

(6)

УЧЕНИЦА ЖИЗНИ

Живя с родителями, она пыталась силой собственной воли побороть тягу к пьянству. Но трезвость победила только тогда, когда она встретила другого алкоголика и пришла на собрание АА.

Я начала пить в возрасте восемнадцати лет – по современным понятиям, довольно поздно. Но, когда я начала, алкоголизм прибрал меня к рукам, с лихвой наверстав потерянное время. Однажды, когда я пила уже несколько лет и всерьез задавалась вопросом, нет ли у меня и в самом деле проблемы с алкоголем, я прочла опросник «Алкоголик ли вы?» И с огромным облегчением обнаружила, что почти никакие из приведенных там признаков ко мне не применимы: я никогда не теряла из-за алкоголя работу, мужа, детей или какие-либо материальные блага. Тот факт, что мое пьянство не позволяло мне обзавестись чем-либо из этого списка, я осознала, только придя в АА.

Я ни в коей мере не могу винить в своем пагубном пристрастии ту среду, в которой я выросла. Мои родители, прожившие в браке тридцать пять лет, любили и поддерживали меня. Кроме меня, никто из членов моей семьи не демонстрирует ни проблемного пьянства, ни алкоголического поведения. Однако, несмотря на те ресурсы, которые были мне доступны в детстве и юности, я по неизвестной причине превратилась во взрослую женщину, испытывающую страх перед окружающим миром. Я не чувствовала себя в безопасности, хотя тщательно скрывала это. Я была неспособна управлять своими эмоциями и понимать их; мне вечно казалось, что все остальные разбираются в происходящем и знают, что следует делать, и только к моей жизни нет инструкции.

Когда я открыла для себя алкоголь, все переменялось. По-настоящему я впервые напилась в первый свой вечер в колледже. Я пошла на первую из множества вечеринок студенческого братства. Пива я не хотела и потому направилась к чану с пуншем, который выглядел безобидным. Мне сказали, что в него добавили пшеничной водки. Я не помню, сколько тогда выпила, и мои воспоминания о событиях остальной части того вечера весьма расплывчаты. Но мне запомнилось, что, когда я пила, со мной все было в порядке. Я все понимала. Все имело смысл. Я могла танцевать, болтать и быть самой собой. Казалось, раньше я была незаконченным паззлом, в котором не хватало одной детали; и, как только я выпила, эта последняя деталь мгновенно и без малейшего усилия с моей стороны стала на место.

Я не помню, как добралась до дома в ту ночь. На следующее утро я проснулась полностью одетая и покрашенная. Меня жутко тошнило, но я кое-как доползла до душа и привела себя в порядок перед первым днем в колледже. Все занятие я просидела, взглядом умоляя преподавателя отпустить нас пораньше. Но он продержал нас до самого звонка. Когда он прозвенел, я полетела в туалет, ворвалась в первую же кабинку, и меня обильно вырвало.

Безумие болезни проявилось уже тогда. Я помню, как, стоя на коленях перед унитазом, думала, что все это – просто фантастика. Жизнь прекрасна; наконец-то я нашла ответ – алкоголь! Да, прошлой ночью я перебрала, но я ведь новичок в этом файле. Нужно просто научиться правильно пить, и все будет нормально.

На протяжении последующих восьми лет я пыталась «пить правильно». Прогресса я достигла феноменального; за всю историю моего пьянства совершенно не было такого периода, который можно было бы описать словами «умеренно выпивала в компании». Почти каждый раз, когда я за-

ливала в свой организм спиртное, у меня бывали провалы в памяти, но я решила, что смогу жить с этим. Нужно было заплатить эту малую цену за те силу и уверенность, которые давал мне алкоголь. После менее чем полугода его употребления я стала пить почти ежедневно.

В первом семестре второго курса я попала в черный список по успеваемости (в средней школе я всегда была одной из лучших учеников), и моей реакцией на это было изменение своей специализации. Моя жизнь в студенческом городке вертелась вокруг вечеринок, выпивки и парней. Я окружила себя людьми, которые пили, как я. Несмотря на то, что несколько человек выразили свое беспокойство по поводу моего пьянства, я убеждала себя, что всего лишь делаю то, что и любой другой крутой студент.

Как бы то ни было, мне удалось окончить колледж, но, в то время как большинство моих товарищей нашли себе хорошую работу и резко бросили пьянствовать, я, похоже, отстала ото всех. Я решила, что мне тоже пора остепениться и пить правильно. Однако, к своему огорчению, обнаружила, что не могу.

Я устроилась агентом по сбыту – жалкая работенка, за которую я получала гроши, поэтому я продолжала жить с родителями. На ней я продержалась два года по одной-единственной причине – она позволяла мне пить с минимальными неудобствами. Схема была такова: объезжая клиентов, я покупала где-нибудь четверть галлона виски и прятала его под свое сиденье в машине. Придя вечером домой, я садилась перед телевизором, выпивала не менее половины виски и смотрела одни и те же передачи, пока не отрубалась. Так я пила сама с собой каждый вечер на протяжении почти двух лет. Я превратилась в пьяницу-одиночку и понемногу становилась нервной.

Мое поведение в этот период было классическим: я прятала бутылки по всему дому; тайком попивала из родите-

льских маленьких запасов спиртного, когда мои собственные истощались; высчитывала, сколько бутылок выбросить за раз, чтобы в мусорном мешке не звенело; доливала воды в бутылки водки и джина, которые держали у себя родители, и так далее. Кроме того, я записывала на видео свои любимые старые передачи, когда смотрела их, потому что всегда засыпала, не дождавшись конца.

Примерно в это время в эфир вышел фильм под названием «Меня зовут Билл У.», об одном из основателей АА. Заинтригованная, я уселась его смотреть, прихватив виски и содовой. Когда Билл глотнул из фляжки, припрятанной в его машине, чтобы набраться храбрости перед визитом к своему тестю, я испустила вздох облегчения и подумала: «Ну, мои дела не настолько плохи». Затем я продолжила пить и отключилась; больше об этом фильме я ничего не помню.

Мои родители пребывали в полной растерянности. Я никуда не ходила, была раздражительной и злобной. Поскольку они раньше не сталкивались с алкоголизмом, то не имели ни малейшего понятия, что же со мной не так и что нужно делать. Не знала этого и я. Я осознавала, что пью слишком много и влачу жалкое существование, но для меня эти два факта не имели между собой никакой связи. Родители сделали мне единственное предложение, которое казалось им разумным – оказать мне финансовую помощь, если я захочу продолжить учебу. Не видя иного выхода, я ухватилась за эту возможность.

Два года я провела в аспирантуре за 750 миль от дома и могу честно сказать, что знаю, почему говорят, что расстояние лечит. Месяцев на девять у меня получилось резко уменьшить количество выпиваемого спиртного. Я продолжала пить почти каждый день, но не доводила себя до обычного ступора, и провалы в памяти случались не слишком

часто. Мне удалось сконцентрироваться на учебе и завести множество друзей. Однако лечение расстоянием дает лишь временное улучшение; для меня оно продлилось немного меньше года. Затем я медленно начала возвращаться к старым привычкам. Постепенно я перешла на то же количество виски, какое выпивала дома, и провалы в памяти возобновились. Успеваемость моя начала снижаться, а друзья — удивляться. Я даже снова стала смотреть старые передачи — я взяла с собой свои самодельные видеокассеты.

К счастью, я смогла окончить аспирантуру, но поиски работы результатов не дали, и я вернулась к родителям. И вот я опять оказалась в своей старой спальне и стала, как раньше, каждый вечер напиваться до отключки. Пьянство мое усугублялось. Я начинала пить все раньше и поглощала все больше. У меня не было ни работы, ни друзей; я не виделась ни с кем, кроме своих родителей.

Я испытывала глубочайшее отчаяние. Разве я не делала все, чего от меня ожидали? Разве я не окончила колледж и не продолжила учебу, чтобы получить степень магистра? Я никогда не попадала за решетку, не разбивала машину и не попадала в беду, как настоящий алкоголик. Когда я работала, я не пропустила из-за своего пьянства ни одного дня. Я никогда не влезала в долги, не обижала своего супруга и детей. Конечно, я пью много, но это для меня — не проблема, ведь я не сделала ни одной вещи, которая доказывала бы, что я — алкоголик. Так в чем же тогда дело? Все, что мне, на самом деле, нужно — это приличная работа, чтобы я могла ни от кого не зависеть и заниматься полезным трудом. Я не могла понять, почему жизнь не желает дать мне шанс.

Я выполняла разнообразную работу по дому, чтобы родителям окупалось мое содержание, пока не устроилась к одному местному предпринимателю. Эта должность не предлагала особых возможностей для роста, да и платили не

слишком много. Зато эта работа дала мне повод выбраться из дома и, во многих отношениях, была захватывающей. В то время я вела ожесточенную борьбу, чтобы контролировать свое пьянство. Я знала, что, если выпью хоть глоток, полностью потеряю контроль над собой и буду пить, пока не отключусь. Тем не менее, день за днем я старалась победить эту одержимость алкоголем.

Однажды после работы я купила пол-галлона виски и в тот же вечер выпила более трети менее чем за четыре часа. На следующий день мне было жутко плохо, но я все же пошла на работу. Вечером, придя домой, я присела на диван, зная, зная, что сейчас буду допивать те полгаллона, несмотря на то, что до сих пор ужасно себя чувствовала после вчерашнего. Кроме того, я понимала, что не хочу пить. Я осознала, что теперь старое «я могла бы остановиться, если бы хотела, но я просто не хочу» не соответствует действительности, потому что я не хочу пить. Я наблюдала за собой, когда вставала с дивана и наливала себе виски. Сев обратно, я начала плакать. Мое отрицание дало трещину; полагаю, в ту ночь я достигла дна, но тогда не поняла этого, а просто подумала, что я – сумасшедшая. И прикончила свои полгаллона.

Через полгода мой босс взял меня с собой в Калифорнию, чтобы устроить выставку. Я ненавидела работать на выставках, но любила путешествовать и потому полетела с ним. Я чрезвычайно нервничала по поводу этой поездки, потому что босс любил вечеринки, и с нами летел парень с Гаваев, наш ровесник, который должен был нам помогать. К тому моменту я смогла продержаться тридцать один день без выпивки, и я очень опасалась, что поддамся искушению в ходе этого путешествия, в котором все затраты оплачиваются, когда окажусь в городе развлечений в компании двух любителей повеселиться. Мне было очень трудно

оставаться трезвой тридцать один день; меня каждый день тянуло к бутылке.

Мы прибыли на место поздно вечером в пятницу, и мне удалось не выпить. И на следующее утро, во время выставки, мне была дарована возможность, которая изменила всю мою жизнь. Наш гавайский агент выглядел расстроенным; я подумала, что это из-за того, что у него не получилось убедить ту пару, с которой он только что закончил работать, сделать у нас заказ. Я подошла утешить его. Он сказал, что его настроение никак с этим не связано, и объяснил, что на этой неделе его бросила девушка, он вылетел из университета, потерял квартиру и свою основную работу. Он добавил: «Я – алкоголик. Я не пил полтора года, а на прошедшей неделе сорвался. Я в замешательстве из-за этого».

В этот момент у меня в мозгу всплыло всего одно слово – «сейчас». Я знала, что это значит «Скажи что-нибудь *сейчас!*»

К собственному изумлению, я выговорила: «Майк, думаю, я – тоже алкоголик». Его настроение мгновенно изменилось. Теперь я понимаю, что у него появилась надежда. Мы стали беседовать. Помимо прочего, я сказала ему, что не пью уже около месяца, но на собраниях АА не бывала. Когда он спросил, почему я избегаю АА, я ответила – потому что думаю, что еще не достигла дна. Как ни странно, Майк не засмеялся, а произнес: «Дна достигаешь, когда перестаешь копать». Именно он отвел меня на три первых собрания.

Моя решимость сохранять трезвость окончательно укрепилась на втором из них. На нем присутствовало около тридцати пяти человек, но места было мало, поэтому казалось, что участников очень много. Так как я была не из этого города, я встала и представилась, когда секретарь попросил меня об этом. В ходе собрания он предложил мне выска-

заться. Я встала и, нервничая, как никогда в жизни, подошла к микрофону. Но, когда я начала описывать события, приведшие меня туда, слова полились сами собой.

Рассказывая о себе, я смотрела в лица людей в этой комнате и видела. Видела понимание, сочувствие, любовь. Сегодня я верю, что впервые увидела свою Высшую Силу на тех лицах. Когда я еще не закончила говорить, меня озарило – вот что я искала всю жизнь. Вот он, ответ, прямо передо мной. Я почувствовала неопишное облегчение, поняв, что битва окончена.

Позже в тот вечер, все еще в экстазе от обретенной надежды, я припомнила свой первый день в колледже, часть которого я провела около унитаза, когда я была так уверена, что нашла решение своих проблем в алкоголе. Теперь я ясно видела, что это было ложью. На мой взгляд, лучше всего алкоголь можно описать так: это – ложь, злая, коварная ложь. Я долго за ней гналась – даже тогда, когда было очевидно, что я иду в никуда и при этом убиваю саму себя. И вот, на том собрании АА, глядя на лица всех присутствующих, я наконец-то увидела истину

Вернувшись домой, я с головой окунулась в АА. Я посетила девяносто собраний за девяносто дней, нашла себе спонсора, присоединилась к конкретной группе. Я делала все, что мне рекомендовали. Готовила кофе, бралась за различные поручения, участвовала в служении. Я оказалась на американских горках ранней трезвости, и каждая ее секунда стоила того, если учесть, как я живу сейчас.

Для моего выздоровления очень важно изучать Шаги и работать по ним. Я до сих пор хожу минимум на два собрания, посвященных Шагам, в неделю. У меня есть спонсор, которая мягко, но твердо руководит мной при прохождении Шагов. Она делает это с такой уверенностью, какой, я надеюсь, мне удастся подражать при общении с двумя своими

подспонсорными. Мои желания стали материализоваться, но мне еще предстоит проделать очень большую работу.

Хотя я всего лишь шесть лет в Сообществе, у меня не хватает слов, чтобы должным образом выразить, сколько всего оно мне дало. Я уже пять лет живу в собственной квартире, сама себя содержу и в следующем году планирую купить дом. Я устроилась на хорошую работу, где мне открываются многообещающие перспективы; с момента обретения мною трезвости мой доход возрос более чем на 150 процентов.

Но подобно тому, как материальные потери не являются обязательным признаком алкоголизма, материальные приобретения не являются истинным отражением трезвости. Настоящие дары Божьи по своей природе нематериальны. Теперь у меня есть друзья, потому что я умею сама быть другом, подпитывать и стимулировать ценные дружеские отношения. Вместо «продленных романов на одну ночь», как я раньше называла своих парней, в моей жизни есть особенный мужчина, с которым мы вместе уже почти пять лет. И, что самое важное, я знаю, кто я такая. Мне известны мои цели, мечты, ценности и границы, и я умею защищать, беречь и укреплять их. Таковы подлинные блага трезвости, и именно их я всегда искала. Я так благодарна, что моя Высшая Сила вмешалась в мою жизнь, чтобы показать мне путь к истине. Каждый день я молюсь о том, чтобы никогда с него не сойти. Я пришла в АА, чтобы бросить пить, а взамен получила жизнь.