

● Поддержать международную акцию «Час Земли» и провести час без света сможет каждый житель Башкирии. Акция состоится 23 марта в 20.30 по местному времени

● День работника культуры России 25 марта в республике отметят театральным фестивалем «Веселая кулиса». В уфимском Доме актера соберутся профессиональные коллективы столицы и других городов Башкирии

ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ

# Изгнание «троянского коня»

Устав православного реабилитационного центра для наркозависимых написан кровью

О помощи наркоманам и алкоголикам сейчас говорят много. И объявлений на столбах да подъездных дверях расклеено немерено. Да вот только счастливый конец у страшных сказок что-то не получается. Одна умнейшая, стильная и деятельная дама, к тому же врач по профессии, так и не смогла отвоевать своего сына у героина. Теперь на нее горько смотреть, она превратилась в скорбную тень. Ее мать разбил инсульт. А внук вытаскивал горящие сигареты в тело бабушки, пытаясь выжить, где спрятаны ее похоронные деньги. Но в тюрьму он попал за другие «проделки», поскольку старушка своего любимца не сдала даже дочери. Он сам в разгар скандала похвастался своей изобретательностью. Вот что сделала болезнь с талантливым и добрейшим парнем. Со временем очередной срок заключения стал для всех избавлением. Для него — временно от пагубной привычки. Для родных — передышкой от ежедневных кошмаров. Эти семейные страдания длятся много лет, жизнь у всех безнадежно искалечена, и горю не видно конца...

И все-таки из любой ситуации, какой бы сложной она ни казалась, есть свой выход, разумеется, только при желании его найти. В реабилитационный центр для наркозависимых, который организован отделом по противодействию наркомании и алкоголизма Уфимской епархии Башкортостанской митрополии, люди попадают чаще всего после мучительных поисков и череды неудач. Говорят, здесь царит уверенность, подтвержденная фактами: бывшие наркоманы — бываю. Руководитель центра, который находится в селе Тастуба Дуванского района, настоятель Спасского храма Уфы протоиерей Роман Тарасов.

## Героин выжигает душу

Поначалу местные жители более чем настороженно отнеслись к опасному соседству. Еще бы, кому такое понравится: жили безмятежно и мирно столько лет, а тут на тебе — какие-то странные личности появились. Чем занимают — непонятно. Что от них ждать — неизвестно. Однако время шло, и ни пакостей, ни вредного воздействия на сельчан не наблюдалось. И люди начали понимать, что это тоже чьи-то дети, внуки. И они попали в беду. Отец Роман очень благодарен руководству района и тастубинцам за понимание, доверие и терпение.

Мы приехали в центр как раз перед началом молебна. Для того чтобы его отслужить, отец Роман раз в неделю приезжает из Уфы. Когда мы поднялись на верхний этаж, где обычно проходят службы, заместителя главы администрации Дуванского района Вера Глушкова поделилась впечатлениями:

— Надо же, какие ребята приличные, и не подумайте, что наркоманей страдают.

И уже на обратном пути добила задумчиво, подразумевая тех, кто испытывает тревогу от присутствия реабилитационного центра в селе:

— Пока своими глазами не увидишь — не поймешь, какое большое дело люди делают.

Всего таких центров по стране 59. Один из них в Тастубе, где проходит реабилитация и мужчины, и женщины. Важно понять, что наркомания — болезнь социальная. Точнее — это недуг души. И для исцеления его нужна духовная опора.

В чем отличие православного центра от тех, чьи телефоны пеestreют на фонарных столбах? Здесь, как у врачей, в ходу главный принцип: не навреди. И гарантирована бескорыстная помощь, хотя существует центр на пожертвования, но их никто не требует — только если есть возможность и собственное желание...

— К сожалению, сейчас плодятся секты, которые и стремятся нажиться на чужой беде, — начинает свой рассказ заместитель руководителя отдела Марат (в крещении — Александр) Загиров. — Звоню по одному из номеров, спрашиваю: «Что означает «православно ориентированная организация?» Мне отвечают, что раз в неделю они пригла-

шают батюшку. А зачем? Они же находятся в Уфе, где есть храмы и каждый день в них открыты двери — иди в любой. И спустя минут пять понимаю, что со мной разговаривает явный наркоман. Сначала он напылялся, пытался говорить умные слова, но вскоре сорвался на сленг: ломка, торчок...

Очень важно, по какой программе идет реабилитация. Просто запретить человека, купировать синдром недоставки — он сразу не перестанет быть наркоманом. Эта зависимость — искажение прежде всего духовное. И пустоту в душе, выжженную героино, нужно чем-то заполнить. В ремиссию выйти не так уж трудно. Человек сразу начинает ощущать себя волевым — мол, я уже месяц не употребляю наркотики, и все от меня в восторге. Но общаться с ним практически невозможно. А суть — в так называемой завкаске. И наша цель — «перезавкасить» и дух, и души. Надо начать жить по добродетелям, просто потому, что иначе не можешь поступать.

## Бойкот старым рефлексам

Реабилитационный центр находится на улице Советской: несконечный поток да новый деревянный храм, пока еще не освященный. А вокруг дивные пейзажи, холмы да пышные леса. От здешней природы в любое время года захватывает дух, и явно ощущаешь, как обретаешь покой. Мир в душе в таких условиях сохранить проще. А в деле борьбы с наркотическим злом это великая сила.

Марат предложил посетить женщин. Доехать до них решили на автомобиле. Такого рода транспорт мне приходилось встречать только в пионерском детстве, когда все ненужное — на слом — мы несли в металлолом. Внутри не было ни обивки, ни панелей, а имелась только слабая наемка на руль, коробку передач и подобие кресел. Двери, разумеется, не закрывались. В ответ на мое изумление Марат весело похлопал «железную лошадь»: «Хорошо, хоть такая есть. Выручает нас, старушка!» Самое удивительное, что завелась она чуть ли не с пол-оборота, и мы благополучно добрались до места, придерживая на ходу двери.

В девичьем — так его тут называют — доме было тепло, вкусно, как-то очень по-домашнему пахло печеным хлебом.



Так и живут. В атмосфере радости, добра и любви.

КАК НА ДУХУ

## Даже хрюшек жалко оставлять

Дмитрий Камалутдинов свою историю рассказал просто и искренне, нисколько не стесняясь и не оправдывая себя:

— Мне тридцать лет. Из них тринадцать я употреблял наркотики. Как это получилось, даже не могу объяснить. Наверное, модно тогда было этим увлекаться. Старшие друзья предложили попробовать. Я не отказался. Когда понял, что не могу выбраться сам, испугался, стал презирать эти наркотики, но обходиться без них уже не мог. Семья у меня хорошая, родители не пьют, не курят. И я тоже захотел стать нормальным человеком. Сначала попал в сектантский центр — там все иначе, чем здесь. Пытаются сломать волю человека и разводить на деньги. Заставляют работать, чтобы расплатиться с ними. И только здесь я понял, что деньги — это суета и вполне можно прожить на десять тысяч. Даже не знаю, как я мог так жить. Вроде бы работал на стройке, имел хорошую зарплату. Но если честно, просто пил всем кровью. И что зарабатывал — все уходило на наркотики. Потом начал из дома тащить, оправдывал себя: «Это же я сам купил». Сейчас думаю, если бы не упал на самое дно, не стал бы карабкаться наверх. Стал бы начальником, завел любовницу — так скучно это все... Даже не хочу после реабилитации возвращаться в город, лучше купить дом в деревне. Здесь началась новая жизнь, понял: там для меня — тьма, здесь — свет. Когда покрестился — почувствовал, что есть другая жизнь, и мне на исповеди плакать хочется за свои грехи. Отец мой умно, маму я мучил столько лет, а она нянчилась со мной.

По сравнению с другими центрами, где в ходу тотальный контроль, здесь свобода. Там в цене — финансы, которые ты принес, здесь — духовные ценности. Это не значит, что мы целые дни нарплету о высоком говорим. Мне, например, поручили работу в свинарнике. Даже представить страшно мою ответную реакцию, если бы пару лет назад

Везде салфеточки, кастрюли, миски... Пожилая женщина раскатывала тесто, крошила лапшу. От такого очень простенного запаха не хотелось даже за порог выходить, не то что в свету городской жизни возвращаться. Ольга Загирова, как потом выяснилось, жена Марата, работает с наркозависимыми шестой год. Сначала была прихожанкой Спасского храма, потом стала волонтером. Теперь вместе с мужем заботятся о пациентах центра. Так и живут: неделю дома — в Уфе, неделю — в Тастубе.

Сейчас в центре женщин немного, человек шесть. Им труднее преодолевать зависимость, особенно после сорока лет — к этому времени уже сложились

определенные стереотипы поведения. Молодым, при твердом намерении, перестроиться намного легче. Если же человек закоснел в своей зависимости, тогда и в семье отношения изменятся сложнее.

Распорядок дня жесткий, режим соблюдается неукоснительно. Иначе нельзя: наркоман по натуре — очень распухший человек, в том числе и телесно, спать привык сколько хочет. А тут надо рано вставать, сначала — молитва и сразу духовный заряд на день, потом завтрак и чтение жития святых, затем послушания — так называют порученные дела. Устав запрещает курить, смотреть телевизор, пользоваться телефоном, интернетом. Строгость — необходимое условие. Связь с домом не прерывается — можно писать письма, а по телефону разговаривать позволяют в зависимости от состояния. Был случай в другом приюте: девчонка абстинентный синдром пережила, а пообщалась с мамой — и через пару дней удра. Поэтому необходим постоянный контроль не для изоляции, а чтобы предотвратить негативный рефлекс.

Есть центры, в которых с родителей берут подписку, что в течение года они детей обратно не примут. Для чего это нужно? Дело в том, что во время реабилитации наступает переломный момент, включаются прежние механизмы, наркоман срывается и сбегает домой. В таких обстоятельствах лучше переборщить со строгостью, чем проявить к человеку ложную жалость. Дома встретит добренькая мама: «Сыночек, миленький, что тебе приготовить?» Мы так соскучились, все тебе простили. Вот новый музыкальный центр купили взамен того, который ты продал. И в мозгу у сыночка начинает сги-

не сказали, что я буду ухаживать за свиньями. А сейчас меня переводят на стройку, и мне так жалко с хрюшками расставаться. За четыре месяца так к ним привык. Просто сам от себя в шоке.

Поначалу чувствовал себя в центре странно. Вроде я новенький, а никто не давит своим опытом, напротив, стараются поддержать. Все очень дружные, сразу понимаешь, что не один такой. Гурьбой легче от этой напасти спастись.

В городе больше половины знакомых и не знали, что я наркотики употребляю. Все равно изгоем себя чувствовал. Встречаешься с друзьями, они считают, что я ничем особо от них не отличаюсь. «Ну зачем я такой на этом свете нужен?!» Бросался из одной крайности в другую, работал как ненормальный, зарабатывал деньги, но только для того, чтобы уклониться. Деньги кончатся — влору идти воровать, а воровать не хочется, хотя и без этого было... Спасали остатки совести, шел на работу, и снова начинался бег по спирали ада. В нашем центре хорошо то, что у всех одна проблема. Мне жалко тех, кто остался там, в наркотическом дурмане, они не понимают пока, что с этим можно справиться.

Если начинаешь употреблять наркотики, то со своими прежними друзьями рано или поздно расходишься. В основном из-за того, что подводишь их. Ну раз простят, два — потом надеется. Хорошие друзья звонили, предлагали помощь. Даже устраивали на работу. Но порабатывал какое-то время, и снова в запой. И постепенно даже самые терпеливые отворачиваются. А остаются такие, как ты сам. И деваться некуда, даже если завязал. Ну сидишь сколько-то дней дома, потом все равно куда-то надо выходить. А дорожка одна — к друзьям по несчастью, других-то уже нет. И общаться с ними без наркотиков не получается. Сейчас понимаю, что угаваривать их бесполезно, только молиться за них можно.

налить мысль: «Ага, новый музыкальный центр. Хорошо...» А вот пример другой любви. Парень звонил жене, намекал, что соскучился, что надоело ему уже реабилитироваться. А она ему говорит: «Я очень-очень тебя люблю, но прошу, пройди реабилитацию до конца. Если ты приедешь, я буду за дверью плакать, выть, но не отворю тебе». Вот пример настоящей любви. Когда любит человека, а не свои чувства к нему.

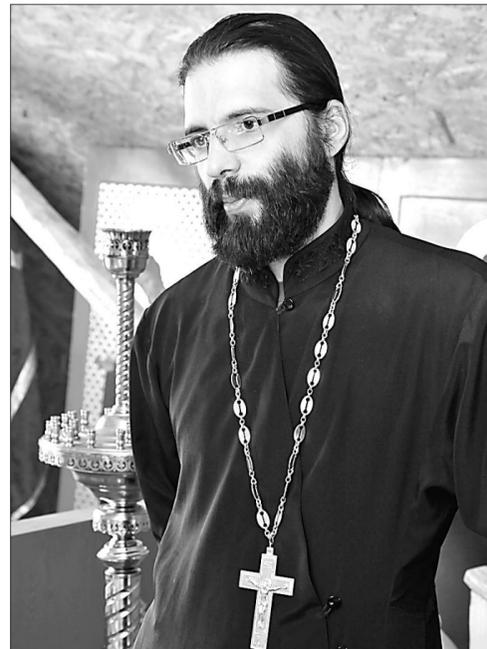
Зачастую через три-четыре месяца возникает иллюзия, что все позади, опасться нечего. Человек возвращается в привычную среду неокрепший, «растекающийся», как кисель, а необходимо, чтобы в нем внутренний стержень сформировался и воздержание стало нормой. Отец

## КОММЕНТАРИЙ

Галина КАРИМОВА, начальник отдела межведомственного взаимодействия в сфере профилактики Управления федеральной службы по контролю за оборотом наркотиков РФ по РБ:

— Годы пьянства и употребления наркотиками приводят к тому, что люди теряют контакт с собой и прекращают собственное развитие. И надо, чтобы у них была возможность выбора, куда обратиться за помощью. В критической ситуации, когда наркоман оказывается на грани смерти, он хватается за любую соломинку. И чем больше будет реабилитационных центров, тем лучше.

Эта проблема актуальна не только для республики, но и для всей страны. Буквально на днях президенту Российской Федерации должны представить на утверждение программу «Комплексная реабилитация и ресоциализация наркозависимых». Отдельным блоком в ней будет прописана деятельность негосударственных центров и формы их поддержки, в том числе и материальной. Что касается конкретно православного центра, который находится в селе Тастуба, — там работают люди достаточно ответственные и с огромным желанием помочь избавиться от зависимости.



У отца Романа и в Уфе много хлопот. Но раз в неделю приезжает в Тастубу за 250 километров проводить по-домашнему.

Для справки

За время существования отдела по противодействию наркомании и алкоголизма Уфимской епархии с 2005 года в Спасском храме города Уфы была начата консультационная и амбулаторная работа в группах с химически зависимыми людьми и их родственниками.

В 2007 году стационарная реабилитационная работа проводилась на съемных квартирах в черте города. В 2008 году был открыт центр в селе Большеутынский Мечетлинского района, в 2010-м он переместился в село Утузово Кушнаренковского района. С 2010-го открылся первый женский реабилитационный центр в селе Тастуба Дуванского района. Сюда же был переведен мужской реабилитационный центр. За время его существования в Тастубе с октября 2010 года здесь прошли реабилитацию 46 человек: 16 женщин и 30 мужчин. Практически все они вернулись к нормальной жизни, большинство восстановили и создали семьи.

Всего за восемь лет отделом Уфимской епархии, включая консультационный и амбулаторные центры, оказана помощь более чем 2 тысячам страждущих.

Сейчас в центре села Тастуба восстанавливаются 10 мужчин и 2 женщины. К поступлению на реабилитацию готовятся двое мужчин и женщина из Уфы и Санкт-Петербурга, а есть возможность разместить 12 мужчин и 15 женщин.

Основные правила: запрет на курение, распитие спиртных напитков, сквернословие; выполнение молитвенного правила и работа по силам. Для начала надо пройти собеседование в Спасском храме Уфы. Кстати, силами выпускников реабилитационных центров и отделом Уфимской епархии в районе Колхозного рынка Уфы организована помощь людям, оставшимся без жилья.

пять недель. От дезормфина ломки не бывает. Большой физической не страдает, зато психически находится в тяжелом состоянии. Провела в центре девять месяцев, но даже речь полностью не восстановилась: плохо связывала слова, нечетко произносила звуки.

— Она сейчас в Уфе, но в храме я ее последнее время не вижу, — продолжает разговор Марат. — Пару недель назад ей звонил. Пригласил на службу. Она не пришла. Но раз телефон доступен, это хорошо.

— Стало быть, поводов для тревоги за нее нет? — В любом случае есть. Человек столько лет принимал наркотики, это наложило серьезный отпечаток на образ жизни. Наркомания — троянский конь внутри человека: вроде бы там все поутлило, но проходит год, два... Пожар может вспыхнуть в любую минуту. Наркоман — человек с размытым мышлением, у него как бы две части личности. Одна просит: «Я хочу быть свободной. Помогите мне». А другая в этот момент дремлет. И когда наступает момент срыва, все первоначальное, наркотическая личность выходит наружу и начинает действовать. Причем действует крайне жестоко по отношению к близким и к самому себе, безжалостно уничтожая остатки здоровья.

— Но ведь говорят, что бывших наркоманов не бывает, — продолжает Ольга. — У всех почти есть дети, которые живут с бабушками или в детдомах. И никто их сразу не вернет. Довести надо будет заслужить. Поэтому основная борьба продолжается уже дома, самостоятельно. Мы стараемся вдохновить их на терпение.

— Но ведь говорят, что бывших наркоманов не бывает, — продолжает Ольга. — У всех почти есть дети, которые живут с бабушками или в детдомах. И никто их сразу не вернет. Довести надо будет заслужить. Поэтому основная борьба продолжается уже дома, самостоятельно. Мы стараемся вдохновить их на терпение.

— А Наташа к тому же ждет из тюрьмы гражданского мужа. И если у нее есть настрой на трезвость, то у него непонятно какие намерения. Но шансы, конечно, есть, и неплохие. Выйти в ремиссию — не проблема. Но если не изменилось миро-

воззрение, если не стал бороться сам с собой — в любой момент можешь сорваться. Это победы над зависимостью зыбкой. Провела в центре девять месяцев, но даже речь полностью не восстановилась: плохо связывала слова, нечетко произносила звуки.

— Наташа к тому же ждет из тюрьмы гражданского мужа. И если у нее есть настрой на трезвость, то у него непонятно какие намерения. Но шансы, конечно, есть, и неплохие. Выйти в ремиссию — не проблема. Но если не изменилось миро-

воззрение, если не стал бороться сам с собой — в любой момент можешь сорваться. Это победы над зависимостью зыбкой. Провела в центре девять месяцев, но даже речь полностью не восстановилась: плохо связывала слова, нечетко произносила звуки.

— Наташа к тому же ждет из тюрьмы гражданского мужа. И если у нее есть настрой на трезвость, то у него непонятно какие намерения. Но шансы, конечно, есть, и неплохие. Выйти в ремиссию — не проблема. Но если не изменилось миро-



Дивная природа и труд на свежем воздухе дарят мир душе. А в борьбе с зависимостью — это великая сила.



Ирина НИКОЛЕНКО.

Телефон доверия реабилитационного центра Уфимской епархии: 8-927-32-76-202

В центр могут обратиться все желающие, независимо от национальности и вероисповедания. Единственное ограничение распространяется на тех, кто находится под следствием.

При себе надо иметь медицинские справки по поводу отсутствия туберкулеза, венерических болезней, гепатита и ВИЧ-инфекции. Наличие СПИДа препятствием к реабилитации не является, но поставить в известность о заболевании нужно обязательно.