

---

НАТАЛЬЯ СОВЕТНАЯ

## В ПОИСКЕ СОКРОВИЩ

*(Дневник психотерапевта)*

В Минск я ехала поездом “Санкт-Петербург–Брест”. У меня было нижнее место. Напротив, на верхней полке, располагался уже подвыпивший мужчина лет сорока, который возвращался домой из России, где работал у “хозяйина” на строительстве дачи. Он только что попрощался со своими товарищами, которые шумно выходили из вагона как раз на моей станции. Его же дорога была намного длиннее: сначала до Бреста, а потом еще сто километров предстояло преодолеть, чтобы добраться до родной деревни, к любимой жене и дочкам. Пишу “любимой”, потому что видела, как сияло лицо мужчины, когда беседа касалась темы семьи, слышала, как менялся тембр его голоса: становился более мягкий и слегка приглушенный от волнения, если он начинал рассказывать о своих “женщинах”.

Время было позднее. Я рассчитывала сразу после посадки лечь спать, чтобы хоть немного отдохнуть, так как поезд прибывает в Минск в четыре утра, а проводники будят пассажиров еще раньше. Но у моей попутчицы, пожилой женщины лет семидесяти, ехавшей в Барановичи, чтобы повидаться со своим двоюродным братом, были совсем другие планы. Ей, как это часто бывает с немолодыми людьми, не спалось. Женщина очень громко и оживленно беседовала с другим пассажиром, периодически обращаясь с вопросами и ко мне. А я, мысленно возмущаясь такой бесцеремонностью, пыталась задремать и... невольно слушала. Впрочем, теперь об этом несколько не сожалею.

– Я в шесть утра приезжаю на станцию. Ты сможешь мне вещи вынести из поезда? – обратилась женщина к попутчику, сразу перейдя на “ты”.

Он широко улыбнулся и добродушно ответил:

– Конечно, помогу. Меня, между прочим, Валерой зовут. А вы зачем в Барановичи едете?

– К брату. Хочу попрощаться... Пока живая! – бодрым голосом словно отрапортовала моя соседка и зачем-то еще раз повторила: – Прощаться. Пока живая.

Валера поморщился, пытаясь сообразить, что значит эта фраза в сочетании с жизнерадостной интонацией и энергичным видом женщины. Потом снова заулыбался.

– А я – домой. У меня две дочки, – произнес он гордо. – Честное слово, не вру! Ну зачем мне врать? Я вот сейчас вам паспорт даже покажу.

Валера потянулся к дорожной сумке и, не обращая внимания на возражения попутчицы, достал документы, развернул на нужной странице и, тыча пальцем в строчки, прочитал: “...Анна. Рождения – 1990 года. ...Татьяна. Рождения – 1995 года”.

– Дочки у меня. Представляете? Их же выучить надо. Одеть, чтобы были красивые... Девочки ведь!

Он стал рассказывать о своей работе, о заработках, о деревне и жене, которая очень любит пить молоко.

– Налет кружку большую, возьмет батон с вареньем и ест. Та-ак любит! – Валера замолчал, прищурился, словно залюбовался своей женой, и завершил привычно: – Правду говорю! Ну зачем мне врать?

– А корову свою держите?

– Не. Корову не держим. Жонка далёка на працу ходзіць. Каму за ёй глядзець? А парасят трымаем. Многа... Я люблю вёску. Хату сваю люблю. Рабіць любую працу магу. Чэснае слова. А працаваць няма дзе. Грошай няма дзе ў нас зарабіць. А ў мяне ж дзве дачкі... – перешел Валера на белорусский язык.

Валера вдруг встал и, извиняясь, достал недопитую бутылку водки.

– Выпить, что ли, хочешь? – засуетилась попутчица. – Так садись, пей! Я сейчас достану что-нибудь покушать. Что-то есть захотелось.

В купе было жарко, душно и пахло перегаром. Послышался шелест оберточной бумаги и целлофана.

– А вы, женщина, выпьете со мной? – обратился Валера к пожилой попутнице.

– Нет. Я водку не пью теперь: инсульт перенесла. А раньше могла выпить: веселая была... Сейчас так... вина выпиваю когда-нибудь. И какая это у тебя водка, как называется?..

А я вдруг вспомнила пожилую пациентку, обратившуюся за помощью в наш реабилитационный центр. Смущенная женщина, сидя на стуле передо мной, причитала:

– Ой, деточка, как же мне стыдно! Всю жизненьку прожила в почете, грамоты и благодарности имею, а вышла на пенсию – болячки всякие повывезали. Когда работала, так внимания на них не обращала. Пошла к бабке, а она мне настойку из травок дала – пить по столовой ложке три раза в день. Целый месяц. Но, а когда настойка закончилась, так я купила бутылочку винца: привыкла за месяц к тем ложечкам!.. А теперь пенсию пропиваю... Дочушка... Прошу, помоги ты мне!

И еще вспомнился случай с молоденькой девушкой. У нее алкогольная зависимость сформировалась после смерти отца, которого она очень любила и тяжело переживала его уход. Родственники длительно “отпаивали” девочку валерьяновыми каплями, которые, как известно, представляют собой спиртовую настойку...

В купе между попутчиками уже шел обмен опытом по изготовлению самогона.

– Из чего ж ты гонишь, из хлеба или из сахара? – с большим интересом спрашивала моя соседка.

– А я вам сейчас расскажу...

И Валера, пунцовый от новой “дозы”, стал обстоятельно объяснять все премудрости этого прибыльного дела. Наконец, он подытожил:

– Очень хорошая водка получается! – Помолчал, что-то вспоминая, и неожиданно грустно продолжил: – А сколько ж молодых ребят через нее, проклятую, у нас поумирало! Ой, сколько!.. Ей-богу, женщина, не вру. Ну, чего мне врать, скажите, пожалуйста?.. Жалко очень их... Я много где по свету поездил – нигде нету лучше наших “бульбашей”! Очень я их люблю... Спокойные, душевные, трудяги... Как начнут, например, сено косить, так до вечера! А сейчас Рождество будет... У нас же как пойдут “калядкі са звяздой”! Как начнут петь... Ой, как же хорошо!.. Так я люблю своих белорусов! – Он снова помолчал, тяжело вздохнул: – Сколько же их поумирало от этой водки! Что только в деревне у нас от нее делается!

Тут я не выдержала, тем более что уснуть в такой обстановке все равно никак не получалось:

– Я отвечу вам, если хотите, на этот вопрос: каждая пятая смерть – алкогольная, и вызвана причинами, связанными с пьянством. Кстати, дорогая моя попутчица, – обратилась я к женщине, – инсульт, инфаркт, потеря слуха, зрения и многие другие проблемы со здоровьем могут быть вызваны

именно приемом спиртных напитков. Вы знаете, что ученые подсчитали, сколько гибнет клеток головного мозга от этилового спирта? От половины стакана пива – 1000 клеток! А от двух бутылок пива, или стакана водки, или бутылки вина – 7500 клеток. Они, клетки-то эти, не восстанавливаются. В течение двадцати дней у мужчин и семидесяти дней у женщин выводятся из организма с... мочой. Но чтобы их вывести, эритроциты должны сначала эти “трупки” склеить и в виде тромбов протолкнуть по сосудам. Представляете, тромб в сосудах мозга? А если они по старости или по болезни эластичность прежнюю уже потеряли, если сужение произошло по какой-нибудь причине? Вот вам и инсульт!

Мои соседи перестали жевать и недоверчиво посмотрели на меня. Я же, словно на большой мозоль наступили, продолжала:

– На месте погибших клеток в мозгу формируются пустоты, и он начинает сморщиваться. У спившегося человека – маленький сморщенный мозг, в котором погибли клетки самых важных центров, отличающих одну личность от другой, да и в целом человека от животного. Это касается интеллекта, памяти, самоконтроля, силы воли, характера. Вот почему пьющий человек становится постепенно бессовестным, бесчестным, безвольным, бессердечным, безответственным и неинтересным.

Попутчики молчали. Потом Валера поднялся и, шатаясь, вышел из купе. Женщина, собирая остатки еды в пакет, наклонилась ко мне через столик и доверительно зашептала:

– Совсем пьяный уже! А, видели, бутылку свою с собой прихватил – допивать в одиночку будет, наверно. Если бы с ним кто нечистый на руку ехал вместе, так его же, лопуха пьяного, обчистили бы в два счета. Смотри, он и паспорт свой сунул как попало – потерять ведь может!.. Какой человек хороший – добрый, работающий... Ты, это... правду, что ли, рассказала? – она напряженно уставилась на меня.

– Правду. Я про алкоголь всю правду знаю. Работа у меня такая. И сама – уже двадцать пятый год пошел, – ни капли не употребляю.

– Не может быть! Совсем, что ли? – женщина даже подскочила и снова уселась на мягком тюфяке.

– Может, может... И ни разу об этом не пожалела. Наоборот – только радуюсь!

Дверь в купе открылась, в проходе появился Валера. Бутылки в его руках уже не было.

– Женщина, – обратился он ко мне, – а вы до Минска едете?

– Да.

– Так я вас очень попрошу. Вы там позвоните кому надо, чтобы подумали, как в деревне работу нам дать такую, чтобы зарабатывать на жизнь можно было. Мне же никакого города не нужно... Никакой квартиры... Я так свой дом люблю и деревню... Честное слово, женщина! Я не вру. Зачем мне врать, ну подумайте сами?

Когда я выходила из поезда, Валера крепко спал, а с женщиной мы тепло попрощались...

В частых поездках, да и просто при встречах с разными людьми, я давно обратила внимание, что разговор в непринужденной, ни к чему не обязывающей беседе случайных попутчиков почти всегда касается, в той или иной степени, проблемы пьянства. Эта популярная тема эмоционально обсуждается наравне с вопросами политики, погоды и благосостояния. И... как правило, за бутылкой с хмельным напитком. Вот такой парадокс!

Думаю, что одна из причин крупномасштабного народного пьянства кроется в глубокой психической зависимости от алкоголя, развившейся в результате ложных представлений о возможности “культурного и умеренного” потребления спиртных напитков. Сыграли свою роль и очень низкий уровень знаний о современных исследованиях пьянства и алкоголизма, и примитивные представления о хронической алкогольной болезни. В результате практически исчезла у большинства населения способность критически оценивать свое собственное состояние в отношении употребления этанола (алкоголя). Кроме того, свое губительное влияние оказали навязчивая реклама и усвоенный с детства образ взрослой жизни: непременно с бутылкой на столе по праздникам и по случаю.

Листаю свой дневник, сохранивший сотни записей: события собственной жизни переплетаются в них с историями моих знакомых, родных и пациентов. Двадцать лет ко мне, психологу, обращаются за помощью люди, пострадавшие от различных патологических зависимостей, в том числе и от алкоголизма...

#### *Июль 2002 года*

Друзья рассказали, в какой битве за трезвость детей пришлось им принять участие во время подготовки к школьному выпускному вечеру сына.

Класс был хороший, ребята все как на подбор: умные, целеустремленные, старательные. Родители у них заботливые, любящие, только вот...

С начала сентября засуетились мамы, чуть ли не каждый месяц стали в стайку слетаться и главный вопрос обсуждать: сколько? Сколько денег собрать, сколько конфет, колбас, а самое важное – сколько и каких бутылок купить. Но стоило моим знакомым подать голос в защиту детской трезвости, вдруг они стали “белыми воронами” в этой стае. Мамы (!) возмущенно требовали: пусть выпускники пьют, пусть учатся пить – они уже взрослые. И никак не могли или не хотели понять, почему деток надо лишать “радости” опьянения.

И все-таки тогда детям на стол спиртное не поставили. Они сами отказались от алкоголя и прекрасно чувствовали себя без протоплазматического яда и наркотика, коими является этиловый спирт. К слову сказать, и родители приготовленные бутылки до конца не опустошили. А вот страх... Страх остаться без них был очень велик. Опыт же радостных, трезвых праздников собственного детства давно забыт.

#### *Июль 2003 года*

Указом Президента в этом году алкогольные напитки на выпускных вечерах в школах были запрещены. И продажа их после 16.00 – тоже. Казалось бы, радоваться надо: столько проблем этот указ решил. Но не тут-то было! Мне рассказали, что в одной из наших школ мамы выпускников продемонстрировали удивительную находчивость. Бутылки из-под сока наполнили вином и шампанским. И все это – на свои и... детские столы!

После застолья измученные родители до утра ходили по пятам за опьяневшими чадами: как бы чего не натворили! Молодым ведь свойственна патологическая форма опьянения: непредсказуемость поступков, немотивированная агрессивность...

#### *Январь 2008 года*

На днях заглянул к нам сын моей знакомой. Олег вырос на моих глазах. Сейчас заканчивает учебу в институте, занимается спортом, очень увлекается музыкой: играет на гитаре, поет, сочиняет песни. Вот и на этот раз принес свою новую запись, называется “Ангел-хранитель”.

– Недавно одноклассника своего встретил, – Олег огорченно покачал головой. – Нетрезвый, с пивом в руке, с сигаретой, развязный такой – не узнать... И ведь не в первый раз в таком виде его вижу... А в школе у нас умницей был. Потом академию закончил, женился. Родители у него хорошие. Я маму его, учительницу, очень уважал.

Помните, тетя Наташа, вы к нам в восьмой класс приходили лекцию про алкоголизм читать? Так я навсегда усвоил, что от выпивки за праздничным столом сорок тысяч генов патологически изменяются. А потом эти гены потомству передаются. Вот и выходит, что у нормальных вроде людей дети могут стать алкоголиками. Получается, что и Антон может “хроником” стать?

– К сожалению, может. Если не станет... трезвенником. Как ты. Ты же не изменяешь своим правилам? Не куришь и не пьешь?

Я внимательно посмотрела на молодого человека. Красивое лицо, спокойный, открытый, ясный живой взгляд. Крепкое, мускулистое, здоровое тело, привычное к спортивным снарядам. Он засмеялся:

– Ну что вы, тетя Наташа, спрашиваете? Сами ведь знаете, что нет. А помните ту историю на свадьбе моего друга?

Да. Этот смешной и грустный одновременно случай, происшедший года три назад, мне запомнился хорошо. Суть его состояла в том, что на следующий день после радостного мероприятия маме Олега позвонила знакомая и взволнованным голосом спросила:

– Скажи, твой сын чем-то серьезно болен? Чем?  
Бедную маму в нервную дрожь от такого вопроса бросило:  
– Чем болен? Почему?.. Здоров был... А что случилось-то?  
– Как же здоров, – отвечала соседка, – если он за весь вечер на свадьбе не выпил ни капли спиртного?!  
Мы с Олегом расхохотались, снова вспомнив эту историю.  
– А мама, мама-то моя, ей отвечает: “Это еще надо посмотреть, кто из вас больной!” – залиvisto смеялся Олег...

*Ноябрь 1999 года*

Сегодня узнала, что уже год, как нет среди живых моего одноклассника Васи С. Трое детей остались без отца. Умер на рабочем месте. Уснул пьяный и не проснулся...

Открыла свой юношеский альбом, стала смотреть фотографии. Стоит Вася на школьном крыльце, смотрит на меня синими глазами, улыбается... Вся жизнь была впереди. Столько надежд!..

Ребята рассказывали, как уже в школьные годы перед танцами по бутылке вина на брата выпивали. Значит, тогда еще он на дорожку к своей ранней смерти встал. Да и не только он. Десяти человек наших уже в живых нет.

Витя Д. замерз пьяный. У Коли Р. не выдержало сердце от частых возлияний. Саша Л. утонул. Умница и красавец Толик К. умер от рака – к сожалению, тоже любил “веселую” жизнь...

Прости им, Господи, и помяни во Царствии Твоем!

*Май 1993 года*

Директор нашего института договорился о проведении в г. Великие Луки благотворительного сеанса психотерапии. В назначенный день туда поехала целая бригада специалистов. Но то, что нас ожидало, мы никак не могли предположить...

Вся площадь перед зданием, в котором должен был проходить прием, превратилась в живое, волнующееся, рокочущее море людей, желающих проникнуть в помещение. Милиция охраняла вход, стеклянная дверь которого уже превратилась в груды осколков. Вылечиться бесплатно желали, по меньшей мере, полторы тысячи человек!..

*17 апреля 2001 года*

...Провела благотворительный пасхальный сеанс для самых бедных, несчастных, спившихся бедолаг, которые никогда не найдут средств на лечение. Что теперь философствовать по поводу того, как они дошли до жизни такой и кто в этом виноват? Факт остается фактом: вот они, ходят рядом. А ведь тоже – дети Божьи...

Специального объявления на такой сеанс не делала: помню опыт Великих Лук. Но земля слухом полнится – больше сорока человек ждали меня возле церкви. Я еще издали увидела “своих”. Они резко отличались от обычных прихожан. Худые, посиневшие, грязные. У многих кровоподтеки на лице и руках. Старая несвежая одежда, сальные, немые волосы. Взгляд затравленный, исподлобья... Но ведь пришли! И в них теплится надежда на спасение...

Они послушно зашли вместе со мной в Храм и остановились в смущении: что делать, как себя вести – не знали. Мы с Ириной Сергеевной П. (церковным казначеем) надели на них крестики, объяснили, как креститься, как исповедоваться и причаститься Святых Христовых Тайн, если батюшка благословит...

Удивительно, но было в состоянии этих людей что-то детское. Они смотрели на батюшку с удивлением и восхищением. Слушали церковное пение, с любопытством задирая голову вверх, чтобы рассмотреть певчих. Трогательно шептали молитвы у образа Божьей Матери “Неупиваемая Чаша”. Читали подслеповатыми глазами список тяжких грехов и отходили от священника после исповеди притихшие, а кое-кто и со слезами на глазах...

Я, конечно, не тешу себя надеждой, что все они вдруг изменятся и перестанут пить. У всех разная готовность к новому образу жизни. И условия жизни разные. У кого-то еще есть родные и близкие, которые могут поддержать, а кому-то придется возвращаться в пустой дом. Если он еще имеется... И все-таки...

*Декабрь 2001 года*

...Зашла в кабинет цветущая дама и с порога начала меня благодарить. Я не сразу сообразила, что это женщина из тех, кто был на пасхальном сеансе. Когда она справку показала, все встало на свои места. Но я искренне удивлялась, слушая ее рассказ.

Оказывается, она давала зарок вместе с дочкой, потому что пили вдвоем. Дошли до того, что жили уже без света и отопления (отключили за неплату), питались топинамбуром (земляной грушей), выковыривая клубни из мерзлой земли, продали из дома все – до миски и тазика. А теперь жители деревни, из которой они родом, поверить своим глазам до сих пор не могут, что такое чудесное превращение из пьянчужек в нормальных людей возможно.

– Раньше у нас и хлеба на столе не было, а теперь мясо едим! – рассказывала женщина. Потом потупила глаза, покраснела и добавила: – Я же замуж вышла! Представляете? Муж переживает, чтобы не сорвалась, вот и попросил сходить к вам на закрепление...

Да... Пути Господни неисповедимы!

*Август 2004 года*

Привели ко мне на прием двадцатилетнего парня. Родители его с трудом продержали десять дней в трезвости. Пьет беспробудно. А к лечению не готов: ни малейшего желанья изменить свою жизнь. Матери грубил при мне так, что будто под ударами его слов и моя душа вся от боли сжалась в комочек. Куражился: подумаешь, что тут такого, если я две бутылки водки выпиваю? Нормально!

А лечился этот “нормальный” в свои 20 лет уже несколько раз. Мать его горемычную жаль... Молиться за сына надо, чтобы Господь открыл ему видение своего греха и дал покаяние. В покаянии – сила для борьбы! А пока сам не хочет быть трезвым – кто ему поможет?

*Март 2005 года*

Умерла Валя З., соседка по нашей старой квартире. Господи, упокой душу рабы Твоей! Прости ей все ее согрешения!

Не выдержала она переживаний за сына. Как начались судебные разбирательства из-за его пьяного хулиганства, так у нее давление и подскочило. Не успела до телефона дойти... А ведь всего-то 51 год прожила. Была обычной женщиной: труженица, хозяйка. Сына воспитывала одна, бывший муж спиртному был не чужд, а потом совсем совесть потерял: загулял. Валя гордой оказалась – не простила, выгнала. К пьянству относилась негативно (а кто к нему хорошо относится?), но умеренную выпивку считала допустимой, поэтому в доме по праздникам, а иногда и от тоски, бутылка занимала на столе почетное место. А рядом рос сын. Право на “умеренную” выпивку он усвоил прочно.

*Апрель 2005 года*

Валиного сына осудили на полтора года лишения свободы. Оказывается, он уже был судим условно. Тоже за хулиганство в пьяном состоянии. Теперь остался парень сиротой. Да еще и в смерти родной матери виновен. Боже мой, как страшно! Ведь заповедь есть: “Чти отца твоего и мать твою, да благо ти будет, и да долголетен будешь на земли”. А еще: “Не убий!” Что же будет с мальчиком? Впрочем, если откажется от пьянки, то все наладится...

Сейчас, в тюрьме, у него много времени для раздумий о смысле собственной жизни. Хоть и слаба надежда на исправление, но надо попросить адрес у его тетки и послать ему книги о трезвости, письмо написать...

*Декабрь 2007 года*

На приеме сегодня был пациент, который уже шесть лет не пьет. Рассказал, что почку одну из-за пьянки потерял. Доктор ему тогда сказал коротко: “Будешь пить – умрешь!”

– Вот и бросил я пьянствовать. С вашей помощью. Надеюсь, что на всю жизнь. Сколько мне Бог даст еще, не знаю, но пить больше не собираюсь.

Молодец, конечно. Только почку жалко. Если бы бросил пить раньше...

#### *Декабрь 2007 года*

Звонила, поздравляла с наступающим Новым годом друзей и одноклассников. Много лет не встречалась с Валей С., а недавно мне дали ее телефон. Как позвонила, так час целый проговорили. Хорошая она все-таки. Так по-доброму обо всех отзывается, так искренно радуется!

Не знала она, оказывается, что наш Гриша, одноклассник, уже профессор. Не знала и того, что я с ним вместе уже столько лет работаю.

Её семью алкоголизм тоже не обошёл: не сама, так дочка замуж за пьяницу вышла. Помучилась, помучилась и развелась. А младшая сестра у Вали, как выяснилось, умерла от пьянства. Давно уже. Молодая совсем была, но сердце не выдержало отравления. Так ведь и спилась совсем быстро: за полгода! Хотя чему я удивляюсь? Нет в женском организме гена защиты от алкоголя. Совсем нет!

#### *Январь 2007 года*

– Неужели ты на Новый год даже шампанского не выпила? – удивленно спрашивает меня сегодня соседка из организации, в которой мы арендуем помещение. А сама от боли морщится, за голову держится и рассказывает, что одной из ее коллег грозит увольнение: на работу выйти не смогла – в запое.

Да, интересно, и чего это я на Новый год совсем ничего не пила, и вообще хмельных напитков не употребляю? Работаю, голова не болит, никто не выгоняет, уважают даже...

Дети устроили нам настоящий новогодний концерт. Сами придумали сценарий, сделали костюмы и пригласили всех родственников в дом к бабушке Зое. Там у них и репетиции проходили, там и представление дали. Дашенька сразу несколько ролей играла, а Данник и Паша еще стихи читали. Столько было радости и веселья для всех! Потом пили чай с конфетами и пирогами, которые Дед Мороз принес...

#### *Октябрь 2006 года*

Сегодня такая погода была! Солнце появилось неожиданно, разогнав облака. А его лучи так щедро осветили поля и лес на закате дня, что все краски вдруг посвежели и засияли. Кусты мне показались разноцветными пушистыми помпонами, как на детской шапочке. Зеленый цвет леса заиграл такими разнообразными оттенками, что я чуть не задохнулась от восторга, глядя на эти солнечные художества. Ну почему я не умею рисовать?!

Как-то прочитала у Нодара Думбадзе, что “художник и скульптор – это те самые люди, которым больше всего завидуют писатели”. А еще он очень хорошо сказал, что “человечество уподобилось бы рано осиротевшему младенцу, если бы не было на свете искусства живописи”. Нет, все-таки куплю краски, кисти и попробую... Когда-нибудь...

Дома позвонила Владимиру Алексеевичу Саража, мужу моей крестной, и рассказала ему о красоте, которую посчастливилось увидеть. Он-то – художник, он меня поймет...

Даровал Бог ему талант радовать людей. Ведь как рисует этот самоучка! Выставки, музеи, газеты, телевидение – все было в его жизни. А могло бы и не быть...

Сколько же это времени прошло с тех пор, как он бросил пить? Если не ошибаюсь, лет двадцать семь. Вот это характер! Вот это сила воли! Пил-то он “серьезно” – вспоминать даже страшно... И вся помощь ему в то время была – капельница с витаминами и глюкозой. Года три мучился от приступов тяги, но терпел. Перестал ходить на “пьяные” мероприятия, увлекся рыбалкой и, конечно, вернулся к своему любимому делу – живописи. Рисую, он обо всем забывал...

А теперь (крестная рассказывала) делает Алексеевич что-нибудь по хозяйству и ругает сам себя, как будто другого человека: “Руки тебе, пьянице, оторвать надо было! Что ты тут с пьяных глаз натворил? Как мне теперь переставать? У-у-у! Только в рюмку и смотрел...”

Галина Егоровна, жена его, тоже очень мудрая женщина. Мало того, что Володю своего у Господа вымаливала (даже тогда, когда Бог в нашей стране был “отменен”), она еще сама вместе с ним перестала алкоголь употреблять. Совсем! Так что на двоих у них уже пятьдесят четыре года трезвости получается.

Это с ее легкой руки (хороший пример тоже заразителен!) и я навсегда отказалась от рюмки...

*13 апреля 1998 года*

Завтра вместе с друзьями, вместе с сыном я лечу на Святую землю, в Иерусалим. На Пасху. К Гробу Господню! На Благодатный Огонь!

А сегодня Лиля Вацлавовна, наш доктор из Калининграда, рассказала мне потрясающую историю из своей практики. Накануне поездки эта история приобрела какую-то особенную, мистическую интонацию.

К ней на прием пришла пациентка, которая успешно прекратила пить три года назад и теперь хотела получить помощь, чтобы продлить срок своего заработка. Очереди не было, и женщина не торопясь поделилась своим сокровенным.

До обращения к психотерапевту Елена пила уже так много, что перестала ходить на работу, ничем не интересовалась, совсем опустилась. Но когда в семье сына появился ребенок, она все-таки пришла его навестить. Открыл сын. Но увидев пьяную мать, он захлопнул дверь. Ничего не понимая, Елена возмущенно забарабанила в дверь.

Но в ответ услышала:

– У меня больше нет матери... И такая бабушка не нужна моему ребенку... Пусть лучше у него совсем не будет бабушки, чем такая пьяница...

Эти слова настолько потрясли Елену, что хмель как рукой сняло. Она села перед дверью на колени и заплакала-заголосила:

– Сыночек, прости! Помоги мне... Я хочу бросить пить, но не могу. Не знаю как. Не знаю где. Прошу, по-мо-ги-и!

Сын привел ее к Лиле Вацлавовне...

До планового сеанса целебного зарока оставалось десять дней и ночей. Их требовалось провести в трезвости. Но как, если без спиртного Елена не могла прожить и двенадцати часов? Денег на капельницы у нее не было. Просить у сына она не хотела: хватит того, что он обещал оплатить лечение.

И тогда женщина вспомнила, что доктор советовала ей: “Молитесь, просите, и дастся вам!”

Рука потянулась ко лбу, непривычным движением Елена неуверенно перекрестилась. Нательного крестика, икон у нее, конечно, не было. Откуда им было взяться? Тогда женщина встала на колени в своей комнате с пустыми стенами и... заплакала. Плакала и просила Господа, как могла, как умела: “Дай мне, Боже, силы десять дней выдержать, не пить этой водки проклятой! А потом доктор поможет... Ой, прости меня, грешную! Что же я натворила с жизнью, которую Ты мне дал?...”

Три дня Елена жила трезвая. Стала порядок в доме наводить. Повеселела. А ночью вдруг приснилось ей пьяное застолье, да так явственно, что проснулась она, а рот полон слюны. И такая тяга, что голова ничего не соображает, затмение какое-то наступило.

Вскочила Елена с постели, ноги в сапоги засунула, пальто набросила и к двери – за бутылкой бежать. Но у самого порога кто-то как ударит ее по спине! Закачалась женщина и обернулась посмотреть, кто же это посмел?

Пусто в комнате. А взгляд чей-то прямо в душу ей смотрит. Подняла глаза выше – быть этого не может! Икона... Большая, красивая, в дорогом окладе висит в красном углу. На ней лик какого-то святого, и он такими добрыми, любящими глазами на Елену смотрит, но в то же время хмурится, словно сердится. Страшно стало, так страшно, что бросилась женщина на кровать, головой под подушку зарылась и... уснула.

Трижды являлась Елене икона, всякий раз останавливая ее на пороге квартиры.

Наступил десятый день. Перед сеансом психокоррекции Лиля Вацлавовна пригласила пациентов зайти в Храм, зажечь свечи, заказать молебен о здравии. К ней подошел мужчина и попросил показать икону святого великомученика и целителя Пантелеймона. Когда Елена увидела образ, то едва удержалась на ногах: это была “ее” икона! Та, которая являлась, чтобы спасти...

Только через три года отважилась Елена поведать об этом чуде...

Рассказанная Лилей Вацлавовной история так потрясла меня, что, несмотря на прошедший беспокойный день, я долго не могла уснуть. Все думала и думала... и читала Евангелие. Там есть ответы на все вопросы. В том числе



и на тот, который мучил меня: почему Господь совершил чудо в отношении падшей, забывшей Бога женщины? Вот этот ответ:

“... Не здоровые имеют нужду во враче, но больные; Я пришел призвать не праведников, а грешников к покаянию” (Ев. от Луки, гл. 5, стих 31–32).

*Март 2005 года*

Пригласили в школу прочитать лекцию детям пятых классов. Им по 10–11 лет – маленькие еще. Решила взять с собой рукопись “Сказки про Женю и Зеленого Змея”. Надо было в доступной и занимательной форме донести до ребят самое главное: пить спиртные напитки нельзя совсем, нельзя их пробовать! Та огромная генетическая предрасположенность, которая уже передана им родителями и бабушками с дедушками, “умеренно и культурно” употреблявшими алкоголь по праздникам, “как все”, может привести к быстрому развитию болезни.

Учителей вызвали к директору на какое-то срочное совещание, и меня оставили с детьми один на один. Уходя, “классные” очень волновались, что их непоседы сорвут наше мероприятие своим поведением. И напрасно. Дети слушали с таким вниманием, что даже когда зазвенел звонок на перемену, не шелохнулись. А потом окружили меня и, смущаясь, на ушко, зашептали о своих проблемах...

У меня сердце разрывалось, когда я слушала их детские трагедии:

– Наталья Викторовна, а мой папа каждый день пьяный приходит! – На глазах у девочки появились слезинки. – Что мне делать?

– А мой брат все время пиво пьет. Он уже алкоголик?

– Мама просит, просит папу, чтобы он бросил пить, а папа только ругается... Мама потом плачет, а мне страшно... Скажите, как моего папу вылечить?

– Если я уже пиво попробовал, значит, теперь заболею? – спрашивает худенький бледный мальчик.

– Кто же тебе дал пиво пить? – спрашиваю его я.

– Папа. Он сказал: “Пей, будешь настоящим мужиком!”

Я слушала, гладила их по головкам и думала: если бы родители могли видеть сейчас глаза своих маленьких детей, если бы они слышали их дрожащие голоса!..

Наверно, поздно читать лекции в пятом классе. Надо – в первом! Детям вместе с их родителями. А вообще, хорошо бы ввести знания о трезвости в “Программу воспитания в детском саду”. Чтобы малыши, готовясь к взрослой жизни и играя “в семью”, не чокались бы рюмками, наполненными воображаемыми спиртными напитками... Только кто же это сделает?

*22 октября 1995 года*

Вернулась из Петербурга, где принимала участие в работе Второго международного съезда практических деятелей по борьбе за народную трезвость “Россия: трезвый путь”. Организационный комитет возглавил академик АМН РФ Федор Григорьевич Углов, а инициатором этого мероприятия был наш институт МИРВЧ во главе с Григорием Григорьевым. Замечательное событие! Первый съезд ведь проходил в 1910 году. А в 1914-м в стране был объявлен “сухой” закон. Газеты ликовали, отмечая положительные изменения в жизни общества. До 1925 года Россия была непьющей! Ллойд Джордж дал этому событию такую оценку: “Самый величественный акт национального героизма, какой я только знаю!”

Среди участников съезда было много священников. Я встретила там отца Анатолия Ефименкова из Успенского собора в Смоленске. Слава Богу, он помнит нас и молится. Я тоже никогда не забуду о нашей совместной работе в Смоленской епархии по исцелению страждущих от пьянства. Жаль, что идея владыки Кирилла создать специальный отдел в епархии так и не реализовалась. Он тогда сказал: “Время еще не пришло!”

Но я благодарю Бога, что имела возможность благословляться у владыки, беседовать с ним, молиться у чудотворной смоленской иконы Одигитрии.

Попросила батюшку передать поклон настоятелю Храма святых Петра и Павла, священнику Владиславу, у которого глаза так лучатся добротой, что кажется, будто от него свет исходит. Он ученик и чадо отца Василия Лесняка,

моего духовника (Царствие ему Небесное!). Так что было у кого учиться любви к Богу и людям...

На съезде мы почтили память батюшки Василия, продолжателя дела известного священника Александра Рождественского, основавшего в 1897 году Александро-Невское Братство Трезвости.

Батюшка Василий, как трудно теперь без тебя, без твоих советов и молитв! Ты не забудешь нас Там?..

Да, мне было так приятно узнать, что и белорусов на съезде было очень много! В основном это представители "Оптималистов". Они, кстати, активно выступали...

Привезла оттуда две замечательные книги. "Учебник трезвости" (Санкт-Петербург, 1913 г.) – для начальной и средней школы и "Школа трезвости" (Москва, 1914 г.) – для начальных училищ.

Я еще не успела прочитать полностью, но задачка одна меня очень впечатлила: "Хозяину, справлявшему новоселье, гости принесли в подарок бутылку коньяку и 2 бутылки сладкого вина. Зная, что яда – этилового спирта – в коньяке содержится 9/15, а в сладком вине 6/40, определите, сколько яду подарили хозяину гости?" Ей-Богу, здорово!..

#### *Июнь 1997 года*

...Ходила в магазин за продуктами. Ожидая своей очереди, наблюдала, как покупатель загружал в свою сумку бутылки с вином. Неожиданно заметила, что я сама при этом вся сжалась, как от боли, потому что представила, что не вино он домой понесет, а слезы... слезы своих детей, жены, матери...

#### *Май 2006 года*

...На последнем приеме были одни... женщины! Пьют наравне с мужчинами, а иногда даже больше. Пьют от проблем и просто от скуки. Пьют в компаниях и в одиночку. Пьют молодые и старые...

В 1913 году, когда проводилась перепись населения, выяснилось, что 95% женщин никогда не пробовали спиртного. Вино и женщина. Это сочетание рождало представление о гулящей девице где-нибудь в кабаке или в публичном доме...

Помню, бабушка всегда учила меня:

– Никогда не пей! Кто ж тогда на тебя посмотрит? Кому же ты будешь нужна? Ты же – девушка, женщина, мать будущая! А если пристают, заставляют выпить, так сделай вид: поднеси к губам, а потом слей из рюмки куда-нибудь незаметно...

Я еще тогда думала: "Куда же выливать, на пол, что ли?" А потом решила: "Ну, видно будет, куда..."

Милая бабушка, какая же ты была мудрая, хоть и неграмотная! Спасибо тебе за всю твою науку. Господи, помяни рабу Божию Евдокию во Царствии Твоем!..

#### *Сентябрь 2006 года*

...Рано утром меня разбудил стук в дверь. Когда открыла, глазам своим не поверила! Дмитрий Григорьевич Л., мой пациент. Улыбается, сияет:

– Наталья Викторовна! Я специально крюк на машине в 200 км сделал, чтобы вам "здравствуйте!" сказать. Я действительно на одну минуту: меня там народ ожидает – ехать еще далеко... Ну вот, посмотрите на меня – жив, здоров, счастлив. Не пью уже пятнадцать лет. По святым местам паломничаю. Если бы не помощь Божья, может быть, и не выдержал бы всех жизненных испытаний... Ездил к старцу отцу Мирону. А за вас я все время молюсь. Вы для меня, как мама...

Мне даже неловко стало от таких слов. Пригласила его хоть чайку попить, но он не остался. Обещал потом позвонить и все новости рассказать...

#### *Ноябрь 1994 года*

...В издательстве "Отчина", при содействии Г. Григорьева, вышла небольшая книжечка глава "Исповедь алкоголика" новой книги Глеба Горбовского "Апостолы трезвости". Глеб Яковлевич рассказывает в ней о своем собственном пьянстве и о его преодолении. Далее он планирует написать о

нашем институте и трезвенниках, несущих трезвость другим людям. А сейчас мы дарим эту книгу нашим пациентам, на которых искренность и беспощадность к себе автора производит очень сильное впечатление.

Эпиграфом к этой главе Горбовский поставил слова покаянного канона: "...Якоже бо свинья лежит в калу, тако и аз греху служу: но Ты, Господи, исторгни мя от гнуса сего и даждь ми сердце творити заповеди Твоя".

*12 июля 2007 года*

У Лени К. день рождения. Пригласил нас к себе на дачу, на шашлыки. Как хорошо было разговестись после Петровского поста и расслабиться на природе, среди цветов, у костра! У Вали, Лениной жены, растет такой великолепный душистый табак! Он обрамляет газон. Журчит фонтанчик в маленьком искусственном водоеме. Благодарь...

Собрались все родственники. За вкусным ужином и ароматным травяным чаем стали вспоминать прошлое. Все-таки Лене ни много ни мало – 58 лет. Многогранный, талантливый человек: физик, педагог, психолог, автор учебников, музыкант, композитор... В свое время был большим проказником, а теперь – уважаемый человек. Слушая рассказы о его похождениях в молодости, мы хохотали до боли в животе...

В июле комары уже так не донимают. А вечер выдался тихий, безветренный, поэтому расходиться совсем не хотелось. Леня стал тихонько напевать любимую бабушкину "Что стоишь, качаясь, тонкая рябина...". Гости к нему присоединились. Молодежь отправилась гулять на берег озера...

Я смотрела на них и думала: какие же мы счастливые, каким сокровищем обладаем – умеем радоваться жизни без спиртного на столе! Леня и Валя не употребляют "культурно и умеренно" двадцать три года. Моя мама – двадцать пять. Двоюродные: брат Сережа и сестры Таня с Марией – тоже приближаются к двадцатке. А тетя Галя уже 28 лет как забыла вкус этанола. Но это "сокровище" мы добыли собственными руками...

*28 марта 2002 года*

... В третьем номере журнала "Красота и здоровье" прочитала статью об алкоголе. Автор – главный врач клиники психологической адаптации А. А. Магалиф. Материал страдает распространенной болезнью – пропагандой умеренных доз, что фактически является преступлением в наше время. Но и в такой статье можно найти что-нибудь полезное.

Автор сделал расчеты, какое количество водки находится в бутылке пива крепостью 5%. Получилось 60 мл, т. е. четверть стакана водки.

Пиво крепостью 8% адекватно 100 мл водки, а две бутылки – это стакан водки.

Почему от пива наступает состояние легкой пришибленности, отупения?

Дело в том, что в напитке содержатся моноамины, воздействующие на головной мозг. Среди них такое "милое" вещество, как *трупный яд* – кадаверин!

То, что пиво содержит аналоги женских половых гормонов, для меня не новость. Вот если бы и мужчины знали, что им от этого присутствия грозит ранняя импотенция (сейчас в нашей стране каждый третий из мужской части населения становится импотентом к сорока годам), а женщинам было известно, что они могут стать бесплодными и что для них риск заболеть раком груди повышается почти на 50%, то, наверное, почитателей этого зелья стало бы меньше...

*Июнь 2004 года*

... Забегал Саша, попросил посмотреть в документах, когда заканчивается срок его зорока:

– Может быть, мне давно надо продлевать, а я не помню! – объяснил он свою просьбу.

Я пообещала посмотреть, а сама подумала: "Счастливые часов не наблюдают!" Если бы было плохо жить трезвой жизнью, так, наверно, дни бы считал, не только годы...

*Октябрь 2002 года*

... Петр I придумал самый эффективный способ борьбы с пьянством. Хотя он же сначала это пьянство распространил на Руси. В Питере, в Кунстка-

мере, хранится многофунтовая “Медаль за пьянство”. Эта награда закреплялась железным обручем вокруг шеи осужденного, острыми краями упираясь в грудь и живот. С таким украшением надо было жить иногда до одного года! Есть, спать, работать, ходить в баню...

Снималась медаль с пьяницы только после дачи им церковного зарока — не пить никогда. История не знала случая повторного награждения...

*5 октября 2007 года*

... В газете “Республика” помещено интервью с начальником Главного управления милиции общественной безопасности генерал-майором В. Филисовичем.

Он сообщает, что в этом году в ЛТП уже изолировано 3244 алкоголика. Генерал утверждает, будто бы каждый восьмой бросает пить после принудительного лечения. А вот в “Витьбичах” была недавно интереснейшая статья журналистки, которая вместе с очередным “этапом” съездила на “экскурсию” в ЛТП. По ее словам, начальник этого заведения признался, что за 13 лет работы он знает только одного человека, который перестал пить. Это нынешний дьякон храма, построенного на территории ЛТП. Несколько лет назад его за пьянку направили в лечебно-трудовой профилакторий. Участвуя в строительстве церкви, молодой человек обрел веру в Бога. Потом остался служить. Не пьет уже пять лет. Мечтает построить приют для тех, кому некуда возвращаться...

*Ноябрь 2007 года*

... Одноклассники моей дочери уже недосчитываются друзей в своих рядах. Пять человек, пять чьих-то деток, которым не было и тридцати, больше никогда не придут домой, не засмеются, не состарятся... Один застрелился, будучи пьяным, другой попал под машину, третий погиб от наркотиков...

А у Сережки друг детства (в одну группу в детском саду ходили) недавно разбился на машине. В крови обнаружен алкоголь...

Так разве стоит право на “умеренную выпивку” этих и еще тысяч других жизней?!

*Январь 2006 года*

... Проводила психологические исследования. Результаты тестирования полностью подтвердили наши наблюдения: после беседы резко меняется состояние пациентов. Уменьшается агрессивность, раздражительность, повышается коммуникабельность, появляются радость и желание делать добро, крепнет решительность, направленная на преодоление болезни...

*Февраль 2007 года*

... Бывший пациент рассказал, что в ответ на его уговоры пойти лечиться от алкоголизма родственник отрезал: “Ты что? Да я без нее, без водки, жить не могу! С ней и помру”...

*5 марта 2007 года*

На приеме отец шестерых детей радостно делится:

— Спасибо! Без вас уже бы лежал в могиле... А теперь новую работу получил. Квартиру кооперативную по льготному кредиту построил. На сорок лет... Но ничего — выплачу. Главное, что не пью теперь! А что, Наталья Викторовна, вокруг делается! Я, когда работал в колхозе, думал, что это только в деревне такая пьянка. У нас сварщик, бывало, пока не тяпнет, не может работать: руки трясутся. Сейчас работаю на стройке! Тоже много пьющих. И ко мне пристают, предлагая выпить. Вы меня простите, но ведь бывает, хоть в морду бей, чтобы отвязались... Поэтому закрепиться пришел.

... Молодая женщина, очень приятная, ухоженная, со вкусом одетая.

— Держусь, Наталья Викторовна, не пью! Недавно у хозяйки нашей был день рождения — хочешь не хочешь, а идти надо. Я все время свою рюмку прятала за ананас. Так ведь увидели: “Почему не пьешь?”

Хозяин вчера обещал: “На 8 Марта вам ящик шампанского куплю!”

— Тогда я заявление на увольнение напишу! — отвечаю.

И вообще заявила им, что эти их пьянки прекращу.

... Пожилой мужчина. Он уже много лет не пьет и не курит. Делится своей бедой:

– Невестка день рождения праздновала. Смотрю, а она сыну, внуку моему, которому всего 2 года и 7 месяцев, наливает в стакан вина: “На, выпей!” Я закричал:

– Ты соображаешь, что делаешь?!

Отвечает спокойно:

– А что тут такого? Это же сухое французское вино!

*18 июня 2007 года*

... В магазине увидела Васю К.. Постарел, почернел, осунулся... Вид ужасный! Просто не жилец... От людей в страхе шарахается, говорит невпопад. Неужели алкогольный психоз развился?

А жена его, Валентина, выглядит очень хорошо, молодо. Я вообще заметила, что пьющие мужья моих ровесниц постарели как-то очень быстро и рано...

*12 ноября 2007 года*

... Умер Вася К. Стало плохо с сердцем на работе. “Скорая” не успела приехать...

*14 июня 2007 года*

Бывший пациент (не пьет лет десять) привез на прием своего 29-летнего сына. Вот она, наследственная предрасположенность... Кстати, по поводу генов.

У меня на глазах разыгралась трагедия. Сначала мои соседи по старой квартире умерли. Клава была женщиной приветливой, общительной, а муж (Петровичем его все звали) сильно пил. Я его трезвым и не помню. Клава стала вместе с ним за столом засиживаться с благим намерением: чтобы ему меньше досталось. В результате заработала цирроз печени и умерла.

Через полгода умер Петрович. Еще через год ушел из жизни их единственный тридцатилетний сын Володя. Он успел пропить родительскую квартиру. Последний месяц так пьянствовал, что уже не мог подняться с постели. Пил, не закусывая. Наступила дистрофия...

Жена его, красавица, прожила после этого года три. И хотя пыталась бросить пить, но надолго ее не хватало. К слову, мама у Инны тоже алкоголичка, сестра покончила жизнь самоубийством.

Сын по решению суда воспитывался в интернате. Сейчас живет в квартире, оставшейся от родителей. Пьет...

Не зря Церковь учит: семь проклятых поколений после одного пьяницы! Чтобы это проклятие снять, нужна трезвость, правда об алкоголе и покаяние...

\* \* \*

... Из Минска ехала все тем же брестским поездом. Со мной вместе ехали Светины детишки. Я не успела приготовить им что-нибудь покушать в дороге – пришлось идти в вагон-ресторан. Там было немногочленно: молодая женщина заказала себе бокал сухого вина да пожилой мужчина изучал меню. Администратор оказалась разговорчивой. Пока я ожидала свои бутерброды, она успела мне сообщить, что прибыльной для ресторана бывает обычно поездка из Питера в Брест. Возвращаются белорусы с заработков и так пьют, что “дым коромыслом стоит”. За вечер выручка миллиона на четыре получается...