

(4)

ЛЕКАРЬ, ИСЦЕЛИ САМОГО СЕБЯ!

Психиатр и хирург, он сбился с пути и снова нашел его, лишь осознав, что Великий Целитель – не он, а Бог

Я – доктор, и у меня есть лицензия, позволяющая мне практиковать в одном западном штате. Кроме того, я – алкоголик. Возможно, я немного отличаюсь от других алкоголиков по двум причинам. Во-первых, все мы слышим на собраниях АА истории тех, кто теряли в своей жизни все – семью, материальные ценности, свободу, когда попадали в тюрьму. Я же не терял ничего из этого. Я никогда не оставался на обочине. За последний год своего пьянства я сделал больше денег, чем за всю свою жизнь. Моя жена ни разу не намекнула, что может меня бросить. С ранних лет я добивался успеха во всем, за что ни брался. В начальной школе я был президентом ученического совета. В средней школе я был старостой в каждом классе, а на последнем году – президентом ее ученического совета. В университете я тоже был старостой и президентом студенческого общества. Меня считали человеком, который с наибольшей вероятностью из всех будет преуспевать в жизни. То же самое происходило и в медицинской школе. Я принадлежу к большему количеству медицинских и почетных обществ, чем люди, которые старше меня на десять-двадцать лет.

Меня занесло от успеха. Когда вашу машину заносит в большом городе, последствия печальны. То же самое происходит и при заносе от успеха.

Вторая причина, в силу которой я, может быть, отличаюсь от некоторых других алкоголиков, такова. Многие алкоголики утверждают, что им не очень-то нравится вкус алкоголя, но зато нравится его эффект. Я же обожал спиртное! Я, бывало, любил обмакивать в него пальцы, чтобы обли-

зять их и ощутить иной вкус. Процесс питья доставлял мне много удовольствия. Я безмерно наслаждался им. Потом, в какой-то неопределенный день, который я не могу припомнить, я перешел черту, так хорошо знакомую алкоголикам, и с того дня процесс стал неприятным. Раньше от нескольких порций спиртного мне становилось хорошо; теперь же они приводили меня в мрачное состояние духа. Пытаясь преодолеть это ощущение, я один за другим выпивал много стаканов, и тогда все исчезало. Алкоголь не смог выполнить свою задачу.

В последний день своего пьянства я пошел навестить одного своего друга. Раньше у него было множество проблем на почве алкоголя, его несколько раз бросала жена. Тем не менее, он вернулся к нормальной жизни и ходил на собрания АА. Я, в своей обычной глупой манере, шел к нему с задней мыслью исследовать их программу с медицинской точки зрения. В глубине души я надеялся, что, возможно, получу там хоть какую-нибудь помощь. Друг дал мне брошюру АА. Я принес ее домой и попросил жену прочесть ее мне. Из услышанного меня поразили два предложения: «Не считай себя мучеником из-за того, что ты перестал пить» и «Не считай, что ты бросаешь пить для кого-то другого, кроме себя». Эти фразы попали мне не в бровь, а в глаз. После того, как жена окончила чтение, я сказал ей, как в отчаянии говорил уже не раз: «Я должен что-то с этим делать». Она, добрая душа, ответила: «Я не буду беспокоиться об этом; вполне возможно, что что-то произойдет». Потом мы поднялись на склон холма, где у нас маленькая площадка для барбекю, чтобы разжечь огонь. По пути я подумал: «Пойду-ка я на кухню и выпью еще». И тут, в самом деле, что-то случилось.

Мне пришло в голову: «Это – последний стакан!». К тому времени я уже выпил больше четверти галлона. Как только

у меня возникла эта мысль, я почувствовал себя так, будто кто-то снял с моих плеч тяжелый груз. Это действительно был мой последний стакан.

Пару дней спустя мне позвонил один приятель из Невады – брат лучшей подруги моей жены. Он спросил: «Это Эрл?» Я ответил: «Да». Он сказал: «Я – алкоголик; что мне делать?» Тогда я подал ему идею и тем самым сделал свой первый звонок по Двенадцатому Шагу, не успев даже присоединиться к Сообществу. То удовлетворение, которое я получил, поделившись с ним частицей знания, почерпнутого мной из брошюр АА, намного превосходило по силе любое из ощущений, которые я испытывал до этого, когда помогал своим пациентам.

Итак, я решил сходить на первое в своей жизни собрание. Представлялся я психиатром. (Я принадлежу к Американскому психиатрическому обществу, но не практикую психиатрию как таковую; я – хирург).

Как однажды сказал мне кто-то из членов АА, нет ничего хуже запутавшегося психиатра.

Я никогда не забуду первое собрание, которое посетил. На нем присутствовали пять человек, включая меня. Вокруг стола сидели: наш местный мясник; один из плотников нашего района; мужчина, заправляющий булочной; и, наконец, мой друг, механик. Я помню, как, войдя в комнату, подумал про себя: «Вот он я, член Американской хирургической коллегии, Международной хирургической коллегии, Американского психиатрического общества, и мне пришлось прийти к мяснику, булочнику и плотнику, чтобы они помогли мне стать человеком!»

Со мной произошло кое-что еще. Под влиянием новых идей я достал всевозможные книги о Высших Силах и положил Библию на свой прикроватный столик и в машину. Она до сих пор там. Я также положил ее в свой шкафчик в больнице и в

свой письменный стол. Кроме того, я положил у своей кровати Большую Книгу, а в свой шкафчик в больнице – книгу «Двенадцать Шагов и Двенадцать Традиций». Вдобавок я достал книги Эммета Фокса, и Бог знает, чьи еще, и стал все это читать. И, знаете, я поднялся над той группой АА и взлетал выше, выше, еще выше, пока не очутился на розовом облаке и снова не почувствовал себя несчастным. Тогда я подумал, что с таким же успехом мог бы напиться.

Я пошел к Кларку, местному мяснику, и сказал ему: «Кларк, что со мной такое? У меня не все в порядке. Я уже три месяца занимаюсь по программе и все равно чувствую себя ужасно». Он ответил: «Эрл, заходи, поговорим немного». Он подал мне чашку кофе и кусок торта, усадил меня и сказал: «Послушай, ты в порядке. Ты трезв целых три месяца и упорно трудишься. Ты все правильно делаешь». Но затем добавил: «Позволь мне сказать тебе кое-что. В нашем районе существует организация, которая помогает людям, и она известна как Анонимные Алкоголики. Почему бы тебе не присоединиться к ней?» Я спросил: «А что же я, по-твоему, делаю?» Он ответил: «Да, ты сохраняешь трезвость, но при этом витаешь в облаках. Пойди-ка ты домой, возьми Большую Книгу, открой ее на странице 56 и посмотри, что там написано». Я так и поступил. И вот что я прочел: «Мы редко встречали человека, который бы строго следовал по нашему пути и потерпел неудачу». Слова «строго» говорили о многом. Далее в книге говорилось: «Полумеры ничем не помогли нам. Мы подошли к поворотному моменту». Последнее предложение звучало так: «Все отринув, мы просили Его о попечении и защите».

«Все отринув», «полумеры не помогли», «строго следовать по нашему пути», «целиком подчинить свою жизнь этой простой программе» – эти фразы звенели в моей распухшей голове.

За много лет до этого я занялся психоанализом, чтобы мне стало легче. Я занимался им пять с половиной лет, и кончилось тем, что я превратился в пьяницу. Говоря это, я ни в коем случае не имею целью принизить психотерапию; это – великий инструмент, правда, не слишком мощный, но великий. Я бы снова сделал то же самое.

К каким только ухищрениям я ни прибегал, чтобы обрести спокойствие разума! Но только когда алкоголь поставил меня на колени, и мне пришлось прийти в группу, членами которой были местный мясник, булочник, плотник и механик, способные поделиться со мной знанием о Двенадцати Шагах, я, в конце концов, получил некое подобие ответа на вторую половину Первого Шага. После того как я выполнил его первую половину и очень робко признал себя членом Сообщества Анонимных Алкоголиков, что-то произошло. Я тогда подумал про себя: «Представить только, алкоголик должен что-то признавать!» Тем не менее, я сделал это.

Третий Шаг гласит: «Мы приняли решение препоручить нашу волю и жизнь Богу, как мы Его понимаем». Теперь нас просят принять решение! И мы должны довериться какому-то парню, которого даже не можем увидеть! Для алкоголика это убийственно. Он, бессильный, неспособный себя контролировать, весь во власти того, что сильнее него, должен еще и препоручить все это дело кому-то другому! Это наполняет алкоголика гневом. Мы же великие люди. Мы можем справиться с чем угодно. И начинаешь задумываться – а кто такой этот Бог? Кто этот тип, которому мы, как предполагается, должны все препоручить? Что же Он может сделать для нас такого, чего мы сами для себя не можем сделать? Конечно, я не знаю, кто Он такой, но у меня есть кое-какие мысли по этому поводу.

Для себя самого у меня есть абсолютное доказательство существования Бога. Как-то я сидел в своем кабинете после

того, как провел длинную и сложную операцию у одной женщины. Прошло уже девять или десять дней, и она прекрасно поправлялась. В тот день мне позвонил ее муж и сказал: «Доктор, спасибо вам огромное за то, что вы исцеляете мою жену!» Я поблагодарил его за звонок, и он повесил трубку. Тогда я почесал затылок и сказал себе: «Как абсурдны слова этого человека. Вот я сижу в своем кабинете, а его жена лежит в больнице. Меня даже нет рядом с ней, а если бы я и был там, то единственное, что я мог бы для нее сделать – это оказать ей моральную поддержку. И, несмотря на это, он благодарит меня за исцеление жены». И я придумался – что же *действительно* исцеляет эту женщину? Да, швы ей наложил я. Но талант диагностировать и оперировать мне дал Великий Босс; Он дал мне его взаймы, чтобы я им пользовался до конца своих дней. Он не принадлежит мне. Бог наделил меня им, и я сделал свою работу, но она закончилась девять дней назад. Так что же исцеляет те ткани, которые я сшил? Это не я. На мой взгляд, этот факт доказывает существование Силы, превышающей мою собственную. Я не смог бы заниматься медициной без Великого Лекаря. Все, что я делаю – это выполняю очень простую работу, помогая Ему исцелять моих пациентов.

Вскоре после того, как я начал работать по программе, я осознал, что я – нехороший отец и муж, зато хороший кормилец. Я никогда ни в чем не ограничивал свою семью. Я давал им все, кроме величайшей вещи в мире – спокойствия. Поэтому я пошел к жене и спросил ее, можем ли мы вдвоем сделать что-нибудь, чтобы наладить отношения. Она повернулась на каблуках, прямо посмотрела мне в глаза и произнесла: «Тебе наплевать на мои проблемы». Я готов был ее ударить, но сказал себе: «Сохраняй спокойствие!»

Она вышла из комнаты, а я сел, молитвенно сложил ладони, посмотрел вверх и попросил: «Ради Бога, помоги мне».

И тогда у меня возникла глупая и такая простая мысль. Я не знаю ничего о том, каким должен быть отец; я не умею приходить домой и работать по выходным, как другие отцы. Я не умею развлекать свою семью. Но я припомнил, что каждый вечер после ужина моя жена встает и моет посуду. Это мог бы делать и я. Итак, я опять подошел к жене и сказал: «В своей жизни я хочу лишь одного, и мне не нужно от тебя и Джейни ни похвалы, ни вознаграждения, ни чего-либо другого – только возможности всегда делать все, чего бы вы ни захотели, и я хочу начать с мытья посуды». И теперь я мою эту проклятую посуду каждый вечер!

Докторам, как известно, не удается добиться успеха, помогая алкоголикам. Они потратили громадное количество времени и усилий, пытаясь решить нашу проблему, но, похоже, они неспособны остановить ваш или мой алкоголизм.

Священнослужители также прикладывают для этого много сил, но безрезультатно. Тысячи психиатров много раз укладывали вас и меня на кушетку, но особых улучшений не было, несмотря на упорные старания. Мы испытываем ко всем этим людям глубокую благодарность, но они не помогли нам побороть алкоголизм, за исключением редких случаев. Зато это сделали Анонимные Алкоголики.

Какой же силой обладает Сообщество? Что это за целительная сила? Я не знаю этого. Полагаю, доктор мог бы сказать: «Это – психосоматическая медицина». Психиатр, возможно, сказал бы: «Это – благожелательные межличностные отношения». Другие, думаю, сказали бы: «Это – групповая психотерапия».

Для меня же это – Бог.