

М. Конюкова



ДОРОГА ИЗ АДА

**При поддержке общественной организации
«АЗАРИЯ» — Матери против наркотиков**

Ростов-на-Дону
Феникс
2015

УДК 616.89:159.9
ББК 56.14+88.4
КТК 3541
К65

Конюкова М.

К65 Победить наркоманию : дорога из ада/ М. Конюкова. — Ростов н/Д : Феникс, 2015. — 157, [1] с.

ISBN 978-5-222-22267-6

«Мой ребенок никогда не будет наркоманом! Ведь мы — хорошие мама и папа!» Так думает большинство родителей. Но когда однажды они понимают: сын или дочь употребляет наркотики, их охватывают боль, ужас, отчаяние. Они мучают себя вопросами: В какой момент была допущена ошибка в воспитании? Что делать? Контролировать каждый шаг заблудшего чада? Увещевать? Ругать? Угрожать? Запирать дома? Ничего не помогает. В Санкт-Петербурге уже более двадцати лет работает общественная родительская организация «АЗАРИЯ» — Матери против наркотиков». Она объединила людей, которых связала общая беда: их дети стали наркоманами.

Так как же помочь ребенку, который сбился с пути? Члены «АЗАРИИ» предлагают, на первый взгляд, парадоксальную методику. Оставить наркомана в покое, перестать его увещевать, контролировать, отдавать за него долги. Дать ему докатиться до «своего собственного» дна. Таким способом внушить ему чувство ответственности за то, что с ним происходит. Ведь, только оттолкнувшись от дна, человек способен начать подниматься на поверхность. Другого пути нет — это много раз доказано на практике.

В книге петербургской писательницы и журналиста Марии Конюковой — истории наркоманов, их родителей и тех, кто посвятил жизнь лечению страшной болезни под названием «наркомания». Болезни не только тела, но и души, и семьи, и всего общества в целом.

ISBN 978-5-222-22267-6

**УДК 616.89:159.9
ББК 56.14+88.4**

© Конюкова М., 2014
© Оформление: «ООО «Феникс», 2014

Введение

Какие они — наркоманы? В голову сразу приходит ответ: «Ужасные». Они страшные. Они и на людей-то не очень похожи. Они ходят по улицам, ездят в метро, покупают что-то в магазинах. Но они не такие, как мы — НОРМАЛЬНЫЕ люди. Они, как пришельцы с какой-то другой — черной, адской — планеты. Они только слегка похожи на НОРМАЛЬНЫХ людей.

У них безумные, стеклянные глаза. У них бледные лица. У них следы уколов на теле. У них абсцессы и флегмоны. У них отечные руки. От них иногда плохо пахнет.

Они страдают самыми страшными заболеваниями. Они их разносят. Они совершают преступления ради того, чтобы достать дозу наркотика. Им плевать на все и на всех, кроме веществ, на которые они «подсели». Они жестоки. Они лживы. Они безразличны к окружающим. Они не способны работать. Они плохо соображают. Они не приносят пользы обществу.

НОРМАЛЬНЫЙ человек никогда не станет наркоманом. Более того, у НОРМАЛЬНЫХ родителей дети не вырастают наркоманами.

А у кого дети вырастают наркоманами? Как это — у кого? У подонков, естественно. Хотите конкретнее? Пожалуйста: у самих алкоголиков

и наркоманов. И только у них? Тут наступает пауза. Все-таки есть сомнения относительно того, в какой семье может вырасти наркоман. Все-таки вряд ли родители наркоманов — только те, кто сам «балует» разными небезопасными препаратами. Почему-то это понятно. Приходят на ум где-то когда-то услышанные истории из серии: вот, мол, семья НОРМАЛЬНАЯ, а вырос в ней такой подонок.

Что такое НОРМАЛЬНАЯ семья? Почему-то сразу вспоминается телевизионная реклама. Он, она, двое детей — почему-то обязательно двое и обязательно разнополых. Они все одеты в светлое, они сидят за столом на улице. Вокруг — цветущий сад. Они смеются. Они... едят йогурт, к примеру. Понятно, конечно, что это так называемая рекламная подмена: вместе с молочным продуктом нам пытаются продать еще и счастливую семью. Сие-то очевидно: йогурт йогуртом, а удачный брак это удачный брак. Но на вопрос о том, могут ли дети, выросшие в такой рекламно-образцово-показательной семье, стать наркоманами, отрицательный ответ просто напрашивается. Где здоровая семья, там нет места наркотикам. А что такое здоровая семья? Она полная? Общеизвестно: многие зависимые от химических или психоактивных веществ (так я в этой книге буду иногда называть наркоманов) выросли в полных семьях. В ней больше одного ребенка? Опять нет. Встречаются семьи, где вырастает несколько наркоманов. А бывает, что только один ребенок из нескольких, растущих у одной пары, становится наркозависимым (еще одно название наркоманов). И единственные дочери и сыновья как бывают наркоманами, так и не бывают.

Наркоманы вырастают у алкоголиков и наркоманов? Также необязательно. Тут мы вспоминаем истории знакомых.

А-а-а, понятно. Наркоман может вырасти в любой семье. Его родные не обязательно пьют или принимают химически активные вещества. Не верим! Семья его может быть только на вид НОРМАЛЬНОЙ. На самом деле она НЕНОРМАЛЬНАЯ. В чем ее ненормальность? Тут опять возникает пауза. Ну... наверное, там родители малообразованные. Мама, скорее всего, работает уборщицей. Отношения между родителями НЕНОРМАЛЬНЫЕ. Отец избивает мать, к примеру...

Предположения о том, какой может быть семья, где вырос наркозависимый, можно строить бесконечно. И каждый пример можно опровергнуть историей из жизни. (Истории будут приведены в этой книге). А может, вообще, не стоит задумываться-то о семье какого-то там отщепенца? Ведь в понимании общества наркоман одинок. Живет, скорее всего, в каком-то притоне. С такими же, как он, потерянными для общества элементами. У НАС НЕ ПРИНЯТО ВОСПРИНИМАТЬ НАРКОЗАВИСИМОГО В СВЯЗИ С ЕГО ОКРУЖЕНИЕМ, В ТОМ ЧИСЛЕ В СВЯЗИ С СЕМЬЕЙ. Более того, российские наркоманы в общественном сознании существуют точно вне общества. Значит, их все же можно игнорировать?

Виталий Милонов, депутат Законодательного собрания Санкт-Петербурга, говорит: «Наше общество судьбы наркоманов не должны интересоваться, мы должны общество от них защищать». Это как? Как Гитлер: выявлять наркозависимых и отправлять их в концлагерь? Игнорировать? Расстреливать?

Понятно, что, игнорируя наркоманов, мы поощряем торговцев наркотиками. Значит, игнорировать нельзя.

У нас, слава Богу, нет закона, позволяющего убить человека за то, что он «привязан» к психоактивным веществам. О безнравственности подобной меры рассуж-

дать не хочется: всем уже набила оскомину цитата из Пушкина о милости к падшим. Заключение под стражу также вряд ли эффективно: в зоне от наркомании не лечат...

Те, кто давно занимается проблемой наркомании, твердо заявляют: ни одного наркозависимого нельзя воспринимать в отрыве от его окружения. В первую очередь — вне его семьи. То, что нами воспринимается как оторванность от близких, — лишь симптом болезни: общая отрешенность от мира и привязанность к единственному предмету «любви» — психоактивным веществам.



Большинство наркоманов **ЖИВУТ В РОДИТЕЛЬСКИХ СЕМЬЯХ**. Средний возраст смерти наркозависимых — 27 лет: многие из них просто не успевают завести собственные семьи.

У многих наркоманов родители — не пьяницы и не наркоманы. Жизнь с детьми превращается для них в ад. Родители, видя, как их дети гибнут, погружаясь в наркоманию, как в страшные черные воды, мучают себя вопросами: в чем мы провинились? За что нам такое наказание? В какой момент допустили ошибки в воспитании? Что это были за ошибки? Как их исправить?

Родителям страшно. Им страшно заглянуть в будущее. Им страшно от обвинений, которыми они мучают себя сами. Им страшно от того, как к ним относится общество. Ведь **НОРМАЛЬНЫЕ** люди считают: в **НОРМАЛЬНОЙ** семье наркоман вырасти не может. Правда, что есть нормальная семья, никто внятно не объясняет.

Родители не знают, как вести себя с человеком, в которого, по мнению некоторых из них, чуть ли не дьявол вселился. А что наркоман? Наркоман иногда плачет и клянется завязать. И матери кажется: жизнь нала-

живается и все мучения позади. До следующего срыва — возвращения к употреблению веществ, изменяющих психическое состояние. Иногда наркоман требует денег. Иногда скандалит и обвиняет родных в том, что его зависимость — результат неправильного воспитания. Иногда он просит прощения. Иногда попросту бредит. Иногда, наоборот, полон надежд, пребывает в приподнятом настроении и даже строит планы на будущее. Иногда пропадает на несколько дней. И мать обзванивает все больницы и морги. Иногда из дома пропадают деньги и ценности. Иногда домой приходят или звонят по телефону какие-то люди: они угрожают и требуют отдать долги сына или дочери...

Мама думает: сколько времени он или она будет гонять меня по этому страшному кругу? Когда же это закончится? В чем я провинилась? Такого ли ребенка я себе желала? Таким ли я его воспитывала? Она то плачет и кричит, то злится, то угрожает, то жалеет ноющего наркомана. И дает ему денег «в последний раз», чтобы он не умер. Она выплачивает его долги, чтобы «его не убили»...

Идет время. И однажды, поглядев в зеркало, она видит усталую, небрежно одетую женщину с потухшим взглядом. Женщину, которая живет настроениями и состояниями своего взрослого ребенка. Женщину, которая стала безразлична самой себе. Которая потеряла почти всех своих родных и друзей — она отдалилась от привычного окружения и никому не рассказывает, что у нее творится в жизни, потому что ей стыдно!

Кто-то спросит: а как иначе? Мать и должна жить ради детей. Доля родителей — вечная жертва. Иначе они плохие родители. Только вот от этой самой жертвенности ничего в лучшую сторону не меняется. Наркоман все так же принимает наркотики. Мать то плачет,

то замыкается в усталом, тягостном молчании. Так проходят годы.

Иногда вместе с нерезультативной борьбой и отчаянием приходит болезнь. Никто не ведет статистику, сколько матерей умерли, так и не увидев своих детей здоровыми. И сколько матерей похоронили своих детей...

Что же делать? Неужели никак нельзя помочь родным наркомана? Неужели они без конца должны бегать по кругу — от надежды до отчаяния, целиком завися от состояний и настроений неадекватного человека?

ПОРАЗИТЕЛЬНАЯ ВСТРЕЧА

Эта история началась для меня в 2000 году. Я находилась тогда в декретном отпуске с сыном. Ему еще не исполнилось двух лет. Иногда, когда ребенка удавалось с кем-нибудь оставить, я «выходила в свет». Я люблю наблюдать за людьми: благодаря этой привычке мне даже в общественном транспорте нескучно (если, конечно, нет давки). Так вот, я стала замечать в метро молодых людей и девушек в каком-то странном состоянии. Пару раз я видела бледных парней со следами уколов на кистях рук. Не надо быть профессором медицины, чтобы понять: у тех, кто колет в вены кисти, больше колоть некуда. Наверное, на сгибах локтей и на щиколотках — нарывы...

Я не чувствовала к этим людям никакой ненависти. Да и жалости, если честно, не было. Было просто грустно. Грустно, что гибнут молодые. Грустно, что гибнут так глупо и бессмысленно.

Гораздо сильнее я ощущала страх. Страх за своего ребенка. Наверное, это смешно: мама крошечного мальчика боится, что он лет через -дцать пристрастится к наркотикам. Возможно, такую чрезмерную тревожность

мне продиктовало мое свежее и неопытное материнство. Но я в те первые месяцы 2000 года почувствовала: в город пришли тяжелые наркотики, их много и они достаточно доступны. В тот момент я однозначно ассоциировала себя не с наркоманами, а с их близкими. Ведь это же ясно, что человек, зависимый от химических веществ, вряд ли может зарабатывать. Но кто-то же купил этому бледному парню куртку и кроссовки, которые на нем! Он не выглядит истощенным — значит, кто-то его кормит! У него вряд ли уже есть собственная семья. Значит, скорее всего, его кормят и одевают родители. Или мама...

Вскоре одна моя знакомая дала мне телефон организации «АЗАРИЯ» — Матери против наркотиков». Я договорилась, что напишу о них в «Московские новости». По дороге на встречу с мамами наркоманов в голове у меня, как, наверное, у многих журналистов в аналогичной ситуации, вертелся будущий материал. Нечто душераздирающее, естественно. А что еще может быть написано о людях, на глазах которых гибнут их собственные дети? — думалось мне. Вот собираются несчастные женщины, плачут вместе, за руки держатся. И становится им полегче.

Встреча с теми, кто называет себя азарянками, стала, наверное, самым впечатляющим интервью в моей журналистской практике. Самым неожиданным. Самым интересным. Самым парадоксальным.

С того дня прошло почти полтора десятка лет. Профессиональная жизнь приносила в мою жизнь сотни респондентов. Среди них было немало умных, интересных и оригинально мыслящих людей. Но такого ошеломляющего впечатления в моей «рабочей» жизни больше не было.



Меня встретили пять женщин в возрасте от сорока с небольшим до примерно пятидесяти с небольшим. Спокойных и доброжелательных. Свободных. Негромко говорящих. Более того, ОНИ СМЕЯЛИСЬ И УЛЫБАЛИСЬ. Слез не просто не было. Во время беседы я не слышала их ни у кого из них в голосе.

Привычный мир, в котором я жила, завертелся в непривычную сторону и заиграл странными красками. Привычные представления рушились.

Как же так? Женщины, вырастившие наркоманов, не выглядят страдающими, не чувствуют себя виноватыми и вроде даже не задаются вопросом: когда я допустила ошибку в воспитании?

Мне было тогда двадцать семь лет, и я воспитывалась по советскому образцу и под большим влиянием литературы. Ее лучших произведений. Классика мировой литературы учила меня стремиться к идеалам самопожертвования. Прекрасный человек, которым я, в общем, всегда хотела стать, должен делать счастливыми близких ему людей. Как? Он должен прежде всего думать о других. Угадывать их желания и исполнять. А когда гибнет близкий человек? Так его нужно живым из огня вытащить! Соня Мармеладова из «Преступления и наказания» Достоевского вышла на панель, чтобы спасти семью, разоренную ее отцом-алкоголиком. Дядя Ваня из одноименной пьесы Чехова жил, чтобы обеспечивать весьма иллюзорные научные достижения профессора Серебрякова. Да, жертвующему плохо, тяжело, трудно. Но кто обещал, что будет легко? Такой и должна быть настоящая любовь. Любовь и погубить может — нас так учили. Нас так воспитывали.

Члены «АЗАРИИ» не выглядят страдающими. Они лицемерят? Они не любят своих детей? Может, они

просто толстокожие? Они же ДОЛЖНЫ СТРАДАТЬ! Общество принимает родных наркомана в двух видах: либо мучающимися, либо отчаявшимися.

Почему они не выглядят несчастными?

В тот день я впервые услышала термин «созависимость». В этой книге будет не одно определение этого явления. Я же тогда для себя определила созависимость как заполнение душевного пространства одного человека чувствами и настроениями другого, к сожалению, нездорового, зависимого человека. В основе созависимости лежит страх потери близкого. Но вот в чем парадокс: нездоровый, зависимый человек как будто и не боится никаких потерь. Так устроена эта болезнь, которая запускает механизм самоуничтожения. Он идет своим путем, морально уничтожая тех, кто к нему привязан. Близкие готовы за возможность физически быть рядом с ним платить своим психическим и материальным благополучием, здоровьем, временем. А он не задумывается об их чувствах. И чем меньше его волнуют эмоции тех, кто им дорожит, тем больше близкие вовлекаются в отношения с ним. Так строят свою жизнь с близкими наркоманы. Они больны. И мы должны относиться к ним, как к больным. И речь тут не о пощаде и поблажках, а о так называемой жесткой любви.

Все-таки зависимость, конечно, — болезнь. Но болезнь особая. Больной как раз выглядит очень независимым, наглым, сбивающим границы всех общепринятых моральных норм. Но на самом деле он слаб. Чрезвычайно связан со своим окружением. А вызывающее поведение — один из симптомов недуга. Именно родные и близкие наркомана своим желанием «вытащить его живым из огня» провоцируют дальнейшее развитие зависимости. На неправильные поступки их толкает любовь. В чем же состоит это неправильное, провоцирующее поведение? ПРЕЖДЕ ВСЕГО — В ЖЕЛАНИИ

БРАТЬ НА СЕБЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ПОВЕДЕНИЕ И ДЕЙСТВИЯ ДРУГОГО — ПУСТЬ ОЧЕНЬ ЛЮБИМОГО, — НО ДРУГОГО ЧЕЛОВЕКА. Вот тот материал, вышедший в 19-м номере «Московских новостей» за 2000 год:

«Жестокая любовь»

Поиск денег, покупка дозы, кратковременное облегчение, ломка, поиск денег... По этому кругу наркотик может гонять своего раба несколько лет. В это время его родные и близкие движутся по своей орбите: подозрения, скандалы, слежка, трата последних денег на насильственное лечение сбившегося с пути чада.

Очевидно, невозможно избавиться от болезни того, кто говорит, что он здоров, бросит наркотики хоть завтра, вот только дайте денег на дурь и отвяжитесь.

Шесть лет назад в Петербурге несколько отчаявшихся женщин поняли, что нельзя бороться вместо своих детей, можно бороться только вместе с ними. В обществе «АЗАРИЯ», которое они тогда основали, наркоманов не лечат. Родители учат друг друга «жесткой любви» к своим детям, которая не гарантирует избавления от пагубного пристрастия, но иногда заставляет наркомана понять, что никто другой не несет ответственности за его поступки.

Передо мной — четыре женщины: директор детского сада, метеоролог, инженер, историк-библиограф.

Спрашиваю:

— У вас хорошие дети?

— Да.

— А если б я каждой из вас предложила написать свои “Записки сумасшедшей”, про то, как вы живете со своим ребенком с тех пор, как поняли, что он — наркоман, вы бы смогли?

— Легко...

“Я без конца то кричала, то плакала...”

— Нашу семью все считали благополучной, хотя жилось нам нелегко: мы с мужем работали с утра до ночи, чтобы обеспечить себе и сыну нормальный уровень жизни. Мне казалось, у меня удачный сын, хотя теперь я понимаю, что мы вместо того, чтобы лишний раз пообщаться с ребенком, выясняли его желания и кидались их выполнять. До поры до времени практически все, что он хотел, совпадало с надеждами, которые мы на него возлагали. Однажды мне позвонила мать сокурсника моего сына и сказала, что наши дети уже несколько месяцев “сидят” на героине. Я наорала на нее: да как она смеет такое говорить про моего сыночка!.. А потом из дома начали исчезать вещи и деньги. Сын приходил с ночных дискотек таким усталым и бледным, что я никак не могла отнести это на счет танцев. Через три месяца я позвонила той женщине и извинилась. К этому моменту мой семнадцатилетний сын уже был наркоманом с семимесячным стажем. В нашей семье началась новая жизнь. Я без конца то кричала на сына, то плакала, то угрожала, то пыталась утешать. Я даже стала его бить. Да и сын в долгу не оставался — однажды так толкнул меня, когда я пыталась отнять у него мою сумочку с деньгами, что я отлетела к стене. А он взял деньги и ушел. Муж орал, что это я и только я воспитала такого урода. Да мне и самой так казалось.

Мы купили телефон с определителем номера — за несколько месяцев я переписала в книжку около 200 неизвестных мне номеров. Каждого возвращения сына я ждала с ужасом: нормальный придет или «под кайфом», да и вернется ли вообще? Мы запирали сына дома. Однажды, когда мы были в другой комнате, он из окна кухни перепрыгнул в окно лестничной площадки — и был таков. Живем мы на четвертом этаже, и этот прыжок мог стоить ему жизни. Я стала другим человеком. Дома я плакала и скандалила. На людях старалась улыбаться: мне казалось, что стыднее моей беды быть не может... Раздавала сыновьи долги соседям и знакомым. Моя деланная веселость никого не убеждала: доброжелатели советовали обратиться к психиатру. Однажды подруга, которой я все же решила открыться, рассказала об обществе родственников наркоманов... Из «АЗАРИИ» я возвращалась домой с уже вполне искренней улыбкой. Какое «счастье»: мой сын жив, не в тюрьме, не в сумасшедшем доме...

**“Первые четыре месяца после похорон
я провела в психиатрической больнице”**

— Я рано рассталась с мужем и растила одна двух сыновей-погодков. Работала с утра до вечера на две ставки, чтобы детей одеть и прокормить. Приходила всегда такая уставшая, что не заметила, как дети пристрастились к наркотикам. Когда узнала об этом, схватила обоих в охапку и уехала в другой город, к родным. Там меня и настигла беда: однажды мне позвонили и сказали, что младшего сына нашли в парке в полубессознательном состоянии. Я кинулась туда, взяла чуть ли не на руки моего мальчика, и мы поехали в больницу. Сын все

время держался за голову, корчился от боли и повторял: “Мама, помоги...” В больнице его сразу отправили в реанимацию. Пока я ждала за дверью, мне и в голову не приходило, что видела я его живым в последний раз. Вышел врач и сказал, что после второй остановки сердца подряд они не смогли его оживить. Сыну тогда было 20 лет. Следующих двух лет своей жизни я не помню: не знаю, что и когда ела, как и во что одевалась, когда бодрствовала, а когда спала. Первые четыре месяца после похорон я провела в психиатрической больнице. Мой старший сын самоотверженно за мной ухаживал. При этом он оставался наркоманом: выбегал на полчаса за дозой, а потом опять стирал, убирал, готовил. Я поняла, что теряю второго ребенка. Я истратила много денег, безуспешно пытаюсь вылечить сына, который говорил, что здоров. Первое, что поняла в “АЗАРИИ”: находясь в истерическом состоянии, я не смогу помочь своему ребенку.

Главное — не сгореть вместе с ними

Сегодня в “АЗАРИИ” около двух сотен членов — матерей, конечно, больше, чем отцов. Отцы, как показывает практика, воспитанные в “лучших” патриархальных традициях, часто уходят из семей, где им перестают создавать благоприятную атмосферу. Еще и потому, что организация имеет второе название — “Матери против наркотиков”. Себя ее члены называют созависимыми, хотя ни разу в жизни не пробовали наркотиков. По данным социологов, в Петербурге сегодня как минимум пятьдесят тысяч наркозависимых. А сколько близких переживают за каждого из них? Вот и считайте, сколько в Питере созависимых. Лекции, семинары

и занятия в организации в прошлом году посетили более двух тысяч человек. Руководитель “АЗАРИИ” Любовь Спизжарская теперь почти уверена, что наркоманами становятся дети тех родителей, которые пытаются все делать за своих детей, стараясь тем самым уберечь их от тягот жизни. У таких взрослых не остается времени на то, чтоб развить души своих сыновей и дочерей, научить их любить своих близких, они боятся причинить им боль.

Конечно, следует осознать ошибки в воспитании. Но мучиться комплексом вины перед собственным ребенком не стоит, потому что именно этот комплекс и приводит родных к эмоциональной зависимости от наркомана, от его состояний и настроений. У родителей нет времени на скандалы, потому что российские потребители “белой смерти” живут недолго — ведь бойкие торговцы подмешивают в зелье и сахар, и крысиный яд, и стиральный порошок. Женщины, с которыми я разговаривала, много улыбаются, даже смеются, в их движениях нет ни тени внутреннего напряжения. Думаю: “Может, они не в себе?” Одна вдруг говорит, что ее сын недавно опять “сорвался”, так добродушно, как будто он халвы объелся, а не наркотиков.

— Это не равнодушие, — говорит Спизжарская, — это эмоциональная независимость.

Сын первой из рассказчиц уже полгода, как не колет. Мать считает, что это благодаря тому, что она научилась его “жестко любить”:

— Перестала раздавать долги. Сказала сыну, что после 11 вечера домой его пускать не буду, и однажды выполнила свое обещание.

— Вы не боялись, что именно в эту ночь он умрет от передозировки или останется жить в каком-нибудь притоне?

— Если он решил быть наркоманом, то это все равно рано или поздно произойдет. А в притоне оставаться незачем, там не кормят, не одевают и наркотики бесплатно не раздают. Сын стал нагло возвращаться домой “вмазанным”. До 11 вечера, конечно, потому что ночевать на вокзале ему не понравилось. Но я стала уравновешенной. Однажды к нам домой ворвались четыре амбала и потребовали отдать долги сына. Я им: “У меня денег нет. Это не мой долг”. Ушли. Наркоманы часто подсылают своих знакомых для инсценировки рэкета... Однажды сын сам попросил узнать телефон одной общины за городом, где проходят лечение наркоманы. Я достала ему номер — и только.

Мать не обольщается: наркоман может “сорваться” в любой момент. Но теперь он знает, что ему опять придется дойти до самого дна. Азарией звали одного из библейских праведников, который прошел невредимым сквозь огонь. Родители говорят, что их дети сегодня идут сквозь пламя, а они идут рядом с ними. Только теперь матери понимают, что не должны сгореть вместе со своими детьми».



Возникает вопрос: почему должны меняться близкие наркомана? Ведь, если можно так выразиться, плохо себя ведет он, а не его родные. Пусть он и меняется. Пусть берет себя в руки — завязывает с наркотиками. А мы за него и за себя порадуемся. Но так не получается.

Ваш ребенок употребляет наркотики? Добро пожаловать во вселенную с другими правилами игры. «Жертвенная» система координат, заданная Федором Михайловичем Достоевским и другими гуманистами, в этой

галактике не действует. Здесь свои законы. И чем быстрее родные их постигнут и научатся по ним жить, тем быстрее выздоровеет чадо. Вероятно, что быстрее выздоровеет.

Поведение созависимых родных больного легко описывается стандартным психологическим треугольником «преследователь-спаситель-жертва». Преследователь чувствует в себе огромную силу. Он — эдакий Шварценеггер-победитель чудовища-наркомании. Он следит за наркоманом, контролирует каждый его шаг, отдает за него долги, назидает его, поучает, скандалит. Преследователь намерен руками из огня вытащить заблудшее чадо.

Спаситель плачет над «несчастливым ребенком», жалеет его, сочувствует его мучениям, психологически зависит от состояний больного.

Жертва жалеет себя. За что мне такие мучения? Почему я так страдаю? Как он мог не оправдать мои ожидания?

Роли меняются с калейдоскопической скоростью. По такому кругу созависимый может бегать бесконечно. И, к сожалению, даже извлекать мазохистское удовольствие из каждого состояния.

Есть только одна проблема: от пребывания в вышеупомянутом треугольнике ситуация не улучшается ни на йоту. Наркомания разгоняется. Созависимый погружается все в большее безумие. Оба героя страшной драмы гибнут — и морально, и физически.

Именно поэтому поведение созависимых родных химически зависимого человека называют термином «спасительство». Не спасение, а именно спасительство — стратегия, которая не ведет к выздоровлению.



Наркоман подобен тонущему, который способен всплыть, только оттолкнувшись от дна. Как ни парадоксально, задача близких — обеспечить ему скорейшее попадание на это самое дно. О людях с варварским поведением — а к их числу вполне можно отнести страдающих химическими зависимостями — психолог Александр Асмолов сказал: «...только реальное изменение жизни, показывающее невозможность принятых ими типов адаптации, может привести к крушению фанатичного варварского поведения».

А где оно — это дно? Это, к несчастью, можно определить только опытным путем. Некоторым достаточно остаться без денег — такая история будет приведена в этой книге. А для некоторых дно — это смерть. Тут уж всплыть невозможно...

Историю умершей наркоманки расскажет ниже ее мать. Я понимаю, что слова о смерти как о нижней — необратимой — точке страшны. И близкие погибшего наркомана сотни тысяч раз после его ухода будут прокручивать события назад, спрашивая себя: что я мог сделать для того, чтобы сын (или дочь) остался жив? Но он сам выбрал этот путь и прошел по нему до конца. Родители не желали ему такого будущего. Никто не хочет стать наркоманом или алкоголиком, все хотят только попробовать: повеселиться, испытать новые ощущения, узнать нечто необычное... Но зависимость иногда возникает после первой же пробы! В Швеции выпущен плакат: нарисован класс детей, которым учитель предлагает: «Поднимите руки те, кто хочет стать алкоголиком или наркоманом». Конечно — ни одной руки. В Польше провели опрос наркоманов, отказавшихся от употребления психоактивных веществ. Спрашивали о том, как они себя видели в будущем до того, как заболели. Как оказалось, никто не желал себе такой судьбы.



Азарией звали отрока из Ветхого Завета. Вот как написано о нем и его товарищах, Анании и Мисаиле, в Книге Даниила: «А сии три мужа... упали в раскаленную огнем печь связанные. И ходили посреди пламени, воспевая Бога и благословляя Господа. И, став, Азария молился и, открыв уста свои среди огня, возгласил: *«Благословен Ты, Господи Боже отцов наших, хвально и прославлено имя Твое вовеки...»* А между тем слуги царя, ввергшие их, не переставали разжигать печь нефтью, смолою, паклею и хворостом, и поднимался пламень над печью на сорок девять локтей и вырывался, и сожигал тех из Халдеев, которых достигал около печи. Но Ангел Господень сошёл в печь вместе с Азариею и бывшими с ним и выбросил пламень огня из печи, и сделал, что в середине печи был как бы шумящий влажный ветер, и огонь нисколько не прикоснулся к ним, и не повредил им, и не смутил их. Тогда сии трое, как бы одними устами, воспели в печи, и благословили и прославили Бога».

Наркоманы идут сквозь огонь. И неизвестно, кому из них суждено пройти сквозь пламя живым, как библейскому отроку, а чья судьба превратится в пепел. Только должны ли их близкие погибнуть вместе с ними? И помогут ли они кому-либо своими мучениями? Пожалеет ли наркоман свою рыдающую от безысходности маму?

Слово «азария» созвучно с русским словом «озарение». Придя в эту организацию, родные и близкие начинают работать над собой, чтобы достичь этого самого озарения. Ничего мистического: в данном случае озарение — это эмоциональная независимость от больного человека.

И опять парадокс: любит, скорее, тот, кто эмоционально не зависит, а не тот, кто живет миром и в

мире другого человека. Это я хочу показать и доказать в своей книге.

Безусловно, термин «созависимость» распространяется не только на родных наркоманов.

Созависимы близкие алкоголиков, которые мало чем отличаются от родных наркоманов. Просто алкоголь в большинстве случаев убивает человека медленней, чем наркотики. И зависимость от него формируется медленнее. Вот и вся разница.

Созависимы жены мужей-насильников, которые живут в ожидании: когда же он одумается и перестанет пинать?

Созависимы подчиненные начальников, которые, как дети, радуются выплате зарплаты, задержанной на несколько месяцев...

Созависимы близкие тяжело больных людей, каждый день жизни которых дарит им то надежду, то разочарование...

Человек не любит одиночества. Конечно, каждый из нас пребывает в зависимости от чувств и состояний близких людей. Мы не можем оторваться от общества. Особенно от тех, кого любим. Но когда любовь превращает жизнь любящего в ад, когда любимый человек нас не слышит, когда он нас ругает, разоряет, когда мы слышим только угрозы и упреки, когда он не выполняет своих обещаний, когда наша жизнь превращается исключительно в отношения с психически нездоровой личностью, тогда мы должны меняться. Меняться, чтобы остаться в живых.



Каков он — этот мир наркотиков? Каковы они — наркоманы? В какой реальности существует наркоман? Какой мир неожиданно вырастает рядом с близкими наркомана? Во что он их втягивает?

Часть 1

НАРКОМАНЫ. ХРОНИКИ БЕЗУМИЯ

Момент, когда колешься не для того, чтобы тебе стало хорошо, а чтобы не было плохо, наступает очень быстро.

Эдит Пиаф

Главные герои этой книги — безусловно, близкие наркоманов. Их матери. Ибо опыт показывает: матери больше всех страдают за своих химически зависимых детей и мамы же больше всего страдают от них. Жена или муж может сменить партнера. Отец нередко отстраняется от проблем ребенка-наркомана, а иногда и от семьи вообще. В большинстве случаев именно мать проходит все круги ада рядом с наркозависимым.

Но для того, чтобы понять, кто «неожиданно» оказывается рядом с матерью, во что превращается ее ребенок, я взяла несколько интервью у наркоманов.

Сразу оговорюсь: я специально выбирала тех, у кого большой так называемый стаж трезвости — время, в которое они не принимали никаких веществ, изменяющих психику. Конечно, я могла говорить с теми, кто недавно отказался от нарко-

ников. Почему были выбраны именно давно начавшие выздоравливать наркоманы? Эти люди за годы трезвости отрефлексировали свой опыт, пришли в отношении него к четким выводам и поняли, почему они отказались от наркотиков и что психоактивные вещества сделали с их жизнями.

Наркомания — пожизненная болезнь, в которой может быть ремиссия (возможно, пожизненная) или обострение, которое принято называть срывом. Во время срыва человек принимает наркотики. Во время ремиссии — нет. Термина «выздоровевший наркоман» не существует, ибо сорваться может любой и в любой момент. Употребляют словосочетание «выздоровливающий наркоман». Этот термин намекает на возможность срыва, который может произойти и о котором не следует забывать.

Выздоровливающие наркоманы борются с собой. Они горды тем, что отказались от дури. Ведь вся жизнь выздоравливающего наркомана — ежедневная работа над собой. (Впрочем, жизнь человека — это вообще работа над собой.)

Хоть каждый из героев этой книги шел к болезни своим путем, хоть они вышли из очень разных семей, из разных социальных слоев, в их рассказах много общего.

Каждый ждал, что вещество принесет в его жизнь то, чего не хватало: кому-то тепла, кому-то уверенности в себе, кому-то веселья. Каждый в самом начале болезни это получил. Каждый, получив желаемое, не смог отказаться от наркотиков. И за так называемым роковым, счастливым периодом приема психоактивных веществ наступило время расплаты, когда только с помощью наркотика можно прийти в более-менее (очень относительно) нормальное состояние. Зато без него

жизнь превращается в ад, наполненный физическими и моральными страданиями. Наркотик, как огонек на болоте, обманывает тех, кто пустился в путь за ним.

Путь выздоровления для тех, кто выжил, тяжел и некороток. На нем человека ждут срывы и подъемы. Наркоманы грустно шутят: все бросают принимать наркотики — некоторым удастся сделать это при жизни.

У каждого из героев этой книги — свое дно. Одна испугалась лишения родительских прав, другая — тюрьмы. Один пришел в ужасное физическое состояние, другой побоялся развода...



Люди, с которыми я говорила, — очень разные. Почему они стали наркоманами?

Причины болезни я бы разделила на четыре группы:

1. Нездоровая обстановка в семье.
2. Неудачное окружение.
3. Генетическая предрасположенность.
4. Личные качества.

И все равно даже наличие всего «комплекса» из четырех пунктов не обязательно делает из человека наркомана. И, наоборот, к примеру, только нездоровая обстановка в семье может спровоцировать болезнь. Общеизвестно: есть немало людей, выросших в ужасных условиях, но ставших и хорошими, и успешными, и психически здоровыми. И, наоборот, бывает, что, так сказать, ничто не предвещало. А ребенок превращается в мучение и тяжкий крест для домочадцев. Никто не застрахован от наркомании. Как и от любой болезни вообще.

Но наркомания все же ЛИЧНЫЙ ВЫБОР человека, который должен нести ответственность за его последствия.



Отношение общества к наркозависимым у нас кодируется от слезливых сантиментов: ах бедные, ах больные, ах мученики, ах мы должны их спасать — до крайних проявлений агрессии: наркоманы — отбросы общества, их надо сажать, расстреливать, и вообще, когда же они наконец все вымрут? Истина, как почти всегда случается, пребывает посередине.

Наркомания — болезнь, а не форма распущенности. Но, как я уже писала выше, без «вмешательства» потенциального больного она не возникает.

Да, к примеру, онкологическому больному или родителям тяжело больного ребенка не понять ни наркомана, ни его родных, потому что в их случае для того, чтобы стать жертвой недуга, не нужно ничего предпринимать. Болезнь приходит сама, не спрашивая разрешения. А наркозависимый, зная о последствиях приема психоактивных веществ, сам встает на этот путь. Да, зависимость от наркотиков формируют вышеуказанные факторы. Но и они — не залог наркомании. Повторю: употреблять наркотик или нет — это решение принимает сам человек. Но, к сожалению, в ранней молодости (а большинство «пробуют» дурь впервые в очень юном возрасте) еще не все зрелые и ответственные личности.

Как мне кажется, нам, ненаркоманам, следует отделиться от всех сильных эмоций, которые неминуемо вызывают наркомания и ее жертвы. Следует просто констатировать: у нас нет другого выхода, кроме как лечить химически зависимых людей. Почему? Хотя бы потому, что наркоманы не исчезнут по мановению чьей-то волшебной палочки, извините за цинизм. Наркомания — это преступность, это инфекции, это безответственное родительство. Список можно продолжать до

бесконечности. Есть такое понятие: снижение вреда. Леча наркоманов, мы снижаем вред, который эта болезнь приносит всем нам.

Еще почему стоит их лечить? Их стоит лечить, потому что это выгодно: давно подсчитано, что выгодней именно лечить наркозависимых, чем ждать, когда они вымрут сами. Тем более, этого не случится никогда: места погибших занимают «вновь прибывшие».

Я бы отделяла наркоманов, которые приняли решение лечиться, от наркоманов, которые пока лечиться не хотят. Если же человек хочет выздороветь, ему надо дать шанс. Как и любому больному, желающему избавиться от недуга.



Какими мне кажутся наркоманы? Они, конечно, очень разные. Общие черты, которые я заметила, это некоторая общая — и довольно очевидная — слабохарактерность, страх перед жизнью и легкомыслие: отсутствие прогностического мышления. Впрочем, повторюсь: не все те, кого отличают эти черты, становятся зависимыми от химических веществ.



Я очень благодарна выздоравливающим наркоманам, которые согласились поделиться своими историями. Мне кажется, стремление предостеречь других от желания пробовать наркотики делает им большую честь. Даже если они (все, кроме Петра Балдаева) попросили не называть в книге их истинных имен.

Каждая из историй начинается коротким рассказом из серии «Записки сумасшедшего». В них мои собеседники рассказали о том, чего они никогда бы не сделали сегодня, отказавшись от наркотиков. Записки сумас-

медных — иллюстрации к безумию, в которое ввергает человека наркомания.

Но до рассказов наркоманов — мой небольшой репортаж с собрания группы анонимных наркоманов.

СОБРАНИЕ ГРУППЫ АНОНИМНЫХ НАРКОМАНОВ БОЛЬ И ТОТАЛЬНОЕ ПРИНЯТИЕ.

И долго не могла найти время для посещения собрания группы анонимных наркоманов. Вечером в одну из суббот поздней осени я-таки собралась туда.

По дороге ругала себя: и зачем выбрала такой день? Вечером первого выходного люди развлекаются, а не встречаются с братьями по несчастью, чтобы рассказать о своих проблемах и выслушать чужие тяжелые истории. Наверное, туда никто, кроме меня, не придет.

Как я ошибалась! Я явилась буквально за минуту до начала: небольшая комната на первом этаже одного из зданий в центре города была набита людьми до отказа. И с трудом пробралась на последнее свободное сидящее место. Те, кто опоздал, стояли.



Собрание началось. Ведущий (эту роль участники группы берут на себя по очереди) зачитал программу «Двенадцать шагов». Вот она (с сайта www.12step.ru):

- 1 Мы признали свое бессилие перед своей зависимостью, признали, что наша жизнь стала неуправляемой.
- 2 Мы пришли к убеждению, что только Сила, более могущественная, чем наша собственная, может вернуть нам здравомыслие.
- 3 Мы приняли решение препоручить нашу волю и нашу жизнь Богу, как мы Его понимаем.

4. Мы глубоко и бесстрашно исследовали себя с нравственной точки зрения.
5. Мы признали перед Богом, собой и каким либо другим человеком истинную природу наших заблуждений.
6. Мы полностью подготовились к тому, чтобы Бог избавил нас от всех этих дефектов характера.
7. Мы смиренно просили Его избавить нас от наших недостатков.
8. Мы составили список всех тех людей, которым мы причинили зло, и преисполнились желанием возместить им всем ущерб.
9. Мы напрямую возместили ущерб тем людям, кому это было возможно, за исключением тех случаев, когда это могло навредить им или другим людям.
10. Мы продолжали самоанализ и когда допускали ошибки, сразу признавали это.
11. Путем молитв и размышлений мы старались улучшить свой осознанный контакт с Богом, как мы Его понимали, молясь лишь о знании Его Воли, которую нам надлежит исполнить, и даровании силы для этого.
12. Достигнув духовного пробуждения в результате выполнения этих шагов, мы старались нести весть об этом другим наркоманам и применять эти принципы во всех наших делах.

Дальше стали предлагать темы для обсуждения. Их записали на доске, висевшей на стене. Темы простые: «Как себя радовать», «Что мешает выздоравливать» и т.п.

Я обвожу глазами комнату.

Я — журналист и преподаватель гуманитарных предметов — привыкла видеть в аудитории в основном представительниц женского пола. А здесь мужчины составляют примерно 70 процентов присутствующих.

Публика выглядит разношерстно. Вот красивая женщина лет тридцати с небольшим. На ней дорогая кожаная куртка. Рядом — девочка, почти подросток: худая, бледная и бедно одетая.

Вот парень — явно из хорошей семьи. Так в студенческие годы выглядели мои приятели-технари. Рядом с ним — мужчина ужасного вида. За версту видно, что он принимает наркотики давно, регулярно, и Бог знает, сколько ему еще времени отпущено на этом свете. В середине зала — наркоманка с черно-серым лицом. Она что-то негромко рассказывает хорошенькой девушке, сидящей рядом. Какой у говорящей хриплый, прокурный голос! Хорошенькая девушка что-то отвечает, улыбаясь. У нее трогательные ямочки на щеках, а вместо зубов — черные пеньки.

Ведущий призывает группу к тишине. Слово берет мальчишка лет восемнадцати. Он розовощек и светло-волос.

— Я Леша, я наркоман. Я чист уже два дня.

Группа аплодирует.

Выступают наркоманы с разными стажами трезвости: от пары дней лет до десяти.

Они очень разные. Я с трудом могу себе представить еще место, где бы собрались люди из столь разных социальных слоев.

— Я Дима, я наркоман...

— Я Лена, я наркоманка...

— Я Сережа, я наркоман...

Сколько их...

Они делятся разным. Одна женщина радостно сообщает группе, что ей удалось вернуть родительские права на десятилетнего ребенка. Группа аплодирует.

Парень говорит о том, как приятель предложил ему дозу, а у него хватило воли отказаться. Группы аплодирует.

Девушка сообщает, что на этот субботний вечер у нее были другие планы. Но ей так захотелось принять наркотик, что она побоялась «сорваться» и отменила развлечения. И вот она здесь. Группа аплодирует.

Мужчина жалуется на то, что ему никак не удастся устроить личную жизнь. У него сбивчивая и неграмотная речь...

Парень измученного вида говорит о своих опасениях: не знает, сможет ли найти работу после того, как окончательно бросит наркотики. Мне странно хочется сказать ему, что с проблемами надо разбираться по мере их поступления. Но здесь нельзя комментировать и перебивать рассказчика.

Тут не спрашивают фамилий. Тут просто слушают тех, кто хочет высказаться.

В комнате — странная атмосфера боли, принятия и доброжелательности одновременно.

Группа выслушивает еще несколько историй.

Потом все — и я в том числе — встают в цепочку (по обеим сторонам от меня — мужчины), обнимаются и произносят молитву:

— Боже, дай мне разум принять то, что я не в силах изменить,

Мужество — изменить то, что могу

И мудрость — отличить одно от другого.

Я странно себя чувствую, обнимаясь с совершенно не знакомыми мне мужчинами.



Все начинают расходиться. Я выхожу на улицу в темный двор. Во дворе курят и негромко переговариваются участники группы, которые, по всей видимости, знают друг друга не первый день.

Я выхожу на ярко освещенный проспект.

Я не понимаю этих людей, не могу сказать, что они мне нравятся и что они душевно близки мне и похожи на тех, с кем я дружу и работаю. Я вижу, как им тяжело выздоравливать, испытываю к ним жалость. Я желаю им самого легкого и безболезненного выздоровления.

На душе у меня тепло.

ОБМАНУТЫЙ ГУДВИНОМ

Из записок сумасшедшего:

«Однажды я принимал наркотики у себя дома вместе с одной девушкой. У нее случилась тяжелая передозировка — даже с западением языка. Я, слава Богу, вовремя заметил, что произошло. Опытный наркоман, я знал, как себя вести в такой ситуации: ввел ей в вену несколько кубов соляного раствора. В общем, откачал девушку. Утром, уже после ее ухода, я обнаружил исчезновение из дома нескольких ценных вещей. Так обидно было: я ведь жизнь этой девушке спас...»



«...Мне срочно требовались деньги на дозу: проснулся, и меня уже начало помаленьку ломать. Был у меня компьютерный монитор, который я мог продать. Я нашел покупателя ровно за пятнадцать

минут! Не знаю, как. Такую энергию в меня вселил страх перед ломкой. В обычном состоянии на поиск желающего купить монитор у меня ушла бы не один день».



Сергей, 34 года, не может точно сказать, сколько лет трезв. Но, по его утверждению, давно. Употреблял наркотики в течение примерно шести лет. Женат. Двое детей. Два высших образования: техническое и гуманитарное. Работает в сфере обслуживания и эксплуатации инженерных сетей.

Сергей производит впечатление вполне интеллигентного человека. Он образован и хорошо начитан. Сергей признался: он пишет рассказы. Пока в стол...

Он лучше, чем все остальные наркоманы, с которыми я разговаривала, осмыслил свой опыт зависимости от химических веществ с точки зрения изменения психологического состояния и личности человека под их воздействием.

Вот рассказ Сергея:

— Я появился на свет в семье обычных инженеров. Но мне с детства хотелось пробовать себя во всем. Эта черта не всегда служила мне дурную службу. Например, я учился и на журналиста, и на специалиста по связям с общественностью, и на инженера...

Знакомство мое с наркотиками произошло банально: еще в школе я как-то раз курил травку с одноклассниками. До опиатов я «дорос» не сразу, конечно. Мною двигали любопытство и желание быть не хуже других. Как же так? Все попробовали, а я нет.

Героин пришел в мою жизнь, когда я учился в технологическом институте.

А началось все с дружбы с одноклассником. Мне очень импонировал этот человек: его взгляды на жизнь совпадали с моими. У нас было много общих тем для разговоров. Как-то так получилось, что именно с ним я впервые нюхал наркотик. Произошло это, когда мне было восемнадцать лет.

И мне эффект как-то сразу показался недостаточным. Я почувствовал, если можно так выразиться, потенциал наркотика. Состояние измененного сознания, измененного восприятия реальности меня заинтересовало. Мне показалось, вещество раздвинет передо мной горизонты, сформирует новый взгляд на реальность.

Я попробовал героин.

В розовом периоде употребления химически активных веществ человек ощущает уверенность в себе. Я почувствовал, что проблемы куда-то улетучились. Более того, мне показалось, что я стал интереснее окружающим.

В этот краткий розовый период употребления героина кажется, что наркотик услужливо моделирует лично для тебя любую желаемую ситуацию. Он, как Гудвин, волшебник Изумрудного города, безмозглому дает мозги, бессердечному — сердце и т.п.

У меня появилось много энергии. Мне стало легче учиться; было ощущение, что жизнь заполнена событиями.

Я переживал личную эпоху отрицания авторитетов — героин как нельзя лучше лег на такое мое душевное состояние.



Самые интересные перемены произошли с общением. У меня расширился круг знакомых. Но, в основном, за счет людей, гнилых изнутри. Но я стал вдруг чертовски проницателен. Все объяснимо: деньги наркомана

практически полностью «съедает» наркотик, без которого химически зависимый жить не может. Неприятно становится главным объектом вожделения, поэтому очень страшно потерять средства, «ассигнованные» на его покупку. И я стал видеть людей: понимать сразу, кто меня собирается обмануть. Понимал, кто считает меня интересной личностью, а кто хочет поживиться за мой счет материально.

После выброса адреналина, ощущения того, что живешь на грани своих возможностей, пришла следующая фаза употребления. Наступила она быстро — через месяц-полтора.



Я очень быстро оказался под грузом финансовых проблем. Вокруг вдруг стало немало наркоманов и, что самое страшное, ужасных примеров того, до чего может дойти химически зависимый человек. С каждым днем жить становилось все страшнее и страшнее.

Я пытался переломаться, но первое время ничего не выходило: ломка — это ужасное ощущение. Кажется, что кто-то мясо отрывает от твоих костей.

Могу описать случай, который наглядно иллюстрирует страх перед ломкой. Один мой знакомый приковал себя наручником к батарее парового отопления. Так он боялся сорваться. Заметьте: себя самого боялся. Но он не выдержал — вырвал батарею прямо из стены. Взял из дома телевизор и пошел его продавать прямо с батареей на руке...



У меня сузился кругозор: наркотик ведь, как ревнивая жена, не терпит конкурентов. Жизнь превратилась в узкий туннель. В ней осталась одна проблема: где достать деньги, чтобы купить дозу.

Мама все время плакала: я ее единственный — поздний — ребенок. Маму, конечно, было жалко. Но болезнь делает наркомана самовлюбленным эгоцентриком. Близкие для него вторичны. Наркоман — как уходящий поезд, который оставляет на перроне родных и близких. Как сквозь стекло, ты видишь их несчастные лица. Смотришь на них, как на наивных идиотов — людей с другой планеты.



Однажды я оглянулся по сторонам и понял: моя жизнь даже близко не похожа на то, о чем я мечтал. И я решил попробовать бросить наркотики.

Попыток бросить было несколько: первое время ничего не получалось. Прыгал вверх-вниз, как теннисный мячик.

Мама очень переживала за меня. Однажды я понял: из всех многочисленных моих знакомых — новых и старых — она была единственным человеком, который от меня не отвернулся, когда я пришел в ужасное физическое состояние.

Я дважды проходил через процедуру де-токс (химического очищения организма). Это, конечно, было не без пользы. Но выздоровление началось, когда я стал ходить на собрания группы анонимных наркоманов, выздоравливающих по программе «Двенадцать шагов».



Из этого своего предельного опыта я сделал вывод: наркотики даже пробовать не стоило. Молодости свойственна самоуверенность. А наркотики — жесткий отбор. Из этого сита мало кто выходит живым.

Понимаете, психоактивные вещества лишают человека способности радоваться мелочам. Ты перестаешь

замечать красоту мира, тебя больше не волнует искусство, любимые люди становятся безразличны. Все эмоции теперь связаны только с наркотиком. И тебе кажется: чтобы стало лучше, нужно увеличить дозу. Но лучше не становится. И кажется — из-за слишком низкой дозы. Эта ошибка неминуемо ведет к смерти.

Психоактивные вещества лишили жизни примерно десять моих ровесников, с которыми я в свое время вместе принимал наркотики.

НЕСОСТОЯВШАЯСЯ ОДИССЕЯ

Из записок сумасшедшего:

«В определенный период моей жизни меня ничто не волновало, кроме наркотиков. Даже секс. При выборе между свиданием с женщиной, которая мне нравилась, и возможностью принять дозу я всегда выбирал наркотик».



«Я перестал чувствовать грязь вокруг себя. Например, мог запросто уколоться использованным шприцом. Нет, я понимал, что он должен быть одноразовый и у каждого — свой. И купить шприц можно в ближайшей аптеке — за копейки. Но мне было все равно, чем колоться, несмотря на то, что знал: возможность заразиться смертельной инфекцией очень велика».



Андрей, 52 года. Стаж трезвости — девятнадцать лет. Интенсивно употреблял наркотики в течение пяти лет с двадцативосьмилетнего возраста. С четырнадцати лет —

эпизодически. Женат. Двое взрослых детей. Имеет свой небольшой строительный бизнес.

Андрей отказался от наркотиков давно. Можно сказать, что с тех пор прошла целая жизнь. Он давно осмыслил те события почти двадцатилетней давности. Андрей с удовольствием помогает выздоравливать другим наркоманам. Личный опыт зависимости от психоактивных веществ научил его очень правильно вести себя с теми, кто решил выздоравливать.

В его рассказе главное — если можно так выразиться — философская и даже несколько литературная подоплека наркомании.

Вот рассказ Андрея:

— Мое детство прошло в одной из республик бывшего СССР. Семья наша была многодетной. Я — из младших отпрысков.

Впервые я попробовал курить анашу в возрасте четырнадцати лет — в компании одноклассников. Это был лишь эпизод. Все выглядело достаточно невинно. Понятно, что наркомания была весьма далека от моих планов на будущее. А планы я строил...

Чем были для меня наркотики? Наверное, вызовом. Еще хотелось быть оригинальным — не таким, как все. К примеру, напиться и нагло явиться куда-нибудь в нетрезвом виде...



Уже после армии я приехал в Питер. Это было в 1984 году. Поступил на отделение экономической кибернетики одного вуза. Я хотел учиться: мечтал стать грамотным, образованным человеком.

Наркотики были для меня тогда принадлежностью уголовного мира. По своему складу я, понятное дело, не преступник.

В 1989 году СССР стал разваливаться. Открылись какие-то новые — пока непонятные — перспективы и возможности. Меня обурежала жажда новых впечатлений. Мне хотелось риска. Я, как Одиссей, мечтал отправиться в путешествие за свежими эмоциями. Послушать сирен. Бросить вызов смерти. Побороться с чудовищами.

Мне казалось: я тот, кто не умрет, а будет жить вечно...



Регулярно употреблять инъекционные наркотики я начал сравнительно поздно — в возрасте двадцати восьми лет. (До этого была анаша, но с возрастающей регулярностью.)

Розовый период употребления принес смысл в мое существование. Я стал давать ясные ответы на вопросы, кто я такой и зачем живу.

Наркотик наполнил меня огромной уверенностью в себе. Я как-то успокоился. И стал очень раскрепощен в поведении с женщинами. Раньше, видя красивую девушку, я лишь с грустью говорил себе: наверное, у нее есть мужчина. И почему этот мужчина — не я? Теперь мне стало легче просто подойти к понравившейся мне женщине. Мне ничего не было страшно.

В мою жизнь вошла целая гамма сильных, не изведанных ранее, переживаний. Кайф был менее важен. Важным стало то, что я приобрел качества, которые раньше не мог «вырастить» в себе.

Но тут постепенно стало выясняться, что эмоциональный подъем с каждым разом становится все меньше. А доза наркотика, наоборот, увеличивается...

В общем, теперь я принимал наркотик, чтобы просто чувствовать себя нормальным человеком. Зарабатывал мелкой спекуляцией.

Я признался себе в том, что вещество имеет власть надо мной, дирижирует всей моей жизнью. Оно стало выше страсти, любви, секса. Одиссея закончилась, толком не начавшись.

Я понимал: никто не виноват в том, что со мной происходит. Вообще, по моему мнению, в том, что человек становится наркоманом, не виноват никто.



А ведь у меня были жена и маленький сын. Моя супруга — красивая, приличная, социализированная женщина. Она играла для меня роль связи с внешним миром — сообществом нормальных людей. Ее образ для меня стал чем-то вроде индикатора: она со мной — и все хорошо.

Конечно, в те годы, когда я употреблял наркотики, мы жили с ней, как султан с Шехерезадой. Притом роль Шехерезады до определенного момента вполне успешно исполнял я. Жена нуждалась в сказках, и я ее ими кормил. Она жила со мной, потому что считала: у ребенка должен быть отец...

А ситуация все усугублялась и усугублялась. Наступила неминуемая расплата за кайф. Ломаться было тяжело.

Жена сказала: все, она берет сына, и они от меня уходят. Денег не было вообще. Работать не было сил. Воровать не мог — я уже говорил, что по своей натуре я не преступник...

Надо было начинать выздоравливать любой ценой.

Вообще, как я заметил, чем выше интеллектуальный уровень человека, тем легче ему выздоравливать. Правда, бывают и другие случаи: когда интеллект начинает работать на «сохранение» наркомании.



Решение жены уйти от меня, если я не брошу колоться, стало моим личным дном. После того как она мне это сказала, началось мое выздоровление.

Я стал посещать встречи групп анонимных наркоманов. Я увидел много вдохновляющих примеров выздоровления.

Я видел, как работает программа «Двенадцать шагов». Меня очень поддерживала атмосфера тотального приятия, в которую я погружался на встречах групп. Приятно, что здесь никто никого не учит. Нет назиданий. Нет манипуляций через чувство вины, ибо все вышеуказанное только снимает с наркомана ответственность за то, что с ним происходит, и провоцирует дальнейший прием химически активных веществ.

Выздороветь можно, только открывая себя в обществе тех, кто также болен наркоманией. Кто выслушает и не осудит.



Когда мне исполнилось тридцать три года, безумие, которое в мою жизнь принесли наркотики, закончилось.

Теперь я стараюсь помогать выздоравливать другим, ибо, помогая другим, ты всегда помогаешь и себе...

ДЕВОЧКА СО СПИЧКАМИ

Из записок сумасшедшей:

«Однажды я торопилась за старшей дочкой в детский садик. Я тогда вовсю употребляла наркотики. И внешний вид у меня был соответствующий. И тут, как назло, меня останавливает на улице милиционер. Обыскивает и находит у меня дозу

наркотика. Что делать? Понимаю: сейчас меня арестуют, заведут уголовное дело, посадят... Я ему говорю:

Давай я тебе отдамся, а ты меня за это отпустишь.

Мы с ним пошли в помещение пикета милиции на одной из станций метро. Там со мной занимались по очереди сексом несколько милиционеров из охраны метро.

Зато они меня отпустили. И я даже как-то умудрилась вовремя забрать дочку из сада...»



«У меня был знакомый — парень, который торговал наркотиками. Он за дурь заставлял меня заниматься групповым сексом с ним и его сестрой. И я шла на это, потому что ради дозы была готова на все».



Люда, 38 лет, семь с половиной лет трезвости. Употребляла наркотики в течение семнадцати лет. В разводе. Сейчас не работает: воспитывает двенадцатилетних детей-двойняшек, которые учатся в коррекционной школе. Есть еще старшая дочь, которая живет у своего жениха. Люда имеет инвалидность в связи с заболеваниями, спровоцированными приемом наркотиков. Живет на пенсию и алименты на младших детей.

Люда женственна и грациозна. Она нежная, открытая и производит впечатление человека, который очень хочет любви. На кухне у нее — клетка с декоративной рыбой. Люда время от времени отвлекается от разговора со мной и поглаживает животное, шепча ему ласковые слова.

Ее история грустна. Кажется, судьба специально лишала ее того, о чем она с самых ранних лет мечтала больше всего: любви и человеческого тепла. Но, если вдуматься, тысячи людей недополучили в детстве доброго отношения. Многие мечтают о любви, при этом не забывая о собственном «Я», следя за своим психологическим состоянием и предъявляя определенные требования к миру. Далеко не все недолюбленные и несогретые стали наркоманами. Но Люда в свое время выбрала для себя другой путь. В семье ее не научили жить иначе. А сама она до определенного момента в своей жизни научиться оказалась не в состоянии.

Она принесла много горя своей матери, с которой я не смогла поговорить: ее нет в живых.

Люда напомнила мне несчастную андерсеновскую девочку со спичками, пытавшуюся греться около огня, не способного дать ей тепла.

Вот рассказ Люды:

Я очень любила свою маму, и мама очень любила меня. Она была инженером, а папа — военным. Я родилась в Праге — там тогда служил мой отец.

Жизнь перевернулась после того, как нас бросил папа. Он был в отпуске в Питере и встретил там другую женщину. Мы с мамой остались вдвоем.

Мы также вернулись в Петербург. Начались квартирные мытарства: мама не питерская, все ее родные жили в другом городе. Так что ей удалось получить для нас только служебную комнату в страшной коммуналке. Соседями были алкоголики. Как мы там с ними жили — об этом и вспоминать не хочется.

Когда мне было семь лет, мама вышла замуж. Мне кажется, она это сделала от безысходности: чтобы выбраться из коммуналки. Отчим был ужасный: алкоголик; властный, злой и жестокий человек.

А я? А что я? Я была очень тихой, хорошей девочкой. Занималась английским языком, спортивной гимнастикой.

Мне никогда не хотелось быть плохой. Только вот одно: я с самого детства как-то не походила на других детей. Внешне это выражалось в том, что у меня витилиго в виде лишенных пигмента пятен на руках. Да и внутренне я отличалась: даже не могу точно сказать, чем. Может, мне больше, чем другим, хотелось любви, тепла? Наверное, из-за того, что я их недополучала. Всегда. Почти все детство. Начиная с того дня, как в наш дом вошел отчим. Мир с каждым днем казался мне все более враждебным.

Я так боялась своего властного отчима, что старалась не попадаться ему на глаза и поменьше говорить о себе. Даже с мамой.

А мама моя, послушная и сердобольная, как-то сразу попала в психологическую зависимость от этого человека. Выражаясь словами, которые я узнала позже, мама стала глубоко созависимой женой алкоголика, занимающейся спасением пьющего человека без всякого на то воли.

Отчим тем временем «чутко руководил» моим воспитанием. Учил маму:

— За двойки надо пороть.

И мамочка моя бедная, покладистая стала меня бить за плохие оценки. Понятно, успеваемость от такого «воспитания» только ухудшалась. От страха знания перестали задерживаться у меня в голове.

Тем временем я, мама и отчим наконец-то переехали в отдельную квартиру — в эту крошечную двухкомнатную «хрущевку» в блочной пятиэтажке. В седьмой класс я пошла в другую школу. Там меня начали травить дети. За что? Я не знаю. Может, из-за витилиго.

Может, потому, что я была одета хуже, чем другие. Может, из-за моей робости и неуверенности. Помню, на уроке меня окликает одноклассник:

— Люда!

Я поворачиваюсь и получаю плевков в лицо жеваной бумажкой через трубочку.

В общем, не было мне жизни ни дома, ни в школе. В один прекрасный день я просто перестала посещать занятия — уж больно там было тошно.

Я утром вставала, одевалась, брала школьную сумку и отправлялась... к родственникам. Они меня маме не выдавали — сейчас я понимаю, что зря, конечно. В той семье был маленький мальчик, нянчить которого было для меня величайшим счастьем. Я ведь с детства мечтала о братиках и сестричках, о собственной спокойной семье.

Меня оставили на второй год. История с ежедневными визитами к родственникам, конечно, раскрылась... В общем, закончила я с грехом пополам восемь классов.

Дома были бесконечные скандалы. Отчим считал: все беды из-за того, что со мной слишком мягко обращаются...

И однажды я ушла из дома. Помню, бежала через дворы к остановке. И плакала, плакала... Мама тоже с плачем бежала за мной. Мне было так ее жаль! Но я больше так не могла. Совсем. Мне было тогда четырнадцать лет.

В тот же вечер в подземном переходе между «Гостинным двором» и «Пассажем» (там тогда собирались подростки — играли на гитарах, слушали музыку) я познакомилась с семнадцатилетним парнем. И уехала с ним в Москву. Понимаете, я всегда стремилась к стабильным отношениям с мужчиной...

Я попала в компанию, где курили травку. И я покурила вместе со всеми — чтобы соответствовать, так

сказать. В Москве я прожила примерно полгода, шатаюсь по компаниям и чужим квартирам.

С этой же хипповатой компанией я объездила всю Украину.

Первую инъекцию наркотика уже не помню... Розовый период употребления закончился быстро. Как у всех. Начались проблемы: ломка, где достать денег на следующую дозу и т.п.

В Питер я все-таки вернулась. О приезде сообщила маме — она встречала меня на вокзале. Я вышла из вагона и сказала:

— Мама, здравствуй. Вот и я. Я наркоманка.

Мне тогда было пятнадцать лет.



Одно время я жила с мужчиной, который воровал, чтобы достать деньги на наркотики. Он и меня научил вытаскивать кошельки из карманов и сумок. Так я зарабатывала на дурь. Я тогда ради отношений оказывалась готова на все: он ворует, и я буду воровать. Только бы меня принимали. Страшно мне не было. Но я практически все время ощущала себя человеком, попавшим в беду.

Но все-таки я по натуре своей — не уголовница, пыталась хоть как-то добывать наркотики по-честному. Помню, ездила куда-то в пригород. Собирала на каком-то поле маковую соломку...



Отец моей старшей дочери — тоже наркоман. У меня с ним, конечно, никакой спокойной семьи, о которой я мечтала, не получилось...

Почему я стала наркоманкой? Думаю, из-за одиночества. Мне так хотелось добра, тепла, понимания,

заботы. Я так стремилась к любви, к стабильным отношениям! И судьба как будто специально меня ими обходила.

Я думала: Господи, мне же не надо много любви. Пусть будет хоть чуть-чуть. Но и этого не было...



Дочка моя старшая закончила училище. Хорошо рисует. Наркотики не употребляет. Собирается замуж. Слава Богу, с ней пока все в порядке. Ведь я ею из-за моей наркомании полноценно заниматься не могла. Я все время срывалась. Страшно хотела бросить, но не могла. Иногда мне казалось: слишком больно находиться в трезвом состоянии. Наркотик притуплял боль. А ее было много. Ох, как много.

Существовала я в каком-то ужасном круговороте. Дочка требует внимания. Я, с одной стороны, хочу заниматься ребенком — ведь я ее так хотела. А с другой — без наркотиков не могу.

В моей жизни было очень много реабилитационных центров, монастырей. Но все попытки отказаться от употребления психотропных веществ заканчивались срывами.

Дочку мою растила главным образом мама. Отчим твердил свое: будь-де мать со мной жестче, не выросла бы я таким чудовищем. А ведь он — дальновидный и мудрый человек — говорил, он предупреждал... Понимаю, каково было маме: ей нужно было заниматься внучкой, выносить атаки мужа, зарабатывать. А тут еще я со своей непобедимой наркоманией...



Однажды в моей жизни появилась надежда на некоторые перемены. Я была в очередной завязке. Ходила

на собрания группы анонимных наркоманов. После окончания встречи я и еще пара человек зашли в гости к знакомой. Там я и встретила своего мужа.

Он, к сожалению, тоже наркоман. Ничего удивительного: я вращалась в такой среде. Он и сегодня употребляет наркотики: правда, курит. Инъекций психоактивных веществ в его жизни не было.

Была ли я в тот момент готова к серьезным отношениям? Вряд ли. Незадолго до нашей встречи у меня была передозировка с клинической смертью. Я при моем среднем росте весила сорок пять килограммов.

Была ли я готова к семейной жизни? Тем более вряд ли. Уж слишком слаба была физически. Тем не менее через два месяца я забеременела двойней.

Во время беременности наркотиков я не принимала. Но сказать, что я плохо чувствовала себя, — это не сказать ничего. Представляете, каково это — носить двоих, едва оправившись после клинической смерти?!

Родились мои младшие сын и дочка. Мне стало еще тяжелей. У нас нет лифта, и мне приходилось заволакивать коляску с двойняшками на четвертый этаж. Муж меня не понимал. Спрашивал, придя домой, например, от друзей:

— Люд, а чего это ты такая уморенная?

Через год я сорвалась опять. Дети были целиком на мне. Мама моя работала. Я выбегала за наркотиком, оставляя малышей одних. Принимала. Отходила. Возвращалась часа через три. Оставляла я их спящими, надеясь, что не проснутся. Но какое там... Вернувшись, оставала детей синими от крика. С ужасом и стыдом вспоминаю об этом. Ведь с ними могло случиться все что угодно... Но, слава Богу, обошлось.

В общем, я не справилась.

А потом опять случилось страшное: заболела раком мама. Она настолько в меня не верила, что даже не сообщила мне о своем диагнозе. Просто я то и дело заставляла ее плачущей. Спрашивала:

— Мама, что ты плачешь? Ведь я твоя дочь. Я имею право знать.

Она только отмахивалась. А моей двоюродной сестре обо всем рассказала.

Наверное, мама просто не выдержала всей этой ужасной жизни...

Когда маму привезли домой после операции, отчим посмотрел на нее, беспомощную, и сказал:

— Ну ладно, я пошел.

Больше он к нам не возвращался. Он, кстати, жив и сегодня. Мы, конечно, не общаемся.



Я по-прежнему не могла бросить наркотики. Но я уже ничего больше так не хотела, как отказаться от них.

Опять у меня случилась передозировка. Отходила я дома. Когда очнулась, увидела над собой лица мамы, двоюродной сестры и ее мужа. Они мне показали какие-то бумаги и сказали:

— Подписывай отказ от родительских прав без права посещения детей.

Знаете, о чем я подумала, услышав эти слова? Боже мой, у меня на батарее больше не будут сушиться детские носки!

Я ничего не подписала. Через два дня я встала. Решила переломаться насухую: то есть без де-токса. Даже на него у меня сил не было.

Я отправилась в реабилитационный центр, которым руководит Валентина Новикова (интервью с Новико-

вой — в этой книге. — М. К.). В меня уже никто не верил. Но мне там сказали, что меня возьмут на лечение бесплатно, если я буду приезжать отмечаться ежедневно в течение месяца.

И я в ломке, с температурой, страшными болями стала ездить туда каждый день на метро. У меня болело все...



Мама умирала. А ведь я только-только бросила наркотики. У нас едва начали налаживаться отношения.

Я ухаживала за мамой дома — не могла отдать ее в хоспис. Уходя даже ненадолго, просила ее:

— Ты меня дождись...

Мама умерла в возрасте шестидесяти лет...



Сейчас мое главное занятие — младшие дети. Сегодня я уверена: меня с правильного пути не собьешь.

Считаю, что спасло меня чувство ответственности за детей. Все-таки мама меня правильно воспитала.

НЕОТКРЫВШИЕСЯ ДВЕРИ

Из записок сумасшедшего:

«На пике наркомании я иногда мог не есть по несколько дней. Вообще. Кроме наркотиков мне тогда больше ничего в жизни не требовалось».



«Я был абсолютно трезв уже в течение трех месяцев. Физически чувствовал себя прекрасно. Мне позвонил друг Сашка и сказал, что знает, где купить чистый героин. Говорит:

— Витька, давай купим и вмажемся.

Я ему почему-то так решительно отвечаю:
— Давай!

И стащил у родителей крупную сумму денег в долларах. Раньше никогда так не делал. Что греха таить — я брал у мамы или папы деньги втихаря. Но мелкими суммами и так, чтобы не было особенно заметно. А тут взял и украл эти доллары...



«Я уже год был абсолютно трезв. И у меня был роман с будущей женой — очень красивой девушкой, не наркоманкой. Мы с ней зашли в троллейбус. Вдруг слышу, кто-то меня окликает:

— Витька, ты меня помнишь?

Поворачиваю голову и вижу своего знакомого — наркомана Мишу. Мы с ним в свое время иногда вместе дурь употребляли. Я, помню, еще все время себя с ним сравнивал: мол, он — настоящий наркоман. А я — так, просто развлекаюсь...

Я ему тогда сказал:

— Пошел на...

Он ничего не ответил. Только так долго и жалко смотрел на меня и мою девушку.

Выглядел он просто ужасно.

Будущая жена мне сделала замечание:

— Ты очень грубо разговариваешь с людьми.

А я так боялся сорваться, что грубейшим образом обрывал все свои старые наркоманские контакты. Я самого СЕБЯ боялся... Через короткое время мне кто-то сообщил, что Миша умер...



Виктор, тридцать семь лет, пятнадцать лет трезвости. Интенсивно употреблял наркотики в течение трех

лет с девятнадцатилетнего возраста. С четырнадцати лет — эпизодически. Полтора года в разводе. Дочери четыре года. У Виктора два высших образования: инженерное и дизайнерское. Сейчас он работает полиграфическим дизайнером.

По речи и интонациям Виктора сразу можно сделать вывод о том, что он из хорошей семьи.

История этого наркомана — путь жертвы рекламы наркотических веществ. Нет, конечно, официально их рекламировать запрещено. Но кому неизвестен манкий образ талантливой и загадочной наркоманки, рождающей гениальные произведения искусства? И сколько ни тверди о том, что, к примеру, среди рок-музыкантов было и есть немало наркоманов, употребление психотропных веществ и выдающиеся способности к чему-либо никак не связаны между собой. Многие талантливые люди отказались от наркотиков (или не употребляли их никогда) и продолжают создавать прекрасные произведения. А большинство химически зависимых никакими выдающимися способностями не одарены. Как и основная часть людей вообще. Но ох уж эти «сценические» наркоманы, «живущие на особом нерве, сжигающие себя ради искусства»...

Виктору очень важно находиться в компании людей, которые считают его интересным, незаурядным и значительным человеком. Слово «друг» он произносит с особой — теплой — интонацией. Наркотики стали для него не анестезией, не источником удовольствия, а иллюзорной возможностью приобщиться к сонму талантливых, творческих людей. И быть принятым в этом воображаемом творческом мире.

Виктор чертовски самолюбив, и именно наркотики смогли вдохнуть в него на некоторое время уверенность в себе. Остановиться он не мог и за пристрастие

к химически активным веществам чуть не поплатился жизнью.

Наркотик обманул Виктора. Как и всегда. Как и всех. Вот рассказ Виктора:

— Я родился на Севере. Родители там работали инженерами. И мне всегда казалось, что жизнь их наполнена какими-то неинтересными делами: зарабатыванием денег, устройством быта и тому подобным. Мне такая реальность казалась скучной и ограниченной, что ли...

Я был чувствительным мальчиком. Хорошо успевал в школе, особенно по математике. Отличался примерным поведением. Семья часто переезжала — меня переводили из школы в школу. А мне было как-то нелегко общаться — я с трудом адаптировался в каждом новом коллективе.

Что-то неправильное стало происходить со мной в старших классах школы. В восьмом классе я начал выпивать. Потом — покуривать анашу. Все шло постепенно...



В Петербург я приехал после школы. Поступил в лесотехническую академию. Не так меня интересовало образование в этой области, как не желал я идти в армию. А в этом вузе была военная кафедра.

Я жил в общежитии академии. И ощущал себя вовсе не будущим инженером-лесотехником, а человеком творческим. Я и сейчас увлекаюсь рок-музыкой, играю на гитаре...

Особенно меня завораживал образ Джими Моррисона — солиста «Дорз» (в переводе — «двери»). Этот умерший в 1971 году музыкант (по основной версии — от передозировки наркотиков) название группы почерпнул

из стихотворения английского поэта Уильяма Блейка, в котором говорится о «дверях восприятия», которые открываются в другой мир. Мне хотелось изменить свое сознание до такой степени, чтобы увидеть то, что обычный человек в обычном состоянии узреть не может.

Повседневная реальность — лекции, сессии, общение — казалась мне скучной и монотонной. Я не хотел провести жизнь так, как мои родители. Но чувствовал: все идет к тому, что я проживу ее так же, как они.



Алкоголь был обычным делом. Наркотики казались чем-то серьезным, возвышенным. В наркоманию я «вползал» постепенно.

С компанией ребят, употреблявших дурь, я ходил в один известный рок-клуб, общался с творческими людьми, в их обществе слушал выступления разных групп. Мне было приятно встречать там знакомых, приветствовать их и видеть, что меня здесь знают...

Что приносили в мою жизнь наркотики? Уверенность в себе. Я ведь с детства себя не чувствовал уверенно. Мне казалось: вот я такой обычный, неинтересный, ничем не примечательный парень. Девушкам не нравлюсь. Машины у меня нет. А после дозы я становился творческим, привлекательным, уверенным в себе человеком. Я чувствовал себя принятым в мире. И главное — я принимал сам себя. Возникло ощущение полной гармонии, целостности себя как личности и мира вокруг. Так продолжалось недолго — примерно месяц. Я ведь и сейчас понимаю и тогда, по большому счету, понимал, что не очень талантлив. А тут — такое.

Тем временем моя доза наркотика росла от раза к разу.

«Розовый» — невозвратный — период употребления закончился. Ощущение эйфории куда-то улетучилось. Зато необходимость в наркотике становилась все острее.



Я не мог бросить. Я вылетел из института. Деньги, присылаемые родителями, тратил, в основном, на наркотики. Я мог обходиться без еды по несколько дней. Зато доза мне требовалась ежедневно. Без нее я просто не чувствовал себя человеком.

В мою жизнь пришла милиция: меня поймали с дурью, и я получил условную судимость. Я странно боялся попасть в тюрьму. Жизнь с каждым днем становилась все страшнее.

Я пытался переломиться. Знаете, что такое выходить на улицу после ломок? Ты чувствуешь себя человеком без кожи. Все пугает. Я не мог заставить себя зайти в булочную и попросить продавщицу продать мне буханку хлеба.

Что делать? Как жить? При моем среднем мужском росте и несубтильной комплекции я весил пятьдесят килограммов. Физическое состояние было ужасное...

К тому моменту родители тоже перебрались в Питер.

Мама очень переживала за меня. Она посещала группу для созависимых. Училась общаться со мной и моей болезнью.

Папа занял другую позицию. Он сказал:

— Не хочу его видеть. Пусть торчит дальше...

У меня никогда с ним не было близких, доверительных отношений...



Мне было стыдно, что мама меня — взрослого мужика — привела в группу анонимных наркоманов. Я туда,

если честно, идти побаивался. Думал, там сидят такие простые, необразованные ребята. А я — интеллигентный человек, образованный, представитель богемы. Что я там с ними буду делать?..

Но сразу сказался опыт хорошей учебы. Я стал старательно вести дневники.

В группе мне встретился Андрей — человек, который стал моим другом (интервью с ним — в главе под названием «Несостоявшаяся Одиссея». — М. К.). Он — тоже наркоман, с большим стажем трезвости. Андрей дал мне свой телефон. Я мог ему позвонить в любое время. Он всегда был готов говорить со мной.



Наркоман всегда испытывает чувство вины. Не всегда перед кем-то конкретным. Просто абстрактное чувство вины. Идешь за дозой — чувствуешь себя виноватым. Понимаешь, что поступаешь неправильно, и все равно идешь.

А Андрею мне было стыдно признаться в том, что я хочу принять наркотик. И он мне спокойно так говорил:

— Ну прими.

Никакого надрыва. И ощущение себя виноватым, отторжение самого себя уходило. Появлялось чувство ответственности за то, что я делаю, только перед самим собой. Не было неприятия себя. А для меня принимать себя — очень важно. Собственно, я и наркоманом стал во многом из-за того, что себе не нравился.



Постепенно я смог отказаться от наркотиков. Женился. Закончил свой вуз. Потом получил второе высшее образование в области полиграфического дизайна.

Родилась моя дочка. С женой у нас, к сожалению, отношения не сложились.

Сейчас я живу один. Работаю. Купил машину в кредит. Раз в неделю обязательно хожу на собрания группы анонимных наркоманов.



Я не знаю, почему это случилось именно со мной. Наверное, когда внутри человека есть пустота, не на что опереться внутри себя, то вакуум легко заполняется наркотиками.

Наверное, я не оправдал маминых надежд — она меня видела врачом или даже банкиром.

Чувства вины перед родителями я не испытываю. Хотя вспоминаю один эпизод из своего наркоманского прошлого. Я оглянулся и увидел маму — грустную, одетую почему-то в вещи из секонд-хэнда. Мне стало жаль ее.

Не знаю, как бы сложилась моя жизнь, если бы я не принимал наркотики. Но они в любом случае меня обманули.

Часть 2

ЭКСПЕРТЫ. КАК УЧИТЬСЯ ВЫЗДОРАВЛИВАТЬ

Н ачав работать над этой книгой, я погрузилась в огромный и первоначально незнакомый мне мир. В целое государство, «граждане» которого делятся на три основные категории: наркоманы, их близкие и те, кто помогает выздоравливать и тем, и другим. В этой «пьесе» есть еще участники — торговцы наркотиками и полицейские, которые должны их ловить. Но герои моей книги — представители первых трех категорий.

В этой части — интервью с экспертами. Людями, которые с успехом помогают выздоравливать от наркомании целым семьям. Моя книга, в большей степени, — о созависимых, поэтому специалисты рассказывают о том психологическом пути, который проходят близкие наркоманов, и о том, как им бороться с собственной беспомощностью перед лицом болезни.

«ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ГРАМОТНОСТИ НУЖНО УЧИТЬСЯ»

Надежда Ивановна Мучникова — консультант в области созависимости и зависимости, руководитель онлайн-проекта Школа Уверенного

Поведения для созависимых sozavi.ru. Начала свою профессиональную деятельность более 15 лет назад, участвуя в подготовке первого государственного реабилитационного отделения при городской наркологической больнице г. Санкт-Петербурга. Стажировалась в Польше в Центре Богдана Вороновича. Читает лекции в организации «“АЗАРИЯ” — Матери против наркотиков».

Мучникова давно консультирует созависимых людей. И, по ее наблюдениям, первое общение матери наркомана с консультантом в области созависимости практически всегда происходит по одному и тому же сценарию. Вот как об этом рассказывает Надежда Ивановна:

— Однажды я поняла: при первой встрече матери не важно, что я сказала. Она не способна улавливать смысл произнесенного. Ее терзают страх за сына или дочь, чувство вины в виде извечного вопроса матерей наркоманов: что я сделала не так? В какой момент допустила ошибку в воспитании? Почему дети знакомых не стали зависимыми? И еще одно деструктивное чувство: ужас от слов, которые такая женщина слышит от более благополучных членов общества. Каждая мать наркомана хоть раз в жизни слышит в свой адрес нечто вроде: «таким родителям, как вы, детей доверять нельзя», «яблоко от яблони...», «сами виноваты», «что воспитали, то и получили» Или: «Когда детей хорошо воспитывают, они не становятся наркоманами». И мать, придя ко мне, оказывается приятно удивлена тому, что ее, во-первых, просто слушают, а во-вторых, не осуждают. В данный момент это для нее важнее всего.

Могу ли сразу дать ей совет: «Учитесь эмоциональной независимости — займитесь собой»? Нет. Я понимаю: в начале долгого пути к выздоровлению подобная рекомендация звучит, по меньшей мере, абсурдно. Я говорю:

— Успокойтесь, все будет хорошо.

Это такая простая фраза, но после нее у матери появляется надежда.

Женщина начинает понимать: она в зоне безопасности — в месте, где ей никто не будет давать оценок. И это так просто — позволить человеку выговориться. И не осуждать.

Начало выздоровления — тот момент, когда у матери открываются глаза. Она перестает искать вину в себе и осознает: химическая зависимость — это болезнь, а не форма распущенности. Но до этого момента еще далеко, он не наступает вдруг и сразу. Для начала важно просто осознать: она не одна, и есть люди, которые могут помочь.



Практически каждый созависимый испытывает три главных деструктивных чувства: вину, стыд и страх. Из них складывается отрицание болезни. Я виновата — неправильно воспитала ребенка. Быть матерью наркомана — стыдно. Мне страшно — мой ребенок может умереть в любой момент, поэтому я всю свою жизнь посвящу на то, чтобы его спасти. На свою собственную жизнь я не имею никакого морального права. Я буду давать ему деньги, когда он попросит. Я буду пускать его домой в любое время — ведь я так рада видеть его живым и т.д., и т.п. Так несчастная мать своим поведением создает прямо-таки тепличные условия для расцвета болезни. Наркоман может до бесконечности манипулировать ею через ее же чувство вины: «Ты меня так воспитала, поэтому ты должна делать так, как я хочу!»

Так что одна из моих главных задач — помочь матери понять простую и очень жестокую мысль: «Он (или она) начал(а) употреблять наркотики не из-за меня. Не из-за меня начал(а), не из-за меня бросит!»

Также я предлагаю маме начать посещать группу взаимопомощи для родных и близких созависимых. На собраниях человек перестает чувствовать себя наедине со своей бедой в окружающем его благополучном мире. Там люди делятся бесценным опытом. Отрицание болезни «ломается». Мать идентифицирует себя с теми, кто пребывает в аналогичной ситуации.



Да, если ребенок употребляет наркотики, то он может умереть в любой момент. Но давайте сделаем так, чтобы мы не были соучастниками.

Помните, что у матери есть права. У нее есть право вызвать полицию, чтобы усмирить сына или дочь-дебошира, который устроил скандал, к примеру, потому, что родные не дают ему денег на очередную дозу. У нее есть право не пускать его домой после одиннадцати вечера. У нее есть право перестать кормить того, кто, будучи взрослым и работоспособным человеком, не приносит в дом ни копейки.

Иногда меня пытаются переубедить, обвинив в негуманном отношении к наркоманам:

— Ведь вы же сами говорили, что это болезнь, что им нужно помогать выздоравливать. Как я ему помогу, если не пущу его — бедного — домой?

В таких случаях всегда отвечаю:

— Я вас понимаю. Давайте разберемся. Раньше это помогало? К чему это привело?

Мать замолкает. К сожалению, попустительство никогда не приводит не только к выздоровлению, но и даже к небольшому улучшению ситуации. Для того чтобы разобраться, как вести себя с наркозависимыми, важно понимать особенность этой болезни. Одна из главных особенностей наркомании состоит в том, что боль-

нон психологически чрезвычайно связан со своим окружением. И нравится нам это или нет, процесс выздоровления во многом зависит от того, насколько близкие не включены в опасную игру, в которую втягивает их болезнь.

У нас в городе немало бесплатных групп для созависимых. Там собираются люди, которые сделали первый — и главный — шаг к выздоровлению: признали свое бессилие перед болезнью и попросили о помощи.

Конечно, одной консультации и одной встречи группы мало. Опыт показывает: для начала лучше взять за правило «девятью днями — девятью собраниями группы». Ходить каждый день туда, где можно идентифицировать себя с другими людьми. Узнать о чужих удачных историях, усвоить бесценный опыт поведения с химически зависимыми.



Часто глубоко созависимые люди не хотят заниматься со своим психическим состоянием. Бывает так: мать понимает, что ее чадо больно. Но про себя она говорит: «Я здорова, мне смерть в спину не дышит. Я наркотиков не употребляю. Пусть он (она) лечится. Почему я должна работать над собой?»

В таких случаях я отвечаю:

— Хотите помочь своему ребенку? Начните с себя. Ходите на собрания группы.

Ощущение собственного здоровья, к сожалению, — иллюзия. Речь не только о психологическом здоровье. У меня есть подопечная, которая после очередного срыва дочери попала в реанимацию. Наркоман срывается — срываются и его родные. И не только морально. Часто моральный срыв тянет за собой серьезные проблемы с физическим состоянием.

Не стоит преуменьшать вред созависимости и для тех, кто, казалось бы, напрямую в эту тяжкую историю не втянут. Недавно одна мать наркозависимого рассказала, делаясь своей радостью:

— Сын недавно познакомился с хорошей девочкой. Думаю, теперь он бросит наркотики.

Я спрашиваю:

— А хорошая девочка знает, что у него ВИЧ-инфекция и гепатит С?

— Нет, — говорит, — не знает. Сын ей не говорит: боится, что, узнав об этом, она его бросит.

Эта женщина смотрит на меня с непониманием: как мне может быть неясно, что от девочки надо скрывать страшную правду? Страх, который дирижирует поведением матери, заставляет ее одобрять подлое и аморальное поведение сына.

А наркоман только и ждет, когда кто-нибудь возьмет на себя ответственность за его поступки, продиктованные болезнью. Ждет, что мать отдаст за него долги и обеспечит ему прекрасную возможность взять денег займы снова. Ждет, когда мама позвонит в вуз или на службу и скажет: он не явился на занятия или на работу, потому что простудился.



Наркомания — это бесконечная погоня за удовольствием. Кто по собственной воле откажется от удовольствия? Человек начинает задумываться только тогда, когда близкие убирают руки, которыми они неосознанно поддерживают болезнь. Созависимость исчезает — зависимость становится гораздо тяжелее.

Поняв, что его никто больше не спонсирует и не прикрывает, наркоман начинает выступать, как прокурор:

— Вы меня не поддерживаете. Вы плохие родители.

Если близкие даже после таких обвинений не меняют линию поведения, больной всерьез начинает задумываться: я никому не нужен, даже близким людям. Эта мысль может стать первым шагом на пути к выздоровлению.

Да, каждому наркозависимому, чтобы бросить наркотики, нужно дойти до дна. У всех оно разное.

А вот тот первый — часто решающий — шаг к выздоровлению наркоман делает после того, как его родной человек говорит себе: «Я не в состоянии справиться с болезнью. Она сильнее меня. Я могу погибнуть вместе с наркоманом. Я не должен этого допустить».

И помните: в одиночку с этой проблемой не справиться.



Надежда Мучникова вспоминает, с каким вниманием и удивлением много лет назад слушала лекцию на тему «Алкоголизм — семейная болезнь». Да, истоки любой химической зависимости — в семье. Даже если наркоманией в ней страдает всего один человек.

Торговцы наркотиками нашим детям всегда рады. Что может сделать семья до того, как случилось несчастье — сын или дочь попал в зависимость от психоактивных веществ? Надежда Ивановна считает: профилактика зависимости начинается в семье. Вряд ли наркоман вырастет там, где все ведут себя ответственно, понимают и любят друг друга.

Наркоман в большинстве случаев вырастает в так называемой дисфункциональной семье.

Каковы ее признаки? Конечно, первая мысль, которая приходит на ум: дисфункциональная семья — та, в которой есть пьяницы или наркоманы. На самом деле это не так.

Парадоксальная мысль: созависимость в семье развивается раньше, чем зависимость. И «растет» она из детства. Не нужно пугаться: по данным американских психологов, 98 процентов людей так или иначе созависимы. Абсолютно независимых нет. Мы — социальные существа.

Я говорю о болезненном состоянии созависимости. И рождается оно в дисфункциональной семье. Если здоровая семья дает возможность расти и развиваться каждому из ее членов, то в дисфункциональной семье — другие законы.

К примеру, семья, где мать одна растит ребенка, нередко бывает дисфункциональной. Женщина обрушивает всю свою нерастраченную любовь на ребенка. Иногда чувство выливается в такие формы, которые не полезны ни для мамы, ни для ребенка. Мать, любя, начинает жить жизнью дочери или сына, контролировать каждый шаг, вмешиваться в каждую мелочь. Таким образом, она лишает ребенка воли и чувства ответственности за то, что он делает. Мама дает оценки всему происходящему с чадом до того, как он начнет задумываться о своей жизни. Он живет ее умом, ее опытом и ее впечатлениями. В один прекрасный день подросшее чадо отправляется в опасное путешествие за собственным жизненным опытом. И в каких дебрях такой безответственный молодой человек окажется...

Конечно, нельзя утверждать, что если мать воспитывает ребенка одна, то семья нездоровая. Тут речь о более высокой вероятности возникновения нездоровых отношений.

Точно так же можно говорить о том, что в семьях военных часто давят на детей, а учителя склонны к чрезмерному контролю.

Еще одна часто встречающаяся ситуация. Если женщина выросла в атмосфере эмоционального или физи-

ческого насилия, то, вероятно, в будущем она создаст семью, в которой будет такая же атмосфера.

Мы — великие подражатели. Человек выражает свои чувства и желания так, как это делали дома. Здорово, когда ребенок с детства видит, как мама и папа показывают свою любовь друг к другу, помогают и поддерживают друг друга. Он сам потом вряд ли станет членом дисфункциональной семьи...

Еще один признак здоровой семьи: в ней нет четко распределенных ролей. Дела по дому делает тот, у кого сейчас есть время и возможность. В дисфункциональных семьях у каждого своя, жестко закрепленная за ним роль. Потом она откладывает отпечаток на всю жизнь. Скажу больше: у каждого члена дисфункциональной семьи — своя тайна, свой скелет в шкафу.

Там люди не только не умеют выражать свои чувства — они не знают, как с ними справляться. Человек в такой семье не будет пытаться объяснить, что и почему ему не нравится, — он будет орать и оскорблять домочадцев. Для него решить проблему — сорвать злость на том, кто под руку попался. Эмоциональное напряжение дома может спровоцировать уход ребенка в наркотики.

На такую благодатную почву прекрасно ложится наркомания...

В конце интервью Надежда Мучникова подчеркнула: эмоциональной грамотности, так же как грамотному письму, надо учиться. И не стоит бояться пути, который предстоит пройти.

ТАБЛЕТКУ ОТ НАРКОМАНИИ НЕ ИЗОБРЕТУТ НИКОГДА

На вопрос, кто же лучший эксперт в вопросах лечения химических зависимостей, абсолютно все, кого я

спрашивала, отвечали одинаково: Валентина Владимировна Новикова.

Валентина Новикова — преподаватель Европейской комиссии по образованию в области наркологии, председатель общественной организации «Наш путь», организатор лечебной программы в проекте «Школа независимости», руководитель программы терапии зависимости Санкт-Петербургской городской наркологической больницы. И это еще далеко не все должности и регалии, которые есть у Новиковой. В Петербурге ее считают непререкаемым авторитетом в области лечения наркомании. Валентина Владимировна — человек, который обладает выдающимися знаниями и опытом в этой области. Она энергична и харизматична. Но главное то, что у Новиковой есть не просто знания — она владеет системой лечения зависимостей от психоактивных веществ. И информация, которую она преподносит слушателям, чрезвычайно систематизирована и излагается ярко, в доступной, но в то же время неупрощенной форме.

Валентина Новикова подчеркивает: нет большой разницы между алкоголизмом и наркоманией. Разве что наркотик зачастую быстрее, чем спиртное, убивает свою жертву.

Вот ее рассказ:

— Нельзя сказать, что у нас никогда и ни у кого не было желания лечить алкоголизм. То, что это проблема, которую надо как-то решать, стало ясно давно. Конечно, когда речь шла о борьбе с болезненным пристрастием к спиртному, всем хотелось как можно быстрее «убить дракона». Надеялись: однажды некий кудесник изобретет таблетку, которая вмиг отучит несчастных от пьянства. Чудо-таблетку не изобрели до

сих пор. Почему? Дело в том, что алкоголизм и наркомания — болезни, главным образом, не тела, а души. И больному, чтобы избавиться от недуга, нужно самому приложить много усилий. Именно душевных.



После зарубежных стажировок в Польше, Финляндии, США я вернулась в Россию. Мне предлагали остаться работать в Америке. Но я отказалась. В принятии такого решения роль сыграл мой патриотизм: мне хотелось делать добро для людей в моей стране, в родном городе. Тем более степень тогдашней дремучести в области знаний о природе и развитии химических зависимостей в России трудно было преувеличить.

В 1997 году я организовала центр для лечения именно алкоголиков. Мне хотелось не просто лечить больных — было желание изменить отношение общества к этим людям. К сожалению, до сих пор алкоголизм и наркоманию многие считают грехом, формой распущенности — чем угодно, только не болезнью.

Но в том же 1997 году началась настоящая эпидемия наркомании. Эпоха перемен принесла в нашу страну кучу самых разных наркотиков...

Еще один признак свободы — возникновение некоммерческих организаций (НКО). Они более гибки и способны менять общество к лучшему. Организация «Наш путь» была создана именно для того, чтобы гуманизировать отношение общества к химически зависимым людям.

Собственно, в основе негуманного отношения к наркоманам и алкоголикам лежит вполне рациональное впечатление от поведения и поступков, которые совершают такие люди. Конечно, мы привыкли считать: болезнь — то, что приходит в нашу жизнь извне. А тут он или она сам «вляпался». Кто просил употреблять

наркотики или пить? Никто не уговаривал, не умолял, бесплатно не всучивал. А этот — на тебе! И до какого состояния себя доводит. И что вытворяет. Понятное дело: свинья грязь найдет...

А ведь еще Гиппократ думал о природе зависимости!

Всемирная организация здравоохранения признала алкоголизм и наркоманию — в это определение стоит вдуматься — первичными (наследственными), смертельными, прогрессирующими, неизлечимыми заболеваниями. Ни для кого не секрет, что большинство наркоманов — люди с алкоголической наследственностью.

Конечно, не каждый из тех, у кого в роду были алкоголики, становится химически зависимым человеком. Есть еще другие факторы, которые из человека с нехорошей в этом плане генетикой делают наркомана. Например, нефизиологические роды, родовые травмы и т.п. И, конечно, обстановка в семье, воспитание. Об этом я расскажу позднее.

Сегодня ученые обнаружили около двух десятков измененных генов, которые есть у людей, впоследствии испытывающих болезненное пристрастие к наркотикам. В числе прочего у них низкий уровень так называемых эндогенных опиатов — веществ, которые в организме отвечают за удовольствие и естественное обезболивание.

У людей с такой генетикой даже черты лица часто несколько специфические. Специалисты детей со склонностью к зависимостям отличают от всех остальных еще, так сказать, в песочнице.

Проводили эксперимент. На пути младенцев, которые едва научились ползать, ставили преграду. Так вот, дети с «алкогольной» наследственностью бились в эту стенку головой раз за разом. А остальные, пару раз натолкнувшись на преграду, спокойно ее оползали. А мы удивляемся тому, что кто-то идет по пороч-

ному, травматичному пути с поразительной настойчивостью.

Это не значит, что дети эти глупее других. У них может быть вполне нормальный или даже высокий интеллект. Дело в общем эмоциональном фоне. Они сильнее чувствуют душевную боль. Глубже переживают даже мелкие неудачи. Многим из них еще в детстве ставят диагноз «гиперактивность». В школе они неуправляемы, неусидчивы. Из-за этого не учатся сами и мешают нормально заниматься другим. Педагоги раздражаются и злятся — у них нет ни времени, ни сил заниматься такими детьми. Начинается прессинг в школе... На учебе — наказания и двойки, дома — скандалы. Так сказать, шоу начинается.

А что дома кроме скандалов из-за плохих оценок и учительских претензий к поведению? Там, вполне возможно, родители вовсе не наркоманы и не алкоголики. Совсем нет. Они просто любят попить пивка или винца на радостях, чтоб тоску развеять или для бодрости.

— Мама, папа, а мне можно выпить с вами? — спрашивает чадо.

Родители недовольно поднимают брови:

— Вот когда станешь взрослым.

Ага, думает ребенок, вот каков он — главный атрибут взрослой жизни.

Вот такой конгломерат условий и рождает наркомана. И какие после этого чудо-таблетка, кодирование и т.п. могут вылечить человека с больной душой?



Наркомания — болезнь чувств, разума, тела. Мир наркомана перевернут. Главный объект его любви, страсти, ностальгии — это наркотик. Что бы больной сам ни говорил о своем чувстве к жене, ребенку, родителям —

все это пустой звук. Его поведение — а только на него и стоит обращать внимание — свидетельствует о том, чего он на самом деле возжелает больше всего.

У человека с химической зависимостью меняется иерархия ценностей. Приведу пример. Чем пьяница — еще проще говоря, любитель выпить — отличается от хронического алкоголика? Главное отличие — в системе ценностей. Обычный любитель выпить никогда не пожертвует тем, что для него важно, ради спиртного. Если жену, к примеру, нужно вечером отвезти в аэропорт, пьяница не станет с утра напиваться. А алкоголика ничто не удержит. Как и наркомана. Ибо, как я уже говорила, у него другой главный объект страсти: ценности исчезают, падает моральная планка.

Теперь только наркотик может привести его в более-менее — весьма относительно, конечно, — нормальное состояние. Организм «понял»: эндогенные опиаты — вещества удовольствия, радости и анестезии — поступают извне. Можно прекратить их выработку. И все — личность человека начала разрушаться.

Бывших наркоманов и алкоголиков не бывает. Бывают люди, добившиеся стойкой — иногда пожизненной — ремиссии. Именно поэтому мы к слову «наркоман» или «алкоголик» прибавляем причастие несовершенного вида: не «выздоровевший», а «выздоровливающий».

Я думаю, теперь ясно, почему ни одной таблеткой, ни курсом препаратов эту болезнь не вылечишь. Разве можно лекарствами исцелить душу? А как спасти того, кто встал на путь самоуничтожения — по какой причине он бы это ни сделал? Что предложить ему взамен «возлюбленных» веществ? Да, эту любовь трудно преуменьшить. Ведь, если вдуматься, наркоманы и алкоголики поклоняются творению рук человеческих. И наркотики, и спиртное производят также люди. Дикая, па-

радоксальная ситуация, если вдуматься... Чем заменить им главную любовь?

В этом-то и главная загвоздка. Человеку нужно поменяться полностью.



Цель реабилитационной программы, разработанной под руководством Валентины Новиковой, главным образом, состоит в том, чтобы построить для больных новый мир, заменить чем-то хорошим, радостным и важным «главную любовь всей жизни», страсть, за которую они и их близкие уже дорого заплатили.

Важно создать зависимым людям пищу для ума. На это направлены тренинги взаимоотношений, поведенческие тренинги, тренинги по асертивному (независимому) поведению и другие занятия, которые проводят специалисты. Взрослых, совершеннолетних людей учат организовывать свою жизнь. В реабилитационном центре люди заняты с утра до вечера. Это одно из главных условий пребывания там. Ведь, как известно, употребление психоактивных веществ требует времени. Да и вообще, безделье ведет к безумию.

Через два месяца больных отпускают домой. И еще два месяца они проводят в режиме дневного стационара, приходя в больницу каждый день.

Этого периода Валентина Новикова боится больше всего. Семьдесят процентов срывов химически зависимых людей происходит из-за неправильного поведения членов семьи.

Иногда даже страшно «возвращать» больного родственникам, которые считают: чадо пролечено, оно изменилось в лучшую сторону. А они здоровы, им меняться ни к чему. Семья продолжает жить той же жизнью. Близкие упрекают больного:

— Мы заплатили за твое лечение, а ты...

Родные ведут себя агрессивно, вспоминают старые обиды, нарушают договоренность с членами семьи: дают деньги, пускают домой в любое время дня и ночи и т.п. И опять человек попадает в порочный круг.

А ведь не зря наркоманы говорят, что черт всю жизнь сидит у них на плече. И еще одна грустная поговорка наркоманов: героин умеет ждать...



Валентина Владимировна достаточно жестко настроена именно по отношению к родителям наркозависимых, задаваясь вопросами: почему они игнорируют тревожные диагнозы, которые ставят их детям невропатологи? Почему не считают гиперактивность и логопедические проблемы серьезными симптомами?

По мнению Новиковой, именно игнорирование проблем ребенка ведет к самым серьезным последствиям.

Определение созависимого человека, данное Валентиной Новиковой, пожалуй, — самое жесткое из всех, что я привожу в этой книге:

— Созависимый человек — тот, кто не живет в границах своей «территории». Он ведет безответственный образ жизни ради управления жизнями других людей. Зависимый человек всегда воспитан в нездоровой семье. Нужно воспитывать себя, а не детей.

Созависимые живут, руководствуясь страхами. В них нет любви, ибо любовь больше хочет давать. А созависимость желает только брать. Объект «любви» такого человека должен соответствовать требованиям, он должен заслуживать любовь каждым своим движением. Ни о каких условиях для личностного роста рядом с созависимыми родными и речи быть не может. Здесь все готовы дать «ценный» совет. Даже когда о нем не просят...

Приведу пример из собственной практики. Встречаю я недалеко от нашего отделения маму одного молодого человека, тяжелого пациента, который не раз срывался. Идет мать в сторону входа — несет в сумке гостинцы. Я ей говорю:

— Куда вы?

Она отвечает виновато:

— Да вот вкусенького сыну несусь.

Спрашиваю:

— А вы забыли, что, согласно заключенной договоренности, сын на два месяца изолируется от своего привычного окружения?

Она возмущается:

— Я же ему гостинцы несусь, а не наркотики!

Дело было летом, поэтому я сказала:

— Почему вы не на даче?

— Я сижу дома около телефона — вдруг он позвонит?

— Езжайте на дачу, не думайте о нем.

Боже, с какой ненавистью она на меня посмотрела!

Но на дачу все-таки уехала. А ее сын «мистическим» образом с того момента начал выздоравливать.

Конечно, в этой сцене я выгляжу злодейкой. Но мировая практика лечения зависимостей показывает: мелочная опека разрушает личность. А выздоровление наркомана начинается, когда он отрывается от привычного окружения.

Валентина Новикова закончила разговор на грустной ноте:

— Наши дети — агнцы на заклание. Страшно подумать, что некоторые из них раньше срока умирают в мучениях, как собаки. Мать-то переживет. А ему уходить молодым. Жалко...



Валентина Новикова с гордостью рассказала о том, что в конце прошлого века футурологи думали, какие изобретения человечества, сделанные в XX столетии, считать наиболее значительными и полезными. В числе прочих была названа программа «Двенадцать шагов». Валентина Владимировна подчеркивает: ее создали сами люди, зависимые от химических веществ. С ее помощью сегодня во всем мире выздоравливают миллионы наркоманов и алкоголиков.

НАРКОМАНИЯ — БОЛЕЗНЬ ДУШИ

Татьяна Осина — специалист по зависимости и созависимости, семейный психолог. Да, теперь она психолог и работает, в основном, с семьями, где есть химически зависимые люди. Раньше же Татьяна Владимировна была экономистом. Но в ее семью пришла беда: сын стал наркоманом. Сегодня ему тридцать пять лет, стаж трезвости — четырнадцать лет. За то время, пока он принимал наркотики, мама, по ее же словам, стала другим человеком. И даже сменила профессию.

Татьяна Осина, как и Валентина Новикова, придерживается достаточно жесткой позиции в отношении созависимых — в основном, конечно, матерей наркоманов. Она прямо не говорит о вине родных. Но, по ее мнению, именно поведение близких в семье — механизм, запускающий колесо наркотической зависимости. Татьяна Владимировна считает созависимость слишком сильной реакцией на поведение других людей. Тем не менее она видит в ней и положительную сторону:

— Созависимость — огромный ресурс. Подчиненных, склонных к созависимому поведению, любит начальство. Ведь они, в страхе неодобрения, блестяще справ-

ляются с самыми сложными задачами. В этой избыточной реакции — огромная сила. По большому счету созависимость — психологическая защита, помогающая выжить. Как ни парадоксально, ее природа создала, чтобы люди выживали. Сегодня многим знаком термин «стокгольмский синдром»: жертва начинает сочувствовать насильнику, который ее мучит. Она ему соболезнует, жалеет его, улавливает его настроения. Ведь у истязаемого нет другого выхода, чтобы не сойти с ума, не умереть душевно, кроме как жить жизнью своего карателя, видеть в нем страдающую душу.

Так что, с моей точки зрения, созависимому человеку дана огромная сила, которую он с помощью специалиста может направить в конструктивное русло.

Первый шаг в этом движении — избавление от слишком эмоциональных реакций на события. От бесконечных вопросов, которые задаешь сам себе: «Что будет, если он?..» На приеме у психолога такие люди рассказывают о ком угодно, только не о себе, не о своих чувствах и проблемах. Они подробнейшим образом описывают все перипетии поведения зависимого человека, все его слова и похождения. Отсутствие «себя любимого» в разговоре о проблеме — один из ярчайших признаков созависимости. Отрицание — первый признак заболевания, у созависимых это отрицание себя.

А есть ли в мире те, кого можно назвать полностью независимыми? Есть, но очень немного. Есть, если можно так выразиться, малосозависимые. Это те, кто вырос в здоровых семьях.

Как и Надежда Мучникова, Татьяна Осина называет признаки семьи, которую можно считать здоровой:

— В здоровой семье все друг друга любят. И любовь проявляют. Там не критикуют — там обсуждают проблемы: идет развивающий диалог. Любовь в здоровой

семье безусловна: чувство испытывают не только к «хорошим мальчикам» или «хорошим девочкам». В нашей культуре ценятся сдержанность, суровость. Эмоциональность же почему-то часто оценивается как распущенность.

Еще один признак здоровой семьи — психологические, если так можно выразиться, границы каждого из ее членов. Мать, к примеру, не врывается в комнату ребенка в любое время дня и ночи с криком:

— Ты почему не вымыл посуду?! Я же тебе час назад велела ее вымыть!..

Татьяна Осина также отмечает, что художественные произведения, в которых говорится о любви, о том, какой она должна быть, прививают нам именно культуру созависимости:

— Даже в простенькой эстрадной песне поется: «Ты украдешь, а я сяду». Мало произведений, в которых описаны здоровые отношения. Наоборот, в качестве нормы нам иногда преподносят насилие, нарушение правовых норм. Почему нас учат ТАКОМУ? Я полагаю, причина тому — достаточно давние страницы российской истории. К примеру, крепостное право, когда одни люди законно эксплуатировали других...

Осина ярко описывает родителей, которые приводят своих детей-наркоманов на лечение. Речь о тех, что «прилагают» деньги к нерадивым чадам. И считают, что им после реабилитации вернут сыновей и дочек здоровыми, в целостности и сохранности. В неповрежденной упаковке.

— Часто родители и дети лишь физически присутствуют рядом. На самом деле мама и папа понятия не имеют о том, что происходит в жизни и в душе ребенка. Да и не пытаются озаботиться этим вопросом. Мало мы видели отцов, которые «страшно устали на работе»

и поэтому целый вечер лежат на диване с пультом от телевизора или сидят у компьютера? Они смотрят в экран, но ничего не видят. Просто щелкают кнопкой переключения программ или мышью — картинка меняется и как-то развлекает. А потом — спать. Все. День закончился. А о чем с ребенком разговаривать-то? Он сыт, одет, двоек сегодня не нахватал. Все же нормально. Выходные семья проводит «культурно». В полном составе она отправляется в ближайший торгово-развлекательный центр. Впереди — долгое путешествие по магазинам с перерывом на обед в местном ресторанном дворике. Разговор о покупках, о том, что для кого нужно приобрести... Конечно, чем еще заняться семье в выходной день в культурной столице? Только вот ребенок почему-то, проводя так дни и годы, однажды начинает чувствовать себя ненужным, брошенным. Понятно, что торговцы наркотиками рады видеть чадо из обеспеченной семьи... Родители недоумевают: мы жили, как все, у него (или у нее) все было. Как такое могло случиться?

Да, в семье не интересуются душевными переживаниями ребенка. Зато всегда рады контролировать и чутко руководить: дружи с тем, а не с этим; учиться будешь там, где мы тебе скажем; нормальный ребенок так бы не поступил и т.д., и т.п.

Так воспитывается зависимая (от кого-то или от чего-то) личность. А будет ли это созависимость или другой вид зависимости, покажет будущее!



Слова «отпустить ребенка» звучат так просто, на первый взгляд. Но как его отпустишь, если все время боишься за него? Если его чувства, мысли, поступки не понятны или не близки? Если мы не видим в нем свое

повторение? Если его поведение мало того, что непонятно, — оно раздражает. Если он или она уже остушился... Как отпустить?!

Приведу пример из личной психологической практики. Сын увлекается компьютерными играми. Мать, естественно, его не понимает. Пытается как-то отучить от пагубного пристрастия. Она врывается в его комнату, кричит, требует прекратить игру. Он орет в ответ. Выталкивает мать из помещения. Она ломится в дверь...

Я ей посоветовала поговорить с сыном об... игре. Простая мысль: люди с большим удовольствием говорят о том, что им интересно.

И вот однажды мама спрашивает у него спокойно:
— Во что ты играешь?

Сын поначалу оторопел. А потом ответил, какой игрой он увлекается. Мама тогда заинтересовалась:

— Что тебе в ней интересно?

Скажу честно: после того как между мамой и ребенком начался диалог, он не перестал играть. Но диалог НАЧАЛСЯ. Мама мне призналась:

— Сын опять стал мне родным человеком. Вчера он сел рядом со мной и положил мне голову на плечо, как раньше!..



Я не могла не спросить Татьяну Осину о том, чего больше всего страшатся матери наркоманов: о страхе потерять ребенка. Как с ним бороться? Надо ли? Ведь это так естественно — бояться за свое чадо.

По мнению Осиной, страх потерять сына или дочь нужно «отпустить». И сделать это через веру в Бога. Не обязательно в Бога в традиционном понимании. Нерелигиозные люди могут свести веру в Бога к принятию идеи о существовании некой высшей силы, кото-

рой доверяешь самого дорогого тебе человека. Нужно верить, что она сохранит жизнь наркоману.

Конечно, такая вера не каждого может согреть. Но есть ли другой выход?

Тут еще следует понимать: в этой ситуации страх потери ребенка, как это ни цинично звучит, — эгоистическая позиция родителей. Она «подкармливает» своего рода обслуживание наркомании: дам денег, чтоб был жив, и т.п.

Иногда спрашиваешь у родителей:

— Зачем вам дети?

Они не знают, что ответить. Иногда кажется, что родные любят не человека, а некий идеальный его образ, созданный их же воображением. Чадо в обязательном порядке должно соответствовать этому представлению.

Встречаются родители, которые гораздо спокойнее чувствуют себя, когда их ребенок-наркоман в тюрьме. Там за ним следят, наркотиков он не принимает и семью не терроризирует. Сидит себе в клетке на радость маме и папе. Но выход ли это? Очевидно: срыв произойдет сразу после выхода из заключения. Напрашивается невеселый вывод: значит, его надо вечно держать за решеткой. Парадокс.

Тут возникает следующий вопрос: а что делать? Ведь на самом деле наркоманы создают своим близким ужасную жизнь. На самом деле, когда некоторые зависимые оказываются в тюрьме, их родные издают вздох облегчения.

Что же делать родным? Тут очень важен настрой, внутреннее состояние.

Однажды надо себе сказать: «Нет. Я больше не буду потворствовать такому поведению, я больше не поддамся. Я не позволю собой манипулировать. Он больше

не будет “хватать меня за грудки”, требуя денег. У меня дома больше не будет людей в состоянии наркотического опьянения». Внутренняя уверенность родителя в том, что он сможет дать отпор наркоману, уже нередко становится препятствием для распоясавшегося чада.

Отношение общества к человеку, который «вырастил такое чудовище», диктует родителю — матери прежде всего — низкую самооценку. Наркоманы — великие манипуляторы. Это элемент болезни. Чувствуя неуверенность в себе близких людей, они вьют из тех веревки, давя на самые слабые и больные места. Возникает поистине адская система отношений, на которой пышным цветом расцветают и зависимость, и созависимость.

Это, может быть, прозвучит жестко, но примерно 70 процентов срывов наркозависимых происходит из-за неправильного, неуверенного, созависимого поведения членов семьи.

Конечно, родные невыразимо страдают. Они скандалят, обвиняют, плачут, пытаются сочувствовать именно потому, что движимы любовью. Но в том-то и дело, что они сами не понимают: радующее и созидательное чувство любви постепенно трансформировалось в разрушительную для всех участников драмы созависимость. Любовь рождает ощущение счастья, уверенности в себе, гармонии. А созависимость убивает того, кто ни разу в жизни наркотиков не пробовал. От созависимости следует избавляться, хотя бы осознав, насколько тебе плохо. Здоровый человек не должен погружаться в мир больного. Отсутствие собственных радостей и переживаний — дурной симптом.

Между любящими людьми всегда есть «расстояние»: у каждого свой мир, свои потребности, свои интересы. «Взаимное сверхпроникновение» зависимого и созави-

симого говорит о том, что любовь куда-то улетучилась.

Так что родителю придется полностью измениться, руководствуясь принципом: я у себя один, и другого меня у меня не будет. Сыну или дочери гораздо больше захочется измениться, если он видит рядом счастливую мать, а не несчастную женщину, которая то рыдает, то скандалит, то угрожает.



Наркомания — болезнь души. Физиологическую зависимость от психотропных веществ блокировать легко: сегодня для этого достаточно медикаментов. Вот только после ухода наркотиков в жизни человека возникает пустота — место для зависимости.

Зависимость ВСЕГДА возникает там, где есть почва для нее.

Нам ничего не остается, кроме как отпустить своих детей. Мы же не боги, мы и в своей-то жизни не все можем решать. А уж в чужой... Эти слова лучше повторять про себя, как мантру...

Татьяна делится личным опытом:

— Как лично я начала выздоравливать от созависимости? У меня изменились взгляд и интонация. Я научилась жестко говорить: «Нет!» Поворотным стал, на первый взгляд, малозначимый эпизод. Сын пришел домой и сказал в свойственной ему манере — как бы невзначай:

— Мам, а там такая курточка продается...

Я ему спокойно так отвечаю:

— Покупай.

И все. После этого ситуация начала меняться в лучшую сторону.

«...НЕ ВЫЛЕЧИТЬ БОЛЬНОГО, А СОХРАНИТЬСЯ САМОМУ»

Мария Тварадзе — психотерапевт, много работает с наркозависимыми и, как мне показалось, с большим сочувствием и пониманием относится к родителям наркозависимых. Главный смысл того, что она говорит: самый сложный, но и самый действенный шаг, который могут совершить родители зависимого, — переключить свое внимание с ребенка на себя и свое состояние. Спасительство — то, чем большинство родителей (особенно мамы) начинают заниматься, как только понимают, что ребенку угрожает опасность. Но спасительство не только не помогает, а, в основном, наносит только бóльший вред зависимому, лишая его возможности взять на себя ответственность за свое поведение и его последствия.



Жизнь близких людей становится подчинена жизни зависимого: необходимо прятать деньги, нельзя уезжать надолго из дома, нужно следить за эмоциональным состоянием наркомана, контролировать его общение, защищаться от проявлений агрессии. Постепенно жизнь и проблемы зависимого становятся единственно важными. Действительно, что такое трудности на работе, если родной человек ежедневно может погибнуть от передозировки? О каких удовольствиях или увлечениях может идти речь, если необходимо периодически оплачивать лечение наркомана? Члены семьи зависимого находятся в состоянии постоянного стресса, тревоги, Они чувствуют себя беспомощными и несчастными.

Главный критерий, по которому определяют созависимость: когда жизнь одного человека как бы принадлежит другому.



Я считаю, что в России проблема созависимости усугубляется недостатком квалифицированной помощи наркозависимым людям и членам их семей. Бесплатные реабилитационные центры можно по пальцам пересчитать. Еще меньше мест, где предлагают длительные программы реабилитации.

Что тут говорить, если у нас даже изрядная часть представителей медицинского сообщества относится к наркоманам презрительно, считая зависимость капризом, прихотью — только не болезнью.



Еще один важный момент. Созависимым людям очень трудно бывает признать, что в основе их состояния лежит пустота, которую они стремятся заполнить заботой о других людях или, точнее, контролем их жизни. Таким образом, появляется система, в которой у каждого участника своя роль и своя, если можно так выразиться, пустота, которую зависимый пытается заполнить деструктивным поведением, созависимый — «спасительством». Каждый персонаж создавшейся системы извлекает из своей роли выгоду, настолько значимую, что готов даже мириться со всеми ужасными последствиями собственных действий. Как правило, именно с понимания этого факта и начинается реальное избавление от зависимости и созависимости.

Очень много написано о том, что задача созависимого — признать, что за свою жизнь каждый отвечает самостоятельно. И не нужно пытаться спасти близкого человека. Я бы дала созависимым один совет: ответить себе на вопрос не «что сделать, чтобы он изменился?», а «что я чувствую и как справляюсь с этим?».

Собственно, созависимость и отличается от любви тем, что созависимый человек слишком нуждается в зависимом для реализации собственных целей. Любовь открыта: ты счастлив уже тем, что любимый человек есть. Ты не пытаешься его изменить.



Спасение можно найти только внутри себя. Главное — перестать брать на себя ответственность за ситуацию. Задать себе вопрос: что из того, что я делаю, способствует улучшению ситуации?

Нужно поставить перед собой другую цель — на первый взгляд, очень жесткую: не вылечить больного, а сохраниться самому.

Созависимые движимы страхом потери, а не желанием помочь.

Мать, которая приезжает ночью в притон забрать сына или дочь, «обслуживает» собственную тревогу. Очевидно: наркоман протрезвеет и продолжит в том же духе.

Когда я спрашиваю такую мать: зачем вы это делаете? — она отвечает: потому что я испугана. Такая оценка собственного состояния — также шаг к переменам.

Для выздоровления созависимого главное — следить за тем, что он сам делает и с какой целью.

Каковы симптомы выздоровления от созависимости? Человек как бы возвращается в собственную жизнь из чужой. Вновь появляется способность радоваться. Рождается трезвая оценка ситуации. Независимый может сказать: «Моя жизнь полноценна».

Часть 3

МАТЕРИ. ВЧЕРАШНИЕ БАБОЧКИ

Истории матерей наркоманов можно озаглавить так: «Истории нравственного роста и фантастических личностных изменений». Эти женщины под влиянием ужаса, в который ввергли их собственные дети, изменились. И определенно в лучшую сторону. «Соблазна» стать издерганными и, что греха таить, маловменяемыми, созависимыми они в результате избежали. Они прошли долгий путь взлетов и падений. Некоторые из них признаются, что никогда не чувствовали в себе ресурса для подобной эволюции. Хотя, конечно, не дай Бог кому-нибудь пережить то, что пережили они. И лучше бы изменения проходили под влиянием гораздо более радостных причин.

В рассказах матерей также есть общие черты, свидетельствующие о стандартности ситуации, в которую ввергает свою семью наркоман. Трое из семи мам, с которыми я разговаривала, сравнили себя до того, как их дети начали принимать наркотики, с чем-то воздушным: со стрекозой, с бабочкой, с воздушным шариком. Такой прекрасной им кажется жизнь до болезни детей.

Хотя психологи, работающие с созависимыми, советуют родителям не искать вину за случившееся

в себе, справедливо полагая этот путь непродуктивным, тем не менее, абсолютно все матери задаются вопросом: «Что я сделала не так?» По всей видимости, отказаться от подобных мыслей полностью невозможно. Ошибки в собственном поведении видятся матерям по-разному. Иногда в поисках собственной вины они доходят до абсурда. Какие ошибки называют матери? Вот далеко не полный список.

1. Слишком хорошо жила до того, как сын стал наркоманом.
 2. Не похоронила первого ребенка, умершего вскоре после рождения.
 3. Сделала очень много абортов.
 4. Выросла без матери — не имела перед собой хорошего примера материнского поведения.
 5. Была слишком спокойна и уверена.
 6. Была слишком тревожна.
 7. Была слишком занята.
 8. Больше внимания уделяла мужу, чем сыну.
- Этот список можно продолжать бесконечно.

Эксперты говорят о деструктивной семье, где родные своим поведением провоцируют развитие наркомании. Эксперты правы. Наверное, родители допустили ошибки в воспитании, ставшие роковыми. Но даже самые нерадивые и безответственные родители не желают себе детей-наркоманов. И умышленно ничего не делают для того, чтобы их сыновья или дочери выросли такими. Они могут вести себя глупо, жестоко, недальновидно.

Но болезнь сваливается на них словно снег на голову. Они воспринимают ее как наказание. Достойны ли они такого жестокого наказания за ошибки? Я уверена: нет.

Тем более в этой книге речь о тех, кто пришел в организацию «АЗАРИЯ» — Матери против наркоти-

ков». Такой поступок говорит о том, что этим матерям безразлично то, что происходит с их детьми. И мамы готовы работать над собой. Матери-наркоманки и алкоголички занятий для созависимых не посещают.

У меня матери вызывают огромное сочувствие, ибо изначально ОНИ здоровы, а не их дети. Наркоман пребывает в тумане. Родители же видят то, что происходит с ним, трезвыми, не замутненными никаким веществом глазами.

Да, наркоман на самом деле может умереть в любой момент. Но после его смерти будут мучиться и оплакивать его живые — родные и близкие. Им жить с этим чувством горя и потери все оставшиеся годы.

И последнее: среди моих знакомых есть немало людей, у которых непростые отношения с родителями. Некоторые считают: с ними плохо обращались в семье. Есть те, кто практически не поддерживают никаких отношений с родными. Это грустно. Это неприятно. Возможно, предосудительно. Но наркомания сына или дочери — слишком жестокое наказание для родных. Близким легче осознавать, что ребенок пусть не с ними, но где-то есть, живой и здоровый, чем понимать: он каждый день себя уничтожает или уже убил себя.

В этой части — слово матерям наркоманов.

СТРАННИК В СВЕТЛОМ ЛЕСУ

Любовь Спижарская, 67 лет, на пенсии, работала метеорологом.

Я — странник в светлом, прозрачном лесу. Раньше мне казалось, что я блуждаю с фонариком во тьме по каким-то дебрям. Выхватываю лучом то один, то другой участок. Но у меня нет полного представ-

ления о том, что вокруг меня. А сейчас лес осветился — я вижу все насквозь и далеко вперед.

Любовь Ивановна Спижарская сделала для матерей наркоманов то, чего до нее не делал в нашей стране никто. В течение долгого времени она возглавляла организацию «“АЗАРИЯ” — Матери против наркотиков». Первопроходцем в деле работы родителей наркоманов над собой ее сделало несчастье: старший сын стал химически зависимым. Работа над собой Любови Ивановны стала работой над собой сначала десятков, потом сотен, а затем, возможно, и тысяч матерей. Когда она начала бороться с болезнью сына, о наркотиках в нашей стране знали мало. О наркомании — не больше. О понятии «созависимость» — вообще ничего. Ее путь был дорогой проб и ошибок. Она металась, менялась, собирала информацию по крупицам. Сейчас Любовь Спижарская говорит о себе так:

— Я — странник в светлом, прозрачном лесу. Раньше мне казалось, что я блуждаю с фонариком в полной тьме по каким-то дебрям. Выхватываю лучом то один, то другой участок. Но полное представление о том, что вокруг меня, отсутствует. А сейчас лес осветился — я вижу все насквозь и далеко вперед.

Любовь Ивановна — женщина маленького роста, очень живая и энергичная. Самые разные стороны жизни и самые разные люди вызывают у нее огромный интерес.

Интонации у Спижарской ровные, говорит она спокойно, вдумываясь в каждое слово. При общении с ней возникает ощущение, что вокруг простирается поле покоя и гармонии. Что темный лес вдруг осветился...

Вот рассказ Любови Ивановны Спижарской:

— Сегодня проблема моего старшего сына, с которой он жил много лет, отошла на второй план. Он женат.

У него есть дочь. Работает. Бросил даже курить. И трудности в его жизни обычные — такие, какие бывают у всех. И я больше не думаю о нем как о наркомане. Но когда-то все было совсем иначе. Вся моя жизнь была работой над собой, целью которой было сохранение себя ради того, чтобы спасти сына...



4 ноября 1972 года родился мой старший сынок. Я маленькая, а он появился на свет очень большим: рост пятьдесят четыре сантиметра, вес четыре килограмма сто граммов. Все, кто видел моего ребенка, восхищались:

— Какой красивый мальчик.

Он и сейчас красив. Говорят, что похож на Алена Делона.



Раньше я к наркоманам никак не относилась. Думала, наркотики где-то далеко: за океаном, наверное. А в моем доме наркоман вырасти не может. Я хорошая мама, и у меня хорошие дети.

Сама я выросла без мамы. Я двенадцатый ребенок в семье — последний, родившийся после войны. Мама умерла, когда мне не исполнилось еще и трех лет. Меня воспитывал один папа. Мне он всегда казался очень старым. Отец, в общем, заботился обо мне — не обижал. Кормил, одевал. Но никаких особо теплых отношений между нами не было. Папа работал маляром. Приходил домой усталый. Обедал. Ложился подремать. Мы существовали как будто по отдельности. Я — девочка — думала: вот будут у меня свои дети, и я их стану ТАК любить! Я буду не просто мамой, я буду супермамой!.. Иногда мне кажется, то, что случилось, произошло

потому, что я выросла без мамы: не знала, как быть матерью...

После окончания ленинградского гидрометеорологического института я работала по распределению синоптиком в аэропорту на Камчатке. Там познакомилась с пилотом гражданской авиации и вышла за него замуж. В 1972 году родился мой старший сын, в 1974-м — младший...

Супруг стал выпивать. Его выгнали с работы. Без неба он существовать не мог: самолеты были его жизнью. После увольнения он года за три спился полностью. Я с ним развелась.

К тому моменту мы все уже вернулись в Ленинград. Туда же переселилась и свекровь. Бывший муж жил с ней. Она его всячески защищала и винила меня в равнодушии к его бедам. Сейчас я понимаю: она была глубоко созависимым человеком. Но тогда я ни о чем таком и слыхом не слыхивала.

Муж мой погиб в возрасте 37 лет. Возвращался домой пьяный и упал с лестницы затылком и сильно ударился... Моим мальчикам тогда было семь и пять лет.

После похорон своего единственного сына свекровь бросилась ко мне в объятия...

Мы очень сблизились. Она мне помогала с детьми: больше ни бабушек, ни дедушек у моих мальчиков не было.

Дети мои выросли и с каждым годом становились все более разными. За младшим ребенком благополучно закрепились роль хорошего мальчика. А за старшим — плохого. Вечно он влипал в какие-то истории. То окно в классе разобьет, то шторы оборвет, то что-то потеряет. Я все время пыталась вести с ним воспитательные беседы. Но сын, во-первых, от природы молчалив. А во-вторых, я оказывалась абсолютно неспособна его разговорить. Про себя называла его «ребенком в банке»:

вроде вижу мальчика, но как сквозь стекло. Что там у него на душе творится, как до него достучаться — сие одному Богу ведомо... Гулять сыновья выходили с разными компаниями. У старшего завелся друг — мальчик из семьи алкоголиков. Я того паренька все время в гости звала. Во мне было столько любви — мне казалось, я всех детей обогрею. Ведь детей плохих не бывает! А я — супермама! Сейчас понимаю: такое самоощущение — один из кирпичиков в фундаменте созависимости.

Моей зарплаты не хватало — приходилось подрабатывать шитьем на заказ. В самые трудные дни я даже мастерила платья для кукол Барби... Времени также ни на что не хватало: прибежала с работы — и за швейную машинку.

А тем временем старший учился все хуже и хуже. Дневник — весь в плохих оценках и замечаниях. Я билась с ребенком — не знала, что и делать. Стала членом родительского комитета. Выписала журнал «Семья и школа». Консультировалась с классным руководителем. Она мне советовала:

— Контролируйте каждый его шаг.

И я старалась, как могла. Заставляла сына отчитываться за любой его чих. Орала на него. Иногда и поддать могла... Эффекта — никакого.

Тем временем младший сын закончил музыкальную школу, сам записался на танцы. Старшего же я ни в какой кружок пристроить не могла. Уж чего я только не делала, чтобы привить обоим мальчикам интересы в жизни. Мы ходили с ними и в театры, и в музеи, и фильмы интересные смотрели... Но старший ребенок мне не открывался. Совершенно неясно было, затрагивает его искусство или нет. Сейчас, правда, я понимаю: моя культурная активность не прошла зря. Обоим сыновьям смогла привить любовь к чтению...

Мне теперь ясно: я пыталась прожить за ребенка его жизнь и злилась из-за того, что у меня ничего не получалось.



В общем, после восьмого класса сын пошел в ПТУ, где благополучно ничего не делал. Мои мучения с «ребенком в банке» продолжились.

Когда ему исполнилось семнадцать, он стал какой-то совсем странный. И опять ничего от него не добиться...

Я сама не могла понять, что меня настораживало. Поделилась с подругой. Та предположила:

— Слушай, а может, он травку курит?

Дома я незаметно залезла к нему в карман и обнаружила там какие-то странные засушенные зеленые листочки. Как все матери наркоманов, я поначалу не поверила в то, что сын употребляет наркотик постоянно. Успокаивала себя: это, мол, эпизод. Да и вообще, что такое травка? Мелочи.

Разноса устраивать не стала. Читала проповеди. От них улучшения не было никакого. Я чувствовала одно: жизнь идет кувырком и контролировать ее я никак не могу.

А тем временем сыну скоро нужно было идти в армию. И вот однажды звонит мне свекровь:

— Мальчик наш в психиатрической больнице. Его туда направили из военкомата.

Я отпросилась с работы — помчалась в больницу.

— Сынок, что случилось?

— Мама, не волнуйся. Я хочу от армии отмазаться. Кошу под наркомана или под шизофреника.

Я — к психиатру:

— Что происходит?

А она мне — с осуждением:

— Мамочка, да вы что — слепая?! Ваш сын весь исколот!

В армию его, конечно, не взяли.

Но после эпизода в психиатрической больнице сын стал употреблять наркотики без всякого стеснения.

Я пребывала в состоянии шока. Земля уплыла из-под ног. Случилось нечто ужасное и невероятное. Я ведь думала: еще чуть-чуть, дети вырастут. Вздохну свободно. А за горой, которую я должна была преодолеть, оказалась еще одна гора — гораздо выше. Нет, это даже не гора, а какое-то неведомое чудовище. И я должна его победить. Почему такое случилось с моим сыном? Что я не так сделала? Когда ошиблась?..

Он исчезал из дома — я стояла у окна и смотрела, не возвращается ли он. Я бежала за ним по лестнице — пыталась догнать. Я закрывала его дома, не оставив ключей.



Я поняла: мне нужна помощь. Шел 1990 год. О химически активных веществах я не знала ничего. К кому обратиться? В милицию идти страшно. Я отправилась к наркологу. Тот прописал какие-то таблетки, заверив: мы вашего сына на них пересадим, и он перестанет употреблять наркотики.

Ну, думаю, надо мне самой для начала попробовать. Убрала квартиру, приготовила обед. Приняла заветную таблеточку. Жду — эффекта никакого...

А сын даже пробовать ничего не стал. Выглядел он ужасно: в тот период он проводил на себе эксперименты с разными психоактивными веществами.

Я тоже экспериментировала. Правда, в другом «жанре»: пробовала разные способы воздействия на ребенка. Я кричала, плакала, допрашивала. Ложилась перед дверью, чтобы он не выходил из дома.

Из дома было вынесено все ценное. Младший ребенок, перед тем как лечь спать, засовывал свои вещи

к себе в диван. Старший крал из дома и продавал даже продуктовые карточки — помните эту неприятную реалию начала 90-х?

Однажды я из кусочков кожи сшила себе красивую куртку. Повесила ее у входа — не спрятала почему-то. Отошла на кухню буквально на секунду. Возвращаюсь — ни сына, ни куртки.

Как-то раз он приходит и заявляет:

— Мне нужны деньги. Если не отдам долг — меня убьют.

Я страшно испугалась, конечно. Говорю:

— Возьми деньги, но я пойду с тобой.

Вышли вместе. Сын мне тут заявляет:

— Дальше я пойду один. Ты меня здесь подожди. Я сейчас вернусь.

Ждала я сына в тот день, ждала — так и не дождалась. Взял он деньги — и был таков... Стандартный наркоманский трюк.

Так и жили. Сын крал вещи из дома. Не работал. Не учился. А мне казалось, я медленно падаю в черную пропасть...

Был еще эпизод, о котором я сегодня не могу вспоминать без иронии. В Санкт-Петербурге организовали конкурс двойников. Я приняла в нем участие и победила в номинации «Раиса Максимовна Горбачева». Единственной целью было отвлечение моего ребенка от наркотиков. Думаю: это же интересно, он будет гордиться тем, что у него такая мать. Мы с ним познакомимся с яркими людьми. Конечно, сыну моя победа была абсолютно безразлична. Смех, да и только, до чего может дойти мать наркомана от ощущения собственной беспомощности.



А я все искала тех, кто мне может помочь. Кто выслушает. Кто не осудит. Кто даст ценный совет. В итоге

я нашла две православные организации: «Возвращение» и «Новые паломники». Они устраивали наркоманов на реабилитацию в монастыри. Я стала посещать эти организации.

Тем временем сын начал пропадать. Иногда недели на три. Мне кажется, он приходил ночевать домой, когда больше остановиться было негде. У него появилась женщина по имени Катя. На семь лет старше. Тоже наркоманка. Лишенная родительских прав. Ее ребенка воспитывали бабушка с дедушкой.

Познакомилась я с ней при, мягко говоря, необычных обстоятельствах. Как оказалось, мой сын с компанией, где была и эта Катя, ездил собирать мак куда-то в Новгородскую область. Меня вызвали в милицию. Там дама-милиционер мне сообщила:

— Ваш сын связался с ТАКОЙ женщиной! Она ужасно нервная: стол здесь зубами грызла.

О боже, думаю, в каком болоте я оказалась. Как мне спасти моего ребенка?..

Катя эта раньше, чем мой сын, начала лечиться. Я с ней пыталась говорить. Спрашивала:

— Почему ты лечишься, а мой сын — нет ?

— А он еще не наторчался, — отвечала она.

Когда же он наторчится-то, думаю...

Сейчас у Кати все нормально. Она замужем. Вернула себе родительские права. Работает бухгалтером...



За тот новгородский мак, с которым его поймали, сын получил первую судимость. Условную. Потом были еще три — уже безусловные. В общей сложности он отсидел за наркотики шесть лет. Его милиция брала прямо на улице — с дозой. Внешний вид его, понятное дело, ни у кого сомнений не вызывал...

А я уже шла своим путем. Вместе с несколькими такими же, как я, матерями посещала религиозные организации, о которых упоминала выше. Мы превратились в настоящих охотников за информацией, которая могла бы нам помочь не потерять детей.

Однажды сын пришел ко мне и попросил:

— Мама, помоги мне избавиться от наркотиков.

Я организовала ему встречу с руководителем одной из христианских организаций. Они разговаривали несколько часов. После этого сын уехал в монастырь на остров Коневец. Вскоре после возвращения он опять сошелся...

Тем временем нам — матерям наркоманов — стало ясно: наши интересы расходятся с целями религиозных организаций. В числе прочего потому, что наркомания не знает национальностей и вероисповеданий. Среди нас оказались и представительницы других конфессий, и неверующие. Нужно было собственное общество.

Нам удалось организовать поездку в Германию. Мы познакомились с представительницами тамошней организации родителей наркоманов. Родные химически зависимых людей и на Западе представлены, в основном, матерями. Мужчины везде зачастую специфически понимают свою роль в воспитании детей...

В Германии я узнала о созависимости и эмоциональной независимости. В моем сознании начал смещаться фокус: я стала больше обращать внимания на свое состояние и меньше — на то, что происходит с сыном. Поняла: пребывая в истерическом состоянии, помочь ребенку не смогу.

Вскоре мы познакомились и с финской материнской организацией. Отношение общества к наркоманам и их родным на Западе — гораздо более гуманное, чем у нас. А истории — точно такие же, как в России. Я со все большим вниманием присматривалась к иностран-

кам-мамам химически зависимых. У сына одной из моих знакомых из-за наркотиков поврежден мозг. Он практически не говорит и едва узнает мать. И что? Она бодра, умеет радоваться жизни, помогает другим. Теперь я смотрела не на то, КАКИЕ ДЕТИ и что их заставляет вытворять болезнь, а на то, КАКИЕ РОДИТЕЛИ. Решила: я тоже должна стать такой — сильной, независимой, разумной, жизнерадостной.



Теперь я знала, чему мы будем учиться в родительской организации, которая теперь точно должна была появиться на свет.

Последние сомнения развеяла лекция одного немецкого профессора. Я пожаловалась ему на то, что не чувствую себя специалистом в области лечения наркозависимых. Он ответил:

— Вы ошибаетесь. **Вы — самые большие специалисты по той боли, которую наркоман приносит в семью.**

Теперь нас было десятка полтора — таких же, как я, мам-горемык, которые мучились от собственной беспомощности и, кажется, помаленьку сходили с ума.

Специалисты, с которыми мы встречались, посоветовали составить анкеты с вопросами о том, что мы ждем от организации. Ответы практически совпали:

1. Хочу вылечить ребенка.
2. Хочу больше знать о наркомании.
3. Хочу научиться правильно вести себя с ребенком.
4. Хочу больше знать о том, что такое выздоровление от химической зависимости.

Так началась «АЗАРИЯ». Шел 1993 год.



Итак, я поняла, что должна полностью измениться. И начала писать сыну ультиматумы и оставлять их на

видных местах. Он должен был знать, что не имеет права ничего красть из дома и приносить краденые вещи. Что долги я за него отдавать не буду. Что позже половины двенадцатого он домой возвращаться не имеет права: мне завтра нужно идти на работу, и я должна выспаться. Ключи у него я отобрала.

Как тяжело мне давалась эмоциональная независимость! Помню, сын пришел домой поздно. Я его не пускаю. Он плачет с одной стороны двери:

— Мама,пусти меня,я больше не буду...

А я плачу с другой стороны той же двери... Младший сын сердился на меня за то, что я «связалась с наркоманом» и практически не уделяю ему внимания. И злился на брата. Я его понимала. Он видел меня, плачущую, и говорил:

— Мама,ты же обещала его не пускать!

И я не пускала. Младший сын помогал мне иногда умирять старшего, когда тот ломал дверь.

Свекровь укоряла меня:

— Ты младшего любишь, а старшего — нет.

От ее слов мне становилось еще тошнее. Наркоман мой, когда я его не пускала, ехал к бабушке. Как ни страшно это звучит, но по-настоящему он начал выздоравливать после того, как скончалась моя добрая свекровь — любящий, но глубоко созависимый человек...

Упреки матери моего покойного мужа — ничто по сравнению с тем, что я услышала от одного милиционера. С представителями правоохранительных органов я общалась систематически: как я уже сказала, сын мой — четырежды судимый. Так вот, милиционер заявил мне:

— Таких матерей, как вы, надо расстреливать!

Я ему ответила:

— А в какую сторону груди вы будете стрелять — в правую или в левую: у меня один сын — наркоман, а второй — нет?



Однажды я сдала старшего сына в милицию, когда он дебоширил. Один Бог знает, как трудно мне было принять такое решение. Но теперь я знала: моя стратегия — помогать ребенку выздоравливать, а не употреблять наркотики. Он должен ощущать последствия своего поведения и отвечать за них. Я училась жесткой любви. Сейчас мне вообще кажется: человек стареет, когда перестает учиться.

Я стала относиться к сыну, как к больному человеку. Он попадал в реабилитационные центры, лечился, потом опять срывался. В общем, мальчик мой пребывал в одном из трех состояний: или лечился, или употреблял наркотики, или сидел в тюрьме.

Но я менялась. И он менялся. И перемены в нас обоих происходили медленно, очень постепенно.

После последней отсидки он вернулся в 2000 году чуть живой: тощий, весь в чесотке. К тому моменту сын с некоторыми перерывами принимал наркотики в течение одиннадцати лет.

После этого тюремного срока он стал выздоравливать. Наверное, ему просто надоела жизнь, которую он вел много лет.

Так закончилась моя личная антинаркотическая одиссея.

А работа в «АЗАРИИ» продолжилась. Много лет я возглавляла организацию и вела первичный прием — успокаивала рыдающих мам, которые впервые столкнулись с наркоманией. Мы — матери выздоравливающих наркоманов — делились своим опытом с новыми членами «АЗАРИИ». Объясняли им: ваша цель — приобрести как можно больше знаний о болезни и сберечь себя...

Рассказывали, как тяжело выздоравливать химически зависимым: чтобы не ждали благодарности от детей-наркоманов. Ведь тем кажется, что они сами

преодолевают трудный путь отказа от химически активных веществ...



Я никогда и ни за что не согласилась бы повторить путь, который прошла. И никому таких страданий не пожелаю. Но сегодня мне в голову иногда приходит почти крамольная мысль: без испытаний, которые выпали мне, разве узнала бы я о том, что у меня есть общественный темперамент, что я способна организовывать людей, помогать другим? Наверняка нет. Путь, который я прошла с моим старшим сыном, сделал меня совсем другим человеком, реализовал во мне те качества, о которых я и не подозревала.



И в конце — несколько слов о статистике. По моим наблюдениям, при правильном поведении родных (демонстрации эмоциональной независимости) более чем в половине случаев наркоман встает на путь выздоровления.

КАМЕННЫЙ СТОЛП

Валентина Цуканова, 64 года, сейчас работает няней в семье. По образованию — педагог дополнительного образования. Раньше была воспитателем в детском саду.

Сейчас я — каменный столп. А раньше была россыпью камней, которая как-то шевелилась, мерцала: я выходила замуж, рожала детей, трудилась. История, которая произошла с моей дочкой, превратила меня в каменный столп. Я собралась в единое целое. И сегодня вряд ли может сложиться жизненная ситуация, способная меня разрушить.

История Валентины Цукановой — не просто яркая, не просто показательная, не просто победная. Это — рассказ о том, что человек может измениться. Валентина работала над собой столько, сколько не работал никто из героинь этой книги. И изменения, которые произошли в ней, повлекли за собой не только выздоровление ее дочери. Мне кажется, мать в результате работы над собой выросла в сильную, просвещенную и независимую личность — в человека, о существовании которого в себе она и сама не подозревала.

Вот рассказ Валентины Цукановой:

— Мой двоюродный брат занимался распространением марихуаны. При этом сам он наркотики не употреблял. Я узнала о том, что он делал, когда мне было лет семь-десять... Его посадили. Потом он насмерть был сбит машиной родителей детей, которых он погубил. Я о нем не горевала: считала, что такие люди не должны жить... **Наркотики были для меня чужим страшным миром.**

Моя дочь Маша с самого начала была непростой девочкой. В детстве она много болела: мучилась сама и меня мучила астмой. И характер у нее с самого начала был нелегкий.

Когда я оборачиваюсь назад и вспоминаю все, что произошло со мной и с моей дочерью, пытаюсь переосмыслить прошлое. Мне кажется, мы обе заболели после того, как от нас ушел отец Маши — мой второй муж. От первого брака у меня есть еще сын...

Я тяжело переживала его уход. Но жизнь текла дальше. Нужно было поднимать детей. Как я воспитывала дочь? Так же, как воспитывали меня. Ругалась, кричала на нее, когда была недовольна. Контролировала, требовала. В общем, девочка получала вполне «традиционное» воспитание.

Первый звонок прозвучал, когда Маше было лет семнадцать. Прозвучал — и я его проигнорировала. Дочка пришла домой и сказала мне:

— Мама, меня мой друг вмазал.

Я не поняла, да и откуда мне тогда было знать наркоманский жаргон? Подумала, он ее ударил...

К тому моменту дочка уже бросила школу, и в ее и моей жизни произошло много нерадостных событий. Маша не хотела учиться. Думаю, причиной стало то, что дочка не хотела быть двоечницей. Работать у нее также не возникало желания.

Она бросила школу после восьмого класса. Как я пыталась заставить ее учиться? В целях контроля провожала ее — взрослую девочку — в школу, чтобы Маша не сбежала с уроков. Подобный метод приобщения к знаниям не принес никакой пользы. Как только я скрывалась из виду, дочь удирала через черный ход.

Маша выросла красивая и бойкая. В компании ровесников чувствовала себя отлично. Много позже она мне рассказала: в возрасте еще лет двенадцати они с компанией ровесников пускали косячок с анашой по кругу. Еще до героина они ради эксперимента принимали таблетки-транквилизаторы. Из той веселой дворовой команды сегодня в живых только двое: Маша и еще один человек. .

Когда дочке исполнилось всего четырнадцать лет, она пришла домой с молодым человеком и сказала, что они хотят жить вместе — в его квартире. Юноша мне заявил:

— Я за Машей прослежу.

Я отпустила ее к нему. Четыре года они прожили вместе — мне было спокойно. Но потом Маша вернулась домой. Я ее содержала, так как она по-прежнему не работала.



Примерно в 1997 году мне стало ясно: дочь пристрастилась к наркотикам. Собственно, она сама в этом призналась. А то я все не могла понять, почему ее беспокоят то постоянный насморк, то расстройство желудка. Это была реакция организма на инъекционные препараты...

Помню тот ужасный день, когда на мои настойчивые расспросы о том, что с ней происходит, Маша в какой-то момент простодушно ответила:

— Мама, я просто употребляю наркотики.

Парадокс: у нас с дочкой всегда были доверительные отношения. Теперь я знала обо всем, но совершенно не понимала, что делать.

Я обратилась за помощью к одному известному психоаналитику. Он мне сказал:

— Дайте ей пройти по своему собственному пути. А вы займитесь собой.

Как же я его возненавидела за эту «циничную» рекомендацию! Да как он может! У меня ребенок гибнет! А он мне — «займитесь собой»!

Про «АЗАРИЮ» я слышала по радио. Пришла на собрание группы для созависимых. Там я узнала, что надо создать все условия для того, чтобы наркоман не заразился никакой инфекцией. И что же? Я поняла сию рекомендацию буквально: помню время, когда дочка с друзьями варила наркотик у нас на кухне. Я, так сказать, следила за стерильностью процесса. И надо же мне было до такого додуматься в здравом уме и при трезвой памяти!..

Я, конечно, понимала: ребенок гибнет у меня на глазах. Я плакала, пыталась увещевать Машу, уговаривала ее бросить наркотики. Дочка мне отвечала:

— Мама, это не твое дело.

Она рассуждала:

— Я никогда не стану алкоголичкой. Алкоголики — они грязные. А наркоманы — элита.

Дочка с ранних лет интересовалась всем запретным. По всей видимости, в то время у нее были своеобразные понятия о «том, чего нельзя».



Время показало Маше элитарность наркомании. Чтобы заработать на дурь, ей пришлось заниматься проституцией, потому что из дома я ее выгнала. Не сразу, конечно.

Какое-то время дочка уходила-приходила. Дома то ночевала, то нет. Надо отдать ей должное: вещей из дома она не уносила никогда. Но могла взять у соседей. Она и в этом проявляла присущее ей с ранних лет своеволие...

Я все спрашивала себя: когда я допустила ошибку в воспитании? Мне приходилось работать в две смены. Детям я не могла уделять много внимания: они в некоторой степени были предоставлены самим себе. Детский сад, где я работала воспитателем, стал мне домом. Там меня уважали. В какой-то момент я осознала: моя трудовая активность стала моей психологической защитой. Я стремилась проводить больше времени там, где меня ценили, где считали значимой фигурой. А дома я стала никем, и ситуация полностью вышла из-под контроля — что бы я ни старалась предпринять.

Машин отец, когда я пыталась рассказать ему о том, что происходит с нашей дочерью, только отмахивался: мол, дело молодое — с кем не бывает? Такую психологическую защиту он для себя выработал.



А я не знала, как помочь Маше. Начала читать книги о наркотиках и наркомании. Пыталась как-то просвещаться, думая, что информированность мне поможет спасти дочь.

Я жила, как в каком-то чаду. Не помнила, что и когда ела, как и во что одевалась, спала или нет.

Я поняла одно: у меня не должно быть свободного времени. Мне нужно его заполнить, чтобы не сойти с ума от мыслей о дочери.

Как ни парадоксально, вся эта страшная ситуация меня как-то даже расшевелила. Я стала совершенствоваться в своей работе. Пошла на курсы гувернеров.

Но Маша не менялась — летела вниз, как поезд под откос.

А я... А что я? Я все изучала литературу про наркотики. На собраниях групп для созависимых самоуверенно заявляла:

— Я справлюсь.

Теперь я знаю: подобные заявления — элемент болезни под названием «созависимость». Они свидетельствуют об иллюзорном ощущении того, что ситуация пребывает под контролем.

Несмотря на мою веру в себя, никаких улучшений у Маши не наблюдалось.

Однажды я пришла на собрание группы анонимных наркоманов. Там я разрыдалась. Ребята меня успокаивали — по голове гладили...



Однажды Маша вернулась домой после того, как ее выкрали бандиты.

Я ей сказала:

— Надо что-то делать.

Пыталась пичкать информацией, полученной мной из книг. Объясняла: наркомания — смертельное заблуждение.

Эффект — нулевой.

В какой-то момент Маша согласилась на реабилитацию в центре, которым руководит Валентина Новикова (интервью с Новиковой есть в этой книге. — М. К.). Даже работала там в информационном кабинете. Но дочка сама ушла из центра, потому что сорвалась, не дождавшись конца срока реабилитации.

В общем, несмотря на все усилия, никаких изменений к лучшему у Маши не наблюдалось.

Но зато стала меняться я. Я стала посещать группу для созависимых в центре, которым руководит Валентина Новикова. И там сделала для себя простое, но совершенно перевернувшее меня открытие: оказывается, я абсолютно забыла о себе! А эти занятия заставили меня заняться собой. Вот когда я вспомнила слова того психоаналитика. Просто тогда они упали на неудобренную почву.

Я научилась отвечать на вопрос «Что нового и интересного я узнала сегодня?». Я научилась поднимать голову. Ох, как долго я смотрела только вниз, видя лишь грязную улицу под ногами и свою грязную же обувь.

Потом был вопрос:

— Что хорошего вы сделали для себя?

И тут я осознала: так давно я НИЧЕГО себе не покупала. Маше я готова была купить что угодно. В тот день я купила себе... нет, даже не пирожное, а банан. В тот момент это было для меня серьезное достижение.

Плотина прорвалась. Я поверила в то, что человек может измениться. Перестала читать книги о химической зависимости, а стала интересоваться художественными произведениями, вышедшими из-под пера моих любимых писателей. Теперь я много ходила в кино и в театр...



Я поставила Маше условие:

— Или ты принимаешь наркотики, или ты живешь дома.

Дочка ушла жить к одному своему знакомому наркоману, которому родители оставили квартиру, чтобы не видеть, как он умирает.

А я уехала на дачу с детским садом. Отбросила все попытки контролировать свою дочь. И не пыталась больше выяснять, где она, с кем и чем занята.

Через месяц мне позвонили и сообщили, что Маша уже четыре недели в реанимации. Недавно ее удалось привести в сознание, и она назвала себя.

Потом дочка рассказывала:

— Я укололась и впала в беспамятство. Мне повезло: те, кто был со мной в тот момент, заметили это и вовремя вызвали «скорую»...

Я приехала в больницу. Пошла к врачу. Он мне сказал:

— Вашей дочери осталось жить не больше трех дней — у нее разрушен сердечный клапан.

Маша была в жутком состоянии. Она весила больше ста килограммов и не могла двигаться.

И я поняла, что меня вызвали проститься с дочкой. Я стала искать священника. Нашла в больнице батюшку, говорю ему:

— Нужно девочку исповедовать — она умирает.

— Кто сказал, что умирает? Я завтра к ней приду...



Я сидела у постели своей умирающей дочери. Я ничего не могла больше сделать. Я видела, что Маша уже практически не может говорить. Она не узнавала меня: принимала за медсестру.

— Я же мама, — сказала я.

— У мамы другие глаза, — ответила Маша.

И закрыла глаза. Уснула, наверное?

Зашел врач. Я ему говорю:

— Маша уснула.

— Как — уснула?!!!

Он подскочил к ней и начал хлестать ее по щекам. Маша открыла глаза и сказала:

— Достал.

Так этот доктор на самом деле достал ее с того света.

И стала моя дочка очухиваться помаленьку. Она начала стремительно сбрасывать вес. Как оказалось, эта огромная масса состояла, в основном, из воды. Когда сошли все отеки, Маша стала весить пятьдесят три килограмма. Это для нее мало — она высокого роста.



Женщина, ребенка которой я в тот момент нянчила, отнеслась ко мне сочувственно. Она помогла нам с Машей снять квартиру в Пушкине: в Питере слишком многое напоминало о прошлом.

В первый же день после возвращения из больницы Маша побежала на собрание группы анонимных наркоманов. Побежала — это сильно сказано. Она едва могла ходить, передвигалась на костылях.

Через неделю мне нужно было выйти на работу. Я уехала. Маша стала делать уборку — мыла пол, опираясь на швабру.



После выхода из больницы моя дочь не употребляет наркотики много лет. Для меня история с Машиной наркоманией на этом закончилась. А если считать, что начался этот ад, когда дочери было лет двенадцать, то длился он целое десятилетие.

Маше сейчас тридцать лет. Она удачно вышла замуж. В прошлом году дочка родила здорового мальчика.

Что еще можно сказать? Моя дочь всегда хотела стать необычной. И теперь она себя такой чувствует. С друзьями они собираются на безалкогольные уикэнды и вечеринки.

Маша руководит благотворительной организацией «Свеча», которая помогает ВИЧ-инфицированным больным.



В словосочетании «жесткая любовь» я бы все-таки главным назвала слово «любовь».

Я не знаю, что было бы со мной, если бы дочка умерла. Наверное, я бы перестала быть человеком — превратилась бы в овощ.

Сейчас я — каменный столп. А раньше я была россыпью камней, которая как-то шевелилась, мерцала: я выходила замуж, рожала детей, трудилась. История, которая произошла с моей дочкой, превратила меня в каменный столп. Я собралась в единое целое. И *сегодня вряд ли может сложиться жизненная ситуация, способная меня разрушить.*



Валнетина Цуканова, в отличие от многих матерей наркоманов, отметила, что дочка ей благодарна, и она все время чувствует ее любовь и поддержку.

ВЕЧНЫЙ ДВИГАТЕЛЬ

Татьяна Муртазина, 53 года, учитель истории.

Я ощущаю себя вечным двигателем. Все время что-то делаю. Нужно двигаться дальше.

История Татьяны Муртазиной — самая страшная из всех, что я привожу в этой книге, ибо наркотики отняли у нее дочь. Отняли давно — в 1998 году. Татьяна эту трагедию пережила — что ей еще остается делать?

У Муртазиной осталась младшая дочь, которая вышла замуж, успешно работает, родила троих детей...

Но Татьяна до сих пор иногда возвращается к тому времени, когда у нее на глазах медленного погибала старшая дочка Юля. Очень красивая. Очень неглупая. Очень бойкая. Очень приспособленная к жизни. Почему это случилось именно с ней?

С фотографии на могиле на нас смотрит девушка — очень привлекательная брюнетка, элегантно причесанная на косой пробор, с вызывающим, смелым взглядом. Такое лицо хочется видеть не на обелиске, а на обложке женского журнала.

В 2005 году шведская писательница и фотограф Мария Сёдерберг написала книгу «Наркотик — убийца», в которой, в числе прочих, рассказала историю Юли. Там была фотография крошечной комнаты, похожей на пенал, в коммуналке на Загородном проспекте. Там тогда жила Татьяна с двумя дочками. Это фото шведка сделала 18 февраля 1998 года. В тот же день она в последний раз сняла и Юлю. Через две недели шестнадцатилетняя Юля Муртазина умерла от передозировки наркотика...

Теперь Татьяна переехала на север города и живет в собственной однокомнатной квартире. Но навык чрезвычайно рациональной организации пространства она не утратила. У нее дома красиво, и каждая мелочь находится на своем месте...

Когда Мария Сёдерберг приезжает к Муртазиной в ее новое жилье, они вместе рассуждают о том, кем стала бы Юля, если бы выжила. И приходят к выводу:

человек такого склада добился бы большого успеха в бизнесе.



Татьяна вспоминает:

— Когда мне в роддоме впервые принесли новорожденную Юлю, я развернула ее, увидела крошечные ручки и ножки и почему-то разрыдалась. Очень странно для меня: я, вообще, уравновешенный человек. Тогда я подумала, что расплакалась от умиления. Сейчас мне кажется, то было предчувствие потери...

Я всегда считала наркотики атрибутом преступного мира...

Моя старшая дочь Юля с детства отличалась необычайной активностью, чувством юмора, общительностью, уверенностью в себе. Она была обаятельна, со всеми ладила и буквально притягивала к себе людей...

Я жила с двумя дочерьми в коммуналке на Загородном проспекте. Работала учителем истории в школе. Денег было мало. А трудиться приходилось много — на две ставки, чтобы хоть как-то содержать себя и девочек. Я жила тяжело, как и вся страна в 90-е годы.

Мы существовали, как три подруги. Отношения между нами были доверительные, близкие. Главной в нашей маленькой семье была, конечно, Юля. Самая энергичная, быстрая и вроде зрелая, она решала, куда всем ехать, что купить, как действовать в той или иной бытовой ситуации.

В школе Юля училась по-разному. Думаю, если бы она поставила перед собой цель хорошо успевать, она стала бы отличницей. Но дочка говорила мне:

— Чтобы хорошо зарабатывать, знания, которые дают в школе, не нужны.

Она всегда рассуждала логичней, чем я. Приводила примеры. Я не могла ей доказать ценность знаний —

особенно тогда, в лихие 90-е, когда мир встал с ног на голову.

Потом, когда ей исполнилось лет тринадцать-четырнадцать, начались пропуски занятий. Я переводила ее из школы в школу в надежде на то, что девочка возьмется за ум. Но какое там... Юля поставила перед собой другие цели. Что за цели?

То было время бордовых пиджаков, «мерседесов», бритых затылков и огромных мобильных телефонов. Юля, видимо, была падка на внешние эффекты. Ей, жившей в коммуналке, хотелось шикарной жизни. Дочка — красивая девочка — считала, что это для нее в самый раз. У нее, конечно, была завышенная самооценка. Она выглядела старше своих лет — красота и чисто внешняя «взрослость» способствовали реализации ее жизненных планов. Дело в том, что она даже мне — матери — казалась очень зрелой личностью. Теперь я понимаю: Юля была умной, бесшабашной, практичной, уверенной в себе, коммуникабельной. Но взрослой — вряд ли. Ведь взрослость — умение прогнозировать последствия своих поступков и отвечать за свои действия.

В общем, как потом мне рассказала Юлина подруга, они познакомились с каким-то мужчиной из Средней Азии, который подъехал к ним на дорогой машине. Он пригласил их покататься с ним. Подруга испугалась — отказалась. А моя дочка поехала. Мужик купил анаши, и они ее с Юлей покурили. Так дочка попробовала наркотик впервые. И это притом, что я — ярый противник курения даже табака. Но психоактивные вещества в сознании дочери прочно стали ассоциироваться с красивой жизнью, к которой она стремилась.

Когда я поняла, что с Юлей происходит нечто ужасное, возможно, непоправимое, мною овладели паника и страх. Я стала бояться за младшую дочь...

Я пыталась добиться правды от Юли. Я настаивала — она отнекивалась, врала:

— Что за глупости лезут тебе в голову? Не принимаю я никаких наркотиков!

Юля, со свойственной ей целеустремленностью, шла своим путем. Из дома начали пропадать вещи. Она продала все хорошее, что было у нее. (Уже перед самым концом Юля просила, чтобы я ей ничего не покупала...)

Понятно, для удовлетворения ее растущих потребностей нужно было все больше средств. Юля организовала собственный «бизнес»: сама занимаясь проституцией, она стала «торговать» такими же малолетками где-то на нашем Загородном проспекте.

Помню, она как-то пришла домой с девочкой. И я слышала, как дочка строгим начальственным голосом распекала «подчиненную» за то, что та оказала клиенту какую-то сексуальную услугу и не взяла за это денег...

Почему это случилось? Возможно, я много работала и уделяла ей недостаточно внимания. Но подросткам — особенно таким, как Юля, — общество сверстников гораздо интересней, чем родительское. Да и в то нелегкое время дети выросли быстро... А моя дочь всегда отличалась амбициозностью: хотела быть самой умной, самой красивой, самой успешной, самой необычной. Она была падка на лесть...

А я? А что я? Я не могла ей давать даже карманных денег.

Потом у Юли появились следы уколов на ногах. Моей дочке было всего четырнадцать лет. Я спрашивала:

— Что это?

— Ты разве не знаешь, что у нас в подвале полно комаров? Они разлетаются по квартирам. Меня всю кусали!

В конце концов я каким-то образом смогла уговорить дочку сходить со мной вместе к наркологу. Думаю,

она согласилась, потому что ей просто надоело врать и отпираться.

Сначала врач говорил с ней о чем-то наедине. Потом в кабинет вошла я и спросила:

— Моя дочь принимает наркотики?

— В полный рост, — ответил доктор.

Я на секунду провалилась в какую-то черную яму...

Потом мы с Юлей шли домой. Я спросила ее:

— Что же теперь делать?

Она грустно ответила, как взрослая:

— Что ты можешь сделать?..

— Я не могу тебя бросить. Нужно что-то делать!

— Хочешь — делай.

Я понимала: не одна я такая. Как другие люди действуют в подобной ситуации?

В 1995 году я пришла в «АЗАРИЮ». Послушала истории других родителей. Все у них было точно так же, как у меня. Я нашла поддержку. На занятиях меня убедили «отпустить» ситуацию. Мы с младшей дочерью переселились в другое место, оставив нашу комнату на Загородном проспекте Юле.

К ней переехал ее молодой человек по имени Игорь — тоже наркоман. Он умер за три месяца до смерти моей дочери. Она равнодушно восприняла его уход — наркотик притупил все чувства...

Как они жили тогда в нашей коммуналке — двое, наркозависимых? У Юли, даже в ее тогдашнем положении, не было ни с кем плохих отношений. Даже с соседями по квартире. Все скандалы проходили как бы мимо нее.

В конце концов после смерти Игоря дочка попросила меня устроить ее на лечение.

Через двенадцать дней я забрала ее домой из больницы. Мы с Юлей (по ее просьбе) сразу поехали на

встречу группы анонимных наркоманов. Она стала ходить на собрания. Там сразу нашла людей, которые были готовы ее поддержать...

На пятый день после выписки из больницы Юля умерла от передозировки наркотика в квартире, которая находилась в двух шагах от дома. Ей было шестнадцать лет.

Наркоманы таких, как моя дочь, называют «умершими от жадности». Юля, по всей видимости, помнила свою «добольничную» дозу. Но после процедуры де-токса для организма такая доза «кажется» избыточной. (Некоторые химически зависимые проходят очищение организма не чтобы отказаться от употребления психоактивных веществ, а чтобы просто снизить «норму». Видимо, дочка ввела себе прежнюю дозу наркотика. И организм не справился...)

У меня не было средств на похороны. Собирали всем миром: и учителя Юли, и родители ее одноклассников, и даже соседи по коммуналке.



А я все время прокручиваю назад ситуацию. Может, я слишком контролировала Юлю? Или, наоборот, давала дочери слишком много свободы? Но все-таки я полагаю: все случившееся было неизбежно для такой девочки, как Юля, в то время, в которое ей пришлось взрослеть.

Она оказалась под мощным давлением социальной среды. В то время торговцы наркотиками были чрезвычайно активны. А мы — взрослые — чрезвычайно слабо информированы. Юля легко сдалась под давлением на таких, как она, — молодых, безбашенных, ярких. Наркотик был огнем, на который такие, как моя дочь, слетались и на котором сгорали.



Сегодня Татьяна Муртазина проводит профилактические занятия с подростками — объясняет им, какой вред приносят людям наркотики. Муртазина считает свою историю поучительной для тех, кто легкомысленно относится к тому, что в нашем городе и сегодня достаточно легко можно достать психоактивные вещества.

В Татьяне Мурталиной меня поразило то, что она, потеряв ребенка, не перестала помогать «АЗАРИИ». Она не обвинила подруг по несчастью в том, что они, мол, неправильно учили ее общаться с дочерью-наркоманкой. Зачем-де посоветовали ее отпустить? Все случилось так, как случилось.

Более того, вскоре после смерти дочери Татьяна предоставила ее фотографии и свою историю для фотовыставки «Наркотик — убийца», посвященной тем, кого раньше положенного срока убили наркотики.

МУРАВЕЙ, КОТОРЫЙ БЫЛ СТРЕКОЗОЙ

Светлана Красильникова, 63 года. Инженер, специалист в области эксплуатации железнодорожного транспорта.

Я — муравей, который когда-то был стрекозой. Я столько лет порхала по жизни, как стрекоза. Счастливо жила с мужем, с сыновьями. Наверное, все, что случилось, — это компенсация.

Светлана — очень уравновешенный и жизнерадостный человек. Она из тех, кто обладает редкой способностью радоваться мелочам. Выйдя на пенсию, они с мужем переехали за город. Светлана выращивает цветы. Занимается подобранными на улице животными: че-

тырьмя кошками и собакой. Когда слушаешь историю Светланы, поражаешься тому, как человек после всего, что произошло в ее жизни, смог сохранить радостное мироощущение и способность принимать все и всех вокруг себя такими, какие они есть. История Красильниковой — не самая победная. Ее сын полностью избавиться от химической зависимости пока так и не смог. Иногда он выпивает. Но, как мне кажется, главное здесь — то, что сама Светлана смогла сохранить себя, несмотря ни на что. И что ее сын жив, конечно.

Мне Светлана показалась изначально менее склонной к созависимости. Вот ее история:

— Помню, сын в детстве упал со второго этажа. Все вокруг охали-ахали. Я им сказала: «Не орите — отойдите, пожалуйста». Моя мама мне заявила: «Ты толстокожая какая-то». А я не толстокожая. Просто считаю: когда что-то нехорошее случается, нужно действовать, а не предаваться страданиям. Меня никак нельзя назвать паникершей...

За Василия, своего младшего сына, я как раз не волновалась. Считала: мальчик у меня правильный. Не пил, не курил. Был борцом за справедливость. Умел за себя постоять. Я не беспокоилась о том, как он будет чувствовать себя в армии... Больше тревожилась за старшего — он мне казался более слабым, сильнее подверженным влияниям.

Первая неприятность случилась с Васей, когда он учился во втором классе. Его ударило дверью в школе — в голове образовалась гематома. Последствие этой травмы проявилось в девятом классе — перед экзаменами. У Васи давление поднялось до двухсот. Сын меня спрашивал:

— У меня рак? Я умру?

Муж сказал, что не может на все это смотреть. Дал мне денег на лечение ребенка и уехал. Мы, вообще-то,

с супругом счастливо жили — душа в душу. Растили детей. Муж хорошо зарабатывал — служил докером в порту. Просто он очень чувствительный человек. А я, как уже говорила, уравновешенная...

В общем, учиться Вася больше не смог: при напряжении у него подскакивало давление, и начинались сильные головные боли.

Тем не менее внешне он производил впечатление очень здорового человека: был сильным и высоким.

В возрасте семнадцати лет у него был роман с девушкой на шесть лет старше него. Она забеременела. Я спросила сына:

— Ты ее любишь? Ты собираешься жениться?

Он ответил:

— Не люблю.

Не женился. Но родилась девочка. Сын записал ее на себя. Всегда хорошо общался с ребенком. И я общаюсь с внучкой.



Гром грянул через три года. И я, к сожалению, не сразу правильно и в полной мере оценила ситуацию.

В конце декабря 1997 года мы праздновали юбилей моей свекрови. Пришел Вася — хохочет, как ненормальный. Говорит:

— Мама, я героином укололся.

Я спрашиваю:

— Ты что?

Тогда не поверила — он же был у меня самым правильным ребенком. Я даже посмеялась.

С января-февраля с Васей стали часто происходить странные неприятности: то у него деньги украдут, то куртку бандиты на улице снимут.

Старший сын сказал:

— Васька наш наркоманит...

Летом я приехала из отпуска — дома ни телевизора, ни бытовой техники нет. На столе — квитанции из ломбарда. Мы все выкупили.

Я собрала сыну вещи и отправила его в деревню. Там он на водке переломался. Я сама добилась его увольнения со службы — он был путевым рабочим: стало страшно за безопасность пассажиров.

Потом сын пошел в армию, несмотря на гематому, которая иногда причиняла ему беспокойство.

В учебной части Вася пробыл полгода. Потом узнала, что он там время от времени употреблял наркотики — убегал из части через дыру в заборе... Одно время он в Екатеринбурге ухаживал за ранеными на второй чеченской войне. Дослужился даже до командира отделения.

Из армии вернулся и сразу же побежал за наркотиком. Ему было всего двадцать три.

Я за два года Васиного отсутствия успела расслабиться. Почему-то думала: он вернется — и все закончится.

А тут поняла: ничего не завершилось и мне предстоит долгий путь.

По радио я услышала про «АЗАРИЮ» и пришла на первичный прием. Те, с кем тогда разговаривала, потом рассказывали: я их потрясла, потому что улыбалась. Первичный прием ведь ведут сами мамы наркоманов. Они и себя в прошлом помнят, и других мам привыкли видеть плачущими. А тут приходит мамаша — и улыбается... Просто я — оптимист и человек, в себе уверенный. Считала, что смогу помочь сыну.

Меня спросили:

— Почему вы улыбаетесь?

— А что мне — рыдать над ним? — ответила я.

Помню, там были две рыдающие мамы. Их дети-наркоманы потеряли работу. Я им говорю:

— Я своего сама уволила!



Консультант по созависимости сказал:

— Займитесь собой. Уделяйте больше внимания своему состоянию.

Я всегда хорошо училась — с институте все запоминала прямо с лекций.

Начала посещать лекции для созависимых. Мне там говорили: оставьте сына в покое. И я его не трогала: не контролировала, не скандалила, не поучала.

Вскоре у сына обнаружили несколько тяжелых инфекций.

Случались ужасные моменты, когда он требовал у меня денег на наркотики. И я ему их давала. **Я хотела жить — я выкупала у него свою жизнь.** У Васи ведь во дворе была кличка Зверь...

Я перестала хранить деньги дома...

Чтобы сыну дали путевку в реабилитационный центр, я бесплатно работала уборщицей в «АЗАРИИ».

Вася всегда верил в реабилитацию. Но, возвратившись после нее в ту же обстановку, срывался через три-четыре месяца. В 2002 году от передозировки умерла его жена. Вообще, вокруг него была куча смертей...

Теперь он стал пить. Я его боюсь: когда пьяный, он злой. Может ударить.

Однажды я ему дала сдачи. Вася схватил телефон и позвонил приятелю:

— Мишка, я сошел с ума — меня мама ударила.

После этого он быстро уехал на реабилитацию.



Знаете, для меня самым важным стал первый шаг — признание того, что ситуация вышла из-под контроля, и осознание собственного бессилия. Да, я признала

собственное бессилие. И куда делся мой оптимизм? Но, тем не менее, мне стало легче.

На одной из лекций я услышала ценный совет:

— Лучше оплакать своего ребенка при жизни.

К сожалению, Вася мне такую возможность «предоставлял» не раз. Дважды он попадал в реанимацию...

Как-то я приехала его навестить — он жил у одной девушки. Вася лежит в постели — весь в струпьях. Спрашиваю:

— Что ты чувствуешь?

— Я чувствую, что ничего не чувствую...



Муж Васю очень баловал. У моего младшего сына с детства было все, о чем только может мечтать ребенок...

А сейчас у Васи много болезней: гепатит С, цирроз печени, панкреатит. Он в свои тридцать семь лет — глубокий инвалид.

Свекровь и муж — тоже инвалиды. У них с возрастом развились психические заболевания.

Мы с мужем живем в деревне — тут все друг друга знают. Я сначала скрывала ото всех, какой у меня сын. А теперь не скрываю. И, знаете, ко мне от этого относятся с неменьшим уважением.

Я стараюсь заполнять время приятными делами: шью, вяжу, хожу на занятия аэробикой в местный дом культуры. Занимаюсь там с детьми. Стихи читаю.

Я столько лет порхала по жизни, как стрекоза. Счастливо жила с мужем, с сыновьями. Наверное, все, что случилось, — это компенсация.

Я стараюсь радоваться жизни. Вы бы видели, какие у меня выросли клематисы!

ВОЗДУШНЫЙ ШАРИК

Наталья Голубь, 67 лет, на пенсии, выпускница филологического факультета университета, по специальности — преподаватель русского языка и литературы.

Я — воздушный шарик, яркий кружок в голубом небе. До того, что случилось с сыном, чувствовала себя очень счастливой. Порхала по жизни, все меня радовало, и я видела вокруг только хорошее.

Наркотики были для меня чем-то далеким, к моей жизни отношения не имеющим.

Наталья Голубь производит впечатление человека очень современного и очень гармоничного. Она сидя, коротко стриженная на западный манер, с живым и быстрым взглядом карих глаз. Двигается стремительно и в то же время грациозно. У нее разработана целая система здорового питания, которой она с удовольствием со мной поделилась.

До нее оказалось нелегко дозвониться. Таких, как Наталья Голубь, характеризуют строкой из известной песни: «Старость меня дома не застанет: я в дороге, я в пути».

Перед интервью Наталья сообщила мне, что вернулась домой недавно: вела утренние занятия в школе восточных танцев. И времени у нас немного: ее ждут на встрече «Гитара по кругу» в клубе бардовской песни.

— Я с детства была творческой личностью. Увлекалась танцами. Занималась спортом. Ходила на самые разные кружки в ДПШ (дом пионеров и школьников). Была такой девочкой из музыки и звезд. Мое детство можно охарактеризовать цитатой из поэмы Некрасова «Кому на Руси жить хорошо»:

Мне счастье в девках выпало:
У нас была хорошая,
Непьющая семья.
За батюшкой, за матушкой,
Как у Христа за пазухой,
Жила я, молодцы.

Родители были художниками. Я — любимая младшая дочка. В семье нашей все друг друга обожали.

Я росла самостоятельной акселераткой. Долгое время самым главным в жизни, ее смыслом для меня была любовь. Отличалась я открытостью чувствам: всегда просто летела навстречу любви. И жизнь мне казалась радостной и прекрасной. Общительность и сильный характер всегда сочетались во мне с поверхностностью и нежеланием глубоко задумываться о жизни. Жила, как эдакая блаженная счастливица.

Я была, как воздушный шарик, яркий кружок в голубом небе. До того, что случилось с сыном, чувствовала себя очень счастливой. Порхала по жизни, все меня радовало, и я видела вокруг только хорошее.

Мужчины чувствовали мою тягу к любви. Я всегда была окружена поклонниками. Замуж выходила пять раз. Правда, за четырех мужчин: с отцом моего единственного сына мы женились два раза. И в конце концов развелись. В последний раз я вышла замуж, когда мне было уже за пятьдесят. После смерти супруга я только принимаю ухаживания, но в загс больше не хочу. Сейчас понимаю: с любым из моих мужей можно было жить. Но я все летела куда-то вперед...

Мой единственный ребенок — сын — появился на свет в 1968 году. Мне исполнился только двадцать один год... Несмотря на то, что мы с мужем тогда были вместе, я как-то сразу поняла: я — мапа: и мама, и папа в одном

лице. И ребенком буду заниматься, в основном, я. Ну и ладно: мапа так мапа. Супруг был очень вспыльчив, экзальтирован и непоследователен. А я, наоборот, стала растить ребенка «по науке»: хотела, чтобы воспитание превратилось в стройную систему.

Мальчик редко плакал. Когда же ему все-таки случалось захныкать, муж мой, эмоциональный и нервный, спрашивал встревоженно:

— Наташа, что с ним?

Мальчик с детства был одарен прекрасными музыкальными способностями. С шести лет я его отдала в музыкальную школу на отделение скрипки. Потом сын помимо общеобразовательной и музыкальной школ занимался еще и в спортивной.

После развода мы с сыном некоторое время жили с моими родителями. Папа мой заменил мальчику отца. Занимался с ним, водил ребенка во все кружки. А я работала: сначала методистом в детском садике, потом — редактором учебной литературы...

Нехорошее начало происходит после смерти моего отца. Теперь я это понимаю. Но долгое время ни о чем не подозревала. Работала, совершенствовалась в профессии, крутила романы. Ребенком я занималась, но, наверное, не вникала в то, что происходит в его жизни и в его душе. Все ведь шло по разработанному плану. А сын мой, честно говоря, со мной не особенно делился: он от природы душевно не слишком горяч и открыт.

После смерти моего отца мы с сыном переехали в отдельное жилье.



Сыну тогда было двенадцать, и у него появилось больше свободы. Теперь он сам ходил в школу, посещал разные кружки. Я целые дни была на работе. И, если чест-

но, не волновалась, полагая: «дело» поставлено, жизнь ребенка организована, расписана по минутам, и сын сам знает, где и в какой момент он должен быть.

Позже я узнала: мой ребенок именно с двенадцати лет в компании приятелей пробовал разные психотропные вещества. Спустя годы двое из тех ребят — в том числе мой сын — превратились в законченных наркоманов...

Первым заподозрил неладное участковый врач. Он сказал мне о том, что мальчик, возможно, принимает какие-то таблетки. Но я ему заявила:

— Такого быть не может.

В желании «все попробовать» у моего сына проявлялся интерес к жизни. А куда заводит желание все попробовать — известно давно. Движимый этим интересом, сын все с той же компанией стал прогуливать школу.

Когда сын закончил «музыкалку», он пришел в мою комнату, прислонил скрипку в стенке и спросил:

— Мама, все?..

Гопником в чистом виде я бы его не назвала. Он с детства любил и любит читать. И сейчас интересуется музыкой, литературой: знает много стихов наизусть. Обожает «авторские» фильмы — часто смотрит кино «не для всех»...



Следующий звонок — как обычно, мною проигнорированный — поступил из части, где служил сын. Мне сообщили, что мальчик мой «употребляет алкоголь парфюмерного происхождения». Говоря проще, пьет одеколон.

Я поделилась новостью с кем-то из друзей-мужчин. Мне сказали на это:

— А кто в армии одеколона не пил?

И я опять успокоилась.



Сын вернулся из армии и заявил мне:

— Я в армии познакомился с ребятами из Украины. Мы с ними будем играть в ансамбле.

И опять звонок. Теперь — из Харькова.

— Ваш сын задержан с маковой соломкой.

Я поехала в Украину на свидание с ним. Выяснила, что он до ареста успел жениться. Вообще, мой сын женился в своей жизни не раз. Он милый, обаятельный человек — поддерживает хорошие отношения со всеми бывшими женами... У него есть сын-подросток от одного из браков. Внук, слава Богу, здоров. Учится в школе...

Сын отсидел около года. В 1992 году вернулся в Питер вместе с женой. Они стали жить вместе со мной. Работали оба агентами по недвижимости. Сын к тому моменту стал наркоманом, постоянно употреблявшим инъекционные наркотики.

Жена с ним развелась и уехала домой в Украину.

Вообще, как я уже говорила, женщины его любят. Их в его жизни было немало. Но главные круги ада с ним проходила я.

Однажды я узнала, что он по водосточной трубе убегал от бандитов, которые пришли требовать у него долг. А мы живем на четвертом этаже.

Другой эпизод был еще страшней. Какие-то мужики ворвались в квартиру. Сына дома не было. И они стали требовать, чтобы я им отдала деньги, которые он им задолжал.

И тут на меня снизошло озарение. Я взмолилась:

— Ребяточки, у меня денег нет. Простите меня за то, что я так плохо воспитала своего ребенка.

У них, наверное, сердца дрогнули. И они ушли ни с чем. Наверное, говори я с бандитами иначе, меня бы в живых сейчас не было...



Об «АЗАРИИ» я слышала по радио. На первый прием пришла, как и большинство матерей, в слезах. И сразу поняла: дети мам, которые бесплатно работают в организации, получают бесплатные или льготные путевки в реабилитационные центры...

А ведь я боялась идти в «АЗАРИЮ», потому что пребывала во власти стереотипа: матери наркоманов — алкоголички и все работают уборщицами. Собственно, в труде уборщицы нет ничего зазорного. Но сколько культурных и образованных родителей я встретила в «АЗАРИИ»!

Я по натуре человек трудолюбивый, благодарный и любознательный. Люблю учиться. Вот и стала я учиться «до полной учености».

В «АЗАРИИ» я с 1994 года. За это время сын прошел четыре бесплатные реабилитации. Сейчас он жив. Живет со мной. Работает в охране. Иногда, к сожалению, принимает психотропные вещества в таблетках. От инъекций отказался. Главное, что он жив.



Избавившись от созависимости, я почувствовала почву под ногами.

Какие перемены происходили во мне?

Я перестала волноваться, когда сын исчезал из дома. Я не сразу, но смогла отпустить его и вручить ему ответственность за собственную жизнь.

А ведь были времена, когда он вырывал у меня сумочку с деньгами. И я никак не могла воспротивиться такому отношению.

Своему ребенку я желаю добра. Если даже его не станет, это произойдет не по моей вине. И я к этому готова.

Я веду первичный прием в «АЗАРИИ» — помогаю людям. Знаете, каких несчастных мам мне приходилось откачивать?

Победить наркоманию: ДОРОГА ИЗ АДА

Никому я не желаю пройти тот же путь. Но мне болезнь сына открыла огромные горизонты личностного роста. Вот уж не было бы счастья, да несчастье помогло. Зачем мне этот рост? Я считаю: чтобы помогать сыну, я должна быть здорова и физически, и морально. Я должна быть сильной, нестигаемой. Почему?

Вспоминаю грустный эпизод. Еще в то время, когда у меня не было знаний о созависимости, я случайно столкнулась с сыном на автобусной остановке. Как раз в тот момент я думала о том, что происходит с ним. Слезы непроизвольно катились по щекам. Сын увидел это. У него в глазах мелькнула такая ненависть. Я поняла: ребенок привык и хочет видеть меня сильной. Я не имею права на слабость.

ПАРАЛЛЕЛЬНЫЕ МИРЫ

Наркоман вращается по своей орбите. Задача его близких — не быть втянутыми в страшный круг его вращения. В предыдущих частях сами наркоманы и матери химически зависимых людей рассказали свои истории.

Несмотря на то, что матери прошли большой путь от созависимости до жесткой любви, все равно в их рассказах поведение детей занимает огромное место. Да, родные научились психологически отстраняться от того, что вытворяла наркомания с их детьми. Но ослепнуть матери не могли никак.

В рассказах же наркоманов главные герои — только они сами. Остальные участники драмы — хоть дети, хоть супруги, хоть родители — играют роли второго плана, несмотря на то, что интервью я брала у тех, кто выздоравливает далеко не первый год.

Эгоцентризм — один из главных симптомов наркомании как болезни. Психологи, работающие с родными химически зависимых людей, предупреждают их:

— Не ждите благодарности от наркомана, даже если он встал на путь выздоровления.

Конечно, выздоравливать так тяжело, что человеку, который смог освободить свою жизнь от психоактивных веществ, кажется: он сам — герой, победивший дракона. Дракона в себе. Роль близких, перемены в них, способствовавшие выздоровлению, кажутся малозначимыми по сравнению с победой над собой.



В этой — последней — части всего четыре рассказа и, соответственно, четыре героя: мама и дочка, мама и сын.

Повторюсь: каждый из них и в болезни, и в выздоровлении двигался по своей орбите. Эта часть книги — иллюстрация к тому, насколько чужими друг другу делает близких людей наркотик, насколько каждый из участников истории одинок в своем пути.

В ПОИСКАХ ПРАЗДНИКА

Из записок сумасшедшей:

«Однажды в метро я познакомилась с каким-то мужиком и отправилась пить с ним пиво к нему домой. В разговоре он сообщил мне, что недавно освободился из тюрьмы. Это меня в том состоянии, в котором я пребывала, не остановило. Мы пришли к нему. Выпили. Он ненадолго оталекся. Я быстренько нашла, где у него лежат деньги, стащила некую сумму, ушла, купила дозу, вернулась к нему.

Он меня спрашивает:

— Ты украла у меня деньги?

Я ему:

— Ты чё? Разве я бы вернулась, если б что-нибудь у тебя стащила?

В общем, я прямо у него укололась, отошла немного и отправилась восвояси. Сейчас вспоминаю об

этом и думаю: а ведь он мог сделать со мной все что угодно, убить, искалечить, изнасиловать...

Сейчас я с незнакомыми мужчинами даже в лифт боюсь заходить. Говорю им:

— Поезжайте, пожалуйста, а я вызову лифт еще раз.

Надо быть осторожной: мало ли что может случиться?»

Нина, 37 лет, одиннадцать лет трезвости. Употребляла наркотики с возрастающей регулярностью в течение примерно двенадцати лет. Высшее образование, замужем, сейчас не работает. Занимается воспитанием двух сыновей — семи и трех лет.

Нина очень красива: у нее тонкие черты лица, смеющиеся светло-карие глаза и веснушки. Ее хочется снять в каком-нибудь изысканном французском фильме. Она живая, улыбчивая, доброжелательная и явно принадлежит к типу людей, которые любят праздники и ждут радости от жизни.

Ее муж — также наркоман. У него стаж трезвости несколько меньше: восемь с половиной лет. Сейчас он занимается бизнесом, связанным с торговлей автозапчастями. У них очень счастливая семья.

А одиннадцать лет назад Нина считала, что в ее жизни все закончилось и она быстро катится в черную пропасть. В наркоманию она втягивалась очень долго. Ее история — иллюстрация к любимой поговорке наркоманов: героин умеет ждать. Вообще же всю наркотическую сагу Нины можно охарактеризовать словами «легкомысленная и недальновидная тяга к веселью».

Нина себя в подростковом возрасте сама характеризует как гопницу. И считает, что вела себя «похабно». Ханку она впервые попробовала еще в восьмом классе. Зачем? Нина честно отвечает сама себе:

— Чтобы было веселее.

Она продолжает:

— Я курила с дворовой компанией. Нам казалось, что все это очень весело и интересно.

Конечно, тут приходит в голову простая мысль: на экспериментах с легким наркотиком в том далеком году Нина вполне могла остановиться. Почему бы и нет? Ведь есть же те, кто на таком — раннем — этапе прекращают свое «общение» с веществами, меняющими сознание. И практически все, кто попал в тяжелую химическую зависимость, начинали именно так: с курения в компании малолеток. Мало кому удастся остановиться на этом «безобидном» эпизоде. Игры с дьяволом — вещь опасная.

Но тогда, в восьмом классе, как говорится, ничто не предвещало. До трагических событий было целых десять лет — болезнь достаточно долго затягивала Нину.

— Я жила вдвоем с мамой-инженером, которая целые дни пропадала на работе. Денег было немного — иногда даже комнату в квартире сдавали... Нельзя сказать, что мы с мамой не были в контакте. Нельзя сказать, что мама не интересовалась моей жизнью. Но я знала: многое из того, что делаю, маме не понравится. И я многое от нее скрывала. Меня такая политика конспирации даже немного заводила: я чувствовала себя эдакой маленькой разведчицей, которая ловко маскируется, нет, не от врага, но от того, кому не нужно знать лишнего. Я стала чертовски изобретательна. Например, курить табак я начала еще классе в шестом. Запах зажевывала жвачкой. А чтобы руки не пахли, держала сигарету ножницами или пинцетиком.

Я приходила из школы, когда мамы не было дома, — мне хватало времени на многое...

Десять классов я закончила вполне успешно. Поступила в университет культуры и искусств. К тому мо-

менту наркотики уже занимали определенное место в моей жизни. Не главное, но определенное. Приблизительно раз в месяц мы с подружкой отправлялись в значное место — главную обитель наркоманов в Петербурге — в подвалы в районе улицы Дыбенко. Там, на Правобережном рынке, в то время шла очень активная торговля наркотиками. Мы приезжали туда с другого конца города — из нашего Московского района. Покупали дурь и употребляли прямо там, в подвале. Проводили в притоне сколько-то времени, а потом спокойно возвращались домой. Мама еще ни о чем не догадывалась. Наркотики тогда были для меня приятным развлечением. Я употребляла их с той же целью, с какой другие ходят, например, в кино: чтобы посмотреть интересный фильм — отвлечься от рутины будней.

Я прерываю вопросами рассказ Нины:

— Вам не было страшно в тех значных местах? Вы не боялись заразиться какой-нибудь инфекцией? Вас не пугал внешний вид постоянных обитателей притона?

— Страшно не было. Я ничего не боялась. Да, помню, там видела каких-то сколовшихся людей. Но не сравнивала их с собой: считала, что до подобного состояния никогда не дойду. Думала: они — это одно, а я — совсем другое. Я же просто повеселиться пришла.

Постепенно поездки на правый берег Невы стали учащаться. Но ситуация, как мне казалось, пребывала под контролем. В конце концов, все пробуют наркотики — так мне думалось. Даже небольшая передозировка, которая как-то раз случилась, меня не напугала. Пережила ее и продолжила дальше в том же духе. Маме до определенного момента мне удавалось запудривать мозги.

Моя жизнь тем временем шла обычным путем. Наркотики не мешали ее течению. Я защитила диплом.

Устроилась менеджером по туризму в туристическую компанию.

Уже работая, продолжала вмазываться время от времени. Постепенно стала делать это все чаще и чаще. Но по-прежнему это вроде бы прекрасно совмещалось с основной деятельностью.

Тем временем работы становилось все больше. Мне нередко приходилось отвозить документы туристов на вокзал к шести утра. Потом целый день в офисе. Я сильно уставала. И никакие вещества перманентную усталость не снимали.

В это время в город пришел героин. Не стоит сомневаться в том, что я его попробовала. И — о чудо! — стала чувствовать себя бодрее, гораздо меньше уставать. Тогда я не знала: то был так называемый розовый период употребления наркотика. Время краткое, быстрое и невозвратное. В эту точку всегда стремятся вернуться все наркоманы: экспериментируют с разными веществами и дозами. Но вступление в новый розовый период невозможно. Невозможность дважды войти в эту реку — один из главных ужасов зависимости.

Однажды поняла: без дозы мне не удастся утром встать с кровати. Начинается какая-то трясучка, просто черт знает что. Без наркотика я как будто уже и не нормальный человек.

К двадцати четырем годам я превратилась во вполне полноценную героиновую наркоманку. Мама что-то подозревала. Но я уходила рано, приходила поздно — буквально падала в постель:

— Я устала.

Постепенно дошла до дозы в восемь граммов (!!!) в день. Работать уже не могла. Последним аккордом моей службы в турфирме стало то, что я украла деньги, искренне надеясь на то, что верну при первой возмож-

ности. Понятно: такая возможность так и не появилась. Те деньги, как и почти все, которые у меня оказывались, я спустила на дурь.

Я стащила и продала золотые украшения из дома. Мама теперь, конечно, все понимала. Но мне было уже не до мамы и не до кого вообще. **Жизнь превратилась в какое-то неуправляемое безумие.**

Почему так случилось? Почему именно со мной? До сих пор не могу себе ответить на этот вопрос. Может, из-за какой-то личной неустроенности? Может, потому что у меня тогда не было мужчины, которого я бы по-настоящему любила и который бы любил меня?.. Не знаю. В любом случае никого не виню. Так произошло в моей жизни...

Мама кричала, ругалась, проклинала меня. Пыталась не выпускать из квартиры — мы даже дрались с ней.

Однажды она заперла меня дома. Думала, я там в одиночестве переломаяюсь. Как мама заблуждалась! Парень, которого считала другом (сейчас я знаю истинную цену такой дружбе), передавал мне дозу. Для этого я спускала нитку с девятого этажа, он привязывал к ней пакетик и...

В конце концов я ушла из дома. Жила у одного приятеля недалеко от Правобережного рынка. Сейчас этот парень — глубокий инвалид...

Когда мне стало нечего продавать, я начала зарабатывать на дурь торговлей наркотиками. Всегда старалась немножко героина еще и украсть.

Так и жила. Или не жила. Появилось полное безразличие. Знаете, безо всякой боли, надрыва, стенаний по погубленной жизни. То было какое-то полное отупение чувств. Протянула еще день — и ладно. Нет — и нет. Значит, не будет меня.

Я, конечно, несколько раз пыталась переломаться. Но впустую. Ломка — это ад. Гораздо хуже, чем роды.

В родах бывают перерывы между схватками. И знаешь: все это кончится. А тут — нечеловеческие муки без конца и края. Боль, которая не проходит, какую бы позу ты ни принял...

Спасло меня, как ни странно, празднование трехсотлетия Санкт-Петербурга в 2003 году. Незадолго до начала торжеств мне позвонил знакомый и сказал, что перед юбилеем милиция производит зачистку города от всяких нежелательных элементов. И меня собираются посадить. Видимо, у этого моего информатора были какие-то знакомые в правоохранительных органах.

И тут я приняла решение, которое стало поворотным в моей жизни. Я решила сдаться... маме. Попросила ее устроить меня на реабилитацию. Заявила ей: мол, хочу лечиться. На самом деле у меня не было в мыслях решения бросить наркотики. Вовсе не потому, что не хотела избавиться от зависимости. Я просто не верила, что смогу соскочить. Кроме наркотиков, я ни в чем не нуждалась. Все остальное мне стало глубоко безразлично. Смерти я также не боялась: у меня больше не было никаких чувств, которые испытывают люди в обычной жизни. Только вот в тюрьму совсем не хотелось. Все-таки я понимала: пребывание в заключении только добавит мне проблем.

Итак, я попросила маму помочь мне устроиться на реабилитацию. План созрел такой: в больнице отлежусь, пока идет празднование юбилея города. Во время лечения для милиции я недоступна. Потом выйду спокойно на волю и продолжу в том же духе. С мамой я, конечно, своим планом не поделилась. Она считала, что я созрела для реабилитации... Честно говоря, в тот момент мы с ней мало о чем разговаривали — беседовать было не о чем. Я, конечно, знала, что за мое лечение заплатила мама.

Мне сделали де-токс. Первые три дня я была в отключке. Потом стала помаленьку подниматься.

Прошло две-три недели без наркотиков. И тут я поймала себя на том, что у меня пропало чувство безнадёжности. Думаю: может, мне еще недельку так протянуть? В конце концов, от этого никому хуже не будет. Я поняла: появилась какая-то надежда на то, что все может наладиться. Сама удивлялась перемене в себе...

С тех пор в моей жизни наркотиков больше не было. Я выздоравливала по программе «Двенадцать шагов». Потом навещала в больнице знакомого — в одной палате с ним лежал мой будущий муж...

Однажды я привела на собрание группы свою подругу-наркоманку: после этого считаю, что программу «Двенадцать шагов» я выполнила полностью.

После выхода из больницы Нина устроилась на работу в компанию-оператор сотовой связи. Сделала там неплохую карьеру. После рождения старшего ребенка занимается детьми. Она очень довольна своим браком.

— Мой муж — человек, который готов брать на себя ответственность, — говорит Нина.

РЕКА ЖИЗНИ

Елена, мать Нины. 62 года, инженер, сейчас на пенсии.

Я ощущаю себя рекой — текущей рекой жизни.

Еленин путь матери наркозависимой интересен своей показательностью, иллюстративностью, что ли. Елена прошла все стандартные ступени эволюции: от полного отрицания наркомании как проблемы и болезни по принципу «меня это никак коснуться не может» до личной эмоциональной независимости и отношения к наркомании как к тяжелому недугу. Вот ее рассказ:

— Я всегда относилась к наркоманам с безразличностью. Несчастливыми людьми их никак не считала. Сегодня я, конечно, их оцениваю прямо противоположным образом. Сильный человек делает выбор. Но кто сказал, что все должны быть сильными? Среди нас немало тех, кого играет свита. Это знание пришло далеко не сразу. Сейчас, встречая бездомных, я покупаю им еду: мне жаль их. Кто знает, какие обстоятельства довели человека до такого состояния... Среди нас есть люди с обнаженными нервами, которым трудно отражать удары судьбы.



Говорят, если беременность проходит тяжело, с ребенком потом будут проблемы. Я долго лежала на сохранении... Но дочка у меня родилась умненькая и красивая.

До подросткового возраста мы с Ниной жили, как две близкие подруги. Когда ей исполнилось четырнадцать, все изменилось. У нее в школе завелись подружки-оторвы. Вечерами они встречались. Куда-то ездили вместе. В ответ на мои вопросы об ее жизни я ничего не могла от нее добиться... Контакт с ребенком был потерян.

Когда дочка училась уже в старших классах, я обнаружила у нее в вещах травку. Спрашиваю:

— Откуда это у тебя и зачем?

— Это не мое. Дали на продажу. Мне нужны деньги...

Короче говоря, благодаря моему контролю Нина закончила сначала школу, потом — институт. Нашла работу в туристической фирме — руководила ее питерским отделением. Вкалывала чуть ли не по двадцать четыре часа в сутки.

Потом я поняла: происходит что-то нехорошее.

Дочка стала какая-то странная. Однажды пришла домой вечером, и ее рвало всю ночь. Спрашиваю:

— Что с тобой такое?

— Мама, мы с друзьями были в баре, я там съела что-то несвежее и отравилась...

Годы спустя Нина рассказала мне: это была реакция организма на первую дозу героина. Выглядит странно. Нормальный человек, отравившись чем-либо, страшится потом пробовать то, от чего ему стало плохо. Но наркоман сделает другой вывод: наверное, он просто неправильно подобрал дозу. И продолжит «поступательное» движение в том же направлении.

Потом дочь стала вести какие-то непонятные разговоры по телефону очень тихим голосом.

Я поняла: Нина мне больше не доверяет. Она превратилась в какого-то совершенно чужого человека, скрытного, с непонятными интересами и знакомствами. Нина встречалась с одним парнем. Как же я его ненавидела! Считала виновным в изменениях, произошедших в моей дочери.

Меня мучили самые мрачные подозрения. Я прямо задавала Нине вопросы о наркотиках. Она, конечно, все отрицала.

Мне очень хотелось узнать правду — самая страшная истина тогда для меня была легче неизвестности.

Я купила тест на наркотики. Заставляла дочку признаться — она отрицала очевидное.

И этот тест, и следующий дали отрицательный результат. Потом дочка призналась, что смухлевала.

Сейчас я спрашиваю себя: чего я добивалась? Зачем мне так нужно было Нинино признание? Зачем мне так необходимо было ее уличить? Я как будто сошла с ума. Ни о чем, кроме состояния моей дочери, думать не могла. Я раз за разом пыталась достучаться до того

нового, странного существа, принявшего облик Нины, которое жило со мной. Я совсем обезумела.

А потом правда стала очевидна. Мир перевернулся, стал черным и холодным. Жить не хотелось. Эту боль невозможно было вынести. Все потеряло смысл. Я поняла: погибает самый близкий человек, и я ничем не могу ей помочь. Что делать? Куда идти? К кому обратиться? Как помочь дочери?

Я обратилась за помощью в районный наркологический кабинет. Мне предложили платную анонимную консультацию. Если не хочешь называть своего имени, то с тобой будут говорить только за деньги.

Мы беседовали с врачом минут пять. Он сказал, что если у дочери «зрачки, как точки», то это героин. Я спросила:

— Как это? Как у вас сейчас?

Ему мой вопрос явно не понравился. Беседа была закончена. Денег он с меня не взял.

Затем мы с дочерью поехали в центр «Бехтерев». Консультация не состоялась. Врач, когда мы пришли — я в слезах и панике, дочка в отрицании болезни, — сказал, что девочка «недоторченная», чтобы шла и торчала дальше, а мне... Мне предложил сходить в кино. Так закончились мои попытки «пресечь» болезнь на ранней стадии. Нине тогда было 23 года.

Затем я пошла еще в один центр. Там я купила книгу С.Б. Белогурова «Популярно о наркотиках и наркоманиях». В метро я ее открыла и прочитала всю разом. Появилось чувство полной безысходности и отчаяния...

Но в книге были указаны телефоны разных организаций, в том числе «АЗАРИИ». На первичном приеме у меня слезы лились ручьем, и я ничего не могла с этим поделать. Мне дали справочник с телефонами реабилитационных центров и адресами групп взаимопомощи.

С этого начался мой путь к выздоровлению — моему и, надеюсь, дочери. Все свободное от работы время я ходила на всевозможные группы, лекции, встречи в организации, занимающиеся проблемами наркомании.

Я заметила: дома, наедине со своими мыслями, я медленно схожу с ума, поэтому после работы мне лучше домой не идти. И я стала еженедельно составлять календарь: на какое занятие в какой день я отправляюсь. Это были и встречи в «АЗАРИИ» с выздоравливающими наркоманами, и группа по работе с чувствами, и двенадцатишаговая группа для родителей, и православная группа, и лекции разных специалистов, и двухгодичная программа в университете педагогического мастерства, и обучающие российско-датские семинары по проблеме ВИЧ и других инфекционных заболеваний, и, конечно, море книг, рассказывающих о проблеме. Мне кажется, я на специальную литературу тратила денег больше, чем дочь на наркотики.

Я искала ту истину, которая даст мне успокоение, знания и возможность выздоровления — моего и моей дочери. Мои усилия не пропали даром. Получая знания на лекциях, семинарах, в группах, я учусь справляться с проблемами, изменяя свои убеждения и свое поведение. Знать и делать — это не одно и то же. Я делаю. В этом мне помогают дневники, которые я веду, и обсуждение их с группой. Я стала четко разграничивать свои проблемы и проблемы дочери, осознавая, что каждый в жизни должен пройти свой путь, и я не вправе решать за другого, как ему следует жить.

Посещая открытые собрания наркоманов, я получаю мощный эмоциональный заряд, понимая, как им тяжело выздоравливать, особенно в семьях, где родители не занимаются саморазвитием, не умеют себя вести с наркоманом, ничего не знают о болезни. К сожалению,

именно родные часто своими неправильными действиями провоцируют срывы.

А что Нина? Она шла своим путем. Помню, я вместе с ней как-то пришла на собрание группы анонимных наркоманов. В зале собралось много народу: в большинстве своем — выздоравливающие молодые люди. Девушек мало. Участники встречи говорили о своих проблемах и трудностях. Дочка не приняла тогда это сообщество:

— Куда ты меня привела? Я не такая, как эти люди.

К анонимным наркоманам она пришла лишь через три года...

А тогда мне, конечно, трудно было принять все, что произошло с Ниной. Трудно было «отпустить» ее и ждать, когда она достигнет «своего дна», дать дочери возможность почувствовать ответственность за свои поступки и ощутить бремя проблемы... Сначала дочь потеряла престижную, хорошо оплачиваемую работу, затем из дома исчезло золото (мне казалось, что я так ловко его запрятала), потом пропала ее дорогая одежда, а потом пропала и сама дочка. Это сейчас я так спокойно пишу об этом, а тогда постоянно задавала себе вопрос: правильно ли я поступаю? Мне было страшно, но я делала то, что советовали программа «Двенадцать шагов» и люди, которые меня окружали. Я хочу сказать, что понимание проблемы и мужество действовать пришли не сразу, вначале я и сама находилась в отрицании своей созависимости как болезни... Везде я пыталась объяснить: мой случай — особый, у меня — особая дочка, и все происходит по-особенному. Я не понимала, почему со мной не соглашаются. Теперь знаю: история моя банальная, прямо-таки классика жанра. Но должны были пройти годы, прежде чем я дошла до этой простой мысли...

Помню первый свой визит на собрание группы созависимых. Там мне очень не понравилось. Больше всего меня раздражали смех и улыбки. Они что — деревянные? Как можно смеяться и улыбаться, когда дети гибнут?!! А может, у них чада выздоравливают? Наверное, я не доживу до такого счастливого дня...

Следующий вопрос, который меня волновал, — про рода наркомании. Я считала, это грех. И долго никто не мог доказать мне, что химическая зависимость — болезнь. В течение трех лет я пыталась доказать всем, и в первую очередь себе: наркомания — грех, распущенность, вызов обществу — в общем, все что угодно, только не болезнь.

Шоковое состояние не проходило. Я все время плакала. Ходила в храм и там тоже рыдала. Помню, во время одного из моих первых визитов в церковь ко мне подошел батюшка и в ответ на мои жалобы предложил:

— Не позволяйте дочери принимать наркотики — прикуйте ее наручниками к батарее парового отопления...

Основным чувством, которое меня вело по жизни, был жуткий, непроходящий, непреодолимый страх. Страх потерять дочь, моего единственного ребенка, человека, ради которого я жила...

Однажды я встретила дочку на улице. Она шла домой — худенькая, красивая девочка в белой курточке.

Я схватила ее за руки, которые были тогда такими тонкими. Мне хотелось их переломать, чтобы ей было некуда колоть наркотик.

Потом случилось еще одно несчастье: мне поставили диагноз «рак». После операции меня домой везла Нина — я то и дело теряла сознание в машине...

А потом я начала меняться. Поняла: Нине от скандалов дома не становится лучше. Моя дочка гибнет.

Я стала тяжело болеть. Хватит: умирая вместе с ней, я не спасу ни себя, ни ее.

Я стала вести себя иначе, осознав: проблемы из-за наркотиков должны возникнуть не у меня, а у дочери. Я даже обрадовалась, когда Нина перестала работать. Нет работы — будет труднее доставать деньги на дурь.

И однажды я купила в магазине ровно две сосиски. Сварила их, подождала, пока дочка вернется, и стала есть их при ней. Есть мне вовсе не хотелось. Я буквально давилась этими сосисками. Но этим поступком дала ей понять: кормить ее больше не собираюсь. Холодильник теперь всегда будет пуст. Содержи себя сама.

Я научилась отделять дочь от ее болезни. Я перестала контролировать Нину. Я научилась принимать дочь и ситуацию, в которой она оказалась, такой, какая она есть. От одного только не смогла отказаться: поздно вечером, возвращаясь домой, я шла от остановки длинным путем — по той стороне дома, на которую выходят наши окна. Не могла не посмотреть заранее, дома моя дочка или нет.

Вечером, после работы и всех занятий, я приходила настолько уставшая, что просто падала в кровать и засыпала. У меня не было сил на раздумья о будущем.

И я, и дочка практически всегда отсутствовали дома. В нашей трехкомнатной квартире окна вечно были темные — к нам как-то даже пытались залезть воры...



В «АЗАРИИ» я нашла друзей — людей, которые объединены одной целью, получила поддержку и понимание. Здесь я могла спокойно говорить о том, что меня волнует, зная, что поймут, поддержат, не осудят. Я увидела, что проблема наркомании затрагивает все слои общества, а не так называемые неблагополучные семьи. Среди родителей химически зависимых есть и вра-

чи, и учителя, и инженеры, и продавцы, и бизнесмены, и военные, и психологи... Я уже не ощущала себя одинокой.

Теперь я видела: моя история вполне заурядна. И даже не так страшна, как другие. Есть родители наркоманов, которые после активной «деятельности» своих детей остаются в четырех пустых стенах. Дочка не проявляла агрессию. В «АЗАРИИ» я познакомилась с мамами, которых избивали собственные дети.

Мне стало стыдно вспоминать о своем поведении, о том, как кричала Нине: «Я ненавижу тебя такой!» Ко мне вернулось самоуважение. Я научилась контролировать свои эмоции и поступки.



Когда в первый раз Нина исчезла из дома и от нее не было несколько дней никаких известий, мне ее друзья-наркоманы посоветовали обратиться в милицию. Они тоже не знали, где Нина. Я теперь понимала: не следует силой возвращать наркомана домой, он все равно вернется туда, где ему удобнее употреблять. Моей целью было узнать, жива ли моя дочь.

В милиции по номеру мобильного телефона дочери нашли, где Нина находилась. Я была восхищена оперативностью наших стражей правопорядка. Но мне не дали адреса той квартиры, где была Нина. Да он мне теперь оказался и не нужен. Самое главное для себя я выяснила — дочь жива! Я вздохнула с облегчением. Милиционер ждал другой реакции: думал, буду умолять дать мне адрес. Я поблагодарила его за все и ушла. Больше я в милицию не обращалась.

Еще один очень важный для меня момент: когда я обнаружила дома исчезновение золотых вещей, я была в ярости, орала, залепила дочери оплеуху. До сих пор мне стыдно за свою бурную реакцию. Ведь Нина ничего

не понимала, болезнь уже прочно вошла в нее, и цель жизни дочери была одна: купить и уколаться, все остальное сделалось неважным.

Вечером, после посещения группы, я написала заявление в милицию, показала его дочери и сказала, что если еще что-нибудь пропадет из дома, я это заявление отнесу. Недели две оно лежало на кухне на видном месте, а я молила Господа, чтобы она больше ничего не унесла. Я осознала, что не готова на этот шаг, что не смогу отнести никуда это заявление, а это значит, что все мои декларации — сплошной блеф. Дочь еще унесла из дома какую-то свою хорошую одежду, но об этом я узнала позже. А я усвоила, что в отношениях с наркоманом нужно делать то, к чему сам готов, иначе ничего хорошего не получится.

Я сказала дочери, что если она выбрала такой путь, то я ей в этом не помощник, что содержать ее больше не буду, что отныне она будет питаться самостоятельно и что, когда я дома, телефон должен быть свободен. Мне кажется, Нина была готова на любые условия, лишь бы я от нее отстала. Я отстала. Мы жили, стараясь как можно меньше общаться друг с другом. Дочь «торчала», пытаюсь не попадаться мне на глаза. На улице я не могла спокойно смотреть на молодежь. Вот они идут мне навстречу, веселые, красивые, здоровые. У меня же на глазах слезы. Ведь и моя доченька могла бы быть среди них! Но судьба послала мне проблему, с которой я должна, обязательно должна справиться.

В дневнике нужно было писать о том, за что я благодарна сегодняшнему дню. Я благодарила Бога за то, что у меня есть дочь, и за то, что она жива...

Нина зашла на кухню и спросила:

— Что ты пишешь?

Я ей дала прочитать список моих благодарностей. Когда она увидела строчки о себе, ее глаза заблестели...

Мне кажется, что именно с этой минуты дочь стала задумываться о возможном лечении. Ей казалось: она такая плохая и конченная, ее уже никто не любит; все потеряно. А я поняла, что такое «отпустить с любовью».



Не могу сказать, что я не верила в выздоровление Нины, и не могу сказать, что я в него верила. Я просто пребывала в процессе работы. Работы над собой. Я старалась получить максимум знаний, которые помогут мне улучшить свое физическое и психологическое состояние.

Мне помогала вера: я ходила в храм, ездила по монастырям.

Я уже давно перестала говорить дочери о том, что с ней происходит, лишь рассказывала о себе, о людях с которыми встречаюсь, о реабилитационных центрах, о ребятах, которые выздоравливают. Но лишь тогда, когда понимала, что она готова меня слушать. Я говорила о том, что смогу ей помочь с лечением (реабилитацией), но один раз. Из опыта членов «АЗАРИИ» я знала, что наркоманы часто просят о лечении, пытаются просто снизить дозу, а потом все начинается сначала. Хотя, конечно же, всякое бывает, и у каждого свой путь к выздоровлению.

Затем дочь снова пропала на некоторое время... После исчезновения Нина вернулась домой и попросила о помощи. Говорила, что готова делать все, что я ей скажу, лишь бы я помогла ей устроиться на реабилитацию: она устала так жить. К тому времени я уже почти три года была волонтером в «АЗАРИИ» (выпускала бюллетень организации, вела первичный прием), и мне дали путевку с большой скидкой в реабилитационный центр «Солнечный берег», который находился под Петербургом,

в Сосновом Бору. Сегодня этого центра уже нет. Как и многих других. Мне думается, что если бы было больше некоммерческих государственных реабилитационных центров, то проблема наркомании в России решалась бы более успешно. Ведь часто бывает так: наркоман обращается к родителям (а к кому еще?) за помощью в лечении. Но к тому моменту в семье уже нет денег, а ценные вещи давно вынесены из дома...

Я была очень рада, что Нина согласилась на реабилитацию — по какой бы причине она это ни сделала... В центре она начала выздоравливать.



Сегодня Нина замужем. У нее хорошая семья. Ее супруг — также выздоравливающий наркоман. У меня подрастают два внука. Жизнь нас радует.

ЧУЖАЯ ЖИЗНЬ

Из записок сумасшедшего:

«Как-то захотел я уколиться чем-нибудь психостимулирующим. На ближайшей помойке нашел ампулу. Сделал инъекцию грязным шприцом. Испытал некое ощущение. Потом прочитал надпись на ампуле: кажется, это был какой-то гормон».



«Я воровал деньги у родителей. Еще я таскал из дома книги, продавал их и покупал наркотики».



Петр, 46 лет. Стаж трезвости — двенадцать лет. Употреблял наркотики в течение двадцати лет с возраста-

ющей интенсивностью. Состоит в гражданском браке. Работает дворником.



История Петра — самая грустная из приведенных в этой книге, ибо это не просто рассказ о зависимости и борьбе с ней. Наркотики вынудили Петра прожить не свою жизнь.

Всех других героев этой книги можно назвать отклонившимися от курса. Химическая зависимость заставила их свернуть на неправильную дорогу, замедлила развитие, но в итоге эти люди «вырулили» на свой путь. Возможно, без наркотиков достижения были бы выше и цели достигнуты были бы раньше. Но все равно каждый из них идет по СВОЕМУ пути. А Петр произвел на меня впечатление человека, прожившего, наверное, больше половины ЧУЖОЙ жизни — притом гораздо худшей, чем та, что могла бы быть, не пусти он в нее наркотики.

Петр разговаривает, как интеллигент. Он отлично воспитан и хорошо начитан. Очень странно слышать такой рассказ от человека, который по манерам напоминает мне моих коллег по редакции или по вузу, где я преподаю журналистику.

Он — единственный из всех — разрешил назвать себя не только настоящим именем, но и упомянуть в тексте фамилию. Свой поступок он объясняет не смелостью:

— То, что наркоманы не хотят называться истинными именами, говорит о том, что они психологически оторвались от этого опыта; социализировались. А я не считаю себя полностью социализированным...

Вот рассказ Петра:

— Моя мама — учительница начальных классов. Папа — технарь, служил доцентом в кораблестроительном

институте. О наркотиках я впервые услышал еще в детстве. Мне кто-то сказал, что есть такие таблетки, от которых можно заснуть. И от них же становятся наркоманами...

Учился я средне.

Первый раз курил травку в восьмом классе. Помню, покурил я ее и запил портвейном. Зачем мне это потребовалось? Думаю, такое мое поведение было связано с проблемой полового созревания. Я не знал, что с этим делать. Требовалось как-то сбросить накопившееся напряжение.

Когда употребляешь веселящие вещества, женщины кажутся доступнее. Я тогда считал употребление наркотиков чем-то обязательным для себя, так сказать, «в целях устройства личной жизни».

Где я брал деньги на дурь? Я рано начал курить табак. И мама, чтобы уменьшить вред курения для моего здоровья, покупала мне дорогие сигареты. Я продавал их — они в советское время пребывали в дефиците. Покупал дешевые папиросы. А на вырученные средства приобретал наркотики и спиртное.

Почему это случилось со мной — с человеком из интеллигентной семьи? (Я с родителями одно время даже жил за границей — отец как автор учебников и выдающийся специалист в своей области там работал.) Думаю, основная причина наркомании — не в родителях и не в воспитании, а в генах. По всей видимости, я генетически предрасположен к химическим зависимостям.



В чем состоят особенности психологии наркомана? Таким, как я, под воздействием химических веществ легче воспринимать реальность.

И еще: Я СОЗНАТЕЛЬНО ВЫБРАЛ ПОРАЖЕНИЕ. Такой выбор — особенность химически зависимого человека. Наркомания — маска, под которой легче жить, чтобы избежать ответственности. Мне было больно смотреть на все, происходящее вокруг. И я надевал на себя химические «очки». Я слаб.

И еще пример. Что делает нормальный человек, напарываясь на группу агрессивно настроенных хулиганов? Пытается пройти незамеченным. Я же в подобной ситуации шел им навстречу с наглым выражением лица. Я подсознательно всегда нарывался на побои.



Мама очень быстро заметила, что со мной происходит нечто ненормальное. А потом уже скрывать что-либо стало невозможно. Начались приводы в милицию в пьяном виде.

Я все-таки человек из другого круга, поэтому мне было неприятно общаться с наркоманами и алкоголиками. Но и это меня не останавливало...

В армию меня призвали на три года — на флот. Там я также регулярно употреблял наркотики. Вернувшись домой, продолжил пить и колоться.

Мой отец к тому моменту покончил с собой. Причиной была, главным образом, тяжелая ситуация, сложившаяся у него на работе.

Мы остались вдвоем с мамой. Она скандалила, плакала. Единственное, что ее спасало, — это то, что у нее появился мужчина (потом она вышла за него замуж), к которому мама уходила, когда ей становилось совсем невмоготу.

Мама рыдала, пыталась увещевать меня, вызывала милицию.

Я понимал, какую боль ей причиняю, насколько я не оправдал ее ожиданий...

Мы с мамой разменяли квартиру по моему настоянию. Она-то была готова тащить меня сколь угодно долго. Я же понимал: я и сам погибну, и ее за собой утащу.



Я опускался все ниже. Мне совершенно не удавалось справляться со своими чувствами. Я не знал, кому и как говорить о них...

Я мог выйти с пробитой головой из вытрезвителя и буквально через день попасть туда снова.

Теперь милицию вызывали соседи по коммуналке. В конце концов они меня выгнали из квартиры. Я стал бомжом. Как-то раз в выброшенной кем-то газете увидел адрес, по которому собиралась группа анонимных наркоманов. Я туда пришел — так я начал выздоравливать.

Мне удалось наладить отношения с соседями и вернуться жить домой.

Трезвость принесла новые — невеселые — чувства. Кем я себя ощущал? Есть анекдот: «Конферансье в цирке объявляет:

— Сейчас на манеж выйдет летающая корова.

И появляется корова — страшная, несчастная, с отбитым рогом.

Она поворачивается к зрителям и говорит:

— Боже, когда же я сдохну!!!»

Вот и я был, как та корова. Это у меня такой черный наркоманский юмор.

Я крайне тяжело социализировался. Меня обижали. Помню, пришел в пункт приема посуды — хотел устроиться туда рабочим. А меня мужик там грубо так послал матом. Что я ему плохого сделал?..



И все-таки я добился стойкой ремиссии. Я стал чувствовать ответственность — хотя бы перед самим собой.

Сейчас я стараюсь посещать собрания группы анонимных наркоманов четыре-пять раз в неделю. Мне очень важно помолиться с ними. Мне кажется, молитва помогает мне оставаться трезвым так долго.

СОЗЕРЦАТЕЛЬ, КОТОРЫЙ БЫЛ БАБОЧКОЙ

Валентина Балдаева, мать Петра, 70 лет, на пенсии. Работала учителем начальных классов.

«Я раньше ощущала себя бабочкой, порхающей по миру. Такой прекрасной мне казалась жизнь! Теперь я — созерцатель. Я наблюдаю жизнь. Мне кажется, я смогу пережить все — что бы ни произошло. Только я плохо сплю по ночам...»



На столе в квартире Валентины Григорьевны — несколько толстых альбомов с фотографиями. Рядом — много фотографий рассыпью. Мы рассматриваем изображения. На них — молодые, красивые и хорошо одетые родители. Петр — хорошенький мальчик: с мамой, с друзьями детства, с одноклассниками. Вот и школьные фото. У меня дома тоже лежат альбомы с очень похожими фотографиями из обычного советского детства. То же самое я видела и у своих друзей... Петр Балдаев — определенно мой современник...

Валентина Балдаева — очень откровенная, кокетливая и улыбчивая женщина. Если бы во время ее рассказа можно было выключить звук, оставив изображение, можно было бы подумать, что он повествует о чем-то радостном. А история у нее очень грустная. Валентина Балдаева — единственная из героинь этой книги, которая практически не посещала никаких психологических

занятий для созависимых. Она постепенно пришла к эмоциональной независимости сама.

Возможно, из-за того, что Валентина практически не посещала занятий для родителей, где учат не копаться в причинах наркомании сына или дочери и не пытаться искать вину в своем поведении, в ее рассказе довольно много упоминаний именно о том, что она считает упущениями в воспитании.

Ее сын Петр — самый старший из героев этой книги. Соответственно, с его проблемами мать столкнулась рано. Можно предположить, что она привыкла к тому, что у ее сына такая жизнь. А может, был пройден такой долгий путь, за который Валентина опять научилась радоваться жизни.

Вот ее история:

— Я часто в воспоминаниях возвращаюсь к прошлому и думаю, почему это все случилось именно со мной. Может, это наказание за то, что не похоронила своего первого сына?

Петя — мой второй ребенок. Первый мальчик — я назвала его Сереженькой — умер еще в роддоме. Меня спросили, хочу ли я забрать труп, чтобы с ним попрощаться. Я сказала: нет. Не было сил хоронить ребенка... А в следующем году родился Петя...



Наркоманов до того, как к наркотикам пристрастился мой сын, я никогда не видела. Я о них не думала: ничего такого у меня и в мыслях не было.

Я об этом узнала после того, как Петя привел к нам в квартиру какого-то парня лет двадцати и тот стал прямо на нашей кухне варить наркотик...

Помню, как Петя на даче пьяный качался от стенки к стенке...

Понимаете, мне все это очень тяжело было принять. Ведь я у Пети с детства была не пьедестале. Он считал: мама может все. Я со всеми ладила. С другими детьми умела общаться...

Я за ним не уследила — во всем виновата я. Когда сын стал пить, первым чувством, которое я испытала, было возмущение. Это вместо жалости. Говорила:

— Ты нас разочаровал.

Когда поняла, что он не сможет учиться, очень злилась: все это моя гордыня.

Когда сын был в армии, нам пришло письмо, в котором говорилось, что Петя продает амуницию и пропивает деньги...

Петр никогда не был амбициозен. Карьера его не прельщала. Может, поэтому он стал употреблять наркотики?..

Муж — доцент. Мы с ним образованные люди. Жили и работали в Алжире. И вот такой мальчик...

Все-то я Петю ругала...



А может, причина неприятностей в том, что отец его был все время занят работой. Я очень любила мужа и, наверное, больше занималась им, чем сыном. Он приходит с работы — у меня всегда стол накрыт. Подруги даже спрашивали:

— Что ты перед ним так танцуешь?

А я не могла иначе — у меня была большая любовь.

Вот так все было. Я — вокруг мужа. А Петя — с книжкой. Даже по ночам читал. Я его ругала.

Потом супруг покончил с собой. Причиной было не Петино поведение, а то, что мужа предали на работе...

Мы с сыном остались вдвоем.



Я пыталась лечить Петю. В больницы укладывала. Надеялась: вот изобретут таблетки от химической зависимости, и все у него пройдет. Долго надеялась.

Сын мой — человек влюбчивый и наивный. Он людям верит и совсем в них не разбирается. Мы жили на первом этаже, и он приводил домой такие компании, что я всерьез боялась за свою жизнь. Зимой держала окно открытым — чтобы выпрыгнуть, если что. Так мне было страшно...

Потом мы разменяли квартиру.

Я очень тяжело все это переживала. Все думала: вдруг Петя погибнет? Что он еще натворит?

Я ему даже предлагала в монастырь уйти. Но Петя по натуре светский человек.



Я сама пришла к эмоциональной независимости. Как мне это удалось? Наверное, потому, что я эгоистка. Стараюсь делать то, что меня радует. Я много слушаю бардов. Хожу в Эрмитаж. Люблю стихи...

С сыном у меня особой близости нет. Он закрыт для меня.



Я учительница. Я учила других детей и плохо воспитала своего ребенка.



Валентина Григорьевна проводила меня до дверей. Прощаясь, она улыбнулась и пожелала мне счастья.

И вам счастья, Валентина Григорьевна!

Заключение

И вот я заканчиваю книгу. Я работала над ней немало времени — почти год. За этот срок взяла много интервью — встретила с самыми разными людьми, которых объединила одна проблема: наркомания.

Все они были очень разные. Некоторые давали интервью охотно, из некоторых приходилось вытягивать каждое слово. Одни показались мне доброжелательными, другие демонстрировали некоторую настороженность.

Я вижу перед собой их лица. Они много передумали за свою жизнь. И многое смогли изменить в себе. Или помогли другим измениться в лучшую сторону. Я очень благодарна тем, кто нашел время и силы для того, чтобы поделиться своим опытом выздоровления от наркомании или созависимости. Или своим опытом работы с людьми, пораженными этим недугом.

Мне немного грустно прощаться с целым годом своей жизни. В нем было много новых — не всегда радостных, но всегда ярких — впечатлений.

Общение с наркоманами и их близкими утвердило меня в очень банальной истине: жизнь коротка и быстротечна. И мы пришли в мир, чтобы радовать и беречь себя и своих родных.

Содержание

ВВЕДЕНИЕ	3
Поразительная встреча	8
ЧАСТЬ 1	
Наркоманы. Хроники безумия	22
Обманутый Гудвином	31
Несостоявшаяся Одиссея	36
Девочка со спичками	40
Неоткрывшиеся двери	49
ЧАСТЬ 2	
Эксперты. Как учиться выздоравливать	57
«Эмоциональной грамотности нужно учиться»	57
Таблетку от наркомании не изобретут никогда	65
Наркомания. — болезнь души	74
«...Не вылечить больного, а сохраниться самому»	82
ЧАСТЬ 3	
Матери. Вчерашние бабочки	85
Странник в светлом лесу	87
Каменный столп	100
Вечный двигатель	109
Муравей, который был стрекозой	116
Воздушный шарик	122
ЧАСТЬ 4	
Параллельные миры	129
В поисках праздника	130
Река жизни	137
Чужая жизнь	148
Созерцатель, который был бабочкой	153
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	157



Популярное издание

Конюкова Мария

**ПОБЕДИТЬ НАРКОМАНИЮ:
ДОРОГА ИЗ АДА**

Выпускающий редактор *Д.В. Волкова*
Технический редактор *Г.А. Логвинова*

Подписано в печать 27.10.2014.
Формат 84x108 ¹/₃₂. Бумага офсетная.
Тираж 2 000 экз. Заказ № 874.

ООО «Феникс»
344082, г. Ростов-на-Дону, пер. Халтуринский, 80
Тел./факс: (863) 261-89-50, 261-89-59
Сайт издательства: www.phoenixrostov.ru
Интернет-магазин: www.phoenixbooks.ru

Отзывы и предложения по изданию присылайте
на адрес редакции:
e-mail: volkovadiana@mail.ru
Тел. 8 (863) 261-89-78

Отпечатано с готовых диапозитивов в ЗАО «Книга»
344019, г. Ростов-на-Дону, ул. Советская, 57.

Качество печати соответствует предоставленным диапозитивам.

- ◆ Около 100 новых книг каждый месяц.
- ◆ Более 6000 наименований книжной продукции собственного производства.

ОСУЩЕСТВЛЯЕМ:

- ◆ Оптовую и розничную торговлю книжной продукцией.

ГАРАНТИРУЕМ:

- ◆ Своевременную доставку книг в любую точку страны **ЗА СЧЕТ ИЗДАТЕЛЬСТВА** ж/д контейнерами.
- ◆ **МНОГОУРОВНЕВУЮ** систему скидок.
- ◆ **РЕАЛЬНЫЕ ЦЕНЫ.**
- ◆ Надежный **ДОХОД** от реализации книг нашего издательства.

ТОРГОВЫЙ ОТДЕЛ

344082, г. Ростов-на-Дону, пер. Халтуринский, 80

Контактные телефоны:

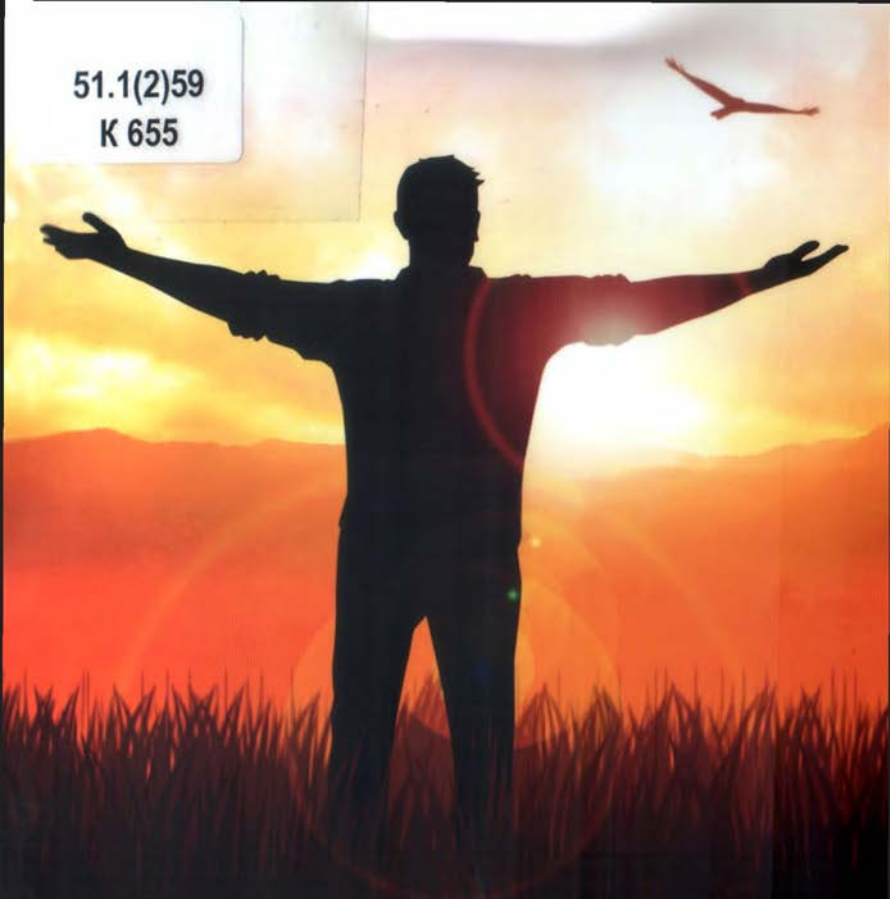
Тел.: (863) 261-89-53, 261-89-54, 261-89-55
261-89-56, 261-89-57, факс. 261-89-58

Начальник Торгового отдела

Аникина Елена Николаевна

Тел.: (863) 261-89-53, torg153@aaanet.ru

51.1(2)59
К 655



М. Конюкова

ПОБЕДИТЬ НАРКОМАНИЮ

ДОРОГА ИЗ АДА

При поддержке общественной организации
«АЗАРИЯ» — Матери против наркотиков



ISBN 978-5-222-22267-6



9 785222 222676

