

ОХВАЧЕННЫЙ ЧУВСТВОМ

Стена между ним и Богом рухнула, когда этот агностик, как он сам себя называл, выполнял Третий Шаг.

Когда я впервые пришел в АА, то подумал, что все там пили сильнее меня и попадали в большие неприятности. Но я продолжал ходить на собрания и через какое-то время стал слушать, как начинались их истории. И осознал, что иду по той же дороге, просто еще не зашел так далеко – пока.

В первый раз я выпил на последнем году учебы в средней школе. В тот вечер, чтобы родители не услышали, как я выхожу из дома, я вылез через окно. Нас было четверо, и мы принесли только четыре бутылки домашнего пива. Больше я не совершал подобной ошибки!

На следующей неделе наша компания отправилась в турпоход, захватив несколько ящиков пива. Мы прикончили все. Другие тоже много выпили, но я был единственным, кто проснулся посреди ночи и начал при свете луны бродить по округе. Я прошел мили в поисках чего-то. Сейчас я знаю, что я искал. В отличие от остальных, мне хотелось выпить еще.

В то лето между школой и колледжем я великолепно проводил время. Все вращалось вокруг спиртного: выпивка и футбол, выпивка и охота, выпивка и бильярд, выпивка и езда на автомобиле. Ничего действительно плохого не произошло, хотя могло. Меня чуть не арестовали. Моего друга чуть не застрелили. Мы чуть не попали в аварию.

Не думаю, что большинство умеренно выпивающих в компании людей так же ясно помнят день своего знакомства с алкоголем. Уверен, очень немногие из них ежегодно празднуют эту дату, напиваясь как можно сильнее. На втором году употребления спиртного я начал говорить, что,

если ты еще чувствуешь свое лицо, значит, ты недостаточно пьян. На третьем году я пил домашнее персиковое вино, а когда оно закончилось, попробовал виски. В тот вечер у меня случился провал в памяти, и меня рвало.

Скоро я обнаружил, что от водки мне не становится так плохо. Когда я ее пил, происходило что-то из области научной фантастики: вот я в одном месте, а в следующий момент — уже в каком-то другом. Мне никак не удавалось придерживаться золотой середины. Помню, как я однажды сходил на вечеринку. Выпив, я вдруг обрел способность беседовать с кем угодно. Мне было очень весело, но я продолжал пить. Вскоре я едва держался на ногах. В тот вечер домой меня отвез приятель, но иногда я сам садился за руль, будучи слишком пьяным, чтобы идти пешком.

Я стал работать учителем и какое-то время выпивал не слишком часто. Когда же я это делал, то почти всегда напивался. Мы с коллегами пару раз в год собирались, чтобы поиграть в покер. Обычно я при этом ничего не пил. Один раз я все же выпил и выставил себя полным дураком. Тогда я решил, что алкоголь для меня — больше не удовольствие. Хватит.

И я стал лечиться от пьянства путем самоизоляции. Я вставал, шел на работу, приходил домой, смотрел телевизор и ложился спать. Дошло до того, что я не мог припомнить ничего хорошего, что когда-либо со мной случилось, и не мог представить, что в будущем может быть что-нибудь хорошее. Жизнь сжалась до бесконечного, ужасного «сейчас». Я впал в такую глубокую депрессию, что от самоубийства меня удерживало только медикаментозное лечение. Через семь месяцев доктор прекратил его. Я уже не собирался себя убивать, но не был и особо счастлив.

В нашу школу пришла новая учительница, и я напросился к ней в гости на стаканчик. Помню, поднимая тот стакан, я сказал ей, что это, возможно, не очень удачная идея, но «я

полагаю, что рискнуть стоит». Таким вот обыденным образом я снова начал пить. На зимних каникулах она уехала к своему другу. А я снова остался один.

За два дня до Рождества я отправился на вечеринку. Пить я не собирался, так как прибыл туда на машине и знал, что мне не следует садиться за руль в пьяном виде. Я не чувствовал себя особенно хорошо или плохо – просто несколько неуютно, потому что большинство присутствующих были мне незнакомы. Посидев минуту на кушетке, в следующую минуту я уже выпивал стакан вина. Никакого осознанного решения не было.

На этом месте многие говорят: «И я продолжил пить и пил еще десять лет». Но вместо этого со мной приключилась странная штука. Несколько дней спустя на работе ко мне подошла одна учительница и сказала, что она – алкоголик и посещает собрания АА. Она ни разу не видела, как я пью, поэтому я не знаю, что заставило ее ко мне обратиться.

Назавтра я спросил ее, как часто она ходит на эти собрания. Раз в неделю? Нет. Она ответила, что вот уже почти шесть месяцев делает это чуть ли не каждый день. Мне это показалось в некотором роде крайностью, однако я подумал, что, если я схожу с ней на одно собрание, то, может быть, помогу ей оттуда выбраться. Кроме того, мне было одиноко.

На середине собрания мне в голову пришла нелепейшая мысль. Когда участники представлялись алкоголиками, я чувствовал позыв последовать их примеру. Это было странно, потому что я, конечно же, не был алкоголиком. Позже моя подруга спросила меня, каковы мои впечатления от собрания. Я ответил, что не знаю. Только много позже я осознал, что тогда впервые за многие годы ощутил свою принадлежность к группе других людей.

На следующий день мы отправились на другое собрание, и на этот раз я все-таки назвал себя алкоголиком. На третье

собрание я пошел сам. Я нервничал и готов был провалиться сквозь землю. И сделал нечто для себя удивительное. Прежде чем собрание началось, я поднял руку и сказал, что я – новичок. Мне было с кем поговорить. Я успокоился.

Время от времени я говорил правду. Однажды на собрании я признался, что боюсь заводить себе спонсора, потому что боюсь, что он будет просить меня что-то делать. Уходя домой, я уносил с собой телефонный номер. Я позвонил по нему и обзавелся спонсором, который, само собой, начал со мной работать по Шагам, используя Большую Книгу.

Я звонил ему каждый день. Я сказал ему, что не хочу быть алкоголиком. Он отвечал, что неважно, чего я хочу. Мне просто необходимо самому выяснить, являюсь ли я им или нет. Он даже предложил мне, если я не уверен, попробовать немного проконтролировать процесс употребления спиртного. Я знал, что никогда не был на это способен. Больше мне не нужно было «исследований». Все, что я действительно должен был сделать – это пересмотреть то пьянство, которое уже имело место.

Помню, много лет назад я сказал одному своему другу, что у меня нет проблем с алкоголем, но есть проблема с окончанием. Мы тогда рассмеялись. Это было правдой, но при этом происходило что-то еще, чего я не замечал, пока не пришел в АА. У меня была проблема не только с окончанием, но и с началом. Как бы часто и на какое бы время я не останавливался, все равно снова начинал пить.

Через три месяца трезвой жизни я беседовал по телефону с той подругой, которая отвела меня на первое собрание. Я пожаловался ей на проблемы на работе и на то, что мой спонсор меня не понимает. Затем я упомянул, что, даже называя себя агностиком, думал, что, возможно, нечто заботится обо мне. Она спросила: «А не пора ли тебе принять кое-какое решение?»

Я знал, какую страницу Большой Книги мне следует открыть. До этого я старательно избегал на нее заглядывать. Итак, я нашел молитву из Третьего Шага и медленно прочел ее подруге по телефону. Ничего не произошло. Я и не ожидал, что что-то произойдет. Затем почему-то вернулся к словам: «Никому из нас не удавалось в совершенстве следовать этим принципам». Они эхом отозвались в моем мозгу.

И тут что-то случилось. Рухнула какая-то стена. Я не мог ни пошевелиться, ни заговорить, и меня куда-то уносило волной эмоций. В то же время мое сознание было ясным, и «я прекрасно понимал, где нахожусь. Я слышал, как голос подруги спрашивает меня, в чем дело, но не мог ей ответить. Я до сих пор не могу этого объяснить.

Я знаю, что в ту ночь выполнил Третий Шаг (то есть препоручил свою волю и жизнь Высшей Силе), потому что на следующий день начал письменно делать Четвертый. Я продолжал писать, пока не прошел со спонсором Пятый Шаг. Скоро у меня был список людей, которым я причинил вред. Каждый случай, в котором необходимо было возместить ущерб, я обсуждал со спонсором. К тому времени, как я занялся налаживанием отношений со своей семьей, мне уже стало гораздо лучше.

Более чем одиннадцать лет спустя мне трудно понять, что я испытал в ту ночь. Каков, на мой взгляд, результат этого? Я могу сказать, что сомнения в существовании Бога ничуть не помешали мне пережить некий духовный опыт. Кроме того, я могу сказать, что такой опыт не привел меня к определенному убеждению относительно Бога. Сообщество Анонимных Алкоголиков дает мне свободу верить и сомневаться в той мере, в какой мне нужно.

Однако я точно знаю, что теперь живу по-другому. С момента своего прихода в АА я не выпил ни глотка. У меня меньше обид, и я особо не трачу свое время на раздумья о про-

шлом. Я обнаружил, что мой опыт может быть полезен другим людям. Я стал верить, что тяжелые периоды - это не просто бессмысленные страдания, и в любой момент может произойти что-то хорошее. Для человека, который раньше просыпался по утрам с чувством, что он приговорен к еще одному дню жизни, это - значительный прогресс. Теперь, когда я просыпаюсь, мне открывается множество возможностей, и мне не терпится посмотреть, что будет дальше.

И я продолжаю ходить на собрания, потому что программа действительно работает.