

Литератор Н.
Как я бросил пить. Опыт борьбы с «зеленым змием»



Литератор Н.

КАК

**Я БРОСИЛ
ПИТЬ**

Опыт борьбы
с «зеленым змием»

Аннотация

Автор брошюры в легкой, порой шутливой форме рассказывает о своем опыте борьбы с алкоголизмом. Однако эта борьба была нелегкой, результат не быстрым, но все же автор, литератор, захотел поделиться им с людьми, которые знают об этой проблеме не понаслышке. Жить трезво можно. Но без Божией помощи одолеть страшный недуг почти невозможно. Такой вывод делает он из всего, что пришлось пройти на этом пути к полноценной жизни.

Для широкого круга читателей.

Литератор N

Как я бросил пить. Опыт борьбы с «зеленым змием»



Глава 1

Бросить пить? Легко!

Перефразируя Марка Твена, скажу: «Бросить пить легко. Лично я делал это сотни раз». Обычно поутру, с похмелья. «Ну и рожа у тебя, Шарапов, – говорил я, глядя на себя в зеркало, в котором видел именно рожу, а не лицо. – Все, пить бросаю, но сначала...»

Сначала было необходимо похмелиться. Ведь мой план должен осуществляться в нормальном состоянии. Разве не так? А раз так, то надо привести себя в порядок. Ведь для похмелки и надо-то всего ничего – сто, ну сто пятьдесят грамм. Я похмелялся. И помогало. Я бросал пить. Недели на две. Потом начинал думать, что ничего страшного не случится, если я выпью рюмку-другую для расслабления, ведь в трезвости ощущается постоянное борение. Выпить-то все равно хочется. Особенно на праздник, в хорошей компании, под хорошую закусочку, когда, как говорится, «нельзя, нельзя, но если очень хочется, то можно».

Выпивал. И даже контролировал себя и наутро не похмелялся. Но в конечном итоге, так или иначе, срывался. И тогда «снова – здорово». Опять рожа в зеркале и решение бросить пить с этого же утра, но сначала... Я похмелялся, но ни сто, ни двести грамм уже не останавливали меня. Нет, я не напивался сразу же «до изумления». Пил вялотекуще, так что даже моя многовнимательная жена не обращала на меня особого внимания. Запах сбивал закусками с укропом и петрушкой, а иногда специальными таблетками.

Пил потихонечку, полегонечку день, два в неделю. Потом три, четыре дня. В итоге – запой. По утрам стало появляться гадкое, противное чувство. Вроде никого не обворовал, не убил, не зарезал, а настроение такое, что глаза стыдно на кого-либо поднять. Кошки на душе скребут так, что от нее только ключья во все стороны летят. Как здесь не выпить? Как не похмелиться?

... Дни трезвения становились все более короткими, запои – более длинными и жестокими. В конце концов дело дошло до алкогольной эпилепсии. Не похмеляться я уже не мог и бросить пить самостоятельно тоже не мог. Обозревание синюшной рожи в зеркале не помогало. Когда после очередного запоя вновь случилась эпилепсия, многотерпеливая жена отвела меня к врачу-наркологу. Я не сопротивлялся. Жить-то хотелось. Ведь при похмельях стало ощущаться... дыхание смерти.

И вот стали меня лечить. Капельницами, уколами, таблетками. Помогало. Недели на две. Иногда на месяц. Но это уже было особым достижением. Потом опять появлялись мысли: не пора ли расслабиться. Что я? Совсем безвольный, что ли, человек? Не смогу себя проконтролировать, что ли? Да и в конце концов, сколько можно чувствовать себя ущемленным, подавленным и угрюмым? Сколько можно находиться в депрессии, гнетущей душу, как тяжеленное чугунное надгробие?

В то время я уже имел понятие о Библии и даже мыслил некоторыми цитатами из нее. Например, из Псалтири: *Вино веселит сердце человека*. Знал также, что первое чудо, которое сотворил Христос, это чудо превращения воды в вино для свадебного веселья.

«Значит, дело не в вине – думал я. – Дело в его злоупотреблении и в том, что я пью водку, а не вино или, например, пиво».

Стал пить вино и пиво. На замечания о том, что любой алкоголь – враг человека, отшучивался: «Вот потому я и возлюбил его. Ведь в Библии сказано: "Возлюби врага своего"».

Я пил, но контролировал себя. Больше ведра не пил...

Похмелье стало еще страшнее. Каждое утро казалось, что я вот-вот умру. Как потом выяснилось, это было не просто ощущение смерти. Это была надвигающаяся реальность. И потому я похмелялся. Чтобы не умереть. И, быть может, правильно делал. В первой стадии алкоголизма еще возможно перенести ломку без принятия дозы. Ломало, конечно, меня, трясло, но не до предсмертных судорог. А при второй стадии некоторые врачи даже советуют хоть немного похмелиться, иначе может случиться или инфаркт, или инсульт, или остановка сердца от сердечной недостаточности.

Многочувствующая жена интуитивно понимала это и даже покупала мне немного спиртного для похмелки. А когда не покупала, я всеми правдами, а чаще неправдами – обманом, ложью и даже воровством – находил средства на водку.

Бывали даже весьма изощренные способы приобретения алкоголя. Впрочем, изощренность вообще характерна для алкозависимых. Например, мой знакомый писатель рассказывал, как однажды он зашел в кафе и попросил коньяка. Ему налили.

– Ой, извините, я оговорился, – сказал он бармену. – Поменяйте коньяк на равнозначное по стоимости количество водки.

Ему поменяли. Он выпил прямо у стойки и собрался уходить.

– Постойте, – вскричал бармен, – вы не заплатили за водку!

– Но я же обменял ее у вас на коньяк, – ответил он.

– Тогда вы не заплатили за коньяк!

– Но ведь я же не пил ваш коньяк...

Пока бармен, не зная, что ответить, хлопал глазами, находчивый писатель с достоинством удалился.

Однажды, похмеленный, находясь в благодушном настроении, я читал своей многоскорбной жене поучение: «Доброе слово жене, у которой муж пьяница».

«Скорбишь ты на горькую долю свою? А между тем – разве счастлив в своем пьянстве беспробудном твой несчастный муж? Разве не страдает он душой, не терзается в совести? Разве не выносит он болезненных мук в самом теле своем, водкой отравленном? Может быть, его душа мучится больше твоей, у тебя хоть совесть спокойна, а он...»

И текли и текли у меня по лицу горючие слезы. Я ли плакал, вино ли плакало – не разберешь. И слетело с меня обманное благодушие. Ведь я понимал, что завтра вновь начну пить, обманывать, воровать и жестоко мучиться в предсмертных судорогах.

Это был тупик. Бросить пить нельзя, а пить дальше – смерти подобно.

Вновь врач-нарколог. Но теперь уже без больницы обойтись было невозможно. Лег в больницу. Добросовестно отлежал три недели. После лечения не пил. Как всегда, две недели. Потом возвратился к умеренному винопитию, которое, как всегда, закончилось запоем и больницей. Караул!

Я стал впадать в отчаяние, но все-таки искал причины своих срывов. Где, какие ошибки были допущены при попытках пить умеренно? Что еще необходимо сделать, чтобы избавиться от пьянства? Как найти в себе силы не пить? Вот такие вопросы я поставил перед собой и стал последовательно решать их.

Глава 2 Плывут по небу облака...

Повод выпить найдется всегда. Один мой знакомый, добродушный и очень интересный собеседник, при встречах выражался так: «Плывут по небу облака, идут девицы по воду. А не выпить ли нам коньяка по такому поводу?» Я улыбался, настроение поднималось.

Денег на коньяк у нас хронически не хватало, и мы шли в ближайшую забегаловку размяться пивком. Как говорил на заре туманной перестройки Михаил Горбачев: «Стоит только начать». Мы с другом по-своему последовали этому призыву... А после этого «следования», наутро, нас ожидала разруха в голове, в карманах, разруха в душе и – синюшная рожа в зеркале. Впрочем, после начатой перестройки так стала выглядеть почти вся Россия, поскольку поводов выпить прибавилось стократно. Потеря советских идеалов, постоянные стрессы, безработица, крайне низкий уровень жизни, и при этом дармовая польская самогонка под названием «Спирт Royal» да пахнущий солдатскими носками «Кубинский ром».

Вскоре друг, предлагавший выпить коньяка, по пьянке упал лицом в небольшую лужу и утонул в ней... Захлебнулся водой, задохнулся. Другие «друзья по выпивке» перемерли – кто от цирроза печени, кто от инфаркта, кто от инсульта, вызванных употреблением

спиртного. Некоторые попали под машину, других зарезали в пьяной драке.

Смерть знакомых – тоже повод выпить. Но... Я стал избегать не только похорон, но и дней рождения и свадеб. Старался исключать из своей жизни поводы для выпивки. Наоборот, стал искать поводы для того, чтобы не выпить. И первый повод – это любовь к многострадальной жене. Жалость к ней. Ведь при моих пьянках она страдала не меньше меня. Причем не только морально. Она становилась созависимой даже физически. Головные боли, раздражительность, нервозность, бессонницы, депрессии проявлялись у нее так же, как и у меня. Да и как им было не проявляться? Постоянные ложь и обман с моей стороны как могли не сказаться на ней?

О, моя многотерпеливая жена! Диво дивное, что ты смогла не уйти от меня, не оставить меня ради сбережения своего здоровья, своей красоты, женственности и житейского спокойствия. Что помогло тебе в этом? Думаю, что святая вера православная. И «Доброе слово жене, у которой муж пьяница», в котором говорится: «Может быть, потому-то Бог и устроил так, чтобы ты вышла именно за этого несчастного, пьянственной страстью одержимого человека, дабы через тебя устроилось спасение и его бедной души? А если так, то подумай: какое великое счастье тебе Богом назначено – быть орудием Божиим в деле спасения близкого человека! Употреби же всю силу любви твоей, чтобы спасти душу несчастного мужа!»

Правда, здесь я хочу отметить, что не каждой женщине под силу жить с неисправимым алкоголиком, и в таких случаях Православная Церковь дает благословение на развод, чтобы кроме него не погибла еще и «спасающая его жена». Но и в этом случае бывшая жена должна продолжать борьбу за спасение своего бывшего мужа. Даже находясь с ним вне брака, она должна молиться за него и помогать его излечению.

Но продолжу свое повествование. Вторым и не менее значимым поводом не пить были мои дети. Бедные ребятишки, как же они переживали за меня! Как боялись того страшного, зверского вида, в который облекался их папа! И как стыдились пред знакомыми, знающими, что их папка напивается в дымину. Впрочем, в дымину напиваются пожарные, в доску – плотники, вдребезги – стекольщики, в стельку – сапожники, а я ведь литератор. Поэтому я напивался до точки.

А между тем мои дети так же, как и жена, становились созависимыми в моем алкоголизме. Их психика травмировалась, они плохо спали, нервничали, раздражались. У них снижался иммунитет, и потому они часто болели. Я чувствовал свою вину перед ними и боролся со своим алкогольным влечением.

Третий, весьма существенный повод – здоровье. Я так много пил за чужое здоровье, что потерял свое... И понял, что если буду пьянствовать дальше, то попаду или в инвалидную коляску, или на кладбище.

И еще один повод – работа. Семью-то содержать надо. Это только говорят, что если водка мешает работе, то надо бросить ее... работу свою. На самом деле каждый пьяница чувствует, что если не будет работать, то опустится ниже плинтуса. Работа хоть как-то дисциплинирует.

В общем, поводы не пить – железные. Я бросил пьянствовать и устроился на работу. Но увы, увы и увы! Организм уже настолько изменился, что раздражение и нервозность стали как бы частью меня самого. На работе все нормально, в семье все в порядке, небо голубое, солнышко светит, а тревога и беспокойство не проходят. Интерес к жизни, к обычным житейским радостям не появлялся. То, что раньше приносило мне удовольствие – дача, купание в озере, походы за грибами, любование природой, – все это стало как-то напрягать меня. Причем общее нервное напряжение возрастало, накапливалось. В конце концов появилось непреодолимое желание выпить, чтобы сбросить этот гнет. И я вновь стал прикладываться к рюмке. Оказалось, что я нахожусь в такой печальной стадии болезни, когда влечение к алкоголю проявляется безо всякого повода. То есть оно существует в моем организме независимо от внешних обстоятельств. И организм будет напрягаться все больше и больше, пока не удовлетворит свою потребность в алкоголе.

Однажды многоумная жена сказала мне:

– Не понимаю, как можно столько пить? – и ударились в рассуждения о моих пьянках.

Но я оборвал ее:

– Дорогая, не надо рассуждать о том, чего ты не понимаешь.

А впрочем, пообещал ей больше не пить. И сдержал свое слово. Больше не пил... Но и меньше тоже не пил...

Я совершенно не понимал, что со мной происходит. Но потом узнал, что в моем организме сформировалась биологическая зависимость от алкоголя. Потому, сколько бы я ни боролся с желанием выпить – неделю, месяц, полгода (были у меня и такие промежутки трезвости), – влечение к алкоголю возьмет свое и срыв неизбежно состоится. Узнал я это благодаря консультациям с врачом-наркологом. И благодаря ему стал учиться адаптироваться к трезвой жизни.

Читающие да уразумеют – не стоит отказываться от врачебной помощи. Только подчеркну: квалифицированных наркологов и психиатров. Ведь в наше время развелось столько доморощенных умельцев лечить алкоголизм, что дух захватывает. Лечат кодированием, блокированием, гипнозом, пассами, надуванием щек. Лечат с ведома больного и без его ведома, по фотографиям и по пуговкам с его пиджака. Лечат по запаху его носков и по отрезанным кончикам грязных ногтей... Несть числа способам современного шарлатанства.

А больных все больше и больше. Конечно, по большому счету алкоголизм неизлечим. Это вам скажет любой врач. Но это верно в том смысле, что алкоголик уже никогда не сможет пить умеренно и без проблем. Как, например, и диабетик никогда не сможет есть определенные продукты, ведь диабет также неизлечим.

Но АЛКОГОЛИК МОЖЕТ СТАТЬ ТРЕЗВЕННИКОМ после специального квалифицированного лечения. Даже если у алкоголика сформировалась биологическая зависимость. Ведь организм человека имеет свойство саморегулироваться. Он имеет все необходимое, чтобы заглушить тягу к спиртному. Только при одном условии – ему необходимо помочь изжить из себя эту тягу. Все вышесказанное изложил мне врач-нарколог. И его слова подтвердились в моей практике.

Так что же необходимо сделать, чтобы помочь своему организму? Об этом я и постараюсь рассказать в следующих главах книги, используя консультации квалифицированного врача, проработанные мной научные книги об алкоголизме и его преодолении, а главное – мою личную практику. Но сразу оговорюсь, что о коренных, духовных причинах алкоголизма буду говорить с православной точки зрения, потому что мое излечение произошло, по моему глубокому убеждению, благодаря Божией помощи и Его святой Православной Церкви.

Скажу больше – эту книгу я пишу только благодаря Господу. Ведь через веру в Него и Церковь я не только пришел к трезвой жизни, но и сохранил свой литературный талант. И должен использовать его во славу Божию и на пользу ближним. Иначе у меня отнимется не только он, но и все, что я приобрел благодаря трезвой жизни. Ведь излечения бывают и у неверующих людей, но последствия этого излечения порой бывают печальны. А почему так происходит, об этом мы поговорим позже.

Для начала же познакомимся с воздействием алкоголя на человека и последствиями этого воздействия. Надеюсь, никому не покажется скучной эта информация и никто не скажет, что вот, мол, читал и читал я про вред алкоголя и решил бросить... читать.

Нет уж, дорогой читатель, взялся за гуж, так уж будь дюж. Вперед! Вперед к становлению на дорогу трезвой жизни! Ударим чтением по бездорожью, пьянке и разгильдяйству!

Глава 3 **Прожорливые цветочки**

Знаете ли вы, что на свете существует дерево, которое цветет настолько красиво

и благоухает настолько ароматно, что к нему тянутся не только жучки, паучки, мухи да бабочки, но и птицы. Все желают вкусить нектар его прекрасных цветов. А оно их... съедает. Называется это дерево очень даже безобидно – жирянка обыкновенная.

Однажды в американском городе Окленд, не ведая о плотоядности жирянки, посадили целую аллею этих деревьев. Жучков, паучков, мух да бабочек жирянка поглотила незаметно для людей. А вот птиц... Они целыми днями дико кричали, жестоко мучаясь оттого, что их медленно сжирают ароматные прекрасные цветы... Население Окленда было в шоке. Деревья спилили и занесли в список запрещенных к использованию.

Вот так же действует на человека и заманчивый алкоголь. Сначала он представляется человеку привлекательным цветком, вызывает желание пригубить. Потом «алкогольный цветок» завлекает пригубляющего в свои объятия и уже не выпускает из них, пока не сожрет. А прожорливостью он обладает чрезвычайной. В России ежегодно от прямых или косвенных причин, связанных с алкоголем, умирает целый город с населением в 500 тысяч человек!

Среди ушедших в мир иной давно уже должен быть и я. И хотя не случилось самого страшного, нельзя сказать, что все закончилось благополучно. Подорванная нервная система, приступы раздражительности, частые головные боли, бессонница, жуткая метеозависимость и приступы подавленности – далеко не полный перечень приобретенных болячек от «цветков алкогольной жирянки».

А как прекрасно они «цвели», как привлекали к себе...

Один «цветок» – пиво давал отличную расслабуху. Так хорошо было выпить кружечку-другую холодного пенящегося напитка после трудной добросовестной работы, в кругу добрых товарищей.

Другой «цветок» – вино веселил мое сердце. Как я любил петь тихие душевные песни на праздничном застолье, выпив два-три бокала хорошего грузинского вина.

Третий «цветок» – водка делал меня лидером компании. Я искристо шутил, рассказывал увлекательные байки, читал лирические стихи про любовь и очаровывал девушек.

Но каждый из этих «цветков» сожрал часть моего здоровья. Почему это произошло? И что же представляет собой в отдельности каждый «цветок алкогольной жирянки»? Давайте разберемся в этом.

Первый «цветок» – пиво. При его производстве используют такое растение, как хмель. Ближайшим родственником этого растения является конопля – источник таких наркотиков, как марихуана и гашиш. Надеюсь, вам понятно, что эти же наркотические вещества содержатся и в хмеле. Помимо них хмель «вырабатывает» и немного морфина – составной части опиума и героина.

Наркотические вещества способствуют быстрому привыканию к употреблению пива. Поэтому его можно назвать самым коварным и самым опасным «алкогольным цветком». Ведь пиво считают безобидным напитком. До недавнего времени его даже алкоголем не считали, хотя на этикетках черным по белому пишутся градусы, которыми обладает тот или иной сорт пива. И на самом деле употребление любого сорта – прямой путь к алкогольной зависимости. А у нас сегодня пиво пьют и девочки, и мальчики прямо по дороге в школу! А некоторые папы и мамы так вообще обходиться без него не могут.

У меня самого был период, когда я каждый день просыпался с мыслью о пиве. Не мог ничего делать, пока не выпивал хотя бы бутылочку этого напитка. Хотя сегодня назвать пиво напитком язык не поворачивается. Благодаря аудиозаписям лекций профессора В. А. Жданова я узнал, что в нем содержатся яды, которые вырабатываются у мертвецов, так называемые трупные яды – кадаверин, путресцин, гистамин и тирамин. Теперь у меня язык не поворачивается называть пиво напитком. Вы уж сами думайте, как его называть...

А еще я узнал, что пивной алкоголизм – тяжелейшая форма алкогольной зависимости. У пивных алкоголиков иногда проявляются признаки наркотической ломки. И я понял, почему мне приходилось испытывать это. Поверьте – мало не покажется!

Но вот что интересно, так это влияние пива на формирование гормонального фона человека. Я, когда еще «квасил», замечал, что мои «соквасники», имеющие большой стаж

в пивопитии, выглядят как-то странно. У них, как у пожилых женщин, свисает живот, есть жировые отложения на бедрах, за счет чего таз расширен. Более того, у некоторых явно увеличены грудные железы. Что же за мутация произошла с мужиками? Отчего они так безобразно стали выглядеть?

Простудировав специальную литературу, я выяснил, что в пиве содержится фитоэстроген – вещество, похожее по химическому составу на женский половой гормон эстроген. И у тех мужчин, которые неумеренно употребляют пиво, смещается гормональное равновесие. Оно начинает приближаться к женскому. И мужчина превращается в апатичное существо – ни баба, ни мужик, ни лошадь, ни бык. Половое влечение исчезает, и к 40–45 годам мужчина становится импотентом.

Однажды, во времена запредельного пивопития моего друга я обнаружил, что, пристрастившись к замечательному чешскому пиву сорта Kozel, он стал соответствовать его названию. Он пропах запахом, соответствующим названию этого пива. А перебив, вместо внятной речи начинал... блять.

Впрочем, что это я все о мужиках да мужиках. Не менее гадкие последствия ожидают и женщин, употребляющих пиво. Пивоманки также мутируют. Они становятся мужеподобными, на лице появляется растительность, голос грубеет. Содержащийся в пиве хмель крайне негативно сказывается на их организме. Но гормональное равновесие она еще может восстановить, оставив свое пристрастие к спиртному. А вот заболевание женской груди, вызванное употреблением пива... Женщины, дорогие, не забывайте, что пиво на 30% увеличивает риск заболевания раком молочной железы. Еще хочется отметить, что пивной алкоголизм у женщин развивается в два раза быстрее, а лечится в два раза сложнее.

Еще, независимо от пола, пиво убивает клетки головного мозга. А бедное, несчастное сердце? Оно вынуждено перекачивать излишнее количество жидкости и потому увеличивается в размерах. Его стенки становятся более тонкими и дряблыми. Итог – одышка, ишемия, инфаркт...

Помню, как после нескольких дней пивопития я не мог сделать даже самую элементарную работу на даче. Например, гвоздь к стенке прибить. Не говоря уже о том, чтобы грядки вскопать. Все, на что я был способен, – это, как дряблый матрац, валяться на диване и тупо смотреть в телевизор.

Вот такой он, кажущийся безобидным напиток, «пивной цветок-жировичок».

А теперь рассмотрим действие другого «цветка» из семейства алкогольных – вина, которое, согласно Библии, «веселит сердце человека».

Из специальной литературы я узнал, что такого вина, о котором говорится в Священной книге, сегодня не изготавливают. Библия писалась давным-давно, ей около трех тысяч лет. И в те давние времена виноградный сок выпаривали для того, чтобы избавиться его от спирта. А изготовленное вино разбавляли водой, настоянной на душистых травах.

То, что мы пьем сегодня, это не вино в библейском понимании, а винные алкогольные напитки. Изготавливаются они совершенно иначе. Если в древности старались избавиться вино от спирта, то ныне, наоборот, стараются прибавить вину градусов. В виноградный сок добавляют дрожжевые бактерии, которые, питаясь сахаром, выделяют этиловый спирт. Это выделение, которое условно можно назвать мочой дрожжевых бактерий, должно достичь 11%. И тогда бактерии, как живой организм, подымают в собственных выделениях. Эту жидкость разливают в бутылки, и называется она сухим вином. Наливая себе в бокал сухого вина, постарайтесь подумать о том, что вы собираетесь пить...

Даже следующий «алкогольный цветок» – водку – изготавливают с применением дрожжевых бактерий, которые перерабатывают любую органику, например опилки. Остап Бендер, например, знал рецепт изготовления самогонки из табуретки. А помните, как Высоцкий пел: «И если б водку гнать не из опилок, то что б нам было с пяти бутылок?» А мы смеялись, думали, что это шутка. Зря смеялись. На гидролизных заводах в наше время действительно стали изготавливать спирт из опилок. Не гидролизной ли водкой перетравилось сегодня население России?

Глава 4

Кроме мордобития – никаких чудес?

Однажды в общежитии, где я некоторое время проживал, произошел страшный переполох. Дело в том, что в некоторых комнатах покрасили полы. Жильцов о ремонте предупредили, и они на сутки переселились, кто куда мог. Кроме одного мужика, который из-за отсутствия предупрежден не был. И вот он ввалился ночью в свою комнату, пьяный в лом. И так же, как лом, грохнулся на пол и заснул. Наутро все общежитие было разбужено душераздирающим криком: «Бесы! Бесы схватили меня! Помогите! Спасите!»

Все сбежались на этот крик и узрели следующую картину. Непредупрежденный мужик, валяясь на полу, прилип волосами к высыхающей краске. А краска настолько прочно приклеила их к полу, что мужик не в силах был поднять голову. Представьте себе – прочухался этот пьяный и стал поднимать голову. А ее кто-то удерживает за волосы. Но вокруг никого нет. Бесы – не иначе.

Но, как говорится, все это было бы смешно, когда бы не было так грустно. То, что бесы существуют, пожалуй, лучше всего знают алкоголики. Именно им нечистая сила является воочию. Не ради шутки ведь придумали поговорку: «напился до чертиков».

Согласно многочисленным исследованиям врачей-психиатров бесы являются алкоголикам в виде людей со звериными мордами вместо лица, чудовищ, страшных змей, пляшущих чертиков. Причем бесов видят все дошедшие до белой горячки – и верующие, и неверующие. И описывают их все одинаково, независимо от веры или неверия. Ученые и врачи проанализировали видения, являвшиеся в разные исторические времена людям, совершенно разным по происхождению, воспитанию, интеллектуальному уровню, и установили, что эти явления у всех одинаковы.

Ну а если кто из моих читателей не верит в существование бесов – сходите в ближайшую больницу для алкоголиков и наркоманов. Там вам алкоголики все доходчиво объяснят.

Думается, лечившийся в наркологической клинике Владимир Высоцкий не с бухты-баракты написал песенку про джинна из бутылки, который ничего не умел и «кроме мордобития – никаких чудес». Начинается песенка характерными словами:

У вина достоинства, говорят,
целебные.
Я решил попробовать –
бутылку взял, открыл...
Вдруг оттуда вылезло что-то
непотребное:
Может быть, зеленый змий,
а может – крокодил!
И оно – зеленое, пахучее, противное –
Прыгало по комнате, ходило ходуном,
А потом послышалось пенье заунывное
И виденье оказалось грубым мужиком!

Лично я, когда лечился от алкоголизма, наслушался много разных рассказов о явлениях чертиков. Но больше всех запомнилась история не какого-то там завалящего бомжа-алкоголика, которому всякое может в бреду привидеться, а ученого человека, кандидата технических наук (к.т.н.). С этим к.т.н. я подружился, поскольку мой интеллект жаждал общения с другим интеллектом. Так вот этот ученый и пить-то сильно стал недавно, около года к моменту нашего знакомства. И запоев-то у него особых не было. А вот – надо ж, стали ему ни с того ни с сего являться бесы в виде... проводов. Наверное, потому, что он технарь. Наверное, если бы был свинопасом и козлопасом, тогда к нему приходил бы

хвостатый со свиным пяточком и козлиными рогами.

Так вот этот к.т.н. рассказывал:

– Когда я оставался один, из воздуха появлялись белые толстые провода. Я не удивлялся – думал, что это какие-то заезжие инопланетяне забыли свои причиндалы. Сматывал эти провода на руку, а когда приходила жена, отдавал ей.

– Ну а жена что, брала их? – спросил я.

– Брала и складывала на полку.

– Ну и что же дальше?

– Раз взяла, второй, а на третий – сдала меня сюда лечиться, а сама пошла выбрасывать провода на помойку.

– А почему вы не вместе лечитесь?

К.т.н. глубоко задумался... Я тоже. Вот до чего, оказывается, может доходить созависимость от алкоголя!

Но бесы необязательно являются воочию. Чаще всего они действуют в самом человеке тайно.

Например, врачам-психиатрам известны проявления у алкоголиков бесовских способностей. Правда, врачи называют эти способности экстрасенсорными. Но дело не в этом. Нечисть – ее хоть в стиральной машинке Candy прокрути – она все равно нечистью останется.

Так вот – бесовские способности проявляются у алкоголиков, например, тогда, когда они хотят выпить.

Например, моя многовидящая жена нашла однажды у меня заначку – бутылку водки. И ночью, пока я «давал храповицкого», выбросила ее с балкона в глубокий сугроб. Утром ушла на работу. Проснувшись, я стал искать свою заначку. Перерыл весь дом. А потом ни с того ни с сего поперся на улицу прямо к сугробу, где лежала выброшенная бутылочка.

Врачи свидетельствуют, что в момент, когда просыпается запредельное желание выпить, человек способен проявить необыкновенные способности. Спрятать бутылку невозможно – все равно найдет. Одна деревенская женщина рассказывала мне, что спрятала от мужа бутылку в такое место, что найти ее в здравом уме невозможно. Она положила бутылку в старый сапог, потом залезла на темный чердак и завалила сапог кучей хлама. Но, когда у мужа появилось запредельное желание выпить, он нашел спрятанное. Причем искал недолго.

Известный врач-нарколог С. Н. Зайцев утверждает, что есть люди, от которых тем, кто собрался выпить, не спрятаться. Такой человек пойдет в тот дом, ту квартиру, где пьют водку, и появляется он в тот момент, когда только начинают, когда наливают первую рюмку. Он никогда не ошибется – от него не скроешься. Один из его пациентов рассказывал: «У моего шурина нюх, как у собаки. Вот собираемся мы что-то праздновать – крошим салаты, накрываем на стол. Его нет. Но в момент, когда стол накрыт, все сели и я беру в руки бутылку, – двери распахиваются, он в дверях! И так всегда... Брала с другом бутылку и в лес уходили, так он нас и в лесу нашел».

Конечно же помогают бесы алкоголикам не для того, чтобы они «подлечили» свое здоровье. А для того, чтобы довести до «кондиции» и действовать через его тело, организм, мысли и поступки. Вот где проявляется их дьявольская сущность! Согласитесь, это вам не песенка Высоцкого про джинна, который кроме мордобития ничего не мог делать. Нет, бесы сначала придают бодрость, веселость, развлекают, но в конце концов толкают на безобразные поступки, преступления и даже самоубийства.

Глава 5

Самая страшная ошибка

Штудирова православную литературу о последствиях алкоголизма (что очень помогло мне в борьбе с «зеленым змием»), я все больше убеждался в том, что без Божией помощи одолеть страшный недуг почти невозможно.

Праведный старец, игумен Никон (Воробьев) по поводу действия бесовской силы

в алкоголике пишет: «Если ты не будешь бороться с этим недугом, то попадешь под полную власть бесов. Они будут возбуждать тебя пить все больше и через это расстраивать нервную систему. Ты сделаешься раздражительным, гневливым. Легкие сначала ссоры будут все грубее, длительнее. Денег не будет хватать, сгонят со службы – надо будет продавать вещи, выпрашивать в долг унижительным образом, может быть, даже воровать. Гнев усилится до бесовской злобы, до желания убить. Бесы, действовавшие втайне, станут являться в виде разбойников, диких зверей, змей и прочее. Потом могут появиться и в своем безобразном гнусном виде. Если и тут ты не образумишься, то заставят тебя совершить какое-либо тяжкое преступление, например поджог, убийство, а затем приведут в полное отчаяние и заставят покончить с собой. Если бы со смертью человек совсем исчез, так можно было бы порадоваться, что кончились мучения, но ведь НЕТ УНИЧТОЖЕНИЯ. Пьяницы, самоубийцы из малых и временных страданий перейдут окончательно и навеки во власть бесов и ужасную муку, которой не будет конца».

Православная Церковь считает самоубийство самым тяжким грехом, потому что в таком состоянии человек бросает вызов Самому Богу. Он как бы говорит Ему: «Не нужна мне жизнь, данная Тобой. Я хочу расстаться с ней». А по большому счету он подразумевает, что Господь дал ему плохую жизнь. И потому Господь во всем виноват. То есть человек не желает отвечать за свои поступки и возлагает ответственность на кого угодно – на обстоятельства, на знакомых, на близких людей и в конце концов на Самого Бога.

Мысли о самоубийстве – это прямое действие бесовской силы. Уместно будет сказать, что не только алкоголик, но и любой человек не должен даже в шутку говорить о самоубийстве и уж тем более пугать им родных и близких. Бесы не замедлят превратить шутку в реальность. Я слышал рассказ, как одна девушка в шутку решила повеситься на обыкновенной дверной ручке. Казалось бы, повеситься на ней никак нельзя – низко очень. Но девушка решила проверить. Крепко привязала веревку к дверной ручке, сунула голову в петлю, а в это время на нее от двери набросились ужасные твари с огненными глазами. Девушка попятилась и так затянула петлю, что чуть не удавилась. От смерти ее спасла мать, услышав страшное хрипение.

Многоуважаемые алкоголики, язвенники и трезвенники. Зарубите себе на носу – о самоубийстве нельзя думать ни при каких случаях. Это бесы внушают нам, что, оборвав жизнь, мы оборвем страдания. На самом же деле, наоборот, покончив с жизнью, мы сделаем свои страдания вечными! Ведь на тот свет человек переходит с тем, что он накопил здесь. И если мы оставляем земной мир, будучи раздраженными и злыми, страдая от обиды на людей и на Бога, то с переходом в мир иной наши страдания не только не прекратятся, но возрастут тысячекратно.

Американский доктор Раймонд Моуди, реанимируя самоубийц, находившихся в клинической смерти, в своей книге «Жизнь после жизни» приводит рассказы своих пациентов.

– Когда я был на том свете, – рассказывал один из них, – то понял, что самоубийство совершенно запретно для человека. Самоубийство – это брошенный Богу в лицо Его дар.

А вот свидетельство женщины, которую после приема смертельной дозы снотворного доктор Моуди вернул к жизни:

– У меня было явное ощущение, что я сделала нечто страшное. Не по нормам общества, а по высшим заповедям. Когда я поняла это, то отчаянно хотела вернуться в тело и жить.

В своих исследованиях доктор Моуди установил: САМОУБИЙСТВО – САМАЯ СТРАШНАЯ ОШИБКА!!!

Конечно, прямое самоубийство – это крайний случай. А косвенное? Оно происходит сплошь и рядом. Разве пьянство – это не медленное самоубийство? Я не буду приводить цифры, насколько алкоголь сокращает жизнь человека. Достаточно знать уже то, что сокращает, и существенно сокращает. И какая разница – выпить яд и умереть сразу или пить его дозами и умереть через какое-то время. Потому запомните, дорогой читатель, что пьянство – это медленное самоубийство и спрашивать с него Господь будет так же, как и за

самоубийство мгновенное. Не поэтому ли в Евангелии говорится, что пьяницы Царствия Божия не наследуют?

Глава 6 Семь злейших

Но почему алкоголь должен содействовать бесам? Почему благодаря ему они могут вселиться в человека, спросит недоуменно читатель. И в самом деле, почему вещественный «пищевой напиток» воздействует на неведущее? На душу человека? Я не богослов и не алкоголевед. Могу сказать только то, что могу.

О том, что алкоголь может способствовать общению с бесами, известно с незапамятных времен. Издревле колдуны, шаманы, маги употребляли наркотические вещества для вхождения в так называемый транс – особое мистическое состояние, при котором они начинали видеть падших духов и общаться с ними.

А с изобретением спирта в такое состояние стали впадать не только колдуны да маги, но и обыкновенные люди. Спирт – это не вино, которое умножил Христос на свадьбе в Кане Галилейской и которое благословлял пить понемногу апостол Павел.

Спирт – это изобретение алхимиков, и создавался он с помощью магических обрядов и ритуальных действий. Как известно из литературы по истории алхимии, целью деятельности алхимиков было осуществление качественных изменений внутри одушевленного или неодушевленного предмета, его «перерождение» и переход «на новый уровень». О перерождении человека, заболевшего алкоголизмом, наверное, и рассказывать не надо. Каждый, кто хоть раз сталкивался с алкогольной проблемой, видел, как спиваются и перерождаются его близкие и знакомые, как из нормальных людей они превращаются в неведущее что...

Любой врач-нарколог скажет вам, что у алкоголика перерождается все – и организм, и психика. С древнегреческого языка «психика» переводится как «душа». А душа может перерождаться только под воздействием или Божией, или бесовской силы. Хотите узнать, действует ли бесовская сила в вас? Тогда попробуйте соотнести свое состояние с тестами, которые предлагает для самопознания кандидат медицинских наук священник Сергей Филимонов. Некоторые из перечисленных в этих тестах симптомов у меня были.

Итак, согласно отцу Сергию, симптомы духовного заболевания следующие:

1. Желание выпить становится неконтролируемым. Не вы контролируете свое желание, а оно вас.

2. При попытках избавиться от алкогольной тяги она незамедлительно проявляет себя в различных болезненных состояниях. Появляются щемящие, колющие боли в области сердца при отсутствии установленной кардиопатии. Держится повышенная температура, длящаяся годами, при которой не найдены причины заболевания и четко не определен очаг хронической инфекции. Появляются болезни, при которых имеются следствия, но не найдена причина.

3. Часто охватывает чувство необъяснимой тоски на сердце, беспричинное уныние, апатия.

4. Появляется чувство беспричинной внутренней злобы или раздражения.

5. Искажается или подменяется восприятие человеком реальности. Появляются ложные убеждения, человек ищет самооправдания своему пьянству и перекладывает ответственность за него на других.

6. У человека нет желания молиться, поститься, читать Евангелие, посещать церковь.

А теперь подумаем, можно ли избавиться от таких состояний только лишь таблетками да уколами? Да, бывают болезненные состояния, которые требуют медицинского вмешательства. Однако, как следует из прочитанных мной поучений святых отцов, уныние, беспокойство, неприязнь и холодность к людям, постоянная удручающая тяжесть в душе – это проявления нечистой силы. А избавиться от бесов с помощью медицины невозможно. Хотя в практике лечения алкоголизма немало случаев, когда алкоголик становится трезвенником.

И дай Бог, чтобы это излечение было для человека благом. Но...

Помните, в начале книги я обещал вам рассказать о том, почему излечения неверующих людей порой могут иметь печальные последствия? И говорил, что объяснить эти последствия можно только с православной точки зрения, потому что они так же, как и алкоголизм, имеют духовную основу.

Я не стану здесь выдумывать что-то свое. Да и не мое дело объяснять такие вещи. Потому привожу пространную цитату из научной работы Л. В. Скорьевой «История православного трезвеннического движения в России», которая проводилась под руководством священника Димитрия Олихова.

«В борьбе с алкоголизмом без Бога и Церкви можно добиться, конечно, каких-то видимых результатов, но только радости от этого будет мало: в таком случае мы будем иметь два малоутешительных варианта:

1. **ВРЕМЕННЫЙ ВАРИАНТ** – когда болезнь после некоторого периода ремиссии дает рецидив. Но идти по пути купирования симптомов и растягивания периода ремиссии медицинскими средствами бесперспективно, ибо после непродолжительного неустойчивого периода ремиссии алкоголизм в полной мере проявляется вновь.

2. **ВАРИАНТ «СЕМИ ЗЛЕЙШИХ»** – когда взамен, казалось бы, исчезнувшей страсти к спиртному человек подвергается губительному для него воздействию многих других страстей.

О варианте «семи злейших» повествуется в Евангелии от Матфея: *Когда нечистый дух выйдет из человека, то ходит по безводным местам, ища покоя, и не находит; тогда говорит: возвращусь в дом мой, откуда я вышел. И, придя, находит его незанятым, выметенным и убранным; тогда идет и берет с собою семь других духов, злейших себя, и, войдя, живут там; и бывает для человека того последнее хуже первого* (Мф. 12, 43–45).

Семь злейших нечистых духов обычно вселяются в человека после его обращения за помощью к оккультистам, кодировщикам, экстрасенсам, парапсихологам, «бабкам», колдунам, «магам» и тому подобным личностям. Результаты «целительства» таких «специалистов» настолько пагубны, что их «клиентам» даже исповедь в церкви не всегда помогает прийти в себя.

Укажем вкратце на некоторые из таковых последствий.

Прежде всего – это упорное **НЕВЕРИЕ** в Бога и Церковь у некрещеных людей или нежелание исповедываться, причащаться, воцерковляться у крещеных. Особенно тяжело наблюдать одержимость злым духом неверия у людей старшего поколения, когда жизнь уже почти прожита, а креститься или воцерковиться не могут вопреки призывам своих ближних и даже вопреки своей собственной совести.

Другим страшным последствием варианта «семи злейших» является вселение беса **ОСУЖДЕНИЯ, ЗЛОСЛОВИЯ**. Человек, ранее не проявлявший особой к тому склонности, теперь становится неуправляемым в этой пагубной страсти, сам изобретает к тому многочисленные надуманные поводы и предлоги – только ахать приходится. С таким человеком невозможно долго находиться рядом – яд осуждения и злословия начинает быстро отравлять и вашу душу.

Еще один страшный злой дух приходит в числе «семи» – это демон **ГОРДОСТИ И ТЩЕСЛАВИЯ**. Постепенно он превращает человека в подобие себе, заставляет творить такое, что нормальному человеку и в голову не придет. Подверженный влиянию этого злого духа человек постепенно ставит себя сначала превыше окружающих, потом – вообще всех людей, ну а наконец, и уподобляет себя Самому Богу.

В числе «семерки», как правило, присутствует и демон **СРЕБРОЛЮБИЯ**. Порывы жадности и корыстолюбия, которым подвергаются многие неверующие люди – особенно на склоне лет, когда сами должны были бы служить образцом бескорыстия для молодых, – просто отвратительны.

Демоны в принципе не возражают, если человек соглашается превратиться из алкоголика в «бизнесмена», наживающегося на обмане государства и людей, которые у него

служат.

Еще один коварный дух из числа семи – это дух ЗЛОБЫ, РАЗДРАЖЕНИЯ. Много раздражительности и беспричинной злобы выходит из человека, одержимого этим демоном, который часто, что называется, «хватает через край», делая явным свое присутствие. Глядя на разного рода аффекты, которые выплескиваются из человека, подверженного воздействию этого духа злобы, со страхом думаешь: «Да лучше б ты пил...»

Дух ЛЕНОСТИ, обосновывающийся в числе семи, создает удобную атмосферу для всех остальных нечистых духов, вселяющихся в человека. Этот лукавый бес нашептывает своему подопечному, что он сам победил свою страсть к спиртному, что он и так уже исключительный человек, не похожий на многих других, – зачем теперь еще какое-то самоусовершенствование, покаяние, воцерковление? Ведь своей прежней напряженной работой он заслужил отдых и почет. И не догадывается бедный человек, что ничего он не достиг, ни от чего не избавился, ничего не победил. А не пьет он спиртное, как прежде, только лишь потому, что под прикрытием мнимой победы над бесом пьянства удобнее орудовать семи злейшим его нечистым духам, дурманя человеку голову почище водки. Тяжелое похмелье и глубокое разочарование ждет такого впереди.

Дух БЛУДА тоже, как правило, присутствует в компании «семи злейших». *Не упивайтесь вином, в нем же есть блуд*, – пишет апостол Павел (Еф. 5, 18). Но удивительное происходит дело: человек уже совсем бросил пить, а страсть блуда не только не ушла, а, наоборот, усилилась. И это очень тревожный симптом – он свидетельствует о том, что человек идет не спасительным, а гибельным путем, предаваясь власти семи злейших нечистых духов.

Такие вот дела, дорогой читатель... Мало того что при лечении без Церкви в алкоголика вместо беса пьянства вселяются другие бесы, так и сам бес пьянства возвращается. Но как же тогда можно изгнать беса пьянства? Ответим словами праведного Иоанна Кронштадтского: «С пресыщением и пьянством враг бесплотный входит в сердце человека – это каждый внимательный может ощутить. Вот причина, отчего с возрастающим пьянством усиливается так страшно тяга к алкоголю (оттого что возрастает сила врага над человеком), отчего заметна у пьяниц такая сила, влекущая их невольно к удовлетворению страсти или внутреннего стремления к вину: у этих несчастных враг в сердце. Чем же изгнать беса пьянства? Молитвой и постом».

Глава 7

Спасение утопающих – дело рук самих утопающих

– Меня призывают молиться, а я ни одной молитвы не знаю. И по молитвослову их вычитывать – сил нет. Да и не понимаю я их, молитвы эти. На каком-то странном языке они написаны, – признался мне как-то знакомый собрат по алкогольной зависимости и добавил: – Но чувствую, молиться нужно.

– А ты не забивай себе голову, – сказал я и дал ему совет, услышанный от духовного наставника. Так вот он сказал следующее: «Если не в силах молиться, то говори хотя бы всего два слова: ”Господи, помилуй“ и проси у Бога помощи: ”Господи, помоги“. Это и будет твоя молитва, твое прошение. Только говори это не как заклинание какое-то, а с чувством своей вины пред Богом и людьми. Старайся говорить сердцем. А впрочем, говори так, как только можешь. Говори даже тогда, когда на сердце пусто, в душе чернота и равнодушие ко всему одолевает».

Вообще не только своего друга, но и всех унывающих и бедствующих от пьянства я призываю к этому. Поверьте, услышит Господь искренне к нему обращающихся. Даже пьяных, даже страдающих с похмелья. Даже неверующих!!!

В этом отношении показателен случай, который рассказал про себя бывший атеист, а ныне раб Божий Владимир:

– Как-то ночью я посчитал пульс. Оказалось 150. Подумал, сколько еще протянет

моторчик в таком режиме? И мне стало страшно, что я до утра могу не дожить... И у меня непроизвольно как-то вырвалось: «Боже! я не могу вырваться!!!» Это был крик пропитанной перегаром души. Хотя тогда я даже не придавал этому значения. Но на следующий день или через день я обнаружил, что меня не тянет выпивать! Я подумал, что это от перепоя произошло, так как перед смертью больного «отпускает». Но так было и на следующий, и на последующий день. Тяга к спиртному пропала начисто! Я начал размышлять, что же произошло? И вспомнил, как ночью я призывал Бога. Тогда я понял, что мои слова были услышаны там, наверху! И не только слова услышаны, но и послана помощь. Я на то время был закоренелым атеистом, не верил в Бога. Я думал, что Библию написали попы, чтобы легче было душить темный народ. Но тогда я понял, что там, наверху, КТО-ТО есть!»

Конечно, замечательно, когда человек хоть как-то, но может обратиться ко Всевышнему и получить помощь. За Владимира можно только порадоваться. Однако чаще всего бывает, что, помолясь Богу, необходимо обратиться к врачу-наркологу. Об этом говорят и сами священники. Например, иерей Алексей Мороз в книге «Как победить пьянство» утверждает, что «после купирования больного и вывода его из состояния запоя и абстиненции необходимо в обязательном порядке применять сильнодействующие медикаментозные препараты, вызывающие определенные аллергические реакции на алкоголь и приводящие к невозможности его применения. И лишь потом приступать к психотерапевтическому воздействию, к духовному просвещению».

Но... **ЛЮБОЕ ЛЕЧЕНИЕ БЕСПОЛЕЗНО, ЕСЛИ АЛКОГОЛИК САМ НЕ РЕШИТЬСЯ РАЗ И НАВСЕГДА БРОСИТЬ ПИТЬ.** Причем придет к этому решению в трезвом состоянии и не мучаясь с похмелья.

Если помните, уже говорилось о том, что бросить пить легко, и я сам проделывал это десятки раз. Почему? Потому что ставил себе цель бросить пить навсегда во время тяжеленного похмелья. О, во время этого человек готов на все, лишь бы избавиться от мучений! Я лежал в больницу под капельницу, принимал лекарственные препараты. А спустя некоторое время после выхода из больницы, когда чувствовал себя здоровым, выпивал рюмку-другую, надеясь пить умеренно, не злоупотреблять алкоголем.

Но мой опыт показал совершенную правоту знаменитого врача, академика Федора Углова, который утверждал, что «надо признать неправомерным термин "злоупотребление". Ведь если есть злоупотребление, то, значит, есть употребление не во зло, а в добро...

Термин "злоупотребление" неверен по существу. И в то же время очень коварен, потому что дает возможность прикрыть пьянство отговоркой, что я, мол, не злоупотребляю. Но границы между употреблением и злоупотреблением нет и быть не может. Любое употребление спиртных "напитков" есть злоупотребление... Ведь это наркотический яд... Ведь не говорят же у нас, что можно хоть раз в месяц сделать себе укол морфия, понюхать кокаин, принять порцию героина, а ведь действие-то такое же».

Потому, дорогие мои собратья-алкоголики, зарубим себе на носу – если хотим избавиться от смертельной болезни, то нам **УПОТРЕБЛЯТЬ АЛКОГОЛЬ НЕЛЬЗЯ НИКАКОЙ И НИ В КАКИХ ДОЗАХ.**

А далее послушаем совет священника Алексея Мороза: «Отказ от алкоголя и последующий период адаптации к трезвой жизни, который может продолжаться до 6–8 месяцев, должен быть подкреплён воздействием лекарственных препаратов вплоть до таких сильных средств, как антабус (дисульфирам) и темпосил (цианамид кальция), которые способны создать временный (порой психологический) барьер алкогольной тяге. Естественно, что наилучшим способом проведения реабилитационного периода является удаление больного из привычной сферы общения, поездка в монашескую обитель, возможно с несением какого-либо послушания, физический труд, регулярное духовное окормление, пребывание на свежем воздухе и природе. К сожалению, в наше время это не всегда бывает возможным.

В этот период совершенно необходимо, чтобы православный психотерапевт, нарколог или священник, знакомый с основами пастырской психиатрии, попытались вместе с больным проанализировать греховную природу заболевания, определить те скрытые страстные

побуждения, которые лежали в основе заболевания алкоголизмом или хронического пьянства. Важно помочь больному обрести упование на Господа, убедить его, что никогда самостоятельно он не сможет контролировать процесс потребления спиртных напитков. Убедить, что необходимо отказаться от спиртного навсегда и что только Господь Бог сможет помочь ему избавиться от этой бесовской страсти, а достичь этого можно только через покаяние, пост, молитву и таинство Причащения».

Расскажу вам, друзья мои, как это происходило у меня. Однажды с похмелья, будучи в предсмертном состоянии, так же как и раб Божий Владимир, я взмолился: «Господи, помоги!» И действительно почувствовал некоторое облегчение. Промучился день, другой, а на третий пошел в церковь. Постоял там на службе, потоптался... А что оставалось делать, если я ничего не понимал. Но оказалось, что Господь принял даже одно мое намерение бросить пить, молиться, ходить в храм. Принял и помог.

Потоптавшись на службе, я вышел из церкви с ощущением просветления в уме, в сердце и в душе. Тот, кто болен алкоголизмом, поймет, какое это счастливое ощущение! Такое ощущение сегодня бывает у меня только после сердечных молитв, исповеди и причастия. А тогда оно пришло после, казалось бы, бессмысленного топтания в храме.

Чувство просветления настолько обрадовало меня, что я стал к нему стремиться. Да и сами подумайте – к чему же еще стремиться несчастному алкоголику? К таблеткам, к капельницам? Но, давая физическое облегчение, они не дают облегчения измученной душе. Потому алкоголику необходимо прийти в храм на службу или же на молебен. А если нет такой возможности, найти молитвослов, помолиться. Почитать Евангелие. Не бойтесь того, что ничего не поймете. Как сказал один старец: «Вы не поймете, так бес поймет. При чтении Евангелия и при молитвах он отступит от вас. А главное, Господь поймет. Увидит ваше намерение бросить пить и поможет».

Эти слова старца я испытал на своем опыте. Поверьте закоренелому алкоголику – Господь действительно помогает!

Однако в народе не зря говорится: «Бог-то Бог, да и сам не будь плох». Даже жулик Остап Бендер понимал это. Помните его лозунг: «Спасение утопающих – дело рук самих утопающих»? Для излечения от алкоголизма необходимо очень серьезно потрудиться. Как говорил мой духовный наставник: «Надо каждый день совершать подвиги. Не бойтесь, не те подвиги, которые воспеваются из поколения в поколение. Подвиг происходит от слов "подвигаться". Например, встал утром и вместо включения телевизора подвинулся не к нему, а к иконе и прочитал перед ней молитвы. Это уже подвиг! Одну, две молитвы почитал – не важно. Сколько смог, столько и почитал. И в течение дня постарайся молиться. Хотя бы слова "Господи, помилуй" почаще повторяй. Ведь это тоже молитва. Потом подвигни себя прийти помолиться в храм. Закажи молебен иконе Божией Матери "Неупиваемая Чаша", святому мученику Вонифатию о помощи в борьбе с алкоголизмом. Постарайся сам помолиться на этом молебне. А главное – подвигни себя на исповедь. Расскажи о своей беде священнику. Вспомни, что плохого в своей жизни совершал, попроси у Бога прощения».

Вот такие они, подвиги, которые необходимо совершить вначале борьбы с «зеленым змием». И уж кто-кто, а я знаю, насколько тяжелы эти подвиги. Даже дойти до храма и постоять там хотя бы десять минут – труд неимоверный. Ведь болезненное состояние дает о себе знать. Голова болит, кружится. Во всем теле слабость, как при гриппе. Пот течет. А на душе – чернота вселенская. Вообще-то я за такие подвиги несчастным алкоголикам, ссугулившимся от своих пьянок, награды бы давал. Какой-нибудь «Орден Сугулова», например.

Впрочем, поверьте, Сам Господь наградит вас. Результат этих подвигов не замедлит сказаться на вашем состоянии. Как я уже говорил, просветление ума, сердца и души даст вам счастливое ощущение. Укрепит вас. Даст веру и надежду. А это так здорово!

Глава 8

Держитесь за спасательный круг

В советские времена в народе бытовала поговорка: «В здоровом теле – здоровый дух». Таким образом, подчеркивалось превалирование материального перед духовным. Сегодня мы особенно отчетливо видим, что это далеко не так. Сколько, к примеру, у нас развелось замечательных спортсменов, борющихся на соревнованиях не за честь Родины, не во славу русского народа, а за деньги. Что, разве в их здоровом теле – здоровый дух? Такие «здоровяки» за деньги и Родину продать могут...

Поэтому поговорка звучит, скажем так, неправильно. А с другой стороны, тело – это не просто какая-то там материя. Как говорил мой духовный наставник: «В христианском понимании тело – это храм. Место, где обитает дух, ниспосланный Богом. Потому и относиться к телу надо соответственно. Содержать его в чистоте и целомудрии. Заботиться о его здоровье».

Мой личный опыт позволяет говорить, что забота о теле очень даже помогает преодолеть зависимость от спиртного, потому позволю себе дать некоторые советы борцам с «зеленым змием».

Во-первых, попробуйте обливаться холодной водой. Наливайте воду в ведро и резко опрокидывайте на себя. В первые дни воду немного подогревайте. Потом нужно опрокидывать на себя одно ведро подогретой, другое холодной. В конце концов полностью перейти на обливание холодной водой.

Если неудобно делать эти процедуры ведром, попробуйте обливаться большим ковшом. Попробуйте обливаться под душем или же просто под струей холодной воды. Не можете обливать себя полностью – лейте холодную воду на голову. Обливайтесь так, как вам удобнее. Для чего это надо делать, вы почувствуете после первых же процедур. К вам хоть на время, но придет чувство бодрости. У вас появится приятное ощущение чистоты и свежести. А когда научитесь обливаться по полной программе, то бодрости вам будет хватать на целый день.

Кроме того, по утверждениям врачей, при обливании холодной водой в организме выделяется гормон радости – эндорфин. Благодаря этому улучшается настроение. А это крайне важно в борьбе с депрессией, которая неизбежно будет мучить вас. Лично я утверждения врачей подтверждаю.

Второй совет – займитесь физзарядкой. Сначала посильной, легкой. Бег на месте, приседания. Потом по возможности усложняйте ее. Постарайтесь делать зарядку на свежем воздухе. Если это невозможно, то делайте зарядку при полностью распахнутом окне. Хоть какой-то кислород, но вы будете впитывать. И обязательно совершайте прогулки. Наградой за это будет ощущение нормального физического состояния. Думаю, не надо объяснять, как тяжело на душе от ощущения себя развалиной. Физические упражнения дадут вам возможность избавиться от этой тяжести. И на душе будет легче.

Причем я уверен – физические упражнения вам настолько понравятся, что захочется их разнообразить чем-либо – бегом, плаванием, велосипедом или лыжами. Особенно полезно и даже приятно заниматься на даче огородом. А если нет возможности или времени – не беда. Даже в четырех стенах своей квартиры можно разнообразить физическую зарядку. Было бы желание. А оно, я думаю, обязательно появится.

Но как обливанием, так и зарядкой надо заниматься, проконсультировавшись с врачом. Да и вообще очень бы посоветовал находиться под постоянным наблюдением врачей – нарколога и терапевта.

Немного отвлекаясь от темы, расскажу шутивную историю. Один мой знакомый терапевт рассказал, как однажды пришел к нему очень растерянный алкоголик.

– Что случилось? – спросил терапевт.

– Пил я на вечеринке коньяк. Потом пошел домой. Захотелось выпить еще. Зашел к другу, выпил у него водки. Опять пошел домой. По дороге зашел в кафе, выпил пива. А дома у меня был спирт. Я его развел и тоже выпил. Потом съел овсяное печенье и отравился им...

Но вернемся непосредственно к консультациям специалистов. Терапевт, рассказ которого я привел выше, человек не только ученый, но верующий, воцерковленный. Так вот

он на этот счет говорит так: «Методы лечения алкоголизма бывают разные. Поэтому надо определить, к каким видам лечения обращаться не следует. Прежде всего – это неправославные методы духовного воздействия: гипноз, кодирование, йога, магия, экстрасенсорика, биоэнергетика и другие виды различных современных духовных методик. Их всех можно обозначить одним словом – колдовство. Кто-то им занимается сознательно, кто-то бессознательно, искренне считая, что он служит науке и человечеству. С православной же точки зрения все внецерковные духовные методики – колдовство, то есть обращение к помощи демонов. Ведь духовное воздействие на человека может оказываться либо от Господа, либо от дьявола. Третьего не дано. И будьте очень осторожны. Некоторые целители-колдуны, маги, биоэнергетики и экстрасенсы прикрываются Православной Церковью. Имеют дома иконы, ставят перед ними свечи и даже своим пациентам рекомендуют ходить в храм. Однако их молитвы-заговоры не имеют никакого отношения к христианской вере. Все это изощренное кощунство, тщательно прикрытое издевательство над верой и Церковью. Поэтому, прежде чем что-либо предпринять, посоветуйтесь со священником».

Лично я из разных видов врачебной помощи пробовал многие. Срываясь после одного из них, прибегал к другому. Вшивался, то есть делал уколы «Эспераль», «Торпедо». Лечился иглоукалыванием. Применял магнитно-компьютерную терапию. Принимал определенные лекарства. Но в каждом случае через какое-то время (месяц, два, полгода) у меня вновь появлялась тяга к спиртному, и я не сдерживался. Не хочу сказать, что эти методы совсем не помогают. Хочу сказать другое. Я понял, что надо пользоваться тем временем трезвения, которое они вызывают. Надо, пока трезв, лечить главную причину тяги к спиртному, о которой говорил праведный Иоанн Кронштадтский и которую нелишне будет повторить: «С пресыщением и пьянством враг бесплотный входит в сердце человека – это каждый внимательный может ощутить. Вот причина, отчего с возрастающим пьянством усиливается так страшно тяга к алкоголю (оттого что возрастает сила врага над человеком), отчего заметна у пьяниц такая сила, влекущая их невольно к удовлетворению страсти или внутреннего стремления к вину: у этих несчастных враг в сердце. Чем же изгнать беса пьянства? Молитвой и постом».

Потому паки и паки призываю вас, дорогие мои собратья-алкоголики, уверовать в то, что только Господь может исцелить по-настоящему. Но знайте и другое – даже Господь не сможет вас исцелить, если вы сами не захотите этого. Как следует из прочитанных мной поучений святых отцов – Бог создал человека свободным и дал ему право выбора. А свободную волю человека Он не нарушает, вернее, не лишает его свободы выбора.

Надеюсь, что мои любезные читатели сделают правильный выбор и, как и я, начнут поститься и молиться. Но даже здесь необходима осторожность. Например, священник Алексей Мороз говорит о том, что нельзя накладывать на себя «бремена неудобноносимые». Например, строгий пост в связи с перестройкой обмена веществ в организме больного алкоголизмом может вызвать тягу к алкоголю, с которой он не в состоянии будет справиться. Поэтому как в отношении медицинского лечения надо находиться под наблюдением врача, так и в отношении духовного труда надо находиться под наблюдением священника.

Кстати, я на себе испытал, что, если появляется тяга, нужно плотно поесть и она значительно ослабевает, а то и вовсе проходит. И не только я, но и многие мои знакомые утверждают это.

Так же, как к посту, надо относиться и к молитвам. Как сказал мой духовный наставник: «Нельзя читать их до умопомрачения. Это ведь не шаманские заклинания, не заговоры целителей. Святые старцы называют молитву беседой с Богом. Вот и беседуйте с Ним так, как вам будет удобнее. Рассказывайте о своих грехах, просите прощения и помощи. Вообще разговаривайте с Ним, как с самым настоящим, любящим вас Отцом».

Так что надо привыкать к молитвенным правилам – утреннему и вечернему. Святитель Феофан Затворник говорил об этом: «Молитве надо учиться, надо приобрести навык к молитвенным оборотам мыслей и движениям чувств по чужим молитвам, как учатся

иностранным языкам <...> Для этого у нас есть молитвенники для домашнего употребления и совершаются чины молитвенные в церковном богослужении».

Он же учил: «Что делать, когда молитва нейдет на ум? Если это домашняя молитва, то можно немножко – на несколько минут – отложить ее... Если и после нейдет... нудьте себя исполнить молитвенное правило насильственно, напрягаясь и понимать глаголемое и чувствовать... похоже на то, как, когда дитя не хочет поклониться, его берут за губы и нагибают».

По опыту я понял, что молитва сама по себе есть духовный труд. Порой возникают всяческие препятствия для молитв. Но, преодолевая эти препятствия, можно приобрести чудесную Божию помощь.

Воцерковляясь, я познал, что не следует отрицать возможность чудесных исцелений. Великое множество их свершилось и свершается в Серпуховском Высоцком монастыре перед иконой «Неупиваемая Чаша». И не только там может свершиться чудо, но и в любом месте. Но почему одним чудесная помощь подается сразу, а другим нет – это тайна Божиего Домостроительства.

Впрочем, чаще всего мы сами не замечаем эту помощь, как утопленник из анекдота.

«Тонул человек в море, стал просить Господа о помощи.

И сказал Господь:

– Не бойся, чадо, Я помогу тебе.

Видит человек – вдалеке спасательный круг плывет. Но, чтобы до него добраться, надо приложить немало усилий. «Зачем я к нему поплыву, – подумал утопающий, – ведь меня Господь спасет», – и остался на месте. Через некоторое время спасательный круг унесло ветром, а обессиленный человек утонул. Явился на том свете пред Господом и вопрошает:

– Почему же Ты мне не помог?

– Как не помог, чадо Мое? Я же бросил тебе спасательный круг. А ты почему-то не потрудился доплыть до него...»

Для меня спасательный круг – это Церковь, а молитва – духовный труд. А без труда, как известно, не вытащишь и рыбку из пруда. Жаль, что труд мой мал весьма... Но держаться за спасательный круг необходимо. Иначе не спасешься.

Глава 9

Падая – поднимайся!

Однако бывает и так, что «спасательный круг» порой «вырывается из рук», потому что человек не преодолевает выпавшие ему испытания. А испытания, которые встречаются на пути к трезвой жизни, различны, многообразны. В православии эти испытания называются искушениями. Какие же искушения подстерегают нас в борьбе с алкогольной зависимостью? Расскажу лишь о некоторых из них, которые настигли меня, когда я встал на путь воцерковления.

Дело в том, что когда я стал посещать храм, то надеялся только на свою веру и на чудо исцеления. Но этого не произошло. Я понял: нужна многолетняя тяжелая работа над собой...

И впрямь – вначале оно произошло. Когда я начал регулярно ходить в храм, и не только по воскресеньям, но и по будням, то желание выпить пропало. Представляете – пропало, безо всякого медицинского вмешательства! Разве это не чудо? Причем продолжалось это настолько долго, что я подумал, что страсть винопития мной побеждена, что я никогда больше не буду пить. И все-таки выпил... И когда?! И с кем?! На праздник Святой Пасхи со своими православными приятелями. Помню, собрались мы после пасхального богослужения за столом разговляться. На столе помимо праздничных яств стояло красное «церковное» вино – кагор. Помолились мы перед трапезой, сели. Мой новый знакомый Михаил стал разливать кагор в небольшие рюмки. Я отказался.

– У тебя язва? – усмехнулся он.

– У меня зло, – ответил я, – зло, которое приносит мне вино.

Что тут началось! Мои приятели вдруг оказались тонкими «богословами» и стали рассуждать о том, что в вине зла нет. Зло есть в неумеренном винопитии.

– Да выпей ты рюмочку за уважение к нам, – сказал Михаил, – ничего с тобой не случится, в этом кагоре, как в квасе, всего-то 6–8 градусов.

Чтобы не спорить с ними и уважить их просьбу отведать вместе с ними «церковного» вина, я выпил, и действительно ничего со мной не случилось. Посидели, поговорили, разошлись. И вдруг после ухода моих приятелей у меня появилось желание выпить еще немножечко, потом еще немножечко, потом еще... В конце концов получилось так, что я запил и не сдержала меня ни молитовка «Господи помилуй», ни страх Божий.

Вот так, после рюмочки слабенького, как квас, кагора и закончилось мое воцерковление. И ни причащения, ни часто читаемый мной акафист иконе Божией Матери «Неупиваемая Чаша», ни молитвы святым об исцелении от пьянства не спасли меня. Я оказался псом, возвратившимся на свою блевотину, умытой свиньей, которая опять залезла в грязь.

Так случился мой отход от Церкви. Я запьянствовал, и мне было уже не до молитв, не до храма. Так из раба Божия я превратился в раба греха. Бесовские мысли роились в моем воспаленном сознании. Бесовские слова изрыгали мои уста. Мои родные и близкие были в отчаянии. И лишь моя многострадальная, многоболезная, многотерпеливая и многоумная жена нашла в себе силы горячо молиться за меня. Ходила в храм, заказывала требы о моем здравии, а когда мне полегчало, попросила знакомого священника прийти ко мне и отслужить на дому молебен. Слава Богу, священник пришел, помолился, помазал меня освященным маслом. И я начал выздоравливать. Когда мое сознание прояснилось, он опять пришел ко мне и очень тепло, прямо по-дружески, поговорил. Этот разговор я запомнил на всю жизнь.

– Что же это было со мной, батюшка? – спросил я его.

– Ничего особенного. Тебя постигло искушение, которое ты не смог преодолеть.

– А почему?

– Наверное, потому, что ты надеялся только на свою веру и на чудо. А надо надеяться только на Бога. Не жди чуда. Молись Богу и работай над собой. Если ты решил бросить пить, то заруби себе на носу: алкоголизм – это не только грех, это и болезнь, проистекающая от греха, болезнь, которая вызывает необратимые изменения в организме. Я много думал над этим, и мне кажется, что вылечиться от этой болезни нельзя.

– Что же мне делать?

– Понести до самой смерти крест трезвости, как иго и как бремя. Однако не страшись этого. *Иго Мое благо, и бремя Мое легко* (Мф. 11, 30), – говорит Христос. Если понесешь свой крест ради Христа, все у тебя получится, и уже здесь, на земле, ты обретешь мир и покой. Так что, милый друг, ни в коем случае не отходи от Церкви, постоянно исповедуйся и причащайся, живи по заповедям Божиим.

– А если я опять упаду при несении своего креста?

– Главное, не унывай. И Христос падал, неся свой крест. А мы кто? Человечи, пораженные грехом... Поэтому, как говорил один старец: «Упал – поднимайся, опять упал – опять поднимайся, и так до самой смерти. Страшно не то, что упал, а то, что не поднялся. Покаялся – причастился, покаялся – причастился, и так до самой смерти. Мы ведь православные христиане, и потому в храме Божиим через Святые Таинства, которые дал нам Господь Иисус Христос, можем получать благодать Божию и восполнять ее, утерянную на жизненном пути».

– Сил у меня сейчас, батюшка, нет ни на что...

– Проси их у Бога и сходи-ка ты, дружок, к врачу-наркологу. Пусть тебя все-таки подлечат. Выведут токсины, почки, печень проверят, сердечко у тебя наверняка слабое. Организм твой истощен донельзя, оттого и сил нет. А исповедовать и причастить я тебя первоначально и на дому смогу.

Как же утешителен, укрепителен и вдохновителен был для меня этот разговор! С Божией помощью, с благодатью церковных таинств я укрепился в трезвости и понял, что без веры, без терпения и тяжелого труда над собой выйти из алкогольного болезненного состояния

невозможно. Не надо ждать чудес, надо с упорством Христа ради трудиться над собой.

Глава 10 Почему русского богатыря побеждали?

Итак, об искушениях. Когда человек встает на тропу трезвой жизни, то, по сути, встает на тропу войны с алкогольной зависимостью. А на войне как на войне – бывают наступления, бывают отступления, бывают победы, а случаются и поражения. Так что же надо делать, чтобы победить? Любой солдат, любой кадровый офицер на это скажет, что надо обучаться военному искусству, тактике и стратегии ведения боевых действий. Это же скажем и мы.

Для начала уясним, что же это за война, с каким конкретно противником мы будем сталкиваться. Да все с тем же – извечным врагом рода человеческого... Поэтому наша брань будет по слову апостола Павла «не против плоти и крови, а против злобы духов поднебесных». То есть против бесов, нападающих на нас.

Казалось бы, кто мы такие, чтобы бороться с ними? Ведь, как указывал преподобный Серафим Саровский, бес силен, «малейший из них своим когтем может перевернуть всю землю».

Но не будем унывать. *Все могу в укрепляющем меня Иисусе Христе* (Флп. 4, 13), – учит апостол Павел. И преподобный Паисий Святогорец ободряет нас, говоря, что «в духовной жизни и самый большой трус может стяжать духовное мужество, если вверит себя Христу, Божественной помощи. Он сможет пойти на передовую, может сразиться с врагом и победить».

Мой духовный наставник как-то сказал о словах отца Паисия следующее: «Нам не надо побеждать бесов, они и так побеждены Господом. А те, что Им попускаются вселиться в человека, побеждаются Святой Православной Церковью, ее таинствами и обрядами, к которым мы с верою и страхом Божиим должны прибегать. Это и есть наша передовая, о которой говорит преподобный Паисий Святогорец. Только в церковной ограде мы можем сразиться с врагом и победить».

Что ж, давайте учиться побеждать бесовские козни, искушения, которые могут нас настигнуть повсюду – на работе, дома, в гостях, на улице, в метро и так далее. Повсюду нас может ожидать враг, с которым должна вестись борьба. И пусть наша борьба будет вестись не так, как написано в шутивном стишке: «И вечный пьянству бой, какой нам только снится...»

Но с чего же ее следует начинать? Начинается она с нападения на вас... мысли. Да-да, мысли, а вернее, как ее обозначают в православии, – с помысла, с прилога. Перечислим некоторые из множества прилогов:

«Выпью немного после тяжелого труда».

«Выпью немного ради праздника».

«Выпью немного с тоски зеленой».

«Я всего лишь похмелюсь, а больше пить не буду».

«Буду пить, но понемногу».

«Выпью чуть-чуть. Уважу настойчивые просьбы друзей».

Как вы сами понимаете, список этот можно продолжать бесконечно. И как вы уже прекрасно знаете, стоит только послушаться помысла, и все... Наутро синюшная рожа в зеркале и крайнее удивление – как же это? Как так случилось, что я опять напился, как свинья? Что же делать? Может, похмелиться? А может, перетерпеть?

А теперь, дорогой читатель, попробуй из всех этих вопросов «Что же делать? Может, похмелиться? А может, перетерпеть?» выделить бесовский прилог. Думаю, что ты с этим успешно справишься. Тогда учись справляться и с самим прилогом, который, согласно поучениям святых отцов, отгоняется молитвой «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй меня, грешного». А поскольку он, как муха, надоедлив, отлетит недалеко и опять нападает, то придется потрудиться, чтобы он тебя не укусил смертельным укусом мухи цеце.

Бояться бесовского нападения не стоит. Преподобный Иоанн Дамаскин говорил, что

бесам «хотя и позволено искушать человека, но они не могут никого принудить, так как от нас зависит – выдержать или не выдержать его нападение».

Да, порой мы не выдерживаем прилога, соглашаемся с ним. Это действие, согласно поучениям Иоанна Лествичника, называется сочетанием. То есть обдумывание мысли, которая пришла к вам.

Действительно, бывает, и подумаешь: «Ну в самом деле, почему бы немного не выпить с устатку или в честь праздника?» Но получается, что как только ты так подумал, то уже сочетался, начал обдумывать помысл. А это уже отступление в борьбе с искушением. Следующий шаг назад, и – пьянка. Бес может торжествовать победу. Однако и при сочетании есть еще возможность произвести контратаку, то есть решительно отказаться от мысли выпить рюмочку. И опять же от вас зависит – выдержать или не выдержать бесовское нападение. Если же вы допустили сосложение, то есть согласие с мыслью, что можно выпить, то удержаться будет практически невозможно. Святитель Василий Великий учит нас, что «если в душе не были пресечены первые движения, то помышления, так или иначе, перейдут в дело».

Думаю, теперь вам стало понятно, почему наша борьба с искушениями – это борьба с бесовскими мыслями, помыслами. И для того, чтобы противостоять им, давайте, мои любезные читатели, прибегнем к опыту борьбы с духами злобы поднебесной, которую имеют святые старцы и праведники Православной Церкви. Пусть они будут нашими учителями в искусстве борьбы с искушениями.

Праведный Иоанн Кронштадтский говорил: «Не давай и на одно мгновение останавливаться в сердце своем какому-либо греховному движению. За мгновение придется заплатить многими часами мучений». Вот! Многие часы мучений ждут нас после выпивки! Помните об этом постоянно, вспоминайте как можно чаще свое похмельное состояние, дикие боли, страшные видения и тоску, раздирающую душу. Как только к вам пришел прилог, как только вас посетила мысль о выпивке – вспомните адские мучения, которые неизбежно вас настигнут после выпивки.

«Вдруг падение редко бывает, обыкновенно же оно смала начинается: с помыслов, – учил святитель Феофан Затворник. – Главное тут – не оставлять никогда следа не только сочувствия, произведенного помыслом, но и самого помысла, чтоб в душе оставалось отвращение и омерзение грехом».

А вот что говорил преподобный Силуан Афонский: «Как люди входят в дом и выходят из него, так и помыслы от бесов приходят и снова могут уйти, если ты их не принимаешь».

«Помысл, подобно вору, приходит к тебе, и ты открываешь ему дверь, вводишь в дом, заводишь с ним беседу, а потом он тебя грабит, – говорит преподобный Паисий Святогорец. – Разве можно заводить разговоры с врагом? С ним не только избегают бесед, но и дверь запирают накрепко, чтобы он не вошел».

Но что же делать, если он уже вошел? Бывает и так – не успеешь глазом моргнуть, а помысл уже в голове сидит. Будь внимателен. Хорошо будет уже то, что ты заметишь, что он вошел. Как учил святитель Феофан Затворник: «Враг же замеченный не страшен. Только прикрикни – и побежит». Святитель говорил также: «Голпа искусительных помыслов становится безотвязнее, если позволить им сколько-нибудь замедлить в душе, а тем более если войти с ними еще и в переговоры. Но если их с первого раза оттолкнуть сильным напряжением воли, отвержением и обращением к Богу, то они тотчас удалятся и оставят атмосферу души чистою».

Итак, святитель Феофан советует нам прикрикнуть на бесовские помыслы. Прикрикнуть можно словами: «Отойди от меня, сатана, ибо ты побежден крестом Христовым». Это можно сказать в уме, про себя. Но необходимо еще и перекреститься. Бесы не выносят крестного знамения. Очень хорошо при всяких худых помыслах читать Иисусову молитву: «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй меня, грешного». А самая краткая форма этой молитвы – «Господи, помилуй». Благодаря краткости ее очень легко запомнить и легко произнести. Иисусова молитва – это наше первейшее оружие против искушений. Это наше призывание на помощь Господа, Который говорил: *Без Меня не можете делать ничего* (Ин. 15, 5).

Не надейтесь на себя. Ни помысл, ни сочетание, ни тем более сосложение не отогнать без Божией помощи. И даже если помысл не отходит от вас, все равно взывайте: «Господи, помоги!» «Господи, помилуй!» «Господи, спаси!»

Игумен Никон (Воробьев) говорил: «Помни, что своей силой ты ничего не возьмешь, а всегда призывай Господа Иисуса Христа на помощь при всяком искушении. Тогда твоему доброму произволению будет содействовать сила Божия, поборающая всякий грех, всякое бесовское действие».

Случается, что тебе кажется, что от алкоголизма ты уже вылечился. Крайне опасное заблуждение! Мы уже говорили о том, что алкоголизм неизлечим, что бороться с его проявлениями придется всю жизнь. А если ты захотел дать себе отдых от борьбы? Проще говоря, расслабиться. Но вспомним русские народные сказки о богатырях. А ведь в них хоть и есть ложь, но есть и намек, добрым молодцам урок. Помните, когда были побеждаемы непобедимые русские богатыри? Когда решались отдохнуть. Снимали с себя шлем, доспехи и ложились под березку поспать часок-другой. Вот тут-то предательски наступал их меч и отсекал голову.

Преподобный Иоанн Кронштадтский в отношении отдыха от духовных подвигов говорил: «Если ты сделал какое-либо важное дело, то он [бес] шепчет: ”Ну, теперь можно сделать себе послабление. Можно сердце пустить на волю – пусть оно потешится, пусть вздохнет свободно, ты сделал многополезное дело. Хоть немного и согресишь, грех твой загладит сделанное тобою дело, оно сделает к тебе Бога милостивым“. И такими хитрыми представлениями доводит иногда неопытных до грехов, например до пьянства».

Вот и разгадка падений алкоголика, хотя есть и другие не менее важные причины, о которых мы расскажем в следующей главе.

Глава 11 И кузнечик запиликает на скрипке

Когда я после долгого воздержания впадал в пьянство, то мой духовный наставник на исповеди прежде всего говорил:

– Вспоминай, шельмец, кого осудил – словом ли, мыслью ли, вольно или невольно.

И я, напрягая свою больную, грешную головушку, вспоминал.

– Заруби себе на носу, несчастный, – говорил мне наставник, – как только ты осудил кого-то, все... Считай, что прахом пошли все твои труды над собой, твои старания исправиться. Потому что осуждение происходит от гордости, а гордость – самый большой грех, мать всех грехов. От гордости лучший ангел Господень пал. Кем он стал, знаешь? Дьяволом.

Почему же, осудив кого-либо, мы впадаем в грехи? Святитель Феофан Затворник говорит об этом кратко: «От осудителя милость Божия отходит». Вот! Милость Божия отходит! Помощь Господня отходит! А без нее что мы доброго сделать можем? Ничего. Можем только грешить...

Игумен Никон (Воробьев) в отношении таких случаев говорит: «Никакие твои труды, молитвы, милостыни не будут угодны Богу, если будешь осуждать...»

Конечно, поддержка родных и близких – наиважнейшее условие излечения от алкогольной зависимости. Часто случается, что пьющий твердо и серьезно решил «завязать» с алкоголем. Пролечился, пришел домой, а там дым коромыслом. Брат ли, сват ли или жена отмечают что-либо выпивкой. А это всегда провоцирует алкоголика. Или в выходные жена берет мужа под руку и ведет на свадьбу, на день рождения, на крестины или просто в гости – посидеть за столом, поговорить. А за столом везде – водка!

Бывает и другой вид «поддержки» родных и близких. Часто с их стороны слышатся обвинения, обличения в неблагоприятных поступках, читаются нотации. Все учат алкоголика жить, воспитывают, контролируют.

А он думает: «Заучили совсем. Вот пойду и назло всем вам выпью».

Знаете, дорогие читатели, чем я спасался в случаях, когда поведение жены сильно злило меня? Философствованием! Однажды в какой-то книжке я прочитал о Сократе. Он вместо того, чтобы зарабатывать деньги, часто предавался различным размышлениям о жизни, то есть философии. А семью-то кормить надо было. Жена ругалась на него, гремела, как гром. А однажды, не выдержав, как ей казалось, безделья мужа-философа, взяла лохань и вылила ему на голову. А Сократ, облитый помоями, тут же ударился в философию. Он стал рассуждать: «Итак, я облит женой из лохани. Что это за явление? Естественное оно или противоестественное? Конечно, естественное, ведь гром уже не однократно гремел, а сегодня пошел дождь. Так что все нормально».

Попробуйте, мои любезные, относиться ко всему философски. Поверьте – благодаря этому вы сможете пережить многие крайне неприятные моменты, не ударившись в выпивку. Ну, например, пилит вас жена и пилит. Подумайте, разве своими пьянками вы не сделали из себя деревяшку, очень удобную для пиления? А если пилит почему зря – то помните слова Сократа: «Если у тебя хорошая жена, то будешь счастлив. А если нет, то будешь, как и я, философом».

А самый лучший способ привести в семью мир и спокойствие – это подойти, обнять жену, поцеловать и сказать: «Дорогая, я был не прав. Прости. И давай больше не будем об этом». Это самый надежный способ утихомирить жену и успокоиться самому. Помогает на все сто!

Ну а если жена действительно права в отношении вас, то научитесь прощать. Научитесь просить прощения и прощать, и даруется вам исцеление от алкогольной зависимости. И мир вокруг вас преобразится, засветится, расцветет.

И тогда наверняка
Вдруг запляшут облака
И кузнечик запиликает на скрипке...

Однако, если вы не сумеете добиться того, чтобы мир расцвел и засветился, и потянет вас выпить, переборите себя, перетерпите. Как говорил святитель Феофан Затворник: «Сразу ничего не дается. Вспомните, как учились читать, писать. Сколько было трудов! А теперь все это – заурядное дело. Так и с душой будет. Теперь трудновато ладить с помыслами. А потом ничего. Только не надо пресекать борьбы с ними... А все бороться и бороться».

При этом не забывайте о врачебной помощи. Как опять же сказал святитель Феофан: «И лекарь не мешает, и преданность Богу нужна. То и другое пусть идет. Не попал – переменить лекарства. Молитесь, чтоб Господь его надоумил».

По своему опыту и по опыту таких же страдальцев алкоголиков, как и я, могу сказать – чаще всего при возникновении тяги без врача обойтись нельзя. И уж тем более когда тяга заканчивается запоем. Не унывайте, даже если сорвались после долгого трезвения. Известный нарколог С. Н. Зайцев совершенно справедливо утверждает: «Сорвался – немедленно к врачу. Опять рецидив – снова к врачу. Исчерпаны возможности амбулаторного лечения – в стационар. Рецидив после стационара – снова в больницу...»

Лечитесь до тех пор, пока болезнь не отступит, однако ни в коем случае не забывайте о духовных причинах болезни.

Преподобный Паисий Святогорец прямо указывает на причины, которые приводят человека к падениям: «Если, подвизаясь, человек все равно продолжает спотыкаться и не меняется, то причина в его эгоизме, себялюбии и своекорыстии. Такому человеку не хватает смирения и любви, и это препятствует Божественному вмешательству».

В Священном Писании сказано: *Бог гордым противится, а смиренным дает благодать* (Иак. 4, 6). Святые отцы учат, что мы можем быть спасены от грехов только Божией благодатью. Валаамский старец схиигумен Иоанн (Алексеев) писал: «Наш должен быть труд, а успех зависит от благодати, благодать дается не за труды, а за смирение; кто насколько смирится, настолько и благодать приходит, и в добродетели устоять зависит не от нас, а от

благодати».

Думаю, что после этого поучения вам станет понятно и другое поучение. Преподобный Иосиф Оптинский, утешая скорбящих от своих прегрешений, говорил: «Страсти и падения смиряют человека, приводят в сокрушение сердечное и тем привлекают к нему Божие милосердие».

Что же такое смирение? – спросите вы. Скажу, что и говорил ранее: книжка, которую вы читаете, – не богословская. Да и сам я не богослов. Однако из своего опыта я понял, что смирение неразрывно связано с таким понятием, как любовь, которая по определению святого апостола Павла: *Любовь долготерпит, милосердствует, любовь не завидует, любовь не превозносится, не гордится, не бесчинствует, не ищет своего, не раздражается, не мыслит зла, не радуется неправде, а сорадуется истине; все покрывает, всему верит, всего надеется, все переносит* (1Кор. 13, 4–7).

Так что, когда вы решите проверить – есть ли у вас смирение, – сверьте свои чувства и поступки с определением любви, описанной выше. Это очень поможет вам разобраться в себе. И скорее всего, никакого смирения вы в себе не найдете. Но не отчаивайтесь! Для всех несмиранных приведу совет преподобного Анатолия Оптинского: «Сказываю тебе самое лучшее средство обрести смирение. Это вот что: всякую боль, которая колет гордое сердце, потерпеть. И ждать день и ночь милости от Всемилоостивого Спаса. Кто так ждет, непременно получит».

При этом крайне важно знать то, что говорил мой знакомый воцерковленный врач-нарколог: «Для болящего алкоголизмом человека смирение начинается с признания собственной болезни. Это будет конкретный, определенный шаг по преодолению в себе матери всех грехов – гордости. Второй шаг для приобретения смирения – признать, что ты болен на всю жизнь и твоя болезнь – это крест, который придется понести ради спасения собственной души. Иначе все труды по излечению от алкогольной зависимости будут бесполезны».

А известный московский пастырь, протоиерей Владимир Воробьев говорит об этом так: «Нужно объяснить человеку, что он должен слушаться, смиряться, должен признать себя больным и согласиться на свою больную участь. Духовная жизнь только тогда возможна, когда человек согласится признать истинное положение вещей и смирится, согласится жить с тем крестом, который Господь дал ему. Это и есть вера. Если человек не хочет жить так, как Бог ему велит, не принимает креста и не следует за Христом, не признает спасительность пути, на который Господь его поставил, то, значит, он неверующий. Если он неверующий, то чем ему можешь?»

Ну а если вы, мои многотерпеливые читатели-алкоголики, решились встать на путь трезвой жизни и воцерковления, то Бог вам в помощь! У вас все получится. Терпение и труд – все перетрут!

Глава 12

Трезвость – это клево!

Однажды один мой знакомый рыбак рассказал случай, который произошел с его челябинскими друзьями. Пошли они на рыбалку. Да выпили там лишнего. Вернее, напились до состояния согнутой удочки. И устроили ночную рыбалку. И вдруг поймали самую настоящую... русалку. Со страха бросили ее в кусты. Для бодрости всю ночь пили и опять же для бодрости бахвалились друг перед другом и кричали «ура!». А наутро оказалось, что они поймали сома, и всем стало стыдно...

– Ну что это за рыбалка? – комментировал мой друг этот случай. – Рыбак даже если пескаррика на десять сантиметров поймает, то всем хвастается, раскинув руки на метр, что «во-о-от такую щуку выудил!» А здесь мужики здорового сома поймали, а им было стыдно за такой улов! Никакой радости. Вот ведь к чему пьянка приводит. Нет, только при трезвости любое дело будет в радость. Трезвость – это клево!

Большой, даже громадный смысл есть в этих словах. Ну чему может радоваться пьяница? Лишней рюмке водки? Помнится, я на днях рождения или на свадьбах больше радовался за повод выпить, чем за именинников либо молодоженов, в честь которых устраивались празднества. А ведь как лицемерил-то! Какие тосты в честь них говорил! А внутри было хорошо только от того, что я смогу пить, что хочу и сколько хочу, поскольку повод – серьезный. Весь мир был у моих ног! И после первых рюмок он был так широк, так прекрасен. Ну а наутро мир скукоживался. Я похмелялся, и огромный прекрасный мир становился теснее и отвратительней. Скукоживался и мир моих интересов.

В одной из книг врача-психотерапевта С. Н. Зайцева я прочел то, что, наверное, каждый из нас, братцев-алкоголиков, испытал на себе. Зайцев описывает состояние одного из своих пациентов: «Раньше ему было интересно заниматься машиной, гаражом, сейчас – нет. Раньше было интересно что-то заработать и в дом принести: холодильник, телевизор и т. д., сейчас – неинтересно. Раньше было интересно детям помочь, плечо подставить – теперь неинтересно. К жене – интереса нет, к родителям – нет. Интерес в жизни остается только один – бутылка водки и все, что вокруг нее: кто вчера и сколько выпил, кто себя как вел, когда был пьяный, кто как «кувыркался», чем одна водка отличается от другой, какой водкой можно отравиться, какой нет, где еще достать водки».

Впрочем, наступает момент, когда ничего уже неинтересно. Ничего не радует – даже спиртное. Напиваешься только для того, чтобы забыться. Просыпаешься только для того, чтобы опять напиться. И мир превращается в камеру. В тюремную камеру! Потому и трезвость можно назвать освобождением. Волей! Волей, о которой мечтаешь в пыточной тюрьме алкогольной зависимости.

И вот какой интересный случай я расскажу вам, друзья мои, в связи с этим. Представьте себе, что один законченный алкоголик, совершив преступление и попав в настоящую тюрьму, только обрадовался. Стал несказанно счастлив. Чему? Тому, что там волей-неволей ему пришлось бросить пить. Конечно, вначале он переболел ломкой, перестрадал, чуть не помер, однако – стал вести трезвый образ жизни. Заключение все-таки, никуда не денешься, станешь жить трезво... Но! Именно в тюрьме он почувствовал освобождение от тюрьмы. От глухой, непроницаемой тюрьмы алкогольной зависимости. И вдруг заметил, что на свете бывает солнечно и дождливо, что зимой белеет снег, а весной зеленеет травка. Он стал чувствовать вкус обыкновенного черного хлеба. И стал чувствовать радость от этого и мог бы ее выразить незамысловатыми, но глубоко символическими стихами поэта Анатолия Сенина:

Я так живу – я хлеб жую,
Который называют черным.
Но я не только им живу –
Живу еще мечтою светлой!

Вы только представьте себе – законченный алкоголик, попав в заключение, протрезвел и стал мечтать! Не о пиве, не о водке, а о трезвой жизни на воле! Сказать, что этого не может быть, может только человек, никогда не бывавший в пыточной тюрьме алкогольной зависимости.

А тот человек, который протрезвел в настоящем тюремном заключении, действительно мечтал. Мечтал о том, как выйдет на волю и будет жить трезво, чтобы радовать этим своих близких. Конечно, жаль, что трезвость пришла к нему в тюрьме.

И это просто здорово, что ко мне она пришла на воле. Слава Богу, оказавшему мне такую милость! Помню, когда я окончательно встал на путь трезвости, то стал замечать глаза жены и детей. В них светилась тихая радость! А как радостно они встречали меня с работы! Каждый день, поскольку я приходил домой трезвым, стал для них праздником! А с каким удовольствием мы стали проводить выходные! Походы в лес, поездки на озеро, на дачу стали для нас настоящим семейным счастьем.

А сколько радости испытываю лично я просто от одного осознания, что я не пью!

Думаю, что стоит перечислить хотя бы некоторые причины того, почему быть трезвым – это клево.

Во-первых, я освободился из пыточной тюрьмы телесных и душевных страданий. Освободился от чувства вины, стыда, страха. Я обрел душевный покой.

Я стал нормально есть, спокойно спать и просыпаться не с головной болью и угрызениями совести, а с чувством радости от того, что не мучаюсь с похмелья.

Обрел уважение со стороны близких людей. Обрел любовь жены и детей. Я радуюсь за сыновей, гордящихся мной.

Радуюсь помолодевшей жене. Причем она настолько расцвела, что у нас вновь наступил медовый месяц...

Я радуюсь тому, что коллеги по работе стали ценить и уважать меня. Получаю большое удовлетворение от того, что могу делать и делаю качественно свою работу.

Я радуюсь всему – травке, птичкам, солнышку, облакам, потому что смотрю на них трезвыми глазами и думаю – слава Творцу, сотворившему такой прекрасный мир! Слава Богу, даровавшему мне трезвость!

Глава 13

В чем высший смысл трезвости?

Прежде чем рассказать о том, для чего же в конечном итоге нам нужна трезвость, хочу предостеречь всех вставших на путь трезвения. Прежде всего, знайте, что ваш путь будет осыпан не только розами радости. На нем будут встречаться и камни, о которые можно споткнуться. Незнание об этом приводит к тому, что новоиспеченный трезвенник набивает все новые и новые шишки. Как говорится в народе: «знал бы, где споткнусь, был бы внимательней».

По моему личному опыту, первый камень преткновения на пути трезвения – это ухудшение здоровья. Как говорил М. Жванецкий, «конфликтует тело с организмом».

Из научных книг по проблемам алкоголизма известно, что когда человек бросает пить, то центральная нервная система начинает работать с большим напряжением. Происходят сбои во всей системе жизнедеятельности организма. Его неготовность работать без алкогольного допинга вызывает перепады давления, изменения в сердечной деятельности, раздражительность. Человека охватывает тоскливое настроение. Он терпит, терпит, а потом махнет на все рукой и принимает алкоголь. От этого первое время ему становится хорошо. Болезни на время отступают. Что происходит дальше, вы уже знаете сами...

Поэтому в период обострения болезней вставшему на путь трезвения необходимо обратиться к помощи опытных врачей, которые помогут пройти период адаптации с наименьшими потерями для здоровья.

Печально говорить, но камнем преткновения для вставших на путь трезвения могут стать даже их друзья, знакомые, а порой и родные, которые отнесутся к твоей трезвости с недоверием и даже с подозрением. Помню, когда после лечения в наркодиспансере я вышел на работу и сказал, что больше не пью, то начальник, мой друг, просто посмеялся: «Да знаю я тебя, алкаша... Все равно ты, литератор фигов, начнешь пить». Представляете, какое гадкое настроение у меня стало после этого. Друзья-собутыльники встретили меня как прокаженного. На лицах соболезнование и печаль. Не хватало только траурных повязок на руках.

Особое напряжение создалось в отношениях с пьющими родственниками. Они перестали считать меня полноценным человеком, посмеивались и язвили.

Слава Богу, нашлись настоящие друзья, которые поддержали меня и даже уважали. А когда прошло первое время трезвости, то меня уважали и собутыльники. Через год сам начальник признался: «Знаешь, дружище, я думал, ты того... А ты – о-го-го!» С того времени у меня пошел карьерный рост и, естественно, рост зарплаты.

Но бывает и так, что, когда на работе все гладко, трезвенник может споткнуться о камень невероятной тяги к работе. Человек с головой уходит в свою работу, в труд на даче, на

приусадебном участке. И все бы хорошо, но эта работа не оставляет человеку времени для общения с близкими. И что особенно плохо – для домашних молитв и церковных служб.

Трудовой процесс со временем приобретает уродливую форму, обретает черты банального стяжательства. А стяжатель живет чем? Постоянным страхом потерять возможность приобретения средств и подозрениями по отношению к своим ближним.

И еще о чем хочется предупредить – развязывать узлы рабочих, домашних и других проблем, которые накопились за время пьянства, – бремя нелегкое, иногда кажется, невозможное. Но что невозможно человеку – возможно Богу. По своему опыту я понял, что молитвы, постоянное общение со священником, его советы, а главное – терпение и смирение действительно помогают совершить невозможное. Даже если не хватает сил на духовное делание, старайтесь. Надо стараться. Надо молиться, чтобы Господь увидел хотя бы наши немощные старания и Сам помог нам.

Еще один камень преткновения, о котором мне говорили зависимые от алкоголя знакомые, – это реализация своих страстных желаний. Одному моему коллеге по литературному цеху, не пившему много лет, жена сказала: «Лучше бы ты пил, чем блудил».

А ведь страсть проявляется не только по отношению к женщинам. Она проявляется и в тяге к азартным играм, и в непомерной любви к футболу, и в увлечении рок-музыкой или еще в каком-нибудь сильном увлечении.

Лично я споткнулся на большущем камне самоуспокоения. На мысли о том, что излечился. На четвертый год трезвости я решил, что могу выпить. Выпил. И после первого бокала вина всех лет трезвости как не бывало, и я опять начал тонуть в пьянстве. Но ухватился я за «спасательный круг», за Церковь и опять встал на путь трезвости.

Врач-нарколог потом сказал мне, что даже после полувека и столетия трезвости, если алкоголик выпьет хоть один бокал – вновь впадет в пьянство. А еще он отметил, что бывает и так, что полное излечение от алкоголизма не приходит даже при воцерковлении и живет такой человек в постоянной борьбе с желанием выпить. Я спросил моего духовника, почему так бывает, и он предложил такое объяснение: «Трезвость для алкоголика, который искренне уверовал в Бога и воцерковился, может стать своеобразным крестом, который он должен понести ради спасения своей души».

Представляете, как это важно для нас, братья-алкоголики?! **ТРЕЗВОСТЬ НЕОБХОДИМА ДЛЯ СПАСЕНИЯ ДУШИ.** Как важно проникнуться этим высшим смыслом, а проникнувшись, преодолевать все трудности, все невзгоды и печали, выпадающие на нашу долю. Еще бы их не преодолевать ради такой цели, как спасение души! А на этом пути без Православной Церкви никак не обойтись. Но при этом и от помощи квалифицированных врачей отказываться не следует.

Да поможет нам Господь в избавлении от страстей и греховных привычек!

Приложение

Молитвы об избавлении от греха пьянства

Молитва святому мученику Вонифатию

О, всесвятый Вонифатие, милостивый раб Милосердного Владыки! Услыши прибегающих к тебе, одержимых пагубным пристрастием к винопитию, и как в своей земной жизни ты никогда не отказывал в помощи просящим тя, так и теперь избави этих несчастных (имена). Некогда, богомудрый отец, град побил твой виноградник, ты же, воздав благодарение Богу, велел немногие сохранившиеся грозды положить в точило и позвать нищих. Затем, взяв новое вино, ты разлил его по каплям во все сосуды, бывшие в епископии, и Бог, исполняющий молитву милостивых, совершил преславное чудо: вино в точиле умножилось, и нищие наполнили свои сосуды. О, святителю Божий! Как по твоей молитве умножилось вино для

нужд Церкви и для пользы убогих, так ты, блаженный, уменьши его теперь там, где оно приносит вред, избави от пристрастия к нему предающихся постыдной страсти винопития (имена), исцели их от тяжкого недуга, освободи от бесовского искушения, утверди их, слабых, дай им, немощным, крепость и силу благоуспешно перенести это искушение, возврати их к здоровой и трезвой жизни, направи их на путь труда, вложи в них стремление к трезвости и духовной бодрости. Помоги им, угодник Божий Вонифатие, когда жажда вина станет жечь их гортань, уничтожи их пагубное желание, освежи их уста небесною прохладою, просвети их очи, постави их ноги на скале веры и надежды, чтобы, оставив свое душевредное пристрастие, влекущее за собой отлучение от Небеснаго Царствия, они, утвердившись в благочестии, удостоились непостыдной мирной кончины и в вечном свете бесконечнаго Царства Славы достойно прославляли Господа нашего Иисуса Христа со Безначальным Его Отцем и с Пресвятым и Животворящим Его Духом во веки веков. Аминь.

Молитва вторая святому мученику Вонифатию

О, святой страстотерпче Христов, воине Царя Небеснаго, земная сладострастия презревший и к Горнему Иерусалиму страданием возшедый, мучениче Вонифатие! Услыши мя грешнаго, приносящаго от сердца молебная пения, и умоли Господа нашего Иисуса Христа простити вся моя согрешения, в ведении и в неведении мною содеянная. Ей, мучениче Христов, образ покаяния собою показавый грешным! Буди ми на злого сопротивника диавола твоими молитвами к Богу помощник и заступник: много бо порывахся избегнути сетей его лукавых, но удицею греховною уловлен и крепко влачим от него, не могу избавиться, аще не ты предстанеши ми, во обстояниих горькая терпящему, и колико покушахся покаяться, но ложь пред Богом бых. Сего ради к тебе прибегаю и молюся: спаси мя, святче Божий, от всех зол твоим предстательством, благодатию же Всесильнаго Бога, в Троице Святей славимаго и покланяемаго, Отца и Сына и Святаго Духа, ныне и присно и во веки веков. Аминь.

Молитва перед иконой Божией Матери «Неупиваемая Чаша»

О, милосердная Владычице! К Твоему заступлению ныне прибегаем, молений наших не презри, но милостиво услыши нас: жен, детей, матерей; и тяжким недугом пьянства одержимых, и того ради от матери своея – Церкви Христовой и спасения отпадающих, братьев, и сестер, и сродник наших исцели. О, милостивая Мати Божия, коснись сердец их и скоро возстави от падений греховных, ко спасительному воздержанию приведи их. Умоли Сына Своего, Христа Бога нашего, да простит нам согрешения наша и не отвратит милости Своея от людей Своих, но да укрепит нас в трезвении и целомудрии. Приими, Пресвятая Богородице, молитвы матерей, о чадах своих слезы проливающих, жен, о мужех своих рыдающих, чад, сирых и убогих, заблудшими оставленных, и всех нас, к иконе Твоей припадающих. И да приидет сей вопль наш, молитвами Твоими, ко Престолу Всевышняго. Покрый и соблюди нас от лукаваго ловления и всех козней вражиих, в страшный же час исхода нашего помоги пройти непреткновенно воздушные мытарства, молитвами Твоими избави нас вечнаго осуждения, да покрыет нас милость Божия в нескончаемые веки веков. Аминь.

Молитва святого праведного Иоанна Кронштадтского

Господи, призри милостиво на раба Твоего (имя), прельщенного лестью чрева и плотского веселья. Даруй ему познать сладость воздержания в посте и проистекающих от него плодов Духа. Аминь.