



## **St John's Church News No 34: March 2012**

**ЦЕРКОВЬ СВТ. ИОАННА ШАНХАЙСКОГО  
ST JOHN'S RUSSIAN ORTHODOX CHURCH  
Military Road, Colchester, Essex CO1 2AN**

His Holiness Kyrill, Patriarch of Moscow and All the Russias  
Most Rev. Metropolitan Hilarion, First Hierarch of ROCOR  
Very Rev. Mark, Archbp of Berlin, Germany and Great Britain

For this newsletter in electronic form: [www.orthodoxengland.org.uk/zchurchnews.htm](http://www.orthodoxengland.org.uk/zchurchnews.htm)

### **Confession and Contact / Исповедь**

We follow the universal practice of the Orthodox Church, whereby members of the Orthodox Church may take communion after confession. For confessions, baptisms, weddings, house and car blessings etc: о. Андрей / Fr Andrew: **T:** 01394 273820 / **E:** [frandrew\\_anglorus@yahoo.co.uk](mailto:frandrew_anglorus@yahoo.co.uk) / **W:** [www.orthodoxengland.org.uk](http://www.orthodoxengland.org.uk).

**Facebook:** [Christian Orthodox group in Colchester.](#)

**Русская Школа / Russian School:** Lyudmila Pavlova: Tel: 07518 842319 / [plyudmyla@googlemail.com](mailto:plyudmyla@googlemail.com)

**Сторож / Caretaker:** Paul Hopkins, 69, Military Road

### **Расписание богослужений / Services in March**

#### **Saturday 3 March**

5.30 pm: Vigil / Всенощное бдение

#### **Sunday 4 March: Торжество Православия / The Triumph of Orthodoxy**

10.00 Hours and Liturgy followed by a short service of intercession and procession with the holy icons / Часы и Божественная литургия с кратким молебном и крестным ходом ссв. иконами

#### **Saturday 10 March**

5.30 pm: Vigil / Всенощное бдение

#### **Sunday 11 March: Память свт. Григория Паламы / Sunday of St Gregory Palamas**

10.00 am: Hours and Divine Liturgy / Часы и Божественная литургия

**Saturday 17 March**

5.30 pm: Vigil / Всенощное бдение

**Sunday 18 March: Крестопоклонная неделя / Sunday of the Cross**

10.00 am: Hours and Divine Liturgy / Часы и Божественная литургия

**Saturday 24 March**

No Vigil – Service of Unction at 2.00 pm with Archbishop Mark at the London Church, 57 Harvard Road, London W4 4ED. All are invited. / Всенощной не будет – все приглашаются на соборование в 2.00 в Лондонский собор, где будет служить архиепископ Марк.

**Sunday 25 March: память преп. Иоанна Лествичника / Sunday of St John of the**

**Ladder:** 10.00 am: Hours and Divine Liturgy Часы и Божественная литургия

**Saturday 31 March**

5.30 pm: Vigil / Всенощное бдение

**Dates for Your Diary / Важные Даты на 2012**

**Easter: Sunday 15 April**

**Пасха: Воскресенье 15 апреля**

**Patronal Feast: Saturday 30 June**

**Престольный праздник: Суббота 30 июня**

**Temptations during the fast are a substitute for spiritual life**

[www.pravmir.ru/iskusheniya-v-post—eto-zamena-podviga/](http://www.pravmir.ru/iskusheniya-v-post—eto-zamena-podviga/)

15 February 2010 • Archpriest Valerian Krechetov

*Archpriest Valerian Krechetov, Rector of the Church of the Protecting Veil in the village of Akulovo speaks to the 'Pravmir' site about how we should spend the fast.*

## **Fr Valerian, how do we define how strict a fast is?**

There are three generally recognised levels of fasting. The least strict fasting day is when meat and dairy produce of animal origin are not allowed, but fish, seafood, vegetables and vegetable oil are. The second level is stricter, no fish is allowed, but vegetables and vegetable oil are allowed. The third level which is even stricter allows vegetables without vegetable oil. Apart from this there are also days, especially in the Great Fast (Lent), when we do not eat anything at all.

The Church calendar indicates how strict the fast is. There is the Great Fast, then the Dormition Fast, then the Nativity Fast, then the Apostles' Fast.

The strict fasts are the, the fast before Easter and the Dormition Fast. The culmination of the Great Fast is Passion Week (Holy Week), when we recall the Saviour's sufferings on the Cross. Of course after this we celebrate the Resurrection of Christ, Easter, but this is preceded by those days of sorrow. The Dormition is also the sad parting with the Mother of God. Although we say that 'in the Dormition thou, O Birthgiver of God, didst not leave the world', even so the Mother of God did visibly leave us for heaven. Thus, sad events are naturally preceded by a strict fast. On Great Friday in Passion Week we are not supposed to eat anything at all.

How strictly we fast during the week depends on the day: Fridays and Wednesdays stand out in particular and during a fast we can add Mondays to these because Mondays are dedicated to the Bodiless Heavenly Hosts. On Mondays, Wednesdays and Fridays in the fasts we eat only vegetables without vegetable oil, but on the other days vegetables with oil. On Saturdays and Sundays of the smaller fasts – the Nativity and the Apostles' Fasts – fish is allowed. On feasts during the fasts we are allowed to drop a level, that is, oil is allowed together with vegetables and if oil was already allowed, then fish is allowed. If one of the Twelve Great Feasts (for example the Transfiguration in the Dormition Fast and the Annunciation in the Great Fast, providing it does not fall in Passion Week) occurs, we are allowed to skip another level – so we can go from great strictness to eating fish.

So it is all very simple. In the Great and Dormition Fasts there are five weekdays without vegetable oil, Saturdays and Sundays have vegetable oil. In the Nativity and Apostles' Fasts there are three days without oil, Tuesdays and Thursdays are with oil and Saturdays and Sundays are with fish.

But you know when you fast, you get used to everything. It's not complicated. It's simply a habit. Sometimes people start asking and criticising: 'But does what you eat really matter?' It is precisely because they are against fasting that they say that 'it doesn't matter'.

Fasting is the simplest form of training in self-control and in this way it is especially helpful for children. For instance, children see something tasty and they immediately want to put into their mouths. But that's wrong. Fasting is very important for the way we bring up our children. Myself, I grew up in an Orthodox family and I know the importance of this principle of self-control from my own children.

They say: ‘The Church thought up fasting’. All such ideas simply come from ignorance. The first commandment – given to human beings in paradise – is the commandment of fasting. But the fasting appointed for the first human-beings was so easy! You can eat everything, only do not eat the fruit from one tree (not even from one sort of tree, but from one particular tree!). This was in a way a fast. And what is fasting? It is obedience.



Archpriest Valerian Krechetov. Photo ‘Neskuchny Sad’ journal

Why do parents stop their children from eating whenever they want? First of all, because it spoils their appetite and secondly because if you want something and you get it at once, it means that you have pandered to your immediate desires. And it is wrong to live like that. You did it because you wanted to? This is the way people start stealing, all sins start with this ‘because I wanted to’.

Sometimes the ‘you mustn’t do this’ does not mean always; perhaps now you mustn’t, but later you can. Wait for dinner and then you will have everything.

**Today’s city-dweller, who is used to restaurants and ready-made meals, may reply that it is harder for him to fast because he has not got the time to rush around the shops looking for fasting food and nowadays it is hard to find good, healthy food.**

No, that’s just an excuse. It’s all a question of habit. You can adapt if you really want to. It’s a different matter if you have to eat something because those are the circumstances you are in. What can you do? If you’ve eaten it, you’ve eaten it. We should not say anything bad, but we still do. Ask God’s forgiveness. You have to keep it simple.

**Sometimes, because they have read it in the Holy Fathers, people who have been invited somewhere do not refuse non-fasting food because they ‘do not want to offend their hosts’, ‘from humility’, because they remember that there was ‘an elder’ who had been invited somewhere and ate something he should not have so that he would not offend his host.**

Even when I had just started serving as a priest and I was invited somewhere and was offered non-fasting food, I would simply answer that I would not eat something because I was fasting.

## **Does this mean that you can tell everyone about your fasting?**

Not only you can, but you should. This is because people may simply not know about this. It's a different matter when people begin to say to themselves: 'Does it really matter?' So if it doesn't really matter, eat fasting food.

One contemporary Greek ascetic says this: 'Try and do what you have to do. It is not your business if this is a problem for someone else'. You say you are struggling against vanity, but then you go and stuff yourself. So, you've been given a piece of meat, you've eaten it, but don't take a second. Otherwise people will justify themselves: 'It doesn't matter, I've already broken the fast anyway'.

Yes, it's true, in my own time, when I was a student, like others, I did not cook and used to eat at the canteen. There, as you can understand, there was a set menu. I would have some vegetables and if a little bit of meat was in with them, I wasn't too bothered.

The main thing is to want to fast, the desire to do it, and as to how you'll manage, the Lord will decide. Of course, it's a different matter if you are ill, although, as you can understand, we often make illness into just another justification.

## **Apart from abstinence from food during the fast, we should be praying harder. What should we do if there just is not time to read the Psalter or akathists?**

There is one remarkable prayer rule which virtually no-one seems to know about, this is the Jesus Prayer. I even had the idea of giving out a piece of paper with this rule on to drivers, so they did not curse in traffic jams, but read the Jesus Prayer instead. 300 prayers, let's say, instead of Vespers, 500 instead of Matins, 100 instead of an akathist...

Prayer, real prayer, is a state of grace. At least it consoles your feelings. And it helps. You start praying and the situation changes.

Recently I was told of the following case. The traffic police had stopped a car in a town, checked the papers, everything was OK, the driver could go. All of a sudden the car wouldn't start. No-one could make anything out, there was nothing wrong, the car needed to leave straightaway, it was outside government offices where you weren't even allowed to stop. What could they do? They began to read the akathist to the Archangel Michael. Soon a man drove up with a breakdown truck on which the word 'Angel' was written. The driver was called Michael. He helped the car out. So you see, prayer helps in very concrete ways, let alone the fact that it's a spiritual comfort and strength.

Usually we read the whole Psalter once a week at Church services. During the Great Fast we read it twice a week. So we pray harder.

During the Great Fast we read the prayer of St Ephraim the Syrian, 'O Lord and Master of my life...'

We are told to 'Pray unceasingly' (I Thess. 5, 17). So it is not only during the fasts that we should pray, but all the time. But during fasts, when we pray harder, you begin to feel a change in the state of your soul. Fasting calms your feelings. This is especially noticeable during the Great Fast. The whole structure of prayer and services clearly shows this, which is why this fast is stronger and more effective.

**People often say: 'The fast has begun, expect temptations'. Arguments start with those close to us and so on.**

Yes, this does happen. It is even to be expected. At the start, in the middle and at the end of fasts there are temptations. Are we just to expect them? Well, if they come, they come. But maybe they won't come.

Usually temptations are a substitute for spiritual life, which is deepened by fasting. If you take the feat of fasting on yourself, then you take that path, if not, then you are given temptations.

The thing is that when you give yourself up to God's will, you accept this as a natural part of fasting. You are ready. But there is another element to this. The enemy will try and catch you unawares. So you must be careful not to let your guard down and be negligent.

**...and expect peace and humility from others.**

A wise person once said: 'We are not asked to demand love from others, but we are asked to love others'.

**One of the typical temptations during fasts is arguments about whether or not to keep secular celebrations during them.**

Of course, secular celebrations are an interesting case. There is the Church calendar and there is the earthly, secular calendar, whose celebrations are strangely enough often in opposition to Church feasts. The New Year coincides with St Boniface's Day. International Women's Day, 8 March, falls either on the eve of or on the feast of the Finding of the Head of St John the Baptist, who was executed at the whim of a depraved woman, whose dancing had pleased the king. To call that day a woman's holiday is to mock women, because that was the day of prostitutes. To make that into a day for women is to spit at women - and then to celebrate it during the Great Fast...

**Father, what advice would you give on how to keep the fast correctly?**

During the fast you must try and get close to the Church rules for fasting. If you have not managed today, try and do it the next day. We have to work towards this.

Those who have kept the fast have twice the joy after it: spiritual and physical. Even, the different levels – without oil, with oil, with fish – are such a joy. Even adults are joyful. When you start fasting, your life becomes varied. It is because our life is gray that some go and start taking drugs and go to other extremes in search of some sort of excitement.

Another thing. Why do people so often overdo things? Because they immediately go to extremes and then they get dizzy and so on. You mustn't do that. Start gradually, find what suits you. You have to approach fasting one step at a time.

When the future Abba Dositheus went to Abba Dorotheus and said that he wanted to be a monk, the latter objected: 'You won't be able to do it'. Dositheus began to argue: 'I will'. They prayed and went to eat. They had just sat down and it was already time to leave. Dositheus asked:

'Shall we eat?'

'But we've already eaten'.

What do you mean, already eaten? That was just starters!'

I told you already, you won't be able to. All right, you can eat, but don't overeat. Divide up your



usual amount into eight parts, eat seven parts, but leave the eighth. After a while when Dositheus had got used to eating  $7/8$  of his usual amount, Abba Dorotheus told him to take away another  $1/8$ . So, with time, he reduced his food to  $1/8$  of the usual amount. The story does not tell us how long it took them to reach this point. So in fasting it is very important to go step by step.

## **Как бросить пить?**

Этот вопрос неизбежно встает перед каждым человеком, который попадает в алкогольную зависимость, и кто-то раньше, кто-то позже начинает задумываться о том, что так дальше жить нельзя, что нужно что-то делать. Почти каждый алкоголик представляет страшные

последствия алкоголизма или, по крайней мере, догадывается о них: кто-то уже ощутил их на себе, другие видели, что стало с их друзьями и знакомыми. Но, к сожалению, не все знают, как начать бороться с этой страстью.

Священнику часто задают вопрос люди, страждущие недугом пьянства: «Батюшка, как бросить пить?» И мне хочется не просто указать на рекомендации общего плана, вроде: молись, постись и поезжай в Серпухов, к иконе Божией Матери «Неупиваемая Чаша», но и рассказать немного о механизме воздействия страсти винопития на душу человека, о духовной борьбе с ней, а также дать несколько практических советов, проверенных опытом многих людей.

Алкоголизм – не просто болезнь, не просто вредная привычка. Это сильнейшая духовно-телесная зависимость, одна из восьми человеческих страстей. Коренится это заболевание вовсе не в теле человека – неприятные последствия алкогольной «ломки» проходят довольно быстро, – а в его душе. Алкоголик становится зависимым от тех ощущений, которые алкоголь производит в его душе, ему уже очень тяжело обходиться без них. Скажем больше: если человек не научится бороться со страстью в земной жизни, алкогольная зависимость будет мучить его вечно, а удовлетворить свою страсть в **той, иной** жизни он уже никак не сможет. Значит, побороть ее нужно здесь и сейчас.

## **Первые шаги**

Страсть винопития – это хроническая, укоренившаяся болезнь. Но даже запущенную болезнь можно вылечить. И лечится она не таблетками и уколами, а личной внутренней работой, подвигом самого больного. И главное, что для этого нужно, следующее:

### ***1. Осознание того, что вы больны страстью пьянства, зависимы от нее.***

Нужно осознать, что вы не можете себя контролировать, что уже не вы властвуете над страстью, а она над вами. Почти все пьющие люди до поры до времени находятся в опасной эйфории, убеждая себя: «Я в любой момент могу остановиться и перестать пить, у меня все под контролем. Страшные истории про спившихся, потерявших человеческий облик людей – не про меня, уж я-то никогда не попаду в такое рабство». На самом деле алкоголь никого так просто не отпускает; получив зависимость, человек избавляется от нее с очень большим трудом. Известный питерский художник, основатель движения «митьков» Дмитрий Шагин, сам страдавший алкоголизмом и излечившийся, говорит: «Первый шаг – признать свое бессилие, признать, что ты потерял контроль над своей жизнью и ею правит алкоголь».

Также, осознав свою немощь, нужно понять, что с пьянством, как и со всякой страстью, можно справиться не нашими немощными силами, а только с помощью Божией. Если человек и добьется чего-то собственными усилиями, свяжет страсть на время, эффект будет непродолжительным, и вскоре страсть опять вернется. Почему? Потому что понадеялись только на свои силы, проявили гордыню, и диавол опять посмеялся над нами.

### ***2. Решимость вести постоянную борьбу с пьянством.***



Победить застарелую страсть очень непросто, но – с помощью Божией – можно. Только для этого нужно не озираться назад, нужно верить в успех задуманного дела.

Любая страсть не только мучает человека, но доставляет и массу приятных ощущений, иначе никто бы не попал в ее плен. Это очень мешает в борьбе с зависимостью. Человеку весьма тяжело бывает отказаться от приятности греха. Он сродняется с ним, и ему гораздо легче жить со страстью, чем встать на беспощадную борьбу с ней. Большинство алкоголиков прекрасно понимают, что алкоголь губит их, но твердой решимости встать на путь борьбы со своей страстью не имеют. Получается, что «и хочется (бросить пить), и колется». Человек думает: ну как же я буду жить без милых мне, привычных «радостей жизни»? И бесы начинают внушать помыслы: все равно ничего не получится, лучше даже не пробовать, а жить, как и прежде, «не шатко не валко». Вот для чего нужна решимость – чтобы преодолеть плен страсти, лень и прочие искушения. Очень многие люди, бросившие пить, рассказывали, что настоящая, полноценная и счастливая жизнь у них начиналась как раз после избавления от недуга, а до этого они не жили, а просто кое-как существовали, прозябали.

### ***3. Замена «радостей» винопития на подлинные радости.***

И алкоголь, и наркотики – это очень простой способ мгновенного получения радости, эйфории. Они помогают человеку уйти от проблем, отгородиться от них. И пока алкоголь или наркотик действуют в организме, человек имеет некий эрзац счастья. То, что он, может быть, не смог получить в жизни, к чему нужно прилагать много усилий, дается мгновенно. А чтобы получить настоящее, подлинное счастье, нужно немало потрудиться. Особенно часто человек становится алкоголиком или наркоманом, когда у него неблагополучно в семейной, личной жизни. Люди теряют смысл своего существования и заполняют внутреннюю пустоту алкоголем или наркотиками. Знаменитый австрийский психиатр В. Франкл говорил, что около 80% алкоголиков и 100% наркоманов – это люди, не нашедшие смысла в жизни или утратившие его, то есть испытывающие экзистенциальный вакуум, ощущающие бессмысленность существования. И правда, нет смысла лечить алкоголика, если после выхода из клиники он не будет знать, ради чего он не станет больше употреблять алкоголь. Тем же Франклом был разработан метод логотерапии, который помогает человеку найти и реализовать смысл своей жизни. Кстати, сам Франкл разработал этот метод не умозрительно, а руководствуясь личным, очень печальным опытом. Он перенес ужасные испытания: прошел во время войны концлагерь, потерял всю семью, но после этого нашел в себе силы жить и помогать другим людям.

Когда в Американском центре излечения наркоманов в Калифорнии применили метод логотерапии (с помощью которого пациенты обретали смысл жизни), удалось добиться 40-процентного излечения, в то время как традиционными методами излечивалось только 11% больных. Вот почему так высок процент устойчивой ремиссии в центрах лечения алкогольной и наркотической зависимости при храмах и монастырях. Ведь страждущим указывается подлинный смысл жизни – в Боге, в вере, в труде на благо Церкви и людей. Они каются в грехах (а без покаяния невозможно победить страсть), участвуют в таинствах, вместе молятся об исцелении.

Люди почти всегда пьют не от радости, не от хорошей жизни, а из-за больших, часто – внутренних, проблем: нет мира в душе и с близкими, плохо с работой, временно не трудоустроены, депрессия, часто вызванная каким-то горем. Все эти проблемы человек пытается решить с помощью выпивки и, конечно, не решает, а только усугубляет их, загоняет себя в тупик. Отсюда вывод: над проблемами, трудностями нужно работать, их нужно решать. Для верующего человека нет безвыходных ситуаций.

Решим проблемы, обретем новый смысл жизни – гораздо легче будет отказаться от алкоголя. Если человек твердо хочет бросить пить и работает над обретением настоящей радости – в вере, в молитвенном общении с Богом, в семье, в любви, в общении с близкими, помощи людям, в труде на пользу ближних, в любимом занятии, у него начинается совершенно новая жизнь, наполненная радостью и смыслом, и ему уже не захочется возвращаться к тем сомнительным утешениям, что давал ему алкоголь.

### **«Свято место пусто не бывает»**

С чего начать борьбу? С молитвы. Людей обычно очень пугает объем задуманной работы, они не верят, что смогут всю жизнь справляться с пьянством. Поэтому не строим далеких планов, а просто настраиваемся на ежедневную борьбу с грехом. День прошел без алкоголя – и слава Богу. Проснувшись утром, прочтя утреннее правило, будем от всей души молиться Богу (можно своими словами) об избавлении от винопития: «Господи, помоги этот день не пить, помоги справляться с мыслями о выпивке, укрепи мои немощные силы». Молясь так, мы, во-первых, просим у Бога помощи на грядущий день, а во-вторых, настраиваемся на жизнь без алкоголя. Так проходит день. На следующее утро опять молимся, опять готовимся прожить день без выпивки. Потом второй, третий, неделю, а дальше уже легче: приобретается навык борьбы с этим грехом. Самое главное – не забывать каждое утро начинать с этой молитвы, и Господь обязательно поможет.

Не нужно ставить себе каких-то временных рамок: не буду пить три месяца, год и т.д. Так человек не борется по-настоящему с зависимостью, а просто загоняет себя во временную психологическую тюрьму. Ждет, терпит определенный срок, свернув себя в «бараний рог», а потом снова срывается. Тут нужно понимать, что мы не просто «подшились» на годик или два, а вышли на тропу духовной войны со страстью, и эта брань будет длиться всю жизнь, но тяжелы только первые шаги, потом будет легче, появится навык, откроется новое, трезвое качество жизни. Человек может получить вредную привычку винопития, но точно так же может привыкнуть, если захочет, к нормальному, трезвому образу жизни. Главное помнить: свято место пусто не бывает. Если из души изгнан демон пьянства, значит душа должна быть заполнена чем-то другим. Для этого и необходима духовная жизнь: молитва, исповедь и причастие. Также начните регулярно читать акафист Богородице перед Ее иконой «Неупиваемая Чаша».

Один мой знакомый очень сильно пил в течение многих лет – почти всю свою сознательную жизнь. Пил запойно, с пьяными дебошами. Никто уже не верил, что он способен «завязать». В конце концов его выгнали с работы за пьянку, и это тяжелое обстоятельство заставило его о многом задуматься. Он бросил пить, начал исповедоваться и причащаться каждое воскресенье, стал часто ходить в церковь в будние дни, стал искать

другой смысл жизни. Начал помогать людям, стал больше общаться со своими уже взрослыми детьми, помогать им в воспитании внуков. Углубился в чтение книг и сам стал записывать свои размышления. Вот уже очень долгое время не пьет.

### **Можно ли кодироваться?**

Тут я хотел бы несколько слов сказать о методе кодирования. Люди нередко интересуются у священника, насколько этот метод допустим с духовной точки зрения.

В чем суть кодирования? Во время довольно продолжительного сеанса гипноза больному внушается, что у него в мозгу сформирован некий код, который мгновенно сработает и приведет к смерти, если пациент примет алкоголь. Иногда для усиления действия кодирования в организм больного еще и вводится определенный препарат, который при взаимодействии с алкоголем вызывает очень болезненную реакцию: тошноту, рвоту, повышенное сердцебиение и проч.

Почему кодирование ни в коем случае нельзя рекомендовать как метод лечения? Во-первых, кодирование – это вмешательство, вторжение в психику, в мозг человека, что всегда чревато всевозможными психическими расстройствами. Во-вторых, лечением кодирование вообще не является. Просто человека под страхом смерти на определенный срок программируют на невозможность употребления алкоголя; он не сам борется с болезнью, а отдает свою волю во власть нарколога-кодировщика.

Еще одна опасность кодирования в том, что алкоголик, не имея возможности удовлетворить свою страсть, часто просто заменяет ее на какую-нибудь другую. Вот пример. Мужчина после долгих уговоров жены закодировался, а потом сама же супруга стала роптать: «Уж лучше бы он пил; после этого “лечения” ходит все время мрачный, злой как собака, на всех срывает злобу, ругается, орет. Совсем от него житья нет. Когда пил, был гораздо спокойнее и добрее». Человек вместо беса пьянства завел в душе демонов гнева и уныния. Слышал я и про такие случаи: человек закодировался, перестал пить, но зато ударился в тяжкий блуд: то, что раньше ему давал алкоголь, теперь дает секс. Происходит это потому, что нет усилия личной борьбы с грехом, а фрустрацию, неудовлетворенность от невозможности утолить старую страсть зависимый пытается преодолеть с помощью иных «утех». Практика показывает, что, к сожалению, после окончания действия «кода» больные начинают пить даже больше, чем до кодирования.

Иногда в особо тяжелых случаях я разрешаю людям, обращающимся ко мне за советом, «зашиться» без кодирования. Я имею в виду метод так называемой «ампулы»: всевозможные «торпеды» и «эсперали». Иногда алкоголик в своем недуге доходит уже до края пропасти, его организм настолько изношен, а воля настолько ослаблена, что ему практически нет другого выхода остановиться, кроме как «зашиться». Порой только страх смерти или тяжелых мучений может образумить больного. Конечно, это не метод исцеления, это лишь некий тормоз, позволяющий сделать передышку, остановку и затем заняться настоящим лечением. Это можно сравнить с тем случаем, когда болящий испытывает нестерпимую боль и ее нужно срочно снять, чтобы дальше можно было начать лечение болезни.

Было у меня несколько знакомых «защитых алкоголиков», я причащал их сухими святыми дарами (ими приобщают больных на дому) после литургии. Некоторые из них смогли справиться со страстью, некоторые нет. Повторяю: «ампулы» и уколы не лечат. Если нет внутренней борьбы с недугом, личной работы больного и твердой решимости бросить пить, после окончания срока «зашивки» человек будет пить по-прежнему, если не больше.

### **Несколько советов в помощь исцеляющимся**

В одиночку справляться с пьянством трудно. Очень хорошо, приняв решение бросить пить, обратиться за помощью к грамотному, желательно православному, специалисту. Весьма эффективны всевозможные общины и группы, где собираются люди, объединенные общей бедой: там можно найти друзей, поддержку и совет.

Еще несколько рекомендаций:

- 1) удалите из дома все бутылки с алкоголем, и даже пустые, чтобы не было напоминания о пьянке. Доступность алкоголя – первый фактор, провоцирующий пьянство;
- 2) избегайте компаний, где пьют; на несколько месяцев прекратите походы в гости и сами не устраивайте застолий. Расскажите друзьям и родным, что бросили пить;
- 3) если вас тянет к алкоголю, проанализируйте, когда и почему (снять стресс, тоскливо на душе, проблемы на работе и дома). Запишите, как преодолели тягу, как решили проблемы без алкоголя; если был срыв – также проанализируйте ошибки, подумайте, как не повторить их, как избежать ситуаций, провоцирующих пьянство;
- 4) не сидите без дела, но и не переутомляйтесь; старайтесь, чтобы все свободное время было чем-то заполнено: молитесь, читайте, найдите интересное хобби;
- 5) больше общайтесь с близкими, гуляйте, займитесь физкультурой и спортом;
- 6) займитесь самообразованием в антиалкогольной области, побольше узнавайте о вреде алкоголя и о том, как справиться с зависимостью.

Работать над собой зависимый должен всю жизнь, все время быть начеку, но специалисты утверждают, что при правильном подходе после шести месяцев внутренней работы происходит перестройка сознания и появляется устойчивый навык борьбы с зависимостью.

Вопреки силе страсти пьянства, надежда всегда остается. Если человек искренне хочет избавиться от зависимости и горячо просит Бога об исцелении, Господь обязательно поможет. Беда в том, что многие не имеют решимости сделать это или просто не хотят. Уже было сказано, что страсть при всей своей мучительности имеет великую сладость для одержимого ею. И вот этого-то человек терять не хочет. И часто начинает хоть о чем-то задумываться только тогда, когда уже доходит до края, до предела: либо Господь

посещает тяжелой болезнью, либо рушится семья, либо еще что-нибудь приключается... А ведь тогда может быть уже слишком поздно.

Человеку, который встал на путь излечения, который хочет порвать со страстью винопития, нужно запомнить раз и навсегда: даже если он избавится от недуга, он не перестанет быть больным, поэтому даже прикасаться к водке и вину ему категорически запрещено. То, что позволено обычному здоровому человеку, то есть, соблюдая меру, получать веселье от вина, ему уже не дано. Недаром люди, входящие в группу «Анонимных алкоголиков», даже после того, как они полностью бросили пить, все равно называют себя алкоголиками.

Известный актер Дмитрий Харатьян, бросив пить, также говорит сам про себя: «Я непьющий алкоголик».

От пьянства нельзя освободиться, полностью не «завязав» с алкоголем. Компромисс здесь невозможен. Сей демон изгоняется только «молитвой и постом» (то есть полным воздержанием от спиртного). [Священник Павел Гумеров, 13 декабря 2011 года](#)

## **Аборт – больше не право женщины**

*Беседа с заместителем сопредседателей Церковно-общественного совета по биоэтике при Московской Патриархии Ириной Силуяновой*

*Принятый недавно закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации» неизбежно окажет влияние на жизнь каждого из нас. Его этическую сторону комментирует заместитель сопредседателей Церковно-общественного совета по биоэтике при Московской Патриархии доктор философских наук Ирина Силуянова.*

– Закон о здравоохранении охватывает все формы и способы медицинской деятельности, поэтому оценить его в полном объеме в двух словах не представляется возможным. Но о каких основных особенностях, важных для жизни общества, все же можно говорить?



Ирина Силуянова

– Прежде всего, нельзя не обратить внимания на соотношение норм этого документа и моральных ценностей, традиционных для общества.

Сама идеология нового закона направлена на формирование рыночных и правовых отношений в здравоохранении. Не случайно одним из основных становится понятие *«медицинская услуга»*. Как известно, термин *«услуга»* – из области товарно-денежных отношений. Даже понятие *«медицинская помощь»* сводится в итоге к *«совокупности медицинских услуг»*. Моральное значение медицинской деятельности как формы социальной помощи и заботы на основании солидарности, сострадания и желания нести благо людям, не примешивая иные мотивы или интересы, уходит на второй план.

– Ощущалась ли нравственная основа в предыдущем законе?

– Сравним старый закон «Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан» (от 22.07.1993) и новый «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (от 21.11.2011). В законе 1993 года в статье о правах пациента первым правом была констатация права «на уважительное и гуманное и отношение со стороны медицинского персонала». К сожалению, в новом законе эта позиция в правах пациента отсутствует.

Или, к примеру, статья «Экспертиза качества медицинской помощи». Здесь перечисляются параметры, по которым определяется это качество: «оценка своевременности оказания помощи», «правильность методов профилактики и диагностики лечения», «степень достижения планированного результата». К сожалению, в список не вошел параметр нравственных, этических взаимоотношений врача и пациента. А ведь часто именно этот момент является определяющим. Тем более известно, что сегодня есть много жалоб от пациентов именно из-за нарушения профессиональной этики медицинскими работниками.

**– Какие еще конкретные пункты закона нарушают этические нормы?**

– Вызывает много вопросов статья о трансплантации. Теперь там отсутствует запрет на куплю-продажу органов и тканей человека. В то же время в старом законе регулирование трансплантации базировалось именно на принципе запрета торговли органами, это было четко обозначено. При этом живыми донорами теперь могут быть не только родственники, но любые люди. С моей точки зрения, это не что иное, как легализация товарно-денежных отношений в трансплантации и усиление потребительского отношения к человеку (раз его органы и ткани могут быть предметом торговли). Примечательно, что уже на этой неделе в нашем университете появилась реклама о покупке женских яйцеклеток (от 50 000 руб.), и многие студентки отправились реализовывать норму «всё на продажу».

В новом законе нет и таких понятий, как «достоинство личности», «защита достоинства и автономии пациента». Но, например, в Европе эти понятия являются основополагающими в законодательствах, регламентирующих медицинскую деятельность. И это не случайно, так как они гарантируют нравственную ответственность врача перед пациентами.

Большую настороженность вызывает регламентация методов искусственного размножения. Во-первых, полностью разрешено суррогатное материнство. Ранее в Семейном кодексе оно также допускалось, но с оговоркой, что последнее решение, оставлять ли себе уже рожденного ребенка или нет, принимала так называемая «суррогатная мать». Теперь законодательство полностью лишило ее этого права. Заключается договор (прежде всего регулирующий финансовую сторону услуги), по которому биологические особенности женщины, благодаря которым она может вынашивать плод, становятся товаром.

В старом законе в статье об искусственном оплодотворении шла речь об использовании этой технологии супружескими парами или одинокой женщиной. Новый закон даже не предусматривает, что те, кто захотят завести ребенка в пробирке, должны состоять в браке. Таким образом, теперь, чтобы иметь ребенка, больше не нужно создавать семью.

Социальные прогнозы таких нововведений не могут быть утешительными. Конечно, неполные семьи в нашем обществе не редкость – это 30% от всех семей. Но зачем же эту тенденцию утверждать законодательно? Ведь новый закон, пусть косвенно, но все же легализует неполные семьи и таким образом способствует разрушению традиционной семьи. При приоритете идеи о правах человека законодатели, очевидно, забыли о правах ребенка иметь отца или мать. За примерами применения вышеописанных «лазеек» в использовании репродуктивных технологий далеко ходить не надо: желтые издания в подробностях рассказывают, как стал отцом известный эстрадный исполнитель Филипп Киркоров – то есть даже не одинокая женщина, а просто одинокий мужчина с гордостью нам рассказывает про свою «дочь», у которой нет матери.

**– Несколько месяцев назад вы прокомментировали нашему порталу поправки, которые представители православной общественности предложили во время**

**обсуждения Закона о здравоохранении в Госдуме. Были ли учтены какие-либо из них?**

– Да, безусловно. Из двенадцати поправок были приняты три. Во-первых, мы договорились с депутатами ГД и представителями Минздравсоцразвития о том, что искусственное прерывание беременности нельзя оценивать как «право» женщины. Такая юридическая формулировка аморальна, это практически является правовым пиаром преступного деяния. Теперь защитники абортот не смогут апеллировать к тому, что убийство своего ребенка является «правом женщины». Формулировка о праве заменена на предложение «Каждая женщина самостоятельно решает вопрос о материнстве».

Во-вторых, вводится «неделя тишины» (при сроке беременности до 11 недель) или «48 часов тишины» (при сроке 11–12 недель). То есть сделать аборт в день обращения будет невозможно.

В-третьих, было легализовано и право отказа врача от производства аборта. Этот принцип существует во Всемирной медицинской ассоциации, его введения у нас в стране мы добивались долго.

**– Какие еще положительные нововведения нового закона вы могли бы отметить?**

– Например, регламентация эвтанази. Теперь законодательно запрещена как активная эвтаназия, когда с согласия человека ему вводятся лекарства, убивающие его, так и пассивная эвтаназия, когда помощь просто не оказывается и человек умирает. В то время как раньше запрещалась только активная эвтаназия.

Важно для развития нравственного сознания медицинского сообщества также и то, что в новом законе из списка существующих видов медицинской помощи, таких как лечение, профилактика, диагностика и другие, искусственное прерывание беременности исключено. Аборты стоят особняком. Это, казалось бы, нюанс, но так как современная юриспруденция регулирует нормы поведения людей в обществе, то точность формулировок важна и обладает конкретным смыслом.

**– Возможность соответствия законодательства моральным нормам – фундаментальная проблема современной юриспруденции. А насколько в российской практике сегодня закон может и должен быть этичным?**

– Законодательство может и должно быть этичным. Такая позиция – не утопия. Как известно, и премьер-министр Владимир Путин неоднократно подчеркивал в своих заявлениях, что «закон должен быть моральным, иначе это плохой закон». Ведь если законодательство входит в противоречие с моральными нормами, то мы уже имеем дело с «феноменом преступной государственности».

Важно выявлять, обнаруживать противоречия между законом и моралью и выносить их на публичное обсуждение. Так, например, то, что у нас все же законодательно разрешены аборты, уже противоречит общепринятой нравственности и моральным ценностям.



Можно рассуждать, возможно или невозможно запретить аборт и при каких условиях, но признать, что закон, их разрешающий, противоречит морали, – необходимо.

Работа по изменению законодательства предполагает изменение общественного сознания наших граждан, это работа длительная и непростая. Но она приносит результат: некоторые предложения, над которыми работали православные специалисты около двух лет, все же приняты. Мы надеемся на сотрудничество с депутатами Государственной Думы нового созыва и на поддержку Русской Православной Церкви в работе по дальнейшему совершенствованию российского законодательства.

С [Ириной Силуановой](#)  
беседовал [Антон Леонтьев](#), 9 декабря 2011 года

## **Документальный фильм о Святителе Николае Японском**

**<http://www.pravoslavie.ru/put/51490.htm>"Свет невечерний восходящего солнца":  
памяти Святителя Николая Японского**

16 февраля 2012 года исполняется 100 лет со дня кончины святителя Николая Японского. Архиепископ Николай обратил в православие более 20 тысяч человек, перевел на японский язык Новый Завет и основные богослужебные книги, построил православный собор в Токио. Фильм интересно рассказывает о России и Японии времен Святителя Николая. Съемки велись в Японии, в Твери, в Санкт-Петербурге и прочих местах, связанных с жизнью святого.

Фильм снят по благословию Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Алексия II и митрополита Токийского и Всея Японии Даниила. Святитель Николай изображен на нашем иконостасе в Колчестере.