

о. Руслан П'яста
Івано-Франківська теологічна академія

Тютюнопаління — гріх проти життя!

«Усе мені можна, та не все на пожиток»

(1 Кор. 6. 12)

Паління тютюну, як і зловживання алкоголем, є однією із найпоширеніших шкідливих звичок в Україні, оскільки цю отруту легко можемо придбати у вільному продажу, а також внаслідок гучних і спокусливих рекламних кампаній. Незважаючи на заклики і попередження Міністерства охорони здоров'я «паління шкодить вашому здоров'ю», це явище набуває все більшого розмаху, особливо серед молодого покоління. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), у світі є понад мільярд курців. Систематично палять 60% чоловіків і 20% жінок, серед них 70% — це молодь. Хоча в останні роки споживання тютюну в чоловічому середовищі залишається стабільним, натомість у жіночому, навпаки, зростає¹.

В Україні нараховують майже 9 млн. активних курців, а це фактично третина всього працездатного населення країни.

За даними ВООЗ, від хвороб, пов'язаних із курінням, щорічно помирає 4 млн. людей у світі². В Україні щороку передчасно помирає близько 120.000 людей через хвороби, пов'язані з курінням³. Тютюнокуріння є причиною смерті кожного 12-го мешканця планети. Курці живуть на 22 роки менше від середньої тривалості життя, а рівень смертності серед них втричі вищий, ніж серед тих, хто не курить. До 2030 року, за даними експертів ВООЗ, від куріння помиратимуть щорічно 10 млн. людей, якщо ситуація не зміниться⁴.

Щоденно курці отруюють атмосферу безліччю компонентів тютюнового диму, які створюють реальну соціальну і екологічну небезпеку та негативно впливають на здоров'я людства.

Тютюнопаління як медично-соціальна проблема

При першому курінні дере в горлі, прискорено б'ється серце, в роті з'являється осоружний смак. Всі ці неприємні відчуття, пов'язані з першою сигаретою, не випадкові. Це — захисна реакція організму, і треба нею скористатися — відмовитися від наступної сигарети, поки не наступила година, коли зробити це буде не так

легко. Якщо людина продовжує курити, неприємні відчуття поступово минають, що і вважається початком звички і ніотинової залежності.

В тютюні містяться всі елементи таблиці Менделєєва. Діючим началом, яке приваблює курців, є нікотин, який чинить збуджуючу дію на центральну нервову систему. В кінцевому результаті людина потрапляє в **хворобливу фізичну і психічну залежність від тютюну**. Тобто вона може стати заручницею «сірого змія», рабом по суті на все подальше його життя. Фактично нікотин є основною речовиною, яка викликає залежність.

Тютюнокуріння є однією з причин виникнення і прогресування захворювань серцево-судинної і дихальної систем, шлунково-кишкового тракту та інших систем і є не тільки ризиком, а головним стимулом їх розвитку.

Загалом виявлено зв'язок між курінням та більше ніж 100 різними хворобами. Система охорони здоров'я несе великі витрати на лікування викликаних тютюном хвороб. Тютюном вбиває багатьох людей працездатного віку, залишаючи сім'ї без годувальників, а країни — без продуктивної робочої сили⁵.

Ось яка сумна статистика Всесвітньої організації охорони здоров'я:

- смертність серед курців на 30-80% вища від тих, які не курять. Вона зростає із збільшенням вичурених цигарок;
- серед хворих на рак легенів — 95% курців. Смертність від раку легенів серед курців на 20% вища;
- із 100 хворих на туберкульоз — 95% курці;
- курці в 13 разів частіше хворіють на стенокардію, в 12 — на інфаркт міокарда, в 10 разів — на виразку шлунка;
- кожний сьомий курець потерпає від звуження кровоносних судин, наслідком чого дуже часто є ампутація ніг;
- тютюнокуріння в будь-якому віці негативно впливає на статеву функцію, а отруєння ніотином у юнацькому віці може призвести до безпліддя;
- куріння під час вагітності збільшує ризик ускладнень, особливо передчасних пологів, викиднів та мертвонароджених, які зустрічаються у 2-3 рази частіше, ніж у тих, хто не курить⁶.

Виникає запитання: чому, маючи інформацію про такий шкідливий вплив нікотину на організм, щораз більше людей стають узалежненими від тютюну? Відповідь ми можемо знайти у словах Святішого Отця Івана Павла II, який навчає, що фундаментом будь-якої залежності людини — чи то від алкоголю, чи від тютюну тощо «є назагал екзистенційна пустка, викликана браком моральних вартостей, а також недовірою до себе самого та до інших людей і, врешті, до сенсу життя»⁷.

Морально-богословський аспект тютюнопаління

Куріння є не просто шкідливою звичкою, яка підриває здоров'я, але й гріхом. Насамперед це гріх проти людської природи, здоров'я та життя. **Це гріх проти п'ятої заповіді! Це гріх самовбивства та вбивства інших на основі так званого «пасивного куріння».** «Дурманне задоволення», «розслаблення», «мода», «імідж» та інші виправдання є просто абстрактними в порівнянні з об'єктивною шкодою тютюнопаління для величких дарів Творця — здоров'я та життя.

Багато малих, недостойних звичок є тінню для душі людини, якщо людина утверджує їх в собі чи розуміє як «неминуче» зло, проти якого не потрібно боротися. Багато людей кажуть: «я не святий», «я в світі живу», «я маю жити, як усі люди». Таким чином людина заспокоює свою совість, яка мучить її як християнина. Людина насправді живе у світі і має жити, як усі люди, тому і народжується, як усі люди, і вмирає, як усі, слухає, розмовляє, як інші, але для чого переступати Закон Божий, як інші? Тут потрібно себе запитати: «Яка ціль мого життя?»

Як християни, несемо велику відповідальність за свою поведінку та вчинки, за дар життя та здоров'я, за дар віри та спасіння. Молитися духом, курячи цигарку, неможливо. Перед входом в храм Божий цигарка викидається, ... але храм Божий — це також ми (див. 1 Кор. 3. 16-17). Хто хоче кожну хвилину бути храмом Божим — відкине цигарку так, як погану думку, всяке нечисте відчуття та покаже свою гарячу віру і любов до Бога⁸.

Багато хто із нас занурюється у світ казки. У цій особистій казці панує віра у власну захищеність від усіх небезпек, яка допоможе уникнути негативних наслідків, пов'язаних із ризикованою поведінкою. Багато людей думають, що вони не помруть, що смерть прийде, але не за ними. З одного боку, особиста казка може вважатися явищем позитивним, оскільки надихає на великі справи, посилюючи повагу до себе самого, а з іншого боку — може бути небезпечною, тому що спонукає людину нехтувати небезпекою ризикованої поведінки або вважати, що це проблема інших.

Проблема куріння криється у браку належного виховання, виховання поваги до власного здоров'я, яке є цінним Божим даром. Нам потрібно виховати у собі та в інших уміння керувати собою і відповідати за свою поведінку⁹.

З безмежної любови до Господа мільйони християн на подив гонителів і катів з радістю йшли на смерть і муки. Сьогодні від нас не вимагається йти на муки чи смерть. Єдине, що просить Ісус, — це жити в цьому світі, уникаючи гріха. То невже заради усього, що вчинив для мене Христос, я не можу відмовитися від куріння та від усього того, що оскверняє тіло і душу? А якщо ми не в силі відкинути усе це, то ми обманюємо себе та інших, що любимо Бога¹⁰.

Потрібно передусім перестати виправдовувати свою пристрасть, свою хіть, навіть найменшу, але потрібно її осудити перед Богом і самим собою. Потрібно молитися про зцілення, про спасіння. Господь називається Спасителем не абстрактно, а реально. Спаситель спасає від усіх слабкостей і пристрасті. Він визволяє. Він зціляє. Він простягає нам Свою спасаючу руку. Не відхилім, але приймим Йі. Приймим Христа в свою душу, тоді нам стане непотрібним будь-який сурогат щастя, в тому числі і тютюнопаління.

¹ Див. Чабан О. С., Ящук Я. М., Несторович Я. М. *Психічне здоров'я*. – Тернопіль: Укрмедкнига, 2008. – с. 96.

² Див. Терешкевич Д-Г. *Біоетика в системі охорони здоров'я і медичної освіти*. – Львів: Світ, 2008. – С. 111.

³ Див. <http://fond.lutsk.ua/img/news/56/smoking.pdf>.

⁴ Див. Чабан О. С., Ящук Я. М., Несторович Я. М. *Психічне здоров'я.....* – С. 96.

⁵ Див. там само, с. 97-103.

⁶ Див. Терешкевич Д-Г. *Біоетика....* – С. 112.

⁷ http://www.vatican.va/holy_father/john_paul_ii/speeches/1991/november/documents/hf_jp-ii_spe_19911123_droga-alcool_it.html.

⁸ Див. Боровець З. *Курити – не курити... Не все одно*. – Львів: Свічадо, 2008. – С. 30-35.

⁹ Див. Ді П'єтро М. Л. *Виховання поваги до здоров'я // Біоетика / За ред. Е. Згреча, А. Спаньйола, М. ді П'єтро*. – Львів: Медицина і право, 2007. – С. 332.

¹⁰ Див. Боровець З. *Курити – не курити....* – С. 37-38.

Список використаних джерел

1. Боровець З. *Курити – не курити... Не все одно*. – Львів: Свічадо, 2008.

2. Згреча Е., Спаньйола А., ді П'єтро М. *Біоетика*. – Львів: Медицина і право, 2007.

3. Терешкевич Д-Г. *Біоетика в системі охорони здоров'я і медичної освіти*. – Львів: Світ, 2008.

4. Чабан О. С., Ящук Я. М., Несторович Я. М. *Психічне здоров'я*. – Тернопіль: Укрмедкнига, 2008.

Інтернет-ресурси:

5. http://www.vatican.va/holy_father/john_paul_ii/speeches/1991/november/documents/hf_jp_ii_spe_19911123_droga-alcool_it.html.

6. <http://fond.lutsk.ua/img/news/56/smoking.pdf>.

Рукопис наукової статті надійшов до редакції «Доброго Пастиря» 01.10.2010 р.