресенье дети сидели на пороге своей лачуги, где их заметил один христианин. Он захотел помочь детям и пригласил их прийти в церковь и в воскресную школу. Христианин рассказал отцу семейства, как он тоже был когда-то горьким пьяницей и растратил все свои деньги, живя во грехе. Он рассказал также, как Бог спас его и наполнил его жизнь радостью. В тот вечер пьяница сказал своей жене: "Я люблю тебя и наших детей, но когда во мне появляется

это страшное желание выпить, я просто ничего не могу сделать. Я буду пить, даже если для этого мне придется снять с себя последнюю рубашку, даже если это будет стоить мне жизни. Но ведь Бог услышал молитву этого человека и спас его, может быть, Он спасет также и меня." Мужчина и женщина встали на колени и произнесли слова давно известной молитвы: "Боже! Будь милостив ко мне, грешнику" (Лк. 18:13). Бог услышал эту молитву и спас их обоих. Сейчас вся семья живет радостной, полноценной жизнью во Христе.

Одного старого человека спросили, утратил ли он что-нибудь, когда стал христианином. "Да, - ответил тот, - до моего обращения ко Христу у меня была старая засаленная шляпа, поношенный костюм и дырявые ботинки. Я лишился их уже очень давно. Я страшно пил и постоянно ссорился с моей женой. Этого я тоже лишился. У меня было испорченное сердце и нечистая совесть. Теперь у меня этого нет. Я страдал от чувства вины и страха. Теперь я не страдаю от этого. У моей жены было больное сердце. Она проводила бессонные ночи, переживая обо мне. Она не видела смысла в жизни. Все это также осталось в прошлом. Да, обратившись ко Христу, я потерял много плохого."

Человек, возглавлявший миссию избавления в Нью-Йорке, рассказал о своем обращении ко Христу. Из изредка выпивавшего человека он превратился в алкоголика. Однажды вечером он пришел в район, где жили падшие люди. Там его приняли только потому, что были слишком пья-

Помощь свыше

ны, чтобы прогнать. Сидя на бочонке водки, он начал вспоминать всю свою жизнь; он с горечью думал о двадцати годах, растраченных впустую. Неожиданно ему на память пришли слова, которые он слышал когда-то в детстве: "Придите ко Мне все труждающиеся и обремененные, и Я успокою вас" (Мф. 11:28). "Я слышал, - сказал он сам себе, - что если грешник посмотрит на Христа, то будет спасен. Но где Его можно увидеть?" В этот момент он почувствовал, что падает с бочки, на которой сидел. Лежа на полу он посмотрел вверх и воззвал к Господу. Бог услышал его молитву и спас, полностью избавив от алкогольной зависимости.