

**Приложение к журналу Анонимных Алкоголиков России «Дюжина»  
Юбилейный выпуск к 25-летию журнала «Дюжина»**

.

# **ГОРОД ВЫЗДОРОВЛЕНИЯ**

**Сборник личных историй членов АА, АН, Ал-Анон**

## **Город выздоровления. Сборник личных историй членов АА, АН, Ал-Анон.**

© ФО АА Изд-во – 2015.

В данном сборнике «Город выздоровления» представлены истории не только членов АА, но также членов АН и Ал-Анон, чтобы любой читатель из перечисленных Содружеств смог познакомиться с аналогичным опытом выздоровления.

Фраза из книги Анонимные Алкоголики: «...Огромное значение для каждого из нас имеет тот факт, что мы нашли общий выход для решения наших проблем. У нас есть путь к избавлению, в отношении которого среди нас наблюдается полное согласие, и благодаря которому мы можем объединиться, чтобы действовать в гармоничном и братском союзе...» подходит к любому сообществу и Ал-Анон и АН.

Желаем вам увлекательного и приятного путешествия с книгой историй членов АА, Ал-Анон и АН, чей опыт и выздоровление заслуживают большого уважения и доверия.

**«...Каждый из них, рассказывая историю своей жизни своими словами и со своей точки зрения, описывает путь, приведший его к общению с Богом. Это показывает суть нашего братства изнутри и дает четкое представление о том, что в действительности произошло в жизни этих людей...»**

*«Анонимные Алкоголики», с. 28*

# СОДЕРЖАНИЕ

## Спикеры АА

Дон П. ....	5
Ральф У. ....	33
Кис Д. ....	74
Сэнди Б. ....	111
Сэнди Б. ....	132
Крис Р. ....	155
Клэнси И. ....	194
Кэтти Т. ....	231
Кэтти Т. ....	248
Кэйти П. ....	256
Шелдон Ф. ....	296
Чак Ч. (Новые очки) ....	330
Закон Грешема и АА ....	475

## Спикеры Ал-Анон

Линда С. ....	499
---------------	-----

## Спикеры АН

Адам Т. ....	510
Вито ....	532
Мона Д. ....	569
Сидни ....	592

# **Спикеры АА**



## Дон П.,

*трезвый с 26 декабря 1967 года*

*Аудиозапись его выступления в городе Аврора, штат Колорадо, была сделана 11 августа 1998 года.*

Меня зовут Дон. Я алкоголик. И сегодня у меня изрядный стаж в сообществе Анонимных Алкоголиков.

Моя домашняя группа называется «группа АА». В развернутой форме Третьей Традиции сказано, что «любые два или более алкоголиков, собравшиеся для обретения трезвости, могут называть себя группой АА». Мы так и делаем. Мы встречаемся в подвальном помещении исправительного центра каждую пятницу в 6 часов утра. На наших собраниях практически не бывает «мертвого груза»\*.

Я тронут до глубины души тем, что я здесь с вами. Потому что когда я пришел сюда, на планете не осталось никого, кто мог бы или хотел бы поговорить со мной, кроме тюремных охранников. А сегодня у меня сложились многолетние отношения с людьми, которые здесь находятся.

Анонимные Алкоголики для вас, новичков, – это огромная семья. Но помните, что, как и в любой семье, здесь есть близкие и дальние родственники. Поэтому в АА так много групп. И существование каждой из них важно, для того чтобы вы могли понять, кто является вашей непосредственной семьей. Ну, а уж потом можно тусоваться с дальними родственниками.

Вам следует знать, что я трезв без перерывов с 26 декабря 1967 года. И я говорю вам это, чтобы произвести на вас впечатление. Но не собой. Мной не надо восторгаться. Я всего лишь старый алкаш. Вам надо радоваться тому, что если вы

алкоголик, то можете больше никогда не пить. Срыв не является частью выздоровления. Вы можете сорваться... но это не обязательно.

Где-то лет 5 назад из-за серьезной болезни, рассказами о которой я не стану морочить вам голову, мне пришлось оставить мой дом, группу и всех, кто меня поддерживал, и переехать из Колорадо в Северную Каролину, где они и по-английски толком то не говорят. Я приехал туда. А у них даже АА оказалось не правильным. Я начал новую работу на новом месте, будучи больным. Постепенно я вылез из своей башки и стал частью того, что там происходило. Все у них там оказалось в порядке.

Я работник по Шагам. И я позаботился о том, чтобы выяснить причину своей неприязни к тому, что там творилось, и к тому, что заставляло меня превратиться в козла. Когда меня что-то пугает, я становлюсь «нацистом» Большой Книги. Это моя защита. Разобрался во всем и исправил ситуацию. Занялся спонсорством нескольких людей. Правила у меня простые. Если я становлюсь вашим спонсором, вам придется появляться у меня дома в неудобное для вас время. Я буду читать вам Большую Книгу вслух, как это делалось для меня, потому что точно знаю, что вы не умеете читать. И мы вместе будем делать все, что сказано в книге, пока вы способны это выносить. Вы устанете, а я буду продолжать дальше, потому что могу все это вынести. А потом мы начнем ходить на собрания в тюрьмы, клиники и во многие другие места, потому что я знаю, что как только вы найдете Бога, вам нужно поделиться этим с кем-то. Вам необходимо это. У вас нет выбора. И моя задача показать вам, куда мы должны идти.

Итак, я работал с подспонсорными, и у меня была своя малая группа, которую я вел до начала собрания. Я был частью происходящего. Дела на работе шли хорошо. Но духовно я умирал. И я не мог понять, почему. Помню, как

разговаривая с одним из приятелей, я сказал: «Не понимаю, что со мной. Я ведь стал хорошим показателем для дел Божьих. В чем же дело?» Но меня учили слушать самого себя, когда я говорю. И я услышал то, что сказал: «Я стал хорошим показателем для дел Божьих». Именно в этом и была моя проблема. Моя цель не в том, чтобы продемонстрировать Богу, на что я способен. Моя цель в том, чтобы дать Богу продемонстрировать через меня, что Он может сделать. Как только я разобрался в этом, все встало на свои места. Надеюсь, что вам не придется блуждать, как мне, чтобы понять эту простую истину.

Я живу уже 30 лет с осознанным пониманием присутствия Бога в моей жизни. Не могу сказать об этом ничего, кроме того, что, где бы я ни был, Бог со мной. Вне всяких сомнений. Чувствую ли я себя хорошо, плохо или вообще никак – не имеет никакого значения. Он всегда со мной – это факт. И вот однажды я проснулся в 6 часов утра, а Его нет. Меня это не испугало. Не знаю почему, но не испугало. Однако у меня есть кое-какие привычки, которые я выработал: я сразу начал молиться. Это одна из привычек, которой стоит обзавестись. И молитва была простой: «Мне надо знать, что Ты здесь. Мне надо быть рядом с Тобой. Мне надо узнать тебя поближе». И вдруг зазвонил телефон. В 6 утра. Это был Билли. И он сказал: «На прошлой неделе у меня было 7 лет трезвости, но я сорвался. А у Алана было 12 лет, но он тоже сорвался. И еще у нас в группе есть один парень, который вот-вот сорвется... Говорят, что иногда ты собираешь людей в выходные и работаешь с ними по Большой Книге. Из того, что мне известно, те, с кем ты работал, не пьют. Ты бы мог поработать с нами?» А у меня есть еще одна привычка – я говорю: «Конечно».

После этого разговора я продолжал молиться: «Мне надо знать, что Ты здесь. Мне надо быть рядом с Тобой...» И опять зазвонил телефон. В то утро я все никак не мог одеться, потому что телефон продолжал звонить. А я продолжал

молиться между звонками, пока до меня вдруг не дошло, что этим Он говорит мне: «Если ты хочешь узнать Меня ближе, узнай детей Моих. Если ты хочешь быть рядом со Мной, будь рядом с Моими детьми».

Видите ли, все вы – это подарок мне. И я всегда потрачу время на то, чтобы сказать вам, что люблю вас за это. С того момента, как Бог разбудил это во мне, я должен говорить об этом людям. И вы сегодня предоставили мне такую возможность. Без вас все это свернулось бы во мне. И тогда я бы стал омерзителен. Вы когда-нибудь встречали духовного человека, который ни с кем не делится своей духовностью? Такие люди отвратительны. Не дай Бог...

Я алкоголик, который не знал, что он алкоголик. На тот момент, когда вы нашли меня (я вас не искал; с какой стати я буду искать вас? – я же не знал, что я алкоголик!), одно из государственных учреждений определило меня, как социопата второй степени. Я до сих пор не знаю, что это значит, но ничего хорошего в этом нет. Офицер федеральной полиции\*\*, которому я был обязан докладывать каждые две недели в течение своего досрочного освобождения, определил, что я психопат. Врачи записали меня в маниакально-депрессивные наркоманы. А я только знал, что жутко устал. Поэтому было очень важно, что вы нашли меня. Мне бы никогда в голову не пришло искать вас. И теперь я тот алкоголик, который, являясь членом АА, вылавливает других алкашей. А самое лучшее место найти таких – это на собраниях АА. На них полно людей, которые не знают, что они алкоголики. Им сказали, что они такие, и они сами говорят, что они такие. Но они не имеют ни малейшего представления, что это значит. И поэтому они начинают сомневаться, алкоголики они или нет. А если алкоголики задумываются над этим, то в один прекрасный день они обязательно решат проверить, кто они такие. Непременно решат... и они могут погибнуть.

Давайте я расскажу вам немножко о своем алкоголизме. Первый раз из-за алкоголизма я попал в федеральную тюрьму,

когда мне было 19 лет. Потому что я алкоголик, а не потому, что я был крутым бандюгой. Я сидел в трех тюрьмах. И не потому, что я криминальный авторитет. Настоящие гангстеры не попадают ни разу.

Когда я начинаю пить, я не могу остановиться. Я теряюсь и не могу найти дорогу домой. А когда ты служишь в военно-морском флоте – это считается тяжким преступлением.

Я убежал из дома, когда мне было 17, потому что Денвер был для меня слишком маленьким городом. Меня выгнали из школы за прогулы. Когда я начинал пить, я пропускал занятия. Пошел служить во флоте, чтобы спасти Америку от коммунистической угрозы и вернуться домой героем. О, как я хотел быть чьим то героем... Вы же понимаете, о чем я говорю. Есть даже портрет героя. Я бы вернулся издалека после всех освободительных войн в моей синей форме и белой бескозырке слегка набекрень. Глаза с прищуром, как у Богарта\*\*\*. И я бы не спеша продефилировал по улицам, немного прихрамывая. Моя хромота подтверждалась бы пурпурной медалью\*\*\*\* на груди... той, которую я получил за то, что накрыл своим телом гранату, спасая остальных бойцов взвода. И, проходя мимо ребят на улице, я бы слышал, как они говорят друг другу: «Вон он идет. Это он! Он мой друг. Я с ним разговаривал». А дальше, проходя мимо стайки девчонок, я услышал бы тот звук, которого так жаждала моя душа – исполненный томления полувздых-полустон...

В свои 19 лет я уже сидел в федеральной тюрьме в Токио (Япония). Все началось с того, что я выпил в Лонг-Бич (Калифорния), находясь в двадцатичетырехчасовом увольнении. А 22 дня спустя я по-прежнему пьянствовал где-то в трущобах Лос-Анджелеса и просто не мог вернуться обратно на корабль – я еще не закончил пить. На двадцать третий день мое сумасшествие улетучилось, и я добровольно сдался военным властям. Это и есть алкоголизм. Я узнал об этом из «Мнения доктора» в книге Анонимных Алкоголиков, где идет речь о

людях, которые работали над какой-то деловой операцией, которая в определенный день должна была решиться в их пользу. Но за день до этого они выпивали, и важная встреча срывалась. И тогда я стал понимать, о чем идет речь.

Я ни на секунду не сомневаюсь, что я не планировал делать все то, что вытворял, когда пил. Одна из вещей, которая раньше бесила меня – это то, что я совершал не свойственные мне поступки. Я ведь на самом деле глубоко порядочный человек. Это единственное, чем я всегда хотел быть – бойскаутом\*\*\*\*\*. Правда, бойскаут у меня получался как-то корявый. Я из тех, кто пытался помочь вам перейти улицу прежде, чем узнать у вас, собирались ли вы вообще ее переходить. Я хочу получать результаты, но не платить за них.

Я вырос в семье музыкантов. Мой брат – один из самых выдающихся в мире музыкантов, играющих на синтезаторе. И я говорю это потому, что последние два года его регулярно зовут в Россию преподавать в Москве. Он востребован в скандинавских странах. В 19 лет он писал музыку со Стэном Кентоном. Он руководил армейским оркестром, когда ему было 21. Он рос рядом по коридору от меня, в соседней комнате. Получается, что мое детство было не таким уж кошмарным.

Моя сестра, храни ее Бог, ушла на пенсию с позиции члена правления корпорации IBM. Сегодня она торгует частной собственностью только для того, чтобы быть чем-то занятой. Она заработала большие деньги и нарожала чудесных детей. Теперь ее дети плодят детей...

Я тут недавно был на очередном семейном сборе. Вокруг бегали маленькие люди, очень похожие на меня. Но я не имел к этому отношения. У нас в семье проблема найти подходящих мужей нашим девчонкам. Потому что нынче большинство молодых ребят чокнутые. А у нас в семье при рождении ребенка отношение такое: «Ой, у Притцев еще один ребеночек! Здорово! Давайте его растить!»

Видите ли, я вырос в нормальной семье. Вы уж извините. Это не значит, что у нас дома не было трудностей. Обычное человеческое состояние предполагает очень низкий болевой порог. Будь эта боль физическая, эмоциональная или психическая – для людей она трудна.

Когда я наладил свои отношения с отцом, то до меня дошла одна очень важная вещь. Дело в том, что мой отец и мой дед в поздних 1920-х и ранних 1930-х были во главе Ку-Клукс-Клана штата Колорадо. У них были довольно странные понятия. Но потом у моего отца произошло духовное пробуждение, его понятия изменились, и он снял с себя мантию. Так вот я подумал, как было бы ужасно, если бы я оставил эту мантию на нем, когда он сам уже снял ее. А ведь я делал это в течение многих лет. Это часть того, что делает для нас Девятый Шаг – мы исправляем такие вещи.

Я носил подобную мантию всю свою жизнь. Что-то случилось со мной, когда мне было 6 лет. Но я такая важная личность в этой вселенной, что в 46 я по-прежнему заиклен на том, что со мной тогда произошло. И теперь это раздуто до невероятных пропорций. Я поздоровался с вами, а вы были заняты и не ответили мне. Спустя 40 лет, – со мною в детстве дурно обращались. Только не говорите мне, что вы такого никогда не ощущали.

Я не вписывался в свою семью. И что самое интересное, если бы сегодня мне пришлось составить список качеств семьи, в которой я бы хотел расти, получилась бы моя семья! Чтобы вы поняли, я приведу один пример того, какая любовь была у нас дома. Мой отец был уже при смерти – у него была гангрена. Но у них была 66 годовщина свадьбы в субботу, и он дотянул до этой даты. Он отпраздновал ее вместе со всеми. Во вторник он уже был в коме, а в четверг покинул нас. А я не вписывался. Это называется «отбивать срок». Я провел долгое время в ожидании того, когда же, наконец, мои люди прилетят из космоса и заберут меня отсюда. Я не думал так,

как думаете вы. Я не чувствовал так, как чувствуете вы. Я рос, чувствуя себя неуместным. Когда ты смеешься на похоронах и плачешь на хоккейных матчах, люди начинают смотреть на тебя как-то странно. А потом я нашел вас. И вы такие же двинутые, как я. Здесь я в своей тарелке. Я принес весь этот бардак в алкоголизм. Я не могу винить алкоголизм в том, что я был таким. Мой алкоголизм просто сделал этот бардак приемлемым.

У меня были злые спонсоры. Они говорили мне правду. Однажды я рассказывал своему спонсору о том, что я когда-то натворил потому, что я напился. А он сказал мне: «Это туфта. Ты приукрасил. Ты сделал это не потому, что напился. Ты напился потому, что боялся сделать это на трезвую голову». Да... Он был абсолютно прав.

Итак, когда мне было где-то 15 или 16 лет, классы и коридоры школы были не для меня. Я шлялся с шестью никчемными отморозками, которым тоже нигде не было места. Мы носились как бешеные и хулиганили, озлобленные на всех. Когда ты не вписываешься, остается только одна ответная реакция – ярость. Потому что ты становишься злым. И если вдуматься – это вполне закономерно. Поэтому мы материли всех вокруг. И подход всегда был, если я не могу быть таким, как ты, то я буду лучше тебя или ты будешь хуже меня – одно из двух. Но, так или иначе, я буду продолжать отстраняться от тебя.

Однажды знакомый парень с военной базы купил нам бутылку виски. Мы должны были поехать загород, напиться и весело провести время. Мы понятия не имели, что это означает, но этот парень сказал, нам, что так надо сделать. И мы сделали. В тот вечер я испытал то, что можно найти в книге «Анонимные Алкоголики», – описанное Карлом Юнгом духовное пробуждение: *«Мысли, эмоции, духовные ценности, которые когда-то играли ведущую роль в жизни этих людей, вдруг неожиданно отодвигаются на второй план, и совершенно новые представления и мотивы поведения начинают довлеть над ними»*. Выпив, я изменился. Я не почувствовал



себя лучше. Я стал другим. В начале этого вечера я был злой, испуганный, маленький и некрасивый, Стоило мне выпить пару стаканов... и у меня появились планы. Если вы понимаете, о чем я говорю – значит, я в правильном месте. Неалкоголики не поймут, о чем я говорю.

Был у нас в классе один пацан, который плохо ко мне относился. Я смирился с тем, что я трус, и позволял ему измываться надо мной. А теперь, вдруг, я собрался встретиться с ним на площадке, где собиралась молодежь, и наломать ему хорошенько при всех. У меня не было мелких планов. И нет сомнений – я мог бы тогда это сделать. А еще у нас в классе была девочка, которая относилась ко мне, как к пустому месту. Я собрался встретиться с ней. Тогда я бы мог и это сделать. Но все, что стоит того, чтобы это делать, стоит того, чтобы в этом переусердствовать. Если одна сработала – бери десять! Это не девиз. Это у меня в генах. Я не задумываюсь над этим. Это происходит само собой.

Бог пользуется этим. Иногда Он использует это для того, чтобы вытащить меня из кровати и отправить служить Ему. А ведь я даже идти не хотел. Тогда Он может пощекотать мое самолюбие, и оно приведет меня туда, где я должен быть. А Бог появляется сразу после этого. Он со мной всегда. Но порой меня надо подтолкнуть.

Я хочу дать вам кое-что сегодня, а не просто разглагольствовать тут. Я дам вам одну молитву, которая помогла мне понять определенные вещи. Видите ли, даже в самом лучшем случае, у меня во всех делах будет фигурировать какая-то личная выгода. Я ничего не могу с этим поделать. Для меня духовная жизнь – это *предусмотрительная личная выгода*. Я наконец-то понял, что для меня самый лучший способ получить то, что я хочу, это *позаботиться о том, чтобы вы получили то, что вы хотите*. Это и есть предусмотрительная личная выгода. Это не все, из чего состоит духовная жизнь, но это хорошая база для нее.

Так что иногда по утрам я просыпаюсь и знаю, что у Бога есть для меня работа, а я не хочу ее делать. Я хочу поваляться в кроватке, как маленький мальчик. Я устал и не хочу сегодня заниматься этими делами. Ты меня гоняешь уже десять лет. Сил моих больше нет. Дай мне отдохнуть... Он позволяет мне с Ним так разговаривать. И со временем я научился говорить: «Я не хочу это делать сегодня. Очень не хочу. Но за все то, что Ты сделал для меня, я пойду и сделаю это для Тебя». И я меняюсь. Так что если вы когда-нибудь окажетесь в такой ситуации – попробуйте делать то, что делаю я. Может, для вас это не сработает, но для меня это срабатывает всегда.

А в тот вечер я так и не набил морду своему обидчику, потому что выпил слишком много и чуть не умер от алкогольного отравления. Вместо триумфа в драке и прогулки с хорошенькой девочкой, все, кто собрались тогда на площадке, видели, как мои друзья тащили меня к машине, пока я продолжал блевать. Теперь вы знаете, как я пил – всегда слишком много. Всегда больше, чем выпивали нормальные люди.

Если бы моя жена когда-нибудь выпила столько, что ее бы вырвало, – она бы больше никогда в жизни не притронулась к алкоголю. Но у меня это в крови. Случалось, что я пил и пора было остановиться, потому что все органы в моем теле заявляли: «Если ты выпьешь еще один глоток, мы сдохнем!» И тогда я засовывал пальцы себе в глотку, чтобы освободить место. Потому что я еще не закончил бухать. Это уходит далеко за пределы эффекта, который дает алкоголь. Это алкоголизм. Китайцы описали это с абсолютной точностью: *«Сначала человек поглощает алкоголь; потом алкоголь поглощает алкоголь; а в конце алкоголь поглощает человека»*. Алкоголизм – это алкоголь, поглощающий алкоголь. И в этом у меня нет никакой свободы выбора. Я алкоголик. Если вы такие же, у меня для вас есть хорошая новость – вы обречены. Это не лечится. И по сей день, несмотря на то, что

мы сумели отправить человека на Луну, у нас нет никаких средств, чтобы, когда я выпью, остановить мое внутреннее требование: «Еще!! Давай!! Сейчас!!»

Больше всего на свете я хотел быть хорошим отцом и хорошим мужем. И я не смог. Я наделал детей. Это просто. Но только когда я закончил свою инвентаризацию секса, выяснилось, что мне просто повезло. Ведь я не имел ни малейшего представления о том, что делал. Мужики, пора признаться!.. Я узнал о женщинах от мужчин. А они ничего не знают о женщинах. И как же после этого я могу выстраивать хорошие отношения? Ну, серьезно... Я наконец-то поумнел – стал узнавать о женщинах от женщины. Я женат на ней уже 22 года, и мы ни разу не поссорились. Я клянусь вам. Так или иначе, она права в большинстве случаев. Она считает, что я самое очаровательное существо, которое она когда-либо встречала. Я согласен с ней.

Я старался, как мог, вести себя нормально, обеспечивать свою семью и быть хорошим отцом. Я действительно прикладывал все усилия.

Пока я не протрезвел, у меня всегда были хорошие начинания. Я мог упасть и подняться так, что через несколько недель мое падение забывалось. Я был спринтером по жизни. Думаю, что самый большой урон, который я нанес моей семье и всем тем, кто любил меня, заключался именно в том, что я продолжал подниматься. А у них вновь появлялась надежда: «На этот раз у него все будет хорошо...» Но потом я опять сбивался с толку и падал. Слава Богу, настал тот день, когда я больше уже не мог подняться.

Я, признаться, расстраиваюсь, стоя здесь, потому что я так давно живу с ощущением постоянного присутствия Бога, что мне понадобятся 24 часа, чтобы рассказать вам об этом. А у меня всего лишь час. И одна из вещей, которую я хочу вам рассказать, это то, что произошло со мной с тех пор, как я умер. Рождественская неделя 1967 года оказалась для меня

финальной. Я больше не мог так продолжать. И я не протрезвел из-за правды. Я протрезвел потому, что исчерпал всю свою ложь. Надеюсь, никому из вас не понадобится заходить так далеко.

Я был досрочно освобожден из тюрьмы и находился под федеральным надзором. Я получал пособие на двоих детей, которые жили со мной, и в это же время регулярно кололся спидами. Сразу скажу, что я не наркоман. Я алкоголик, у которого по ходу большой опыт с наркотой. Здесь я не уделяю много времени беседам об этом. Если хотите поговорить со мной на эту тему, давайте сделаем это в другом месте. Я не мог встать с кровати без очередной дозы. Мне нужен был укол, чтобы я мог пойти и что-нибудь украсть. Тогда мне удавалось наскрести денег, чтобы выпить и снова заснуть. Ну и, может быть, купить что-нибудь из еды. Такой была моя жизнь. Я весил 60 килограммов. Но при встрече я бы сказал вам: «У нас с пацанами все хорошо. Семья в порядке». Но никакого порядка в этой семье не было. А были двое мальчишек, которые жили с сумасшедшим.

Я вырос в нормальной семье и знаю, как выглядят рождественские праздники. В семье, где я рос, они именно так и выглядели. Большая елка. Точнее – ель из леса. Все в украшениях, гирляндах, фонариках. Теплые запахи яблочного сока с корицей. Горячий шоколад с пастилой. В доме много гостей. К нам всегда съезжался народ. Люди любили моих родителей. Мой батя был уникальным кадром. Он был гением. Уровень его гениальности пытались, но так и не смогли определить. Он был за пределами всех известных тестов. При этом он умудрялся вести себя, как простой парень. Это и делало его оригинальным. Люди обожали моих отца и мать. К ним постоянно приходили гости.

А ко мне никто не пришел на Рождество 1967-го, кроме шестнадцатилетнего мальчишки, которого я угостил наркотой. Он был моим курьером, потому что у меня уже не было

сил развозить «товар». Даже офицер полиции, который регулярно навещал меня для проверки, не приехал. Он заставил меня появиться у него. Но у нас все в порядке. 24 декабря мы пошли прогуляться, потому что папа испытывал *беспокойство, раздражение и неудовлетворенность*. Это не описание состояния. Это стиль жизни.

Поэтому мы много ходили. На этой прогулке мы нашли доллар в снегу и отправились на распродажу елок, посмотреть, что на него можно купить. Елки в этом году у нас не было, потому что я еще не получил чек на пособие. Добряк, который продавал елки, дал нам за доллар самую большую из тех, что были у него. А я, будучи алкоголиком, разумеется, взял самую большую елку. Я до сих пор помню эту картину: потолки у нас были 2 метра с небольшим, а елка была почти 3 метра. Мы украсили эту елку всяким мусором. Я сходил в маленький промтоварный магазинчик на углу. Помните, что в тот момент я ненавидел весь мир. Хозяин магазина – еще один добрый человек – дал мне в кредит детскую рубашку и детские ковбойские сапоги для подарков моим сыновьям. Мы завернули все это в голубое полотенце и положили под елкой. Именно тогда я почувствовал, что разваливаюсь.

25-го, в день Рождества, мы пошли к моим родителям. Мне бы в голову не могло прийти не появиться у них на Рождество. Мой отец встретил нас у двери и сказал: «Дон, прости, но твоя мать больше не хочет, чтобы ты появлялся в этом доме. Она не может продолжать смотреть, как ты гробишь себя». И моя ложь улетучилась. Это была всегдашняя простая ложь: «Оставьте меня в покое. Я никому не делаю плохо, кроме себя». И вдруг я понял, что это ложь. Я понял, какую боль я причинял людям, которых я любил, которые были рядом со мной и, конечно, моим детям. А потом самая последняя моя ложь вдруг рухнула, когда отец втихаря провёл нас в подвал. Если бы вы спросили меня в то утро, я бы сказал вам, что всем на нас наплевать, и что нас никто не любит. А он превратил это мое убеждение в ложь.

После этого короткого визита я отправился домой, полон жалости к себе. А что еще мне оставалось? Потом жалость к себе перешла в правду. А правда заключалась в том, что на тот момент у меня не было никаких причин продолжать жить. Ни одной. Я стал абсолютно бесполезным. Я уверен, что на дне всех человеческих мучений находится сознание именно этого факта – *я абсолютно бесполезен*. И все. Но мы обещаем вам здесь, что, когда вы протрезвеете, ваша жизнь станет полезной. А если вы можете быть полезны – вы можете жить.

Позвольте сказать вам о том, что пугает меня сегодня. Я вижу людей с тридцатью, тридцатью пятью и сорока годами трезвости, кончающих жизнь самоубийством. Для них пить – уже давно не вариант. Но они перестают быть полезными. И им приходится умирать. Это ужасно. Но, так как вы оказались добры по отношению ко мне, и благодаря вам я все время занят, разрешите попросить вас об одолжении. Пожалуйста, займите чем-нибудь тех из нас, кто уже давно находится здесь. Потому что если я снова стану бесполезным, то я умру. А я не хочу умирать. Знаете, как занять нас? Пригласите нас куда-нибудь! Подогрейте наше маленькое самолюбие... Мы говорим вам, новичкам, что вы нужны нам. Это правда. Нам необходимо знать, что вы нуждаетесь в нас, старжилах. Что ты думаешь по этому поводу, Дон? Если б вы знали, как я люблю этот вопрос... О, да.

В тот день сила Божья начала работать в моей жизни. Я верю, что все сводится именно к силе. *Недостаток силы – вот моя дилемма*. И я нашел силу. Я всегда был ее искателем и всегда им буду. Я не мог больше так жить. Поэтому вечером я взял двухмесячный запас наркоты и засадил себе в вену. Потом я выпил все спиртное, что было в доме, лег и умер. Я действительно верю, что умер тогда, потому что после этого дня я ни разу не выпил и не «заторчал» ни на чем. Мало этого, у меня даже мыслей таких не появлялось. Но чувствовал я себя очень

хреново, когда проснулся утром. Я ведь не планировал проснуться. К тому же у моих дверей стояли полицейские. Это было лишним подтверждением того, что я не умер.

Мы говорим с новичками о духовных пробуждениях, как о чем-то приятном. Не верьте этому. В рождении заново нет ничего приятного. Каждый раз, когда я просыпаюсь духовно, первая мысль, которая приходит ко мне: «Кажется, я потерял разум». И это потому, что я действительно потерял его. То, чем я пользовался до этого, исчезло. Теперь у меня новый разум, но я не знаю, что с ним делать. Поэтому я молюсь и беседую с людьми, которые прошли по этому пути до меня. И я очень осторожен в выборе тех, с кем я говорю. Помните, я люблю Анонимных Алкоголиков, но Анонимные Алкоголики не сделали меня трезвым. Я был трезвым пять с половиной месяцев, прежде чем вы нашли меня. Я принадлежу к Анонимным Алкоголикам потому, что Бог привел меня сюда, и вы показали мне, что моя жизнь может иметь смысл. Поэтому я обожаю вас и я один из вас. Но если вы думаете, что я доверяю вам свою жизнь – вы с ума спятили. Я сижу на собраниях и слушаю, как вы снова и снова рассказываете, что не можете управлять своей жизнью. Так зачем же я дам вам свою? Вместе мы, может быть, справимся. И я не говорю ничего плохого про собрания. Но я видел, как собрания убивали людей. Если бы собрания работали, то все, кто на них ходят, никогда бы не пили. Пожалуйста, не поймите меня превратно, без собраний мы бы все начали пить. Но речь идет о гораздо большем, чем просто не пить. Я никогда не пообещаю кому-то только трезвость, кроме первых двух-трех дней, когда это единственное, что имеет значение. Потому что *я алкоголик и для меня трезвость – это абсолютно невозможное состояние. Слишком уж оно болезненно.* Имеющая значение трезвость – это другое. Но обычная трезвость – отменяется. Я пил потому, что не мог выносить обычной трезвости. Помню,

как я пришел к психиатру, который хотел, чтобы я проникся своими чувствами. Я вас умоляю... Проблема в том, что, когда я трезвый, то я проникнут всеми своими чувствами одновременно! Я не могу понять страшно мне или я радуюсь, или я на взводе... черт его знает. Я только знаю, что не могу этого перенести.

Итак, Бог взялся за дело. И я говорю это потому, что наблюдаю за силой. На момент, когда все это произошло, я был условно освобожден из федеральной тюрьмы и задолжал им 5 лет за свое неблагоразумное поведение в 1966 году. У штата я проходил по девяти обвинениям, одно из которых грозило мне сроком от 3 лет до пожизненного заключения. И областной прокурор пообещал, что будет выдвигать эти обвинения по одному, после того как мы разберемся с первым. Но меня это не волновало. В ту рождественскую ночь 1967 года я полностью сдался. Когда я пришел в себя, я был в чудесном состоянии. Правда, чувствовал я себя не лучшим образом. У меня было тело, которое отказывалось умереть (пока что), и ум, который не работал (никогда). Я был готов идти, куда угодно, и делать, что угодно, лишь бы не быть собой. Таким было мое состояние, и я не мог его объяснить. Я прошел детокс в денверской окружной тюрьме. Хорошее местечко для таких дел. Никогда не забуду. Шесть недель мышечных спазмов и головных болей. Это был ужасно, но не худшее из того, что мне довелось испытать. И память об этом не сохранит мою трезвость, но, может быть, поможет мне быть хорошим спонсором. Так что если вы придете ко мне после пяти недель мышечных спазмов и головных болей, и скажете: «Я умираю...», я могу посмотреть вам в глаза и ответить: «Пока что нет. У тебя есть еще неделя».

Из-за моего согласия идти, куда угодно, произошла удивительная вещь. В день суда мы с моим адвокатом сидели у окружного прокурора, и он сказал нам, что в беседах с федеральными властями, которые были хорошо знакомы со мной,



они пришли к выводу, что я очень болен. Я, конечно, согласился. Ведь я знал это уже давно. И они предложили мне, что если я соглашусь на признание своей вины в менее серьезном обвинении, то они дадут мне от полутора до трех лет условно и передадут меня федералам для отправки на лечение в госпиталь, который находится в городе Форт Ворс, штат Техас. Я сразу подписал все бумаги. Я же не идиот. Федеральный госпиталь в Техасе лучше, чем зона. Если вы знаете что-нибудь про силу, то вам ясно, что после этого Дон должен был отправиться из Денвера в Форт Ворс. Сила штата и сила федеральных властей стали действовать.

Но спустя 5 дней я оказался в общей камере тюрьмы штата Колорадо. И я помню, как сказал: «Вы не можете так со мной поступать...» Как вы понимаете, я тогда еще не был особо дружен с реальностью. И тогда вы нашли меня. Я не искал вас. Вы сами пришли за мной. Вы прислали троих из вас. Ваш внешний вид не был ангельским. Прямо скажем – уроды. Номера на груди. Знаете, заключенные в тюремной одежде выглядят пугающе. А улыбающиеся сидельцы просто наводят ужас. У этих ребят на лицах были улыбочки, которые как бы говорили: «Я знаю кое-что, чего ты не знаешь. И если ты не узнаешь этого сейчас, то ты можешь не дожить до конца дня». Если хотите стать хорошими спонсорами, культивируйте такую усмешку. Нас позвали и сказали, чтобы мы слушали их. Я пошел, так как не был особо чем-то занят. И я слушал. Может быть, впервые в жизни я действительно слушал. Если вы новичок – все, что от вас требуется, – пожалуйста, слушайте внимательно. Суть сводится к тому, чтобы убрать с пути все то, что мешает мне слышать голос Божий. Необходимо стать слушателем. В основном Он говорит через вас. Потому что Он знает: если это придет сверху, то я могу учудить что-нибудь дикое с этой информацией – я начну ее интерпретировать.

Один из этих ребят встал и сказал: «Меня зовут Док. Я алкоголик. А это значит, что я бессилён перед алкоголем, и перед охраной, и перед наркотой, и вообще перед всеми обстоятельствами своей жизни. Моя жизнь стала неуправляемой. И если кто-то из вас, умников, думает, что может управлять своей жизнью, посмотрите-ка на ту награду, которую вы получили от штата за отлично выполненную работу». И я услышал его. Он продолжал: «Ваши лучшие мысли привели вас в тюрьму. Похоже, что дела у вас не ладятся». И я опять услышал его. Это были бы жестокие слова, если бы у них не было продолжения: «Но мы можем научить вас мыслить иначе. Мы можем показать вам, как жить таким образом, чтобы ваша жизнь имела смысл для вас и для всех окружающих».

Я должен вам сказать, что сегодня многим не понятен смысл моей жизни, но мне глубоко плевать. Она имеет смысл для меня, для моей жены и для моих дочерей. Похоже, я нравлюсь моему шефу, потому что я уже дважды подавал заявление об уходе, а он меня не отпускает. По-моему, это забавно – всякий раз, когда я собираюсь уходить, меня повышают в должности. Надеюсь, мой шеф не услышит эту запись. Видите ли, я теперь работаю в исправительной системе. Кто бы мог подумать?

Нам не разрешали сразу начать ходить на собрания АА. В пятницу вечером в тюрьме было собрание, на которое приходили люди извне. Час они вели собрание, и час его вели сидельцы. Нам запретили посещать его. Мы должны были сначала пройти подготовку, которая заключалась в том, что в течение пяти недель по выходным мы были обязаны отказаться от развлечений во дворе тюрьмы и пройти школу 12 Шагов. Мы с моим дружкой Джимом пришли туда, и нам сразу сказали: «Вам, новичкам, первые пять недель сказать нечего. Если бы вы знали хоть что-то, вы бы сюда не попали». И они стали читать нам вслух Большую Книгу. А потом они

делились с нами своим опытом выздоровления и объясняли, что нужно делать. Так за пять недель мы сделали все, что указано в Большой Книге. В этом деле нет определенных сроков. Это не состязание в скорости.

И у меня произошла серия пробуждений. Я узнал об алкоголизме. Вы объяснили мне, что это такое. Я узнал, что у меня физическая аллергия и странная психическая одержимость, когда дело доходит до алкоголя. Моя основная проблема сосредоточена у меня в мозгах. Так зачем я буду использовать свою голову для решения проблемы, которая в ней находится? *Проблему нельзя решить проблемой.*

Решением такой проблемы является сознание Божьего присутствия, каким вы Его себе представляете. И для начала мне пришлось избавиться от всех моих представлений о Боге. Ведь я создал Бога по своему образу и подобию. Это то, что делают большинство из нас. И получился, как вы понимаете, не самый удачный Бог.

Я помню, как мой спонсор разрушил все мои концепции Бога, не оставив мне ничего. И я заорал ему: «Ты хочешь, чтобы я препоручил свою жизнь пустому месту?!» Он ответил: «А почему бы и нет? Пустое место сможет управлять твоей жизнью лучше, чем ты!» У него почему-то всегда находился ответ для меня. Он знал еще кое-что о нас. Он знал, что у меня есть устойчивые сомнения по поводу того, как я выгляжу. Разве это не то, что сажает нас в лужу? Я гораздо больше заинтересован тем, как я выгляжу, или как вам кажется, я выгляжу, чем как я себя чувствую. И он знал это. Как выяснилось, меня очень беспокоило, что если я полностью препоручу свою жизнь Богу, то у Него найдется для меня работа, которую я не захочу делать. Например, Он поставил бы меня на углу Колфакс и Бродвея раздавать людям журнал свидетелей Иеговы и спрашивать их: «Вы хотите быть спасены?» А у меня в памяти остался образ одного старичка, занимавшегося этим, которого мне когда-то довелось увидеть: потрепанный

коричневый костюм, коричневая шляпа и коричневые ботинки. Он выглядел – полным придурком. А я не хотел быть таким. У меня была «роскошная квартира» в камере Б-49 в колорадской штатной тюрьме... И тут мой спонсор сказал: «Ах, вот как... ну, давай поговорим об этом». Для новичков сразу объясню – это не значит «давай мы поговорим об этом». Вам нечего сказать.

Правда без любви – это жестокость. Конфронтация без решения – это грубость. Но он любил меня, и у него был ответ. Не промедлив и секунды, он сказал: «Дон, как ты думаешь, этот дедуля, раздающий журналы на углу Колфакс и Бродвея, завтракал сегодня там, где ему хотелось?» Я ответил: «Наверно». Он сказал: «А ты нет», и продолжил: «Как ты думаешь, этот кадр, унижающий себя таким занятием, сам выбрал сегодня, что ему надеть?» Я ответил: «Да, скорей всего». Мой спонсор сказал: «А ты нет. И, кстати, как ты думаешь, закончив валять дурака, он пойдет домой?» Мне стало все ясно. Я не мог пойти домой.

Нам обещано новое сознание в АА. И один из заветов, который нам оставила Энн Смит\*\*\*\*\* – пожалуйста, не бросайте человека, который только что пробудился; побудьте с ним какое-то время. Нельзя разбудить ребенка и тут же уйти. Мой спонсор продолжал быть со мной и вести меня через свой опыт. Он помог мне создать базу для нового сознания, к которому привел меня. Это просто. Это сказано другими словами в молитве Третьего Шага. *То, что есть у Бога для меня, всегда лучше, чем то, что есть у меня для себя.* И все. Песня спета. И я живу так уже более 30 лет.

Я не совершенен в этом. Иногда бывает очень даже весело побыть духовным бунтарем. Одним из моих пробуждений было то, о чем, я считаю, вам следует знать. И большинство из вас знают это, но не осознают. Я потерял много времени, думая, что я человек, который ищет духовных пробуждений. И у меня их было много. А на самом деле, *я духовное*

*существо, которое испытывает человеческие ощущения.* А это делает меня полностью доступным для всего человеческого. Не лезьте в это, если вы не готовы ко всем радостям, горестям и будням обыденной жизни. Потому что все это ждет вас в ней. Я недавно сказал своей жене: «Знаешь, это, пожалуй, самая интересная из всех планет, на которых я жил. И я даже подумываю о том, чтобы когда-нибудь вернуться сюда. Но только на этот раз уже богатым, чтобы я мог путешествовать». А моя любимая посмотрела на меня и сказала: «Ты и так уже делаешь это на деньги других людей».

Я стал пробуждаться. Маленькие пробуждения следовали одно за другим. У меня был ужасный опыт с молитвой Третьего Шага. Я вернулся в свою камеру, произнес молитву от всей души и стал ждать знака – вспышку света или что-то в этом роде... Но ничего не произошло. Я пошел обратно к спонсору и стал жаловаться. Так меня учили: если ты сделал то, что тебе сказал твой спонсор, и не получил желаемых результатов – закатай ему скандал. Где моя вспышка, Брюс?! А он сказал мне: «Дурачок...» Для меня это уже прогресс. Еще утром я был # 38984, потому что мое поведение забрало у меня имя. А теперь я дурачок. Он действительно любил меня. Итак, он сказал: «Дурачок, скажи спасибо, что у тебя не было никаких вспышек. Они были у тебя всю жизнь и чуть не убили тебя!» И мы поговорили о «вспышках», которые были у меня. Опять он был прав. Он сказал: «Бог знает, что ты не в силах вынести еще один такой шок, учитывая состояние, в котором ты находишься». И он долго рассказывал мне, как неспешно и мягко они происходили у него.

Если вы придете ко мне, мы уделим много времени проработке технических аспектов Программы, но основную часть времени я потрачу на то, чтобы рассказать вам, как бережно ко мне отнесся Бог. Он никогда не проверяет меня. А я проверяю Его все время. И я рекомендую это. Он никогда, никогда не орет на меня. Я слышал от людей, что им кажется, будто

Бог бьет их палкой по голове. Мне искренне жаль их. Со мной Он говорит так тихо, что мой ум должен быть чист, чтобы я мог слышать Его голос. И обычно я слышу: «Вот, что ты упустил, сынок...»

Видите ли, смысл в том, чтобы я не был отделен от Бога и от вас. Для этого и существуют Шаги – чтобы расчистить все то, что разделяет нас, что не дает нам просто принять друг друга, какими мы есть. Вы можете себе представить, если бы все, кто здесь присутствуют, вдруг сделались нормальными и правильными, какими скучными мы бы стали?... Упаси, Господи! Бог посылает мне психопатов. Обожаю это! Ничто не сравнится с телефонным звонком в два часа ночи... Я помню, как мне позвонил один дурик: «Я стою возле дома этой стервы... Я сейчас спалю эту халабуду к чертям собачьим!» У меня даже не было времени продумать ситуацию. Да и как можно быстро решить что-либо спросонья в два часа ночи? Я имею привычку: первое, что я делаю, когда проснусь – это молюсь. Так было и в этот раз. И я услышал, как из моего рта вылетели такие слова: «Сукин сын, ты разбудил меня и всю мою семью, чтобы рассказать то, о чем мы могли спокойно прочесть в утренней газете?! Не вздумай делать этого, если не знаешь, что за этим последует». В 7:30 утра этот громила приплелся к нам домой и стал извиняться передо мной, всеми семьей детьми и перед моей женой. Я не знаю, чем заслужил это. Сам бы я никогда не смог придумать такого.

У меня осталось несколько минут, чтобы рассказать вам то, с чего мне бы следовало начать. Мой отец умер год назад в марте. Это была хорошая смерть. После пары дней мы попросили отключить все трубки и провода системы поддержки. Мы знали, что он устал и хочет спокойно уйти. Я называю это хорошей смертью потому, что вся семья была в сборе. В семье к тому времени снова сложились прекрасные отношения. И потому что у взрослых было правильное понимание жизни и смерти, мы смогли помочь нашим

малышкам, которые не понимали, что происходит с бабушкой. А главное, что все мы были вместе. И мы просто ждали, чтобы он ушел, когда ему будет угодно. Он так и сделал. А меня глубоко взволновало, что получилось именно так, как я предполагал: мне больше нечего было сказать моему отцу. Все уже было сказано. Мне не нужно ходить к нему на могилу и просить у него прощения за то, что я не успел что-то сделать или что-то сказать... Потому что когда я пришел к нему, чтобы исправить свою вину перед ним, он сказал мне, что я должен сделать. Я начал выкладывать ему все начистоту, а он сказал: «Всем этим ты только снова причинишь мне боль. Нам придется начать все по-новому с этого места». Мы так и сделали. Мы начали сначала. И постепенно, день за днем, мы выстраивали наши отношения, пока они полностью не сформировались. Между нами не осталось недоговоренности. Однажды я пришел к нему в офис. Мой отец рос во времена депрессии и поэтому был человеком сдержанным. Он был любящим, но редко прикасался. И я, поймав его в дверях так, что ему некуда было деваться, сказал: «Пап, мне надо сказать тебе кое-что. У меня в жизни было три героя. И ты один из них». Мы оба расплакались и обнялись. А спустя пару недель я, уходя, обнимал на прощание свою маму, и отец, стоя рядом, вдруг спросил: «А как насчет меня?» Это гораздо больше, чем не пить и ходить на собрания. Много больше.

Разумеется, всякое бывало... Ему запретили водить машину, потому что у него стало совсем плохо со зрением и с рефлексом. Однажды он позвонил мне, а я на тот момент был весь из себя деловой. У меня поездки, встречи... я занят. А он мне говорит: «Слушай, ты бы не мог сделать мне одолжение? Мне надо съездить в пару мест». Я ответил: «Конечно, не проблема», хотя особого настроения у меня не было. Но ответить по-другому я не мог. Как оказалось, у него была карта одного из сетевых магазинов электроники, по которой, если он туда приедет, ему дадут бесплатную батарейку.

Этих магазинов в округе было несколько, и в каждом из них он мог получить по батареечке. Это обернулось двухчасовой поездкой.

И я был раздражен таким занятием, пока до меня вдруг не дошло, что Бог открывает мне настоящую суть происходящего, если я готов прислушаться к Нему. Я перестал сердиться, когда понял, что мне дана возможность провести два часа с моим отцом. И я неожиданно осознал, что пройден полный круг. Ведь в свое время, когда я был маленьким, мне тоже не разрешали водить машину. Как-то раз у меня сломалась любимая игрушка, и он, вместо того чтобы зарабатывать деньги, ушел с работы и повез меня чинить эту «очень важную штуковину». Жизнь всегда проходит полный круг, если дать ей сделать это.

Мне было сказано, что, исправляя свою вину, я никогда и ни при каких обстоятельствах не говорю: «Извините меня». У меня нет такого права. Мой спонсор сказал: «Ты всю свою жизнь только и делал, что извинялся». Он помог мне освободиться, несмотря на то, что я находился в тюрьме. Я действительно почувствовал себя свободным, словно парю в воздухе. Потому что я готов посмотреть в глаза любому человеку на земле, и, если я причинил вам хоть какой-то ущерб, скажите, что я должен сделать, и мы уладим это. Я ни перед кем не стелюсь. Но все, что требуется, для того чтобы исправить свою вину, я сделаю. Когда появляется такое отношение, мы становимся хорошими слушателями. Это то, что позволило мне исправить вину перед моей матерью. Вы же помните, в какое положение я поставил ее на Рождество, когда она была вынуждена сказать, что я не могу больше появляться у нее дома. Как исправить такое? Это не исправить. Но я вынес из этого хороший урок. Только через 4 года после того как я протрезвел, у меня появилась возможность сделать Девятый Шаг моей маме. Выслушав меня, она сказала: «Дорогой мой, я всегда хотела только одного – чтобы ты был счастлив».



С тех пор я уже 27 лет езжу к маме только счастливым. Регулярно. И здесь очень важным является именно то, что я езжу к ней регулярно.

Речь идет о том, чтобы измениться. На меня нельзя было положиться. Теперь можно. Это дела духовные... Вы когда-нибудь общались близко с духовными людьми? Они вызывают раздражение. Они говорят тебе, что именно собираются делать... а потом делают именно это! Они сразу скажут тебе, что именно они отказываются делать... и ты их не заставишь и не уговоришь! Они всегда и везде вовремя. Это ведь разозлит кого угодно!

Я на днях повез одного своего подспонсорного в известный у нас в Денвере итальянский ресторан «Дариос». Там всегда полно народу. Поставить машину негде – стоянка вечно забита. Мы подъехали к ресторану, и вдруг у самого входа кто-то выехал, и для нас освободилось место. Мой подспонсорный сказал: «Глянь, как здорово, Бог дал нам место на стоянке!» Я ни на секунду не верю в это. Просто мы были *вовремя*. Если бы мы приехали на минуту раньше, машина, которая выехала, еще стояла бы там. На минуту позже – и тот, кто ехал впереди меня, занял бы это место. Мы были вовремя. Я обожаю быть вовремя. Это единственное время, когда что-то происходит. В противном случае – это или вот-вот будет, или уже было. Но когда мы вовремя – происходит все лучшее.

Моя семья теперь единое целое. Это чистая правда. Мои мальчишки не звонят мне уже два года. Мы помирились, но по каким-то причинам они не звонят. Ну что ж... я сделал все, что мог. Чак Ч. однажды сказал: «Мы ничего не можем сделать по поводу той боли, которую мы причинили нашим детям. Это уже сделано». Единственное, что я могу сделать, это создать место, где они, как и мы, могут выздоравливать. Это место называется домом. И мы живем в таком месте уже почти 22 года. Мои дочери выросли. Одна из них работает

биологом и бегают за мальчишками. А другая... уже поймала своего. И теперь у нас по дому носятся малыши. Я обожаю, когда рядом детишки. Обожаю. Я слышу маленьких детей. Они правдивы. В них нет притворства. Я недавно возился с водопроводом под раковиной на кухне. Сзади подошла моя полутораговая внучка: поковырялась в инструментах, покудахла мне... Я сделал, как она сказала, и теперь труба не течет.

Мне когда-то было сказано, что меня больше никогда не подпустят к моим детям. Мне также сказали, чтобы я даже не пытался предпринимать что-либо по этому поводу. Но мне вернули их, когда, будучи два с половиной года трезвым, я работал управляющим в доме для выздоравливающих алкоголиков и наркоманов. Сегодня у меня шесть внуков.

В результате я теперь работаю в исправительном ведомстве. Я проработал у них 2 года, живя в Северной Каролине. А сейчас продолжаю работать на ту же организацию в Денвере координатором по судебным делам, связанным с наркотиками. Я теперь провожу больше времени в тюрьме, чем когда я мотал срок. Это к разговору о том, как меняется наше отношение к вещам: когда-то я лежал на нарах и думал, как бы мне выбраться отсюда, а теперь я часто думаю, как мне попасть в ту или иную тюрьму. Меня наконец-то научили, как надо одеваться. И вот недавно утром я стою весь из себя разодетый – в костюме, при галстукe – потому что у меня была встреча с судьей. Мне надо было ему кое-что объяснить. А если собираешься предстать перед судьей, то желательно хорошо выглядеть. Я был уже у двери, и тут моя дочь дала мне на руки малышку. А та взяла и отрыгнула на меня. Мою обычную реакцию, когда люди блюют на меня, нельзя назвать положительной. Но тут я вдруг подумал: «Как это здорово. Они доверяют мне своих крошек».

У нас с вами здесь тоже есть младенцы. Они приходят к нам новенькими, рожденными заново, не знающими, что им

делать. Будьте осторожны с ними. Не покидайте их, ведите их. Вот что я вам скажу: вы можете доверять мне своих малюток. Я никогда, ни при каких обстоятельствах не причиню им боли. И мне надо точно знать, что я могу доверять вам своих деток. Потому что во многом я и сам маленький ребенок. Мне необходимо знать, что я могу доверять вам. И я полностью доверяю вам. Но, пожалуйста, не причините боль моим детям. И я обещаю, что никогда не сделаю больно вашим.

Теперь расскажу вам про своего брата, и мы отправимся веселиться по домам. Не знаю, как вы, а я пойду домой веселиться. У меня ведь есть дом!

Иногда занимает долгое время, чтобы исправить то, что мы натворили. Ведь речь идет о том, чтобы выпрямить кривую линию прошлого, а не о том, чтобы извиняться. Мы совершали такие поступки по отношению к людям, после которых трудно представить, что с нами вообще захотят разговаривать. Я, признаться, и не ожидал, что со мной станут беседовать. Так вот, мой брат был одним из таких людей. Дай Бог ему здоровья. Он чудесный человек. В детстве я был для него героем. А потом он видел, как меня забрали в тюрьму, когда мне было 19 лет. Я разрушил его идеал. Он видел, какую боль я причинил всем остальным членам нашей семьи. И он не мог понять этого. А кто мог? Поэтому, когда я вернулся из тюрьмы и стал строить свою жизнь заново, он долго и внимательно наблюдал за мной.

Знаете, мы много говорим, но нам следует помнить, что люди следят за нашими действиями. Я хочу жить так, чтобы можно было увидеть Большую Книгу прежде, чем я начну говорить о ней. Это самое трудное. Я могу говорить красивые слова, стоя тут перед вами или на собрании. А вот как я поведу себя завтра утром на работе, если вдруг получу втык за то, что кто-то не сделал свое дело? Как я с этим справлюсь?

Только через 22 года мой брат наконец-то пришел к нам домой на ужин. И когда мы закончили, он сказал: «Я не уверен, что мы с тобой когда-нибудь сможем быть друзьями.

Но сегодня получился хороший вечер. Мы могли бы так собираться иногда». Вот, как открылась дверь.

Живя в Северной Каролине, я регулярно навещал своих родителей. Настоятельно рекомендую вам быть регулярными в своем поведении. Как-то раз я сидел у них, и пришел мой брат. Он сел напротив и вдруг, хлопнув меня по ноге, воскликнул: «Дон, я чертовски рад тебя видеть!» Он был удивлен тому, что обрадовался, увидев меня. Для него это было что-то новенькое. Он сказал: «Слушай, в следующий раз, когда ты здесь будешь, давай съездим с тобой на рыбалку». Я вскоре вернулся, и мы поехали с ним в маленький коттедж на берегу озера. Мы практически не рыбачили. Мы играли в карты и долго-долго разговаривали... В тот день он сделал мне самый ценный подарок из всех, которые бывают. Он поведал мне, каким он сам себя видит. А этим не делятся с кем попало. Он сказал мне: «Дон, я хочу, сказать тебе одну вещь. Мне 56 лет, и я считаю, что внес достойный вклад в эту жизнь». Это было большим подарком для меня. Особенно потому, что много лет я пытался сказать о своих чувствах к вам. И я рассказывал вам разные истории, стараясь донести до вас то, что я чувствую на каких-то примерах. Но, спасибо моему брату, теперь я знаю, как сказать об этом.

Мне 64 года. И благодаря вам я смог сделать достойный вклад в эту жизнь. Спасибо!

Примечания автора:

\* «мертвым грузом» в американском АА часто называют людей, которые только приходят на собрания и ничего другого по Программе не делают.

\*\* федеральными полицейскими называют тех, кто служит в ФБР. Под их юрисдикцию подпадают те, кто совершает преступления больше, чем в одном Штате, или же те, кто является особо опасными преступниками.

\*\*\* Хамфри Богарт (1899-1957) – известный американский актер.

\*\*\*\* речь идет о медали «Пурпурное Сердце» (англ. Purple Heart) – военная медаль США, вручаемая всем американским военнослужащим, погибшим или получившим ранения в результате действий противника.

\*\*\*\*\* в данном случае – то же самое, что «тимуровец».

\*\*\*\*\* Энн Рипли Смит (1881-1949) – жена доктора Боба.

## Ральф У.,

*трезвый с 11 октября 1986 года*

*Фрагменты аудиозаписи, сделанной в декабре 2011 года на конференции Стэйтлайн в городе Примм, штат Невада*

Меня зовут Ральф У., и я алкоголик.

Спасибо, что снова пригласили меня. Я помню время, когда эта конференция была еще только идеей. А сегодня мне радостно смотреть на то, как она разрослась. Принимать участие в том, что здесь происходит, для меня – одна из вершин выздоровления. Ведь как в обычной жизни в нашем выздоровлении тоже есть высоты и низины.

В трудные времена моего выздоровления меня в сообществе Анонимных Алкоголиков неоднократно спасали люди, объединявшиеся вокруг.

В эти выходные мы собрались, чтобы говорить о Шагах. И сегодня вы получите от меня то, что получаете всегда – мой взгляд. Вы сможете взглянуть на то, как Ральф У. живет свою жизнь по нашей 12-шаговой схеме.

Мой спонсор сегодня здесь. И он всегда говорит, что нельзя лечить духовное заболевание механическими средствами. Поэтому я не делаю Шаги как техническое упражнение. Я не из тех, кого называют «технарями» Шагов. Я не собираюсь спорить с вами по поводу того, как следует применять тот или иной Шаг в нашей жизни.

Я припелся в комнаты Анонимных Алкоголиков человеком, плохо приспособленным к нормальной жизни. Я оказался в этих комнатах, достигнув в жизни кое-каких успехов, и потеряв все, что мне было дано. Я пришел сюда, когда мне было 33 года. И прежде, чем оказаться здесь, я спалил свою жизнь дотла.

Я один из шести сыновей. Три моих брата сегодня выздоравливают.

Я рос в бедной семье. Моя мать вырастила шестерых сыновей практически в одиночку. Мой отец был алкоголиком. Он ушел от нас, когда мы все были еще маленькими. И моя мама смогла поднять шестерых мальчишек. Она удивительная женщина.

Я был первым с нашей улицы, кто пошел учиться в университет. Мои братья Рон и Реджи последовали за мной. Все в округе знали нас. Мать гордилась нами. О нас даже написали в газете. Нам пророчили успех. На нас возлагали большие надежды. И, как положено, у меня были мечты, цели, желания и амбиции...

Знаете, что мне больше всего нравится в книге «Анонимные Алкоголики»?

Когда-то давно встретились два человека. Один из них в 1934 году, приблизительно в это же время года, вышел из госпиталя. Это был его последний раз. Через 6 месяцев он встретил другого человека. И эти двое начали работать с алкашами...

Спустя несколько лет в какой-то момент они посмотрели друг на друга и задались вопросом: «А как мы дадим Ральфу У. знать, когда придет его время?» Они решили написать обо мне книгу. Я всегда изумляюсь, думая об этом. Поразительно. Как так получилось, что в этой книге, которую издали в 1939 году, а я появился на свет в 1953 году и пришел к вам в 1986, рассказывается обо мне? Потрясающе.

Мы с вами сегодня здесь, чтобы говорить именно об этой Книге – о ее рабочем тексте. Некоторые считают, что Билл не продемонстрировал особых писательских способностей. Я не согласен с этим. Меня восхищает его стиль подачи информации.

Я не знаю, является ли такой порядок преднамеренным или же это получилось случайно, но кроме очевидных целей Билла и всех тех, кто внес свой вклад в эту Книгу, в каждом из Шагов мы можем наблюдать три вещи. Сначала Большая Книга дает причины, почему мне следует применять

этот непосредственный Шаг в моей жизни. Затем мне даются точные, четкие инструкции, как делать этот Шаг, как применять этот Шаг в жизни Ральфа У. И третье – то, что мне нравится больше всего – каких результатов я могу ожидать, если выполню данные инструкции. Мы называем эти результаты обещаниями. И поверьте, они в Большой Книге не только в Девятом Шаге! Вы найдете их в каждом из Шагов.

Почему я должен это делать, как это делать, и результат, который я получу, применив этот Шаг в своей жизни.

В Первом Шаге я делаю вывод, основанный на личном опыте. Мне не надо приходить в комнаты Анонимных Алкоголиков, чтобы обрести опыт Первого Шага. Но, придя сюда, я обретаю его понимание. Мне необходимо это потому, что я не вижу вещи такими, каковы они на самом деле. Я понятия не имел, что физически со мной что-то не так. Подозревал, но объяснял это себе шиворот навыворот. Я был уверен, что физически отличаюсь от остальных потому, что у меня высокая устойчивость – я могу принимать алкоголь в больших количествах. Это вы все слабаки. Вам, щенятам, далеко до большого пса! Так мне это представлялось. А на самом деле – ничего подобного! Нет, нет, нет, нет, нет! Я пил в таких количествах потому, что чем больше я пил, тем больше меня мучила жажда. Не знаю, родился я без регулятора или мой регулятор сломался. Понятия не имею. Но у меня отсутствует стопор. Начав пить, я не могу остановиться.

И еще кое-что происходит. Когда я не пью, то только и думаю, как бы выпить. А кроме этого я начинаю весь процесс снова и снова, хотя каждый раз зарекаюсь, что больше никогда не притронусь.

Я обожаю этот тест из двух частей в главе «Мы агностики»: *«Если, даже искренне желая этого, вы обнаруживаете, что неспособны полностью бросить или если, когда пьете, вы не можете контролировать количество, которое выпиваете, скорей всего, вы алкоголик».*

Именно эти выводы я делаю, основываясь на своем опыте.

И если это так, то я, возможно, страдаю заболеванием, которое можно преодолеть, только обретая духовный опыт.

Вот для чего мы здесь. В этом вся суть. Мы ищем духовный опыт.

Я по натуре своей скептик и циник. Соответственно у меня появляется вопрос: «А почему только благодаря духовному опыту можно преодолеть мое заболевание?»

Мне нравится, как в описании Второго Шага говорится, что между приговором к алкогольной смерти и жизнью на духовной основе не всегда простой выбор.

Алкоголическая смерть – медленная, мучительная смерть. Шляешься бесцельно по улицам ночь напролет и не можешь прилечь – я об этой смерти. Люди говорят о тебе, дети смотрят на тебя с отвращением, не участвуешь в их жизни, не появляешься у них на праздниках... Долгая, уродливая смерть. Мы видели такую. Мы ее знаем!

Вызывающая жалость и непостижимую деморализацию смерть. Не просто – лег и умер. Нет, нет, нет! Медленная, медленная смерть.

Быть приговоренным к этому или жить на духовной основе... Почему же это такой непростой выбор? Да потому, что они засунули туда эту вторую часть про духовную основу. Так почему же это нелегкий выбор? Что в нем трудного?

Выбирай – газовая камера или электрический стул?.. Упс, попал! Утонуть или сгореть заживо?.. Тьфу ты!.. Ну, надо ж так...

Я обнаружил, что когда трудно сделать выбор, то это по одной из двух причин.

Первая – потому что оба варианта выглядят одинаково.

И вторая – потому что оба выбора выглядят в равной степени непривлекательно.

А умереть алкоголической смертью или жить на духовной основе звучит одинаково для такого человека как я.



«Жизнь на духовной основе» – ууу... это тоже звучит, как медленная смерть: никакого веселья, никакого секса, нельзя делать, что хочется и уж точно никакого секса так, как мне нравится!.. да...

И вот для таких как мы, пришедших сюда в поисках решения нашей проблемы, это очень трудно принять. Однако не парьтесь. Правда, в Книге не сказано «не парьтесь». Там написано что-то вроде «*пусть вас это не смущает*»... Но по любому – не парьтесь. Не парьтесь.

Почти половина из нас испытывала те же чувства. У нас были затруднения, когда речь заходила о Боге. Мы обозначили это как «агностицизм». Мы думали, что верим, но не вели себя таким образом. Или же мы верили, что есть Бог и Он будет что-то делать для Клэнси, но не для нас. У нас была уйма сомнений...

Книга дает нам инструкции, как начать этот процесс. И все сводится к тому, чтобы у нас появилась *идея* духовного опыта. Ведь у меня заболевание, которое можно победить, только приобретая духовный опыт. А с чего я это взял? Видите ли, я уже пробовал исправить это финансами. Не сработало. Пробовал заняться физкультурой. Не сработало. Пробовал познать самого себя. Не сработало. Пробовал повысить свой интеллектуальный уровень. Не сработало. Эмоциональный, любовный и романтический опыт тоже ничего не дали. Даже попытки быть хорошим отцом ни к чему не привели. Ничего не сработало! Ничего!

У меня больше нет ответов. Я загнал себя в угол. Так я подхожу ко Второму Шагу в состоянии полного отчаяния. Ладно. Хорошо. Так и быть. Может действительно только духовный опыт может меня спасти.

Но почему же вы так сопротивляетесь этому? Да потому, что вы понятия не имеете, что это такое! А думаете, что имеете... Вам кажется, что вы знаете...

Так мы оказываемся у входа во Второй Шаг.

Когда возможность встречает отчаяние, открывается окно милости.

И 11 октября 1986 года их встреча произошла, что позволило мне проскользнуть в эту щель. Мой брат тогда находился в Харбор Лайтс\*, а я был полностью изможден и разбит своей болезнью. И именно тогда мне удалось проскочить в «окно милости». Это маленькое окошко. Оно периодически открывается для нас. Все, кто сегодня среди нас в тот или иной момент проскочили в него. И там, на другом конце, мы обнаружили, что все наши идеи кончились.

Я сделал отрицательный Второй Шаг, прежде чем смог прийти к положительному Второму Шагу. Я поверил в безысходность и ничтожность своей жизни. И тогда мне ничего другого не оставалось, кроме надежды на то, что вы правы. Я очень надеялся на это.

Я признал, что страдаю от заболевания, которое можно победить, только получив духовный опыт. Это значило, что мне придется предпринять кое-какие действия. Вы сказали мне, что надо найти силу, более могущественную, чем я сам. Но у меня уже имелась такая сила. Я называл ее Царь Алкоголь. Мне была нужна сила, более могущественная, чем Он. Это нечто должно было быть сильнее Алкоголя.

И я согласился поверить, потому что у меня не было других вариантов, я устал и больше был не в силах справляться с этой жизнью.

Помню, когда я был новичком, мне часто говорили про «пока еще». Если это не случилось с тобой, поставь перед этим «пока еще». Но, знаете, меня пугают не «пока еще», а «снова». Я боюсь снова вернуться в ту жизнь.

Итак, вы сказали, что только духовный опыт может спасти меня. Ну, что ж, я готов начать принимать это лекарство. Я готов лишь потому, что умираю. Нет никакой другой причины. Я буду делать это не из-за своей высокой нравственности или добродетели, не оттого, что я теперь весь такой правильный и хороший. Я иду на это от отчаяния.

И что теперь? А теперь, если ты веришь, что лекарство подействует, надо принять его. Ладно.

Я встал на колени с группой людей и принял решение начать пользоваться лекарством. Я хочу получить духовный опыт. Нет, забудьте «хочу», мне необходим духовный опыт, чтобы победить то, отчего я страдаю. Потому что это единственное оставшееся средство.

Словно раковые пациенты, которые уже все перепробовали, но им ничего не помогает, они готовы ехать в Тихуану, в Эквадор... куда угодно! Потому что это единственное, что осталось. Ничего другого нет!

И я в той же ситуации – у меня не осталось других вариантов!

Итак, я встал на колени и сказал Богу, про которого я толком ничего не знал и с которым никаких дел до этого не имел: «Боже, сделай что-нибудь со мной...» Мощная молитва. Я впервые произнес ее в начале первого года трезвости. Мы сделали это с группой людей. Сильная вещь.

Я сказал: *«Боже, я предаю себя Тебе...»* Каждый раз изумляюсь, когда думаю об этом «я предаю себя Тебе».

Дамы, если бы я в том состоянии, в котором я был (и видок у меня был еще тот!), сказал одной из вас: «Дорогая, я предаю себя тебе!», вы бы ответили: «Парень, двигай-ка ты отсюда куда подальше...»

Но я предложил себя Богу, и Он взял меня. Для него не имеет значения, в каком я состоянии, в каком виде, и какой у меня статус. В церквях и в других местах, куда я периодически навещался, существовали конкретные условия для посещения. Ты должен был верить в определенные вещи, ты должен был следовать определенным ритуалам, ты должен был сказать, что ты веришь именно так, как это предполагалось там, и ты должен был согласиться со всем, что тебе предлагали. Кроме этого, все, что ты делал не так, ты должен был немедленно прекратить. Ты должен был исправиться прежде, чем тебе приняли.

Но для таких, как мы это не вариант. Ведь если бы мы должны были исправиться для того, чтобы поправиться, то эти комнаты были бы пустыми!

Приходите, какие вы есть... Я сделал Третий Шаг в том состоянии, в котором находился на тот момент. Потрясающе... Мысль об этом до сих пор удивляет меня. Именно тогда я впервые почувствовал какую-то перемену в себе. Боб Бизанз\*\* использовал как-то термин, который мне очень понравился. Он назвал это «сменой парадигм\*\*\*». Я тоже иногда люблю использовать этот термин, а потом поражаюсь, какой я умный...

Итак, эта молитва впервые изменила мое видение – wow!.. – саму идею того, что я мог предстать таким, какой я есть и быть принятым. Но многие из нас, сделав этот Третий Шаг, потом удивляются: «Почему я препоручаю, а потом забираю обратно? Препоручаю и забираю... Почему так получается?»

Здесь я предлагаю почитать, что написано дальше в Книге.

*«Хотя наше решение было жизненно важным и ключевым, оно не оказало бы долговременного эффекта, если бы тотчас же не подкреплялось серьезными усилиями».*

Благодать льется – я преграждаю, благодать льется – я преграждаю...

А Бог есть Бог и Ему не нужно моего позволения. Но Ему требуется мое взаимодействие, чтобы Он мог работать в моей жизни. Бог продолжает делать то, что Он делает всегда. И от Него непрерывно исходит только благодать. Проблема в том, что «приемник» блокирует сигнал.

И вся идея духовного опыта сводится к тому, чтобы у потока благодати не было препятствий. Надо расчистить заблокированный канал. И мы начинаем расчищать его в Четвертом Шаге. Я ведь отгорожен от Бога целой кучей всякого хлама.

В главе «*Мы агностики*» говорится о некоторых таких моментах. Например, «*преклонение перед другими вещами*». Мне нравилось бегать за деньгами, за женщинами, за популярностью, за славой... Помпезность, беда... Оглядываясь на различные ситуации в своей жизни, я убеждал себя, что Бога там и рядом не было. А это означало, что ничего хорошего меня не ждет впереди. Так я заблокирован от Бога своими старыми идеями.

И так я прихожу к личной инвентаризации, к рассмотрению самого себя. Ведь жизнь, не подлежащая оценке, не стоит того, чтобы ее жить – вот, кстати, духовная аксиома. Это все о том, чтобы расчистить канал. Так что же мы делаем в Четвертом Шаге? Мы «*проводим тщательную и бесстрашную инвентаризацию самих себя*».

В Книге Билл приводит аналогию с коммерческой инвентаризацией. Он называет это «*процессом поиска фактов и их восприятия*». Найти факты и рассмотреть факты.

Вот сейчас в магазинах идут после праздничные распродажи. И, конечно же, магазины проводят инвентаризацию. Они смотрят, что у них залежалось на полках.

Представьте себе магазин электроники.

«Так, у нас надвигается большая распродажа. Посмотрим, что мы имеем... Нам ведь надо выставить новую продукцию. Придется освободить для нее место».

Они смотрят везде – на складе, на полках... и вдруг, вот те на! «А что у нас тут делают проигрыватели пластинок?! Мы ведь не продали ни одного за несколько лет! Уберите их отсюда! А «Бетамакс» видеокассетники почему у нас до сих пор на полке? И что тут делают эти упаковки с бобинами? Когда последний раз на этот склад кто-то заглядывал?..»

И хотя весь товар «*новый*», но ведь никто это не покупает! Мы не должны заблуждаться в истинной ценности вещей.

Тут хозяин магазина говорит: «Запакуйте все это и выведите отсюда. Нам нужно место для нового товара».

А Ральф У. пришел к вам в 33 года. И у него в «накопленных товарах» имелись его мышление, его убеждения и его ценности.

Поэтому мне пришлось провести такую же инвентаризацию всего того, что я накопил за годы. И я не мог обманывать себя относительно ценности этих «товаров».

У вас может быть есть шкаф, в котором вы держите одежду. Вы туда уже давно не заглядывали. И, да, я знаю, дорогие женщины, что вам очень нравится все, что там висит! Но, когда у вас набралось 200 пар туфель, которые вы не носите, то пора избавиться хотя бы от некоторых из них.

- Ральф, залезь-ка в свой шкаф... А что у тебя тут делают эти полиэстеровые брюки клеш с накладными карманами? И эти ботинки на платформе?!

- Но ведь они совсем новые! Ни разу не ношены!

- Ты и не будешь их носить. Это уже давно не в моде. Никто такие вещи не покупает. А ты, если наденешь это, то будешь выглядеть как сумасшедший.

И то же самое с моим мышлением.

- Видишь ли, Ральф, надутые губы и гневные истерики еще как-то подходят трехлетнему ребенку, хотя и это спорно... Но вот пятидесятивосьмилетнему мужчине это уж точно не к лицу.

А ведь я-то веду себя именно так!

Если меня обидели, я дуюсь и ухожу в себя. Я наказываю тебя тем, что перестаю разговаривать с тобой. Вот таков я в своих отношениях. А это невеселое место. И мы лежим в кровати – ты на одной стороне, а я на другой. Это пассивное наказание – я просто буду молчать. Но и здесь проблема – та, которую я наказываю, не знает, что она наказана! И она беседует по телефону со своими подспонсорными и смеется... Эй, ты не должна смеяться! Ты должна быть тише воды и ниже травы. А ты чем занимаешься? Ты же наказана!..

Вот что я делаю.

Вернемся к инвентаризации. Я буду говорить о ней довольно детально. И я буду говорить о том, как я ее делаю, а не о «единственно правильном» способе.

Знаете, бывает, что после спикерской ко мне подходят и говорят:

- Мне очень понравилось, как ты рассказывал, но вот в инвентаризации ты забыл про это и ты не делаешь вот это...

Стоп, стоп, стоп!

Это то, как я делаю инвентаризацию! Я не могу говорить о том, чего не делаю. Вы делаете, я не делаю. Так что не парьтесь. Просто сегодня вам об этом рассказывает Ральф. Так уж получилось.

Но вот она, цель инвентаризации – находить и избавляться.

А еще имеется критически важный факт: если ваша жизнь успешна, когда вы оперируете на своеволии, – не занимайтесь инвентаризацией; не делайте ее, она вам не нужна.

Спонсоры, перестаньте давить на своих подопечных – почему ты не пишешь?..

Если у вас получается жить успешно на своеволии – попутного вам ветра!

Но, для тех из нас, кто устал врезаться в стены, для тех, чья жизнь похожа на поезд, идущий под откос, для тех, кто не хочет больше ждать очередного крушения, для тех, кто убежден в том, что когда они за рулем, ничего хорошего ждать не приходится, для таких людей наша книга может кое-что предложить.

Есть что-то, дарующее свободу в обретении нового Руководителя...

Освобождение. В обещаниях Третьего Шага нам говорится о новом Руководителе. Он наш Отец, мы Его дети. Он наш Хозяин, мы Его слуги.

Там приводится много аналогий взаимоотношений между мною и этой Силой, которую я еще не знаю. И завораживает

то, что нам не надо знать эту Силу для того, чтобы получить к ней доступ. Мне не надо ее знать! Вон, Клэнси, занимается этим уже больше пятидесяти лет... и, естественно, когда смотришь на него, приходит мысль: «Конечно, если б мог верить так, как верит он...» Но вам не надо верить так! Вам не надо верить, как верю я или кто-то другой!

Вот вам, самый простой способ, который я смог придумать, чтобы описать взаимоотношения с этой Силой. Потому что я не стремлюсь к знаниям об этой Силе. Если вы пришли сюда сегодня, чтобы обрести какую-то информацию, что ж пусть так – вы ее получите. Но процесс не об этом. Мы говорим о процессе доступа к Силе и отношений с Ней. Мне требуются мои собственные отношения с этой Силой. Знания мне не помогут.

И мне больше всего нравится, что доступ к Ней есть, даже когда у меня может еще не быть понимания того, чем Бог является для меня на самом деле, потому что это понимание продолжает меняться и по сей день. Сила сама по себе улучшит ваше понимание Силы. Не волнуйтесь по этому поводу. Сила позаботится о вашем понимании. Не парьтесь. Не переживайте о том, где вы окажетесь. Просто встаньте на этот путь. И примите решение препоручить вашу жизнь чему-то лучшему, чем вы сами.

Давайте так. Уверен, что здесь среди вас есть родители. А если вы родители, значит у вас, по определению, должны быть дети. Мне за последние дни многие показывали фотографии своих детей и внуков.

Так вот, дитя. Понимаете, дитя... Вы – родители. Ребенку четыре дня, пять дней... Он понятия не имеет кто папа, кто мама. У ребенка еще нет этих концепций. Ребенок только что из утробы. Дни сменяют ночи. Я не знаю, о чем он думает. Так что, Ральф, успокойся, не гони. Я не могу вам сказать, какие мысли у этого ребенка. Но что же происходит? Дитя не знает кто отец, а кто мать. Но родители заботятся об этом



ребенке, волнуются и переживают, следят за ним и оберегают его. Ребенку не надо знать, что это – мама или понимать кто тут папа. Ребенок даже сказать еще ничего не может. И, конечно, как любой отец, я жду того дня, когда ребенок наконец-то скажет: «Папа!» И, разумеется, я надеюсь, что первым будет «папа», а не «мама»... Я жду этого дня. Но ребенок не знает, что я жду. А его продолжают холить и лелеять. Вот какие они – новорожденные. У них нет понимания силы, которая заботится о них и оберегает их. Но у них есть доступ к этой силе.

И глядя на все это, мне становится понятно, что я всего лишь новорожденное дитя на нашем Духовном Пути.

А Бог смотрит на меня и говорит: «Ты мой сын. Мой мальчик». Это не важно, что я не могу пока назвать Его по имени. Но мне не надо переживать по этому поводу. Я хочу научиться звать Его потому, что мне нужна забота, мне нужна защита, мне нужно направление в жизни, потому что моя уже давно идет наперекосяк. А теперь я вхожу в новую жизнь. В книге об этом говорится, что вы родитесь заново и корни обретут новую почву. И я встаю на этот путь, как дитя.

Так что, если вы новенькие и вам трудно – избавьтесь от этой старой идеи! А где это лучше сделать, как не здесь? Ведь когда вы заполнены вашим своеволием и вашим эго, прежде чем вы избавитесь от них, вы все равно двигаетесь в сторону, противоположную Силе.

Новорожденный... Таким я выхожу из Третьего в Четвертый Шаг.

Итак, понимание, что моя жизнь, построенная на моем своеволии, не может быть успешна – это условие номер один. Я даже не стану возиться со всем остальным, если это не так. А потом мы читаем: «Будучи уверенными, что наше «Я» во всех своих проявлениях было причиной нашего поражения...» Вот еще одно условие. Здесь мне приходится признать тот факт, что я проиграл. Но если вы на последнем издыхании

задаете вопрос: «А почему это я должен признать, что побежден?» Не останавливайтесь! Продолжайте делать то же, что и делали. Вы еще не побеждены! Продолжайте!

В этом процессе есть одна необходимая вещь, которую можете принести только вы. Никто другой за вас этого не сделает. Спонсор не может, Билл Уилсон не смог бы, Доктор Боб и все те, кто были в начале, не смогли бы... Никто из ваших друзей не сможет, ни ваша мать, ни ваши дети, никто не сможет. Есть только один элемент, одна составная частица, которую должен принести я – готовность. Готовность! И я не могу додуматься до готовности. Мне недостаточно желать ее. Мой опыт показал мне, что я обретаю готовность, только как следует получив по жопе. Это мой опыт. Я получил сполна и был достаточно сломлен, поэтому в октябре 1986 года я пришел к вам. На тот момент я был плодородной почвой.

Итак, «будучи уверенными, что наше «Я» во всех своих проявлениях было причиной нашего поражения, мы рассмотрели эти его обычные проявления». То есть, то каким Ральф появляется перед вами. Каким Ральф представляет себя вам. И нам дается рассмотреть это так, чтобы увидеть, что именно являлось причиной большинства моих проблем.

Книга говорит, что мы будем рассматривать три конкретных составляющих. Важных составляющих. И если я рассмотрю их, если я проведу инвентаризацию этих составляющих, то я преуспею в расчистке пути к своей Высшей Силе. Этот путь нужен мне, чтобы благодать этой Силы могла литься потоком. Так я подключаюсь к источнику.

Пожалуйста, не заблуждайтесь, я сегодня здесь не потому, что являюсь экспертом 12-ти Шагов и не потому, что Большая Книга Анонимных Алкоголиков или Шаги оставляют меня трезвым. Я сегодня здесь только потому, что мне абсолютно ясно одно – я трезв исключительно по милости Божьей. А Двенадцать Шагов даны мне для того, чтобы держать открытым канал по которому течет Его благодать. Они дают мне доступ к Божьей милости.

Некоторые считают, что им надо научиться идеально делать Шаги... ну, что ж... это похоже на попытку определиться в собственных глазах.

Если: «я напишу самую doskonaльную инвентаризацию», то это – «Я»! Если: «у меня самое большое количество под-спонсорных», то это по-прежнему «Я».

Все эти вещи необходимы. Но мне следует понимать, для чего они нужны. Потому что у процесса выздоровления, как и у всего, о чем говорится в Большой Книге, есть две стороны.

И такой, как я вполне способен извратить сущность того, ради чего этот процесс создан. Ведь целью процесса является уменьшить мое эго. Увеличить Бога, уменьшить Ральфа.

Но Ральф может использовать процесс, чтобы увеличивать себя! Увеличивать Ральфа и таким образом уменьшать Бога.

Эй, эй, эй!.. Что вы мне тут рассказываете?! Я провожу семинары, выступаю на разных конференциях... Вот он я – тут, перед вами, на Стэйтлайн!.. Что скажете?

Но, разумеется, я бы не демонстрировал это таким образом. Я бы прикрыл это соответствующим уровнем скромности. Само собой!.. А как же... ведь я мастер-манипулятор. Да-да, это я! Я умею показать себя скромным, но делать это с чувством превосходства.

Именно поэтому мне надо быть очень осторожным в своих действиях. Потому что я тот, кто в одиночку бродил по улицам в 3 или в 4 часа утра. И я больше не хочу. Я не хочу опять жить дома у своей мамы и валяться у нее на полу. Я не хочу отсутствовать в жизни моих дочерей, как раньше. Я не хочу снова идти по тому бесконечному пути.

Я попробовал нечто новое. И мне это понравилось. Поэтому то, что мы здесь делаем, очень важно для меня. И именно поэтому для меня важно упражняться в уменьшении своего эго.

Итак, Четвертый Шаг. Типичные проявления нашего «Я». Первое, о чем мы говорим, это обиды\*\*\*\*. Обиды... В книге сказано: *«Злоба – это «враг номер один»*. Там также сказано, что злоба *«обладала силой, способной убить»*.

Кто-нибудь верит в то, что злоба обладает силой, способной убить?

Хотелось бы посмотреть на количество поднятых рук...

Иногда я сам говорю, что верю. Но в этом случае, я повинен в том, что изредка надеваю на себя этот «пояс шахида». Потому что я не только периодически обижаюсь, но еще и люблю иногда посмаковать это чувство. Нет, я, конечно, понимаю, что злоба убивает, но разве некоторые люди тут и там не заслуживают порой того, чтобы их как следует обматерить?.. Их приходится тормозить периодически, а-то ведь они все что угодно могут учудить. Если их сейчас не остановить, где они будут на следующей неделе? Правильно? Ведь если ты не позаботишься о себе, кто же о тебе позаботится?!

Вот мы смеемся, говоря об этом. А вы посмотрите на собственный опыт.

Большинство вещей представляют для меня проблему, потому что в них есть крупинцы правды. Иногда такие крупинцы можно найти в том, что злоба и обида хорошо срабатывают. То есть, создается иллюзия, что они дают положительные результаты. И именно это делает их проблематичными. Кто-то достал вас, шеф на работе требует от вас чего-то... Я помню ситуацию на работе. У нас там был один работник, о котором все говорили «о, этот сумасшедший». Так вот однажды этот «сумасшедший» устроил истерику по поводу какой-то, как ему показалось, несправедливости. И вдруг я обратил внимание, что к нему перестали приставать. Разве это не показатель того, что обида сработала? Может быть, кто-то из нас является этим «сумасшедшим» и ведет себя иногда подобным образом.

И то же самое происходит у нас в отношениях. Вы вместе с кем-нибудь... и, спустя какое-то время, вы вдруг обнаруживаете, что только когда вы ведете себя как «сумасшедший», вас наконец-то оставляют в покое. Вот почему иногда кажется, что обиды дают положительные результаты. Создается впечатление, что они приносят мне уважение. Появляется иллюзия, что они защищают меня.

Кто-то обидел моих детей или поступил нехорошо по отношению ко мне. Кто-то причинил мне вред. И я прихожу к выводу, что, оставь я эту ситуацию без возмездия, и она может повториться. Разве мне неизвестно, что если я не позабочусь о себе, то кто же обо мне позаботится? Логично. Разумно.

Боб Дэрралл сравнивал это с компьютерными микросхемами и Программами, которые функционируют без нашего ведома. Например, Программа «Папа». Кто-то обидел мою дочь. И в мой мозг начинает поступать информация о том, что папа должен заступиться – он даже в тюрьму сядет, если надо. На кого это ты тут наехал? Моих не тронь!

Боб назвал это «мужской микросхемой». И вот «мужская микросхема» включилась. Надо постоять за себя. Что этот парень сказал мне? Да еще и при всех?! Нет, это ему даром не пройдет. Нет, нет, нет!

Я ведь из тех, кто предпочтет, чтоб мне «вломили», чем дать повод думать, что я испугался. Потому что я не имею права показать страх.

И вот я уже полностью поглощен создавшейся ситуацией. «Мужская микросхема» заработала на всю мощность... Кто он такой?! Я не позволю ему так с собой разговаривать!

Кстати, тюрьмы полны ребят, которые доказали, что с ними нельзя так разговаривать. Их «компьютерная Программа» начала работать, и они пошли у нее на поводу.

Все это имеет прямое отношение к обидам.

В беседах о нашем процессе выздоровления я не говорю о Шагах, как об отдельных домашних заданиях. Ведь они на

самом деле представляют собой череду объединенных действий, которые лично для меня являются стилем жизни. И все они взаимосвязаны. Они как бы держатся один на другом. А иначе у меня ничего не получится.

Помните, нам сказано, что мы должны полностью отказаться от наших старых идей?

На моей домашней группе говорят: «Нельзя тащить улицу в эти комнаты». И действительно, этот менталитет здесь не работает. Там, на улицах, ты ничего никому не рассказываешь. Ни о своих делах, ни о своих чувствах. Ты никогда не показываешь страха, волнений или переживаний. И ты уж точно никому ничего не прощаешь и не спускаешь. Ты пресекаешь все тут же на месте.

Но здесь ты должен вдруг оставить все это позади. И тебе приходится снова и снова, и снова практиковать смирение. Для меня это и по сей день один из самых трудных элементов Программы. Смирение. Оно является ключевым для моего выздоровления.

И мне необходимо научиться видеть силу в смирении. Иначе я не смогу делать всю остальную работу по Шагам. Я не смогу делать ничего. Просто не смогу.

Правда, здесь мне помогает такая вещь, как безысходность. Она говорит мне: «Ральф, если ты не будешь принимать это лекарство, то вот что произойдет...» С безысходностью особо не поспоришь. И еще мне помогает осознание того, что я не просто обижаюсь, а вынашиваю эту обиду. Именно благодаря всему этому я начинаю понимать, какую разрушительную роль в моей жизни играют обиды. Я ведь держался за них потому, что считал их плодотворными и считал их ценными.

Мне доводилось слышать, как люди говорили, что они оставались трезвыми долгое время благодаря обиде. Но только потому, что вы сказали это, для меня вовсе не значит, что это правда. Даже если вы говорили о себе. Это, как если бы

кто-нибудь сказал: «Я поборол раковую опухоль обидой. Доктор сказал, что мне осталось жить совсем недолго. Я обиделся и ...» Правда, он забыл упомянуть, что ходил на сеансы химиотерапии, принимал лекарства и следил за диетой. Однако он заявляет, что причиной его выздоровления стала обида. Ничего подобного! Нет, нет, нет.

И вот кто-то говорит, что он полтора года был трезвым от обиды. Правда, в это время он ходил на собрания и читал литературу, т.е. предпринимал какие-то действия.

Поэтому, когда один приятель в начале моего выздоровления сказал мне, что я не смогу остаться трезвым (а скорей всего он и сказал-то не совсем это), я только кивнул в ответ. Видите ли, обиды никогда не работали у Ральфа У. Никогда.

Однако всегда найдутся желающие поспорить: «Слушай, Ральф, а как насчет того, что Майклу Джордану сказали, дескать, он не сможет пройти конкурс в команду. И он говорит, что эта обида подтолкнула его к дополнительным усилиям?»

Ну, на это я бы ответил, что им руководило стремление, а не обида. Но тут спор ни о чем.

А что вообще такое обида, о которой мы говорим?

Многие скажут, что это значит заново переживать или почувствовать что-либо.

Знаете, у меня тут имеется одна сексуальная тема, которую я часто вспоминаю, но безо всякой злобы.

Заново переживать боль, утрату или несправедливость – вот о чем речь!

Гнев – это человеческий инстинкт.

Сидим мы с друзьями, беседуем... Вдруг один из них встал и пошел куда-то. А я не успел рассказать то, что хотел. Эй, ты куда?! Я злюсь. Обычный человеческий инстинкт. Злоба дает адреналин. Порой она вынуждает к действиям. Она способна мотивировать. А вот та обида, о которой мы говорим, обладает силой убить нас. Вот чего мне надо сторониться.

То есть речь идет о негативных переживаниях.

Воображаемые или реальные – они одинаковы по силе.

Я прихожу на собрание, подхожу к столу, а те, кто за ним сидит, только что смеялись, но когда я приблизился, они замолчали. Первая мысль, которая приходит мне в голову: «Они говорили обо мне. То-то же они перестали смеяться, когда я подошел». И вот собрание уже подходит к концу, а я продолжаю думать: «И чего это Чарли посматривал на меня с такой усмешкой? А что там Боб делал среди этой кофлы? Он же мой друган! С какой стати он вдруг с Чарли тусуется?»

Вскоре я обижен на всех, кто сидел за этим столом. А потом мне становится ясно, что все, кто ходят на это собрание просто прикидываются выздоравливающими. Короче, на это собрание я больше ходить не буду. И тут уже не потребуется много времени для того, чтобы прийти к выводу, что в Анонимных Алкоголиках все обманщики. И я вообще перестаю ходить на собрания Анонимных Алкоголиков. А потом, вдруг... я опять слоняюсь ночами по улицам...

Однажды я пришел домой и увидел бокал вина на столе. А у меня и у моей тогдашней жены на тот момент было по 12 лет трезвости.

Я спросил:

- А кто к нам приходил?

- Никто.

- Да ладно тебе... Кто тут был? Это чье вино?

- Мое.

- Ты серьезно?

Вот как бывает...

Ты приходишь в Анонимные Алкоголики, и тебе кажется, что все тут идеальные. Но, спустя какое-то время ты начинаешь замечать обычные человеческие качества. Ведь мы люди. Это не клуб хорового пения. Это – Анонимные Алкоголики. А когда пробудешь здесь достаточно долго, то начинаешь замечать все свойственные людям качества не только у отдельных членов АА, но и у тех, с кем живешь и на домашней группе.



Ты видишь проявления этих качеств у всех и повсюду. И ты разочаровываешься. И ты начинаешь осуждать. Да и сам в себе ты начинаешь ощущать поддельность. Так ты начинаешь отодвигаться от того, что спасло твою жизнь. Поверьте, я знаю, о чем говорю. Это мой личный опыт.

Моя жена пила после этого 4 года. А началось именно так, как я вам рассказал.

Так что же мы делаем с этими обидами?

Мы излагаем их на бумаге. На бумаге.

Я из старой школы. Сегодня многие предпочитают пользоваться компьютером. Я не вижу в этом ничего плохого. Изложите как угодно, но сделайте это! Что касается лично меня, то я нахожу силу в ручке и бумаге.

Итак, *«поводы нашего озлобления мы изложили на бумаге»*.

Записываем их – людей, инстанции и принципы, которые нас разозлили!

Потом я спрашиваю себя; почему я зол на них. Это вторая колонка нашей инвентаризации.

Мне нравится, как она показана в Большой Книге. И я пишу свою инвентаризацию так же.

Если вы посмотрите в Книге, то увидите, что там показаны три колонки. Но буквально через 2 страницы пойдет речь о четвертой колонке.

В первой колонке мы перечисляем тех, на кого мы обижены. Во второй – за что мы на них обижены. В этой колонке мы тычем пальцем в окружающих. Это та колонка, в которой большинство из нас всегда жили. За что мы злимся на этих людей? Причина.

- Я злюсь на отца.

- За что?

- Потому что он алкоголик. Он ушел от нас. Он был слабым человеком.

Каждая из этих причин – это отдельная обида. Я нумерую их и пишу каждую отдельно, но очень сжато. Не пишите

сочинение. И не сваливайте в кучу разные обиды. Я краток в описании своих обид, потому что это позволяет мне увидеть истинное положение вещей.

Суть причины – вот что меня интересует.

- Я обижен на Майкла.

- Почему?

- Я одолжил ему денег. Он обещал отдать мне их. Но я не видел его на последних трех или четырех собраниях. А теперь он избегает меня. И, когда мы встречаемся, он начинает оправдываться и обещать, что скоро вернет мне долг...

Нет-нет-нет!

Он должен мне денег! Все!!

- Он наврал мне и не сказал правду.

Это одна обида!

Он врал мне.

Не надо повторяться. И будьте краткими. Избавьтесь от словесной шелухи. Если понадобится поговорить об этом более детально, у вас будет такая возможность в Пятом Шаге.

Потом я перехожу к третьей колонке – что у меня задето. И это вы тоже найдете в Книге.

Мое чувство собственного достоинства.

Кстати, я пользуюсь своими определениями этого понятия. Возможно, в словаре вы найдете другие... Но, для меня и для тех, с кем я работаю, мои определения доказали себя хорошим подспорьем.

Мое чувство собственного достоинства – то, как я сам себя оцениваю.

Гордость – то, как я думаю, меня оценивают другие. Она является составной частью чувства собственного достоинства, но заслуживает того, чтобы взглянуть на нее отдельно.

Мои амбиции – кем или чем мне надо быть, для того чтобы я хорошо себя чувствовал.

Моя безопасность (физическая, эмоциональная) – что мне надо для того, чтобы у меня было все в порядке.

Мои взаимоотношения с другими людьми – любые отношения, в которых не фигурирует секс.

Мои сексуальные взаимоотношения – любые отношения, в которых фигурирует секс, будь он реальным, потенциальным или воображаемым.

И мои финансы – деньги, собственность, недвижимое имущество. Хотя они имеют отношение к безопасности, я предпочитаю отделять их.

Итак, я рассматриваю эти семь составляющих моего «Я».

По отношению к каждой обиде в моем списке я спрашиваю себя, что из этого было задето.

Возьмем пример с моим отцом.

Мой отец ушел от нас. Что было задето?

Мое чувство собственного достоинства – каким я вижу себя: если бы он любил меня, он бы не ушел. Я не заслужил его любви.

Моя гордость – то, каким я думаю, другие видят меня: он явно был не высокого мнения обо мне, иначе бы он не бросил нас. И я думаю, что все окружающие презирают меня и моих братьев, потому что у нас нет отца.

Мои взаимоотношения с другими людьми: мои отношения с отцом испорчены. И это повлияло на мои отношения в школе. Ведь я все время врал о том, что происходит у меня дома. Мне было стыдно, когда на какой-нибудь праздник или на пикник в школу приходил мой дядя, а иногда вообще никто не приходил. Я избегал всех этих сборищ. Конечно же, это влияло на мои взаимоотношения с другими людьми.

Мои амбиции – чего я хочу для того, чтобы все было хорошо: мне хотелось иметь идеальную семью, как в Шоу Косби\*\*\*\*\*. Я хотел такого отца как в этом шоу. Чтобы он всегда брал меня везде с собой и чтобы я мог гордиться им... Но мой отец не был таким.

Моя безопасность – что мне нужно, чтобы быть в порядке: мне нужен отец, который любил и защищал бы меня. Мне

нужен отцовский совет. Мне надо, чтобы отец показал и объяснил мне то, что только мужчина может показать и объяснить мужчине.

Сексуальные взаимоотношения... Стоп! Ральф, а каким образом твои сексуальные взаимоотношения были задеты тем, что твой отец ушел, когда тебе было 8 лет?

В этом месте вы начинаете видеть пользу инвентаризации. Потому что цель инвентаризации не в том, чтобы написать кучу всего, что вам и так известно. Цель инвентаризации – увидеть то, на что я никогда раньше не обращал внимания. Что движет мною? Что меня мотивирует? Во что я верю? Каковы мои ценности?

Начав смотреть на эти вещи, я обнаруживаю, что не знал, как быть мужчиной. А еще я всегда боялся, что вам это известно.

Парни вокруг меня умели быть мужчинами. Я не умел. Они словно знали какой-то секрет, которого я не знал. И я боялся, что все будут знать о моем незнании.

На самом деле я всегда боялся женщин. А когда дело доходило до отношений, я старался купить их. Потому что в глубине души был уверен, что если вы действительно узнаете меня, то я вам не понравлюсь. Мой отец бы человеком слабым и черствым. И я не осознавал, как сильно эти качества проявились в моих отношениях с женщинами. Ведь если вы меня узнаете, я вам не понравлюсь. Я умею себя преподнести... Я хорошо прохожу интервью. Милые женщины, когда вы встречаете моего представителя, у нас все идет хорошо. Но, в конечном итоге, вы познакомитесь с Ральфом...

Отношения ведь очень часто сводятся к встречам представителей! Когда подразумевается секс, вы встречаете моего представителя, а не меня. Потому что я живу в страхе, что Ральф не понравится вам.

Финансы: разумеется! Моя мать в одиночку растила шестерых пацанов. И хотя отец денег не давал, потому что его с

нами не было, теоретически он должен бы был оказывать финансовую поддержку.

Итак, получается, что каждая из семи составляющих была задета в одной этой обиде.

Вот как я их пишу.

Чуть позже в книге нам сказано: *«Мы пришли к пониманию, что мир и люди повелевали нами».*

Это обо мне. Вот абсолютно точное описание меня. Я всецело под властью того, что вы думаете обо мне. И я готов делать все необходимое, чтобы изменить, создать или исправить ваше мнение о Ральфе. Я полностью подчинен этому.

И мне предлагается посмотреть на это с новой точки обзора.

Я смотрю на две вещи в четвертой колонке инвентаризации.

Первым делом я спрошу себя, в чем я был эгоистичен, нечестен, корыстен или труслив.

И я продолжу рассматривать эти вопросы в примере с моим отцом.

Эгоистичен – заинтересован только своими желаниями, запросами и потребностями.

Так в чем же я был эгоистичен?

В этой обиде я никогда не подумал о нем. Я думал только о себе. Я никогда не задумывался над тем, каково ему было работать уборщиком с образованием в пять классов с шестью сыновьями, которых надо было растить. Я не задумывался о тех страхах, которые терзали его. Каково ему было?

Я сам отец. У меня высшее образование. У меня только двое детей. А я иногда боюсь быть отцом. Я пугаюсь ответственности. Я мечусь, потому что не чувствую себя уверенно. Я ошибаюсь, сбиваюсь, путаюсь... То есть делаю все то, что делают люди. Я иду по той же дорожке, что и мой отец. Но я эгоистичен. А значит, думаю только о себе. Я думаю только о том, как это подействовало на меня.

Нечестен: я обижен, что отец ушел от нас. А он не ушел. Моя мать выставила его. И я это знал. Знал. Но обиду не интересуется правда. Обида хочет только, чтобы чувство продолжалось и будет всячески подогрывать его... Я ведь годами рассказывал всем, что отец ушел от нас, хотя прекрасно знал, что мать выгнала его. Он скорее всего был шокирован и огорчен больше всех. И уж точно больше меня. У меня-то было, где жить! А ему сказали выметаться.

И еще один аспект моей нечестности в этой обиде заключается в том, что когда мать выгнала его, мы с братьями радовались, мол «хорошо, что он свалил». Теперь, глядя на это, мне, как сыну, нечем особо гордиться. И ведь у меня не было неприязни к моему отцу. Он никогда не обижал нас. Его редко можно было застать дома. Да и не испытывал я к нему никаких чувств. Я даже толком не знал его. Но я-то всем говорил, что он ушел от нас. То есть, у меня тут нечестность вырисовывается. Вот как!.. Словно я весь из себя такой расстроенный, что он нас бросил. И все эти мои обиды на него, мои задетые амбиции, что он не был таким, как мне хотелось... А мой отец просто не мог быть таким. Видите ли, одно из проявлений нашей нечестности, это когда мы хотим от человека того, на что он не способен. Я с таким же успехом мог хотеть, чтобы мой отец был два метра ростом, а он был метр шестьдесят. И я обижен на него за это.

Мой отец просто не мог быть таким, как мне хотелось. У него было 5 классов образования и он работал уборщиком. Да...

Так что мой эгоизм и моя нечестность выражаются в моих ожиданиях и желаниях от вас того, на что вы не способны! Вы просто не можете быть такими. Но я виню вас в этом и считаю, что вы несете за это ответственность.

Эта обида для меня оказалась одной из самых значительных. Ведь у меня такое отношение было не только к отцу. Я увидел его и в других своих обидах.

В книге сказано: «Обратите внимание на слово «страх», указанное в скобках...»

И буквально там же спрашивается, в чем мы были эгоистичны, бесчестны, корыстны и испуганы.

Явно «страх» достаточно важен, коль о нем упоминается два раза подряд.

Отец ушел от нас.

Боюсь, что на меня будут смотреть свысока. Боюсь, что обо мне будут говорить. Страх унижения. Боюсь, что не дотягиваю до уровня всех остальных. Боюсь, что не получу то, чего хочу. Боюсь того, что вы все обо мне подумаете. Страх, страх, страх, страх, страх, страх, страх, страх, страх ...

И это всего лишь один из примеров.

Вопрос, который мне часто задают: «Сколько людей должно быть в инвентаризации обид?»

Я не берусь называть какой-то минимум или максимум. Все люди реагируют по-разному. Одни обидчивей других. Да и в Книге ничего не сказано про то, сколько обид *должно* быть.

Но, особенно если вы никогда не делали инвентаризацию, я рекомендую рассматривать обиды группами. Например – семья. И признаюсь, что мне редко удается найти человека из близкого окружения, по отношению к которому в какой-то момент я бы не уловил чувство обиды. Я не редактирую и не вычеркиваю никого. Имя всплывает – я записываю. Хронологический порядок не имеет никакого значения. И я не начинаю размышлять: «Ну, сейчас-то я же не злюсь на него!..» Нет-нет! Так нельзя. Это не катит.

Я написал о своей бабушке. Она умерла еще до этого. И мне нечем там гордиться. Но инвентаризация не имеет никакого отношения к гордости. Она делается для того, чтобы я мог честно признать, каким человеком являюсь. И на что я способен. Выясняется, что порой я могу быть мелочным и нелогичным... Да, и это тоже есть во мне.

Поэтому я пишу. Пишу о семье, друзьях, одноклассниках... Если вы служили в армии – пишите о тех, с кем служили.

О людях в сообществе, о прихожанах в вашей церкви. Я пересматриваю свою прошлую жизнь и пишу о тех людях, которые были в ней. А поскольку это не последняя моя инвентаризация, единственное, что требуется – это тщательность и честность. Так что не парьтесь. Старайтесь быть настолько doskonaльными, насколько сможете.

И вы, спонсоры, не пинайте ваших подопечных, чтобы они писали больше и больше, и больше. Не надо швырять им обратно их список, словно плохо сделанную домашнюю работу. Кончайте этот беспредел.

Помните, это не последняя ваша инвентаризация. Со временем они становятся лучше, детальней, глубже. Мои точно стали. И сегодня мне нравится этот процесс. Он стал для меня своего рода трамплином, который позволяет мне достигать более высокого уровня честности, необходимой мне для дальнейшего духовного роста. Ведь инвентаризация сама по себе не является моей конечной целью.

- Ральф, а что если я не вижу своей вины в обиде? Вот ты рассказал про отца и там все понятно. Но, как насчет настоящей, уважительной обиды? Например, все, кто следят за новостями, слышали про Джерри Сандаски\*\*\*\*\*. Как насчет тех мальчишек, которые стали его жертвами? Представь себе, что они попали к нам в сообщество. Ведь у них бы точно была обида на него.

Я – этот мальчик.

Тренер – тот, на кого я обижен.

Причина – он меня растлил.

На что это повлияло?

Здесь, я полагаю, будут задеты все семь составляющих.

Но, Ральф, остановись! Здесь суть не в них.

В чем моя вина? Ведь предполагается, что это случилось со мной. Я – тот мальчишка. Давайте поищем мою вину в этой обиде.

Относительно обид есть один очень, очень, очень, очень важный факт. Очень, очень важный.



Освободиться от обиды не означает, что я оправдываю такое поведение, что я смиряюсь с ним или, что я снимаю ответственность с человека, совершившего этот поступок.

Иногда, тут и там, с обычными людьми случаются кошмарные вещи. Действительно ужасные поступки совершаются очень плохими людьми по отношению к хорошим людям. Такое бывает.

Большинство моих обид рождаются в моей голове. Но порой происходят вещи действительно трагические. И с ними тяжело справляться. Особенно таким, как мы.

И, я уверен, здесь сейчас кто-то думает, что если я отпускаю обиду, значит, меня устраивает такое поведение. Если я освобождаюсь от обиды, то не считаю дядю Чарли ответственным за его поступок по отношению ко мне. То есть, перестав обижаться, я как бы заявляю, что действия дяди Чарли приемлемы. И таким образом я даю возможность чему-то подобному снова случиться со мной.

А обман в том, что нам кажется, будто эта обида нужна, потому что необходимо за что-то держаться. Ведь если я все отпущу, то, что же тогда у меня останется?

Только вы сами знаете, помогает вам эта обида или мешает. Если она работает для вас, пусть и дальше работает. Но, если она создает преграды, если в моей постели я постоянно ощущаю присутствие еще одного человека, если из-за этой обиды я не могу сблизиться с тем, кто рядом, если я не чувствую себя комфортно на семейных торжествах, если я не могу преодолеть отстраненность от близких мне людей, если эта обида делает *со мной* больше, чем *для меня*, то мне следует избавиться от нее.

И хотя цель Четвертого Шага, как и всех остальных Шагов, урезать мое эго, но иногда оно может принести мне пользу. А мое эго, пока я нахожусь в процессе инвентаризации, по-прежнему живо и полно сил. Но здесь я даю ему быть полезным мне следующим образом. Я говорю себе:

- Да, дядя Чарли, ты пришел ко мне в постель, когда я бы восьмилетним мальчишкой. Но теперь мне 48, и тебе пора убраться отсюда. Ты больше не будешь следовать за мной повсюду!

Это требует труда, и это не происходит в одночасье. Это – процесс. Но мне необходимо знать, что я двигаюсь в этом направлении. Я перестаю жить прошлым.

В Книге сказано: *«Наш путь был таким: мы пришли к заключению, что люди, причинявшие нам зло, были, возможно, духовно ущербны. Хотя нам не нравились симптомы их недуга и то, что они были несправедливы по отношению к нам, все же они, как и мы, были больны.»*

Эй, я не так болен, как этот мудака! Правильно! Я болен, как тот мудака, которым я являюсь! И то, что я не полезу в кровать к маленькому мальчику, вовсе не означает, что я не вытворю какую-нибудь мерзость. Они, как и мы... Часто люди пытаются сравнивать уровни заболевания и думают, что там должны быть совпадения. Нет, нет, нет, нет, нет!

Я гарантирую вам – вы находитесь в чьей-то инвентаризации!.. Что, разве не так?.. Ну, да, я один такой... А чего вы так нервно захихикали? Знаете ведь, что вы сидите у кого-то в инвентаризации! Да-да, можете не сомневаться! Ага... Ха... Мы всегда у кого-нибудь в инвентаризации.

*«Они, как и мы, были духовно больны.»...*

А их самое трудное для принятия поведение как раз и демонстрирует с абсолютной очевидностью, что они были духовно больны!

И ведь, если вдуматься, вы сами себе говорили про таких людей – «больной ублюдок» или «больной еще кто-то там»... Да. Правильно. Он – больной.

И я знаю, что встав на этот путь и прочитав в книге фразу: *«Мы просили Бога помочь нам относиться к ним с той же терпимостью, с тем же состраданием и жалостью, с которой мы отнеслись бы к больному другу»*, многие начинают с ужасом думать:

- Сейчас они будут говорить мне, что я должен простить... Стоп-стоп-стоп!.. Не забегайте вперед. Вы пока еще не способны по-настоящему прощать. Здесь мы только смотрим на ситуации с новой для нас позиции. Здесь мы пытаемся освободиться от злобы.

- Но, Ральф, а что если я буду молиться за тех, на кого обижен? Может тогда я смогу их простить быстрее?

За *них*?.. Почему нет? Хуже не будет. Молитесь. Это не повредит. Но, это не то, что нам предлагает Большая Книга. Это взято из историй, которые менялись от издания к изданию. Они не являются частью инструкций и не входят в рабочий текст. Они даются для идентификации. А наши инструкции такие же сегодня, какими были изначально. Они не изменились в отличие от историй. В Книге сказано, чтобы «мы просили Бога помочь **нам**...» *Нам*, а не *им*! Нет, вы ничего не испортите молитвой за них. Но, сейчас помощь нужна *нам*! Поэтому, я следую инструкциям и продолжаю двигаться в инвентаризации. Нигде в Книге я не нашел, что мы тормозим или останавливаемся в процессе Шагов. Наоборот, нам постоянно напоминают, что от нас требуются *действия*! Единственная передышка на час дается нам в конце Пятого Шага.

А сейчас я в обидах. И мне надо увидеть проявления своего «Я».

Ведь я стараюсь разогнуться, освободиться от груза моей злобы, выпрямить спину.

- Я даже не осознавал, что так долго ношу с собой эти обиды. Я сгорбился под этой тяжестью.

Да потому, что ты таскаешь весь этот хлам! Пора отпустить их... Отпусти.

Возьмите от этой Программы все, что она предлагает. Вы можете довольствоваться облегчением, которое дает эта Программа. Оно заключается в том, что вы перестанете

употреблять алкоголь. Или же вы можете обрести свободу. Многих устраивает облегчение. Но у нас кроме этого есть освобождение. Вы понимаете? Освобождение. Свобода.

Это свобода от оков моего «Я».

Не от дядюшки Чарли. Дядя где-то там в Нью-Йорке или в Коннектикуте... или еще где-нибудь. Но он здесь, у меня в голове.

Свобода от самого себя! Ведь я тот, кто таскает с собой дядю Чарли!.. Wow!.. Вот оно как...

А я хочу быть свободным. Хочу. Но это нелегко. Да, это трудно. И поэтому я рад, что у меня есть наше сообщество. Поэтому я рад, что у меня есть Большая Книга – наш путеводитель. Поэтому я рад, что у меня имеется *«образец, по которому жить»*. Поэтому я рад, что, встав на колени, могу попросить избавить меня от меня. Потому что я сам не могу справиться с собой. Мне нужна сила, которая может сделать это. И это процесс, а не событие.

- Но, Ральф, я сделал Четвертый Шаг. И я сделал Пятый Шаг. Я писал про дядю Чарли. И я проговаривал эту тему. Но я все никак не могу избавиться от мыслей об этом...

Так ведь это потому, что в нашей Программе не пять Шагов, а двенадцать! Освобождение не придет только потому, что я написал и проговорил. Но это то место, откуда освобождение начинается! Именно поэтому нам дается последовательный ряд действий, совершая которые, мы духовно пробуждаемся. Они разбудят во мне то, о чем я ничего не знал, о чем даже не догадывался – то, что спало во мне долгим сном. И я войду в этот мир радостным, счастливым и свободным. И я буду получать удовольствие от той жизни, которая раньше была мне в тягость. Я обрету то, о чем раньше и не мечтал. Хочу ли я этого? – вот вопрос, на который мне придется ответить самому себе. Хочу ли я?..

Так я берусь за свою инвентаризацию и впервые начинаю смотреть на себя. Но, не надо бояться. Да, это будет болезненно. Но не смотреть будет еще больнее. Блин, я не хочу

копаться в этом... А само оно никуда не уйдет. Это то, что портит и разлагает все остальное. Обиды, как испорченные помидоры или грибы. Это одно из качеств наших обид. Наша остальная жизнь, кажется, в полном порядке. Вот все идет как по маслу... Даже уже прописаны и обсуждены основные обиды. Но если вы примите решение придержать ту одну, не трогать ее, то это все равно, что оставить один гнилой помидор в пакете с десятком хороших помидоров. Как вы думаете, что произойдет, если не убрать этот гнилой помидор из пакета? Они все сгниют!

И то же самое происходит со мной. От одной обиды заражается все мое мышление.

А их сходство с грибами в том, что обиды разрастаются!

То есть, они не только портят все хорошее, но еще к тому же и размножаются!

Я-то думал, что привел в порядок свое прошлое, что весь мусор вынесен из дома... И вдруг выясняется, что я не был тщателен в своей инвентаризации. Я не говорю про те обиды, которые сразу не вспомнил. Я говорю о тех, которые решил не трогать.

Дядя Чарли. И никуда мне не деться. Значит, я приступаю к этой инвентаризации...

Я рассматриваю ситуацию.

*«...они, как и мы, были духовно больны»!*.. И, попросив Бога помочь мне относиться к ним с теми же терпимостью, состраданием и жалостью, которые я бы охотно проявил к больному другу, я спрашиваю себя, где я был эгоистичен, бесчестен, корыстен и испуган. В чем же моя вина?

Ну, во-первых, моя вина в том, что я держу эту обиду.

Теперь, смотрим дальше.

Эгоистично ли то, что восьмилетний ребенок не хотел, чтобы кто-то пришел к нему в комнату и изнасиловал его? Конечно же, нет. Это незгоистично.

Было ли это бесчестно?

Моя жена в своих выступлениях делится похожим опытом. И я иногда, с позволения, использую ее историю как пример. Она была жертвой инцеста. Отчим изнасиловал ее. И после этого он еще много раз приходил к ней в комнату... Так вот, когда она писала свою инвентаризацию, подойдя к вопросам в четвертой колонке, она поняла, что была бесчестной. Потому что, как говорит она, это превратилось из соращения в проституцию. Разумеется, это не подходит под каждую ситуацию. Я привожу этот пример потому, что кому-то эта тема может отозваться. А суть в том, что это начиналось принудительно, но потом она нашла для себя выгоду в этих отношениях. В них было что-то для нее.

Оказавшись в подобной ситуации, очень легко запутаться. Потому что в такой момент тело может отреагировать иначе, чем голова.

Это не происходит со всеми одинаково. Я в курсе, поскольку мне довелось и сдавать, и принимать много Пятых Шагов.

Но тогда из-за всего происходящего моя жена была полностью растеряна. Ведь ей стало нравиться то, что не должно нравиться. И, как я уже сказал, это не будет у всех одинаково, но в ее случае она была нечестной. Начиналось с растления, а закончилось проституцией.

Так что, если вы не готовы взрослеть, не садитесь за инвентаризацию.

Потому что, взявшись за это дело, я называю вещи своими именами. Да и как иначе? Это же *моя* инвентаризация! Начав приукрашивать или смягчать, я вру самому себе. Поэтому я не подыскиваю формулировки и определения. Я жесток по отношению к себе и тактичен по отношению к другим. По отношению к себе я всегда должен быть жесток.

Если вам не удастся найти свою вину в эгоистичности, бесчестности или в корысти, вы всегда найдете ее в страхе. Всегда.

Кто? – Дядя Чарли

Что он сделал? – Он совратил меня.

В чем моя ошибка? – Я боялся, что сам виноват в том, что произошло. Я боялся, что все узнают, о том, что произошло со мной. Я боялся, что я дефективный. Я боялся, что такой, каким являюсь, я никому не нужен. Я боялся, что у меня никогда ни с кем не будет близких отношений. Я боялся, что не достоин ни чьей любви. Я боялся, что все увидят это во мне. Я боялся, я боялся, я боялся, я боялся...

А, когда я боюсь – я злюсь.

Злоба никогда не бывает отдельной эмоцией. Она всегда маскирует что-то другое. Если я пугаюсь, то я злюсь. И я держусь за свою злость. И мне кажется, что она защищает меня. Так я отгораживаюсь от вас. Я отстраняюсь. Проходят годы. И вдруг я вижу, что возвел сооружения, за которыми замуровал себя. Я в тюрьме, которую сам построил.

Но у нас есть выход. Здесь мы находим решение этой проблемы.

Я почти всегда в своих выступлениях зависаю на инвентаризации обид. Потому что сам процесс инвентаризации завораживает меня. Он полон мистики. Но мне посигналили, что мое время уже подходит к концу. У меня осталось несколько минут. А у нас еще две инвентаризации.

Инвентаризация страха. Мы с вами довольно много говорили о страхах. Их мы тоже прописываем. *«Мы спросили себя: откуда у нас эти страхи?»*

В Книге есть занимательный, на мой взгляд, вопрос: *«Не было ли причиной то, что мы во всем полагались на себя и это нас подвело?»* Словно я и сам бы мог догадаться. Я, например, понятия не имел, что дело именно в этом.

Кстати, читая Большую Книгу, я часто беру утверждения, формулирую их как вопросы и задаю их себе, чтобы увидеть, как это относится ко мне.

И вот еще что, не утверждайте, что все в этой Книге является истиной. Откуда вы знаете, пока не проверили это на себе? Читайте ее! Потому что, если книга не может выдержать тщательной проверки, то она не стоит бумаги, на которой напечатана.

Это не стало правдой потому, что это в Книге.

Это появилось в Книге потому, что это правда!

В этой Книге собран *опыт* людей.

И не абсолютно все в ней совпадает с моим опытом. Но, могу поспорить, что даже те вещи, которые не совпадают для меня, совпадут для кого-то из нас. Вот, когда Билл рассказывает в своей истории, как он чуть не выбросился из окна – это его история. Так было у него. У меня этого не было. Но все равно в моей истории есть много общего с его рассказом. Например, когда он говорит о своем стремлении к успеху.

Но, вернемся к страхам.

*«Мы спросили себя: откуда у нас эти страхи? Не было ли причиной то, что мы во всем полагались на себя, и это нас подвело?»*

Я пугаюсь потому, что я, полагаясь сам на себя, не могу достичь желаемых результатов. Я не могу вас заставить любить меня. Я не могу заставить вас ценить меня. Я не могу заставить вас дать мне работу. И я боюсь идти к вам на собеседование, поскольку заранее уверен, что вы мне откажете. Это потому что сам по себе я не в силах добиться тех результатов, которых хочу.

Я боюсь своей слабости. Я боюсь, что у меня не будет достаточно денег. Я боюсь отказа и боюсь согласия. Я боюсь неудач и боюсь успехов. Я всего боюсь!

Стоп! Делаем шаг назад.

Бог либо все, либо ничего. Он либо есть, либо Его нет.

И возвращаемся обратно к фразе: «Не было ли причиной то, что мы во всем полагались на себя и это нас подвело?»



Бог либо все, либо ничего. Я точно на «все» не тяну. А если Бог не все, то я в страхе.

Я начинаю бояться жизни. Меня пугают мои финансы, моя ситуация на работе, мои дети, потому что они не делают так, как мне хочется. И я пугаюсь еще больше, потому что не вижу выхода из всего этого.

И когда в обещаниях нам говорится, что исчезнет страх по поводу экономической ненадежности, речь идет не о том, что я теперь знаю, откуда будут приходиться деньги. Здесь говорится о том, что у меня уже имеется опыт взаимоотношений с Источником Силы. А Он уже не раз позаботился обо мне. И я не знаю, как Он это будет делать дальше. Но Он всегда находил путь. Это все, что мне надо знать. Ответ на молитву не всегда приходит сразу. Но послушной список этой Силы показывает, что ответ придет.

Иногда я вынужден задать сам себе вопрос:

- Ральф, а почему ты решил, что вытащив тебя из болота, Он даст тебе утонуть в ванной?

Я – в ванной!

Я уже давно двигаюсь по этому пути. И мне знакомы страхи. Те самые, о которых я говорил. С деньгами не все в порядке. Ситуация на работе выглядит не лучшим образом. Эмоциональные бури. Разного рода стресс. То одно, то другое не ладится. Но, Бог либо все, либо ничего. И моя история показывает снова и снова, что Он внимает молитвам.

Что касается молитв, то они, может быть, и не изменят положение вещей для вас. Но они точно изменят ваше отношение к этому положению вещей. Они изменяют вас. Я всегда стараюсь помнить это. Ведь мне и сегодня приходится иметь дело с разными вещами, но я сейчас смотрю на них по-другому.

Ну, и последняя инвентаризация – это инвентаризация секса. Вообще-то ее бы следовало назвать инвентаризацией сексуального поведения.

Тем, кто никогда не имел дело с этой инвентаризацией, сразу скажу, что это не Камасутра для трезвенников. Это не о любимых позициях и не об экзотических местах... нет-нет-нет-нет-нет! Именно поэтому ее правильнее называть инвентаризацией *поведения*.

В отличие от таких журналов как «Космополитен» или «Мадемуазель», где вы найдете статьи типа «Качества, которые следует искать в партнере», эта инвентаризация позволяет мне увидеть качества, которые потребуются для того, чтобы я мог быть достойным партнером.

Единственное, что мы делаем – это проливаем свет на себя.

Я смотрю на то, что во мне. И на то во мне, что следует изменить для того, чтобы я был стоящим отношений. А эта перемена, в свою очередь, позволит мне искать тех отношений, которые я всегда хотел иметь.

Теперь быстро о Пятом Шаге... К сожалению времени на него не осталось. Даже не знаю, что обозначить, как самое главное в этом Шаге...

Те, кому доводилось принимать Пятый Шаг, знают, что это считается большой честью в Анонимных Алкоголиках. Это большая честь и большая ответственность.

Познайте чудеса спонсорства, единства, исцеления и служения!

Единство:

Я прихожу в содружество. Я хожу на собрания. Я знакомлюсь с людьми. И я наконец-то начинаю медленно поднимать голову... Кстати, я полюбил содружество еще до того, как полюбил нашу Программу.

Исцеление:

Двенадцать Шагов. Ими я лечу свою голову. С их помощью я нахожу путь к Богу и обретаю духовность. И я продолжаю это лечение...

Служение:

Это то место, куда я приношу обретенную духовность. Это самое высокое призвание в Анонимных Алкоголиках. Нет ничего выше. Увидеть, как загораются чьи-то глаза. Особенно, если вы пришли сюда такими же, как я – бесполезный, недостойный, никчемный, неугодный, нелюбимый...

Я пришел сюда. Вы показали мне, в какую сторону я должен двигаться. И я стал делать то, что вы говорили. Я стал работать с другими. Я стал слушать.

Меня все время спрашивают: когда я буду готов стать спонсором? Что для этого требуется?

А когда вы готовы иметь ребенка? Правильно! – Когда вы беременны. Вы квалифицированы, когда он рождается? Бог не зовет подготовленных, Он готовит призванных. Когда начнете работать с другими, тогда и научитесь. Вы не научитесь этому из книг. Вы не научитесь этому из рассказов своего спонсора. Вы научитесь, как работать с другими только, когда будете работать с ними. Вы научитесь быть спонсором, будучи спонсором. И вы научитесь принимать Пятый Шаг, слушая Пятые Шаги.

Каждый раз, когда я слушаю Пятый Шаг, я делаю Пятый Шаг. Я делюсь с теми, кого я слушаю. Для меня каждый Пятый Шаг – это особая привилегия. Потому что мне это показывает, что те, кто хочет поделиться со мною, ценят меня.

В Пятом Шаге есть вещи, которые мы не делаем.

Например, даже произвольно воскликнуть: «Ни хера себе!.. Во ты даешь!..»

Не-не-не-не-не!.. Нет! Это не катит. Не делайте этого! Даже не думайте!

Или что-нибудь такое как: «Ух ты... не могу поверить!.. Ты серьезно?!»

Это не те вещи, которые мы произносим в Пятом Шаге.

Да-а...

Сегодня у нас больше нет необходимости искать понимающего человека среди знакомых или идти к духовным лицам. Хотя, разумеется, вы можете сдать свой Пятый Шаг и слушателю религии и знакомому человеку, умеющему хранить тайны. Но большинство из нас сдают Пятый Шаг своему спонсору.

---

*В этом месте аудио запись прерывается, потому что Ральф превысил регламент. Стандартное выступление рассчитано на 60 минут. Всем выступающим даются дополнительные 15 минут на случай, если они не укладываются в отведенное время. После добавочного времени аудио запись останавливают. Таковы условия контракта с компанией, которая делает аудио записи. На момент остановки записи выступление Ральфа продолжалось около 76 минут. А его полное выступление длилось почти 90 минут. И хотя Ральф – известный опытный спикер, но в этот день он явно был на волне эйфории. Следует отметить, что когда он закончил выступление, зал разразился долгими бурными аплодисментами.*

*В переводе я убрал те части, где он восторгается предыдущими спикерами. На протяжении всего выступления Ральф периодически начинал хвалить не только говоривших до него, но и тех, кто выступал на этой Конференции в предыдущие годы.*

*Ральфа пригласили выступить по Четвертому и Пятому Шагам. Но, как видите, он довольно детально и интересно рассказал и о первых трех.*

*Последним на этой Конференции в тот год выступал Клэнси И.. Выйдя на трибуну, он поочередно поблагодарил каждого из спикеров за то, как они выступили по их темам. А когда очередь дошла до благодарности Ральфу, Клэнси сказал:*

*«А Ральфу отдельное спасибо за всю Программу!»*

*Об этом выступлении Ральфа У. до сих пор вспоминают с улыбкой...*

\* Харбор Лайтс – центры выздоровления для алкоголиков и наркоманов, которые были основаны Армией Спасения.

\*\* Боб Бизанз – трезвый с 1967-го года, один из самых активных и уважаемых членов АА, известный спикер.

\*\*\* парадигма – система идей, взглядов и понятий, различных моделей решения множества проблем, а также методов исследования, принятых за правило.

\*\*\*\* resentment – застоявшаяся обида, вызывающая негодование, возмущение, злобу или неприязнь.

\*\*\*\*\*Шоу Косби – популярный комедийный телесериал (1984-1992 гг.) про счастливую бруклинскую семью из папы-доктора, мамы-юриста и шестерых детей. В центре – главные темы творчества известного американского комика Билла Косби: семейные ценности и ломка стереотипов.

\*\*\*\*\*Джерри Сандаски – бывший заместитель тренера команды университета штата Пенсильвания по американскому футболу. Был признан виновным в педофилии. Приговорен к тюремному заключению на срок от 30 до 60 лет. В

2011 году предстал перед судом по обвинению в сексуальных домогательствах к несовершеннолетним мальчикам. Расследование по делу Сандаски началось весной 2008 г. – именно тогда мать некоего пенсильванского школьника (проходившего в судебных документах под псевдонимом «Жертва 1») заявила, что Джеральд двумя годами ранее домогался ее сына. В декабре 2010 года суд получил показания помощника тренера Майка Маккуэри – тот однажды застал Сандаски в душевой за занятием сексом с 10-летним мальчиком. Предполагается, что Майк днем позже сообщил об увиденном руководству – однако те никаких карательных мер не предприняли; Сандаски лишь запретили приводить в спорткомплекс детей. 4 ноября 2011 года Сандаски было предъявлено обвинение в 40 эпизодах преступлений сексуального толка. В общей сложности судьям удалось найти 8 мальчиков, так или иначе пострадавших от развратных действий тренера. 5 ноября Джеральд был арестован; уже в декабре число вменяемых ему преступлений увеличилось – у судей появилась информация об еще 12 эпизодах и 2 жертвах. Эти преступления Сандаски совершил за пятнадцать с лишним лет. Из суда Джерри Сандаски вывели в наручниках и перевезли в тюрьму. Обвинения против Сандаски потрясли университет, что привело к увольнению легендарного главного тренера по футболу Джо Патерно, который вскоре умер. Отстранен был и президент университета Грэм Спаньер.

## Кис Д.,

*трезвый с 11 мая 1976 года*

*Запись этого выступления сделана в городе Лафлин,  
штат Невада, 22 мая 1999 года.*

Всем привет! Я алкоголик. Меня зовут Кис.

По милости Бога, Анонимных Алкоголиков, комнат, наполненных такими людьми, как вы и небольших усилий с моей стороны, я не пью и не наркоманю с 11 мая 1976 года. И за это я бесконечно благодарен. Я признателен за то, что меня пригласили выступить здесь и считаю привилегией возможность находиться в Анонимных Алкоголиках. И я благодарен ребятам из моей домашней группы за то, что пришли поддержать меня.

Мне повезло. Я трезвый 23 года, а люди, которые видели меня, когда я пришел сюда, по-прежнему рядом со мной. «Малышка» Джек Каллахен, который пришел ко мне с 12 Шагом, до сих пор жив. Он живет в городке Фортон, штат Калифорния. Я звоню ему каждый вторник и всегда слышу от него о том, какой я был красавчик, когда он пришел ко мне домой 10 мая 1976 года. Он также всегда спрашивает меня, где я буду выступать. Когда я сказал ему о вашем приглашении, он попросил меня признаться, что без него мне бы было нечего сказать вам. Делаю это с благодарностью. Мой первый спонсор – «мерзкий» Рон – тоже здесь. Известнейшая личность. Вон он сидит с ребятами из моей группы.

Он видел меня в моем самом «лучшем» виде. Я тогда все знал. Сколько нужно знать, до того как ты узнаешь, что ничего не знаешь? Спросите своего спонсора. Он вам скажет. Я счастлив, что «мерзкий» Рон среди нас. И я глубоко признателен «старой гвардии».

Получились прекрасные выходные. Я всегда радуюсь, проводя время с друзьями в АА. У меня здесь много близких

людей. Я благодарен за долголетие этих связей. Как это здорово быть вместе и быть трезвыми!

В мире становится более спокойно, потому что я на собрании Анонимных Алкоголиков. Все, кто знает меня, рады, что я на собрании Анонимных Алкоголиков. И я счастлив, что нахожусь на собрании Анонимных Алкоголиков. Потому что, когда я здесь, мои желания и мои нужды абсолютно одинаковы. Я хочу быть здесь. И мне надо быть здесь.

Моя жена хотела приехать сюда вместе со мной. Но она, по моему, президент служения планеты Земля, ну, или что-то в этом роде... Поэтому ей пришлось остаться дома и командовать Ал-Аноном всего мира – держать их всех в узде. Иначе она была бы здесь, чтобы поддержать меня. Мы с ней вместе уже 39 лет. Мы подходим друг другу. Она, кстати, тоже безумно рада, что я трезвый и что я занят делом в Анонимных Алкоголиках.

Если вы новичок, то соберите на несколько минут до кучи вашу задницу и мозги, пока я тут буду делиться с вами маленьким кусочком АА.

Не знаю, родился ли я алкоголиком, но когда я впервые выпил – алкоголик родился. Первый раз я попробовал алкоголь, будучи еще совсем мальчишкой. Но я помню это. Ведь он сделал для меня то, что было нужно. Мне стало на все наплевать. У меня были все свойственные алкоголика чувства, о которых мы часто говорим. Они мучили меня. Я не понимал их и не знал, что с ними делать.

Я рос в семье алкоголиков, но знаю, что совсем не обязательно быть выходцем из такой среды, чтобы оказаться в АА. По меньшей мере, пять поколений моей семьи были алкоголиками. Мне хватило этой информации. Я не стал копаться дальше в семейном древе. Я вырос в семье эгоистичных, безумных, себялюбивых, эгоцентричных неврастеников и умудрился остаться живым. Я совсем не обижен на них. Да, если подумать, никогда и не был на них в обиде. Ведь в 36 лет

я оказался на собрании Анонимных Алкоголиков, где меня встретили эгоистичные, безумные, себялюбивые, эгоцентричные неврастеники, которые сказали мне: «Добро пожаловать! Ты – дома!» Поверите ли, но кое-что из тех вещей, которым я научился, чтобы выжить в своей семье, пригодилось мне для выживания в Анонимных Алкоголиках. Так что я не в обиде.

Я родился в Техасе, что не делает вас алкоголиком, однако само по себе является заболеванием. Чтоб вы поняли, о чем я, вот пример разницы между обычной сказкой и тexasской сказкой. Обычная сказка начинается: «Когда-то давным-давно жили-были...» А тexasская сказка начинается: «Вы не поверите в эту херню, но я все равно вам сейчас расскажу...»

Мой отец – адвокат. Но я и на это не в обиде. Он годами работал на меня за аванс. Он, кстати, тоже был алкашом. Сейчас он трезвый. Но в свое время он часто работал пьяным, и у него осталось чувство вины по этому поводу. При возможности я пользуюсь этим...

Однажды по пьянке мы оказались в одной камере. Я спросил его: «Ну, и как ты собираешься меня защищать? Мы же вместе сидим». Он ответил: «Не волнуйся. Нас поведут в суд одновременно. К тому же, я знаком с судьей!»

Отцу сейчас 84 года. У меня на 14 месяцев больше трезвости, чем у него. И я не даю ему забывать об этом. Я всегда хотел первенства над своим отцом, но не знал, что мне придется для этого прийти в АА. Семейное выздоровление – это моя история. Анонимные Алкоголики сохранили мою семью. Сегодня мы с отцом близкие друзья. Он позвонил мне на днях и рассказал, что сыграл 18 лунок гольфа и отлюбил 69-летнюю женщину дважды. Он пояснил, что важно сначала отыметь женщину, а уж потом играть в гольф... Я сын своего отца. Я хочу быть таким же, как он. Он – молодец. По-прежнему живет в Оклахоме, и мы с ним часто видимся, чему я очень рад.



Мы с женой вместе уже 39 лет. Нам довелось пройти через большую часть заболевания. У нас дочь, которой 36 лет. Три месяца назад она родила нам внучку. Последние 15 лет наша дочь живет в Италии в Милане. Она активный член Ал-Анона. Они с моей женой состоят в нем 23 года без каких-либо перерывов или отпусков. Это то, с чем я пришел в Анонимные Алкоголики – со своей семьей, заразившейся от меня алкоголизмом.

Когда я пил, то вечно попадал в крупные передряги.

На этой земле есть три категории людей: те, кто ждет, что что-то произойдет, те, кто наблюдает за тем, что происходит и те, кто вершит происходящее. Я из этой последней категории. Я тот, кто создавал ситуации. Куда бы я ни подался – там всегда начинались неприятности.

В раннем возрасте мой дядя, который был врачом, поставил мне диагноз «сверхактивный ребенок». Мне прописали амфетамины, чтобы замедлить меня. Я и по сей день не знаю, зачем давать кому-то наркоту, в которой столько энергии, что чувствуешь себя, словно летишь со скоростью 200 км/ч, не двигаясь с места. Но я не жаловался. Я сразу полюбил это состояние. Оно только улучшило качество моего пьянства. И, соответственно, поспособствовало тому, что я дольше продержался на плаву.

К 18 годам я уже был женат и разведен пару раз. Я не дурак. Я, конечно, больной, но не тупица. Одна из этих дамочек была дочерью человека, который входил в десятку самых богатых людей в Техасе. Через 9 месяцев после этой женитьбы мой тесть позвал меня к себе и сказал: «У меня много денег». «Я заметил это, – кивнул я в ответ». Он продолжил: «Я бы не заработал таких денег, делая плохие вложения. А ты – плохое вложение». Короче, брак был аннулирован. Думайте, что хотите.

Я занимался небольшим бизнесом в Техасе – перевозил и продавал сельскохозяйственную продукцию – урожай безобидного растения под названием марихуана. Я торговал ею,

а не курил ее. Это большая разница. Потому что, если вы курите ее, то вам надо идти в НА. А если вы только продаете ее, то тогда можете приходить в АА. С этим делом я попал в мелкую передрыгу в городе Фотр-Уорт (штат Техас) – меня повязали. Деваться было некуда. Пришлось отмотать небольшой срок.

Когда меня выпустили, я сразу позвонил своим лучшим друзьям «Жирному» и «Гусю». Я попросил их встретить меня на железнодорожном вокзале в Амарилло (штат Техас). У меня было 100 долларов. Я купил себе билет на поезд, полгаллона (почти 2 литра) виски и пакет беников\*. Выпил виски и поехал... Приехав, я увидел своих корешей, которые ждали меня. Они сидели в стареньком грузовичке «Chevy». Батарея у них сдохла, потому что они сидели там уже полтора дня и все это время слушали радио, хавали «экстази» и глушили самогон...

Я заглотил горсть беников, запил это дело «белой молнией»\*\* и меня размазало по стене... Бум! Ничего еще не произошло, а я уже был в полной уверенности, что шикарной и быть не может. Эйфория предварительного ожидания частенько лучше кайфа.

Потом я залез к ребятам в грузовичок и заявил им, что надо менять свою жизнь и что мне пора завязывать общаться с такими отбросами, как они. Ведь именно из-за них я постоянно попадаю в какие-то неприятности. Ну, и еще из-за женщин. Мне всегда попадаются больные на всю голову... Постройте их в шеренгу и я всегда выберу безошибочно самую рехнувшуюся. Каждый раз!

Ребята соглашались со мной и понимающе кивали...

Был субботний вечер, когда мы въехали в город. Мы отправились в клуб, где народ танцевал «кантри». В перерыве, пока музыканты отдыхали, я вышел на улицу в поисках приключений. Там стояли ковбои с танцплощадки. Я во всеуслышание объявил: «Пахан вернулся! Кто тут у вас самый крутой? Подходи, коль не страшно!»

Пара хорошо поддавшихся пареньков бросилась ко мне. Я врезал одному из них и, увернувшись от другого, забежал в женский туалет, потому что понимал, что в такую потасовку без каски не суются – там могут и башку проломить...

Дамочку, которая стояла в туалете, я попросил: «Дорогая, дай мне знать, когда бойня закончится». Спустя несколько минут, она высунулась за дверь, а потом сказала мне: «Можешь выходить, ковбой». Вечер продолжился. Музыканты играли. Она под боком. А я не трачу время впустую.

Я пригласил ее потанцевать, и мы разговорились. Я спросил: «Ты откуда? Я тебя раньше здесь не видел». Она ответила мне: «А ты откуда? Я тоже тебя раньше здесь не видела». Я объяснил, что меня намеренно выпустили из тюрьмы. Как выяснилось, она совсем недавно вышла из приюта для матерей-одиночек. Узнав об этом, я воскликнул: «Эй, лапонька, мы созданы друг для друга!» Больных ведь тянет к больным.

У нее была машина, водительские права, работа, денежный счет в банке – она подходила мне по всем параметрам. Ведь у меня не было ничего из этого!

Так мы с ней наскоро построили то, что с легкой руки можно было назвать семьей. Мы встречались всего две недели, а нас уже стали называть «молот и секира». Бойня продолжалась безостановочно. Я порой не сразу понимал, что она очередной перепалкой закончила нашу ссору, начавшуюся неделю или две назад. Жестокие, brutальные отношения.

Я не собираюсь ни с кем спорить, что хуже – словесное или физическое насилие. Потому что я разговаривал с теми, кого бил. Я старался, как мог!

Она лупила меня всем, что попадалось под руку. Ничего не боялась.

Я знал, что это – любовь, потому что в этом было столько боли... Это просто не могло быть ни чем иным! Конечно, любовь! А что же еще?!

Через два года она заявила мне, что беременна. Я не помню, как это произошло. Видимо это случилось, когда я пересек ту

самую «невидимую черту». В ответ на это я предложил ей подтолкнуть машину до перекрестка и добавил, что если при этом у нее не будет выкидыша, то я готов жениться на ней. Ведь жена должна быть здоровой! А что я, по-вашему, должен был ей сказать? Не пойду же я записываться на какие-то там курсы... Короче, со здоровьем у нее оказалось все в порядке и мы поженились. У нас родилась дочка. Жена продолжала работать. У нее всегда была работа. А я – вор. Я не любил работать. Мне нравилось воровать. У меня не было никаких угрызений совести по этому поводу. Ну, разве что, когда меня ловили. Вот тогда мне бывало стыдно. Но это чувство было недолгим, потому что я начинал искать, как мне выкрутиться. На стыд просто не было времени. Я делал то, что мог. Старался выжить. Это было чистое безумие.

Однажды я решил перебраться в Калифорнию. Мой дружок, которого называли «враль-коротышка», сказал, что я смогу найти себе работу на ранчо в сорока милях (приблизительно в 64 километрах) западнее Лонг-Бич. Правда, если глянуть на карту, то это получается прямо в океане... Но, я поверил ему. Мы погрузились. Жена, ребенок, собака и кот забрались в старенький универсал с прицепом, и мы двинулись в Калифорнию. По пути я прихватил пакет беников. В результате мы месяц ехали от Оклахома-Сити до Лос-Анджелеса. Большинство людей проделывают этот путь за 3 дня. Безумие продолжалось. Пока мы ехали, пес все время сидел у меня за спиной и заливал мне шею слюнями. Когда нас обгоняли другие машины, он начинал гнаться за ними внутри нашей машины, бился головой о стекло, падал на кота. Они начинали драться. Дочь начинала ныть. Жена начинала ругаться. А я начинал пить. Так мы жили «только сегодня» в течение 30 дней. Моя жизнь нынче не особо отличается от моей жизни, когда я пил. Я живу, словно завтра не будет.

Мы добрались до Калифорнии. Нашли «коротышку». Он пил по-черному... Мы сняли домик в аренду. С одной стороны нашими соседями были байкеры, а с другой – кучка хиппи. Нам там было комфортно. Я до этого никогда не видел хиппи. Они торчали на ЛСД и валялись нагишом у себя на участке, дожидаясь рассвета. А почему бы и нет? Я заглянул к ним. Они угостили меня ЛСД. После этого я пошел в кино на «Космическую одиссею 2001 года»\*\*\*. Когда сеанс закончился, у меня не было сомнений, что это документальный фильм.

Болезнь прогрессировала. Я постоянно куда-то мотался в поисках заработка. Однажды я решил поработать нефтяником. Поехал на Аляску. Потом я оказался в Луизиане. Спустя где-то месяц я вернулся домой. Со мной приехала еще пара моих новых дружков. Они не хотели ехать к себе домой, потому что там им бы пришлось скандалить со своими женами. Вместо этого они предпочли посмотреть, как я буду воевать со своей... Они стояли позади меня и подбадривали: «Врежь ей!» Им было просто говорить! Попробовали бы они быть на моем месте! Ведь у моей жены в руках был тесак для бойни скота!..

Однажды я отключился через 15 минут после начала очередной двухчасовой разборки. Жены, знаете ли, не любят этого. Она слегка порезала мне спину этим ножом. Когда я пришел в себя, то сразу взвыл: «Ой, у меня что-то со спиной!» Она предложила: «Дай посмотрю». При этом на лице она изобразила самую невинность. Задрала мою рубашку и сказала: «Да у тебя тут воспаление! Это все от виски, которое ты хлещешь! Дай-ка я протру тебе спину этиловым спиртом». Знаете, меня давно баптисты пытались крестить, чтобы приблизить к Христу. Но этот спирт подвел меня ближе к Нему, чем все остальное!

В конце концов, я в очередной раз стоял перед судьей. У него не было сомнений в моей виновности. В процессе всех

этих слушаний, кто-то ходил в коридорах суда и раздавал буклеты Анонимных Алкоголиков. Я взял один и сунул в карман на всякий случай. Я понятия не имел, что такое АА. У меня была своя Программа.

И вот я стоял перед судьей. Он смотрел мое дело. Там было полно физического насилия, всякой всячины... ну, и раз 50 меня арестовывали за угрозы, драки и оказание сопротивления при аресте. И не скажу, что я был забиякой, но страх – странная эмоция. Люди, пугаясь, либо стопорят, либо газуют. Я же летал на страхе, как на гоночной машине. А это в итоге всегда приводило к плачевным ситуациям.

Судья приговорил меня к «от 3 до 5 лет» зоны. Тогда я вытащил из кармана ту самую брошюрку и заявил: «Я пойду в АА!» Меня привели в комнату, где собрались полицейские, адвокаты и судебные представители. Там все они решили отправить меня к Анонимным Алкоголикам. А мне-то какая разница? Я ведь даже не представлял, что это такое. Страх по этому поводу у меня не было. Меня отправили – я пойду!

Так вместо тюрьмы судебный пристав отвез меня домой. Моя жена еще до этого ходила к какому-то адвокату, который посоветовал ей отправить меня в АА. Я рассказал жене о постановлении суда и постарался внушить ей, что это было ее идеей. По-моему, она поверила. Вот и хорошо! Пойдем в АА.

Мне уже сообщили о собрании недалеко от моего дома, которое начиналось в 8 вечера. Жена спросила меня, во сколько оно начинается и я сказал, что вроде бы в 8:30. Я завалился на диван. А она подошла ко мне с тем самым теском и, держа его у меня перед носом, сказала: «Подъем!» Пришлось встать. Мы залезли в наш старенький универсал Форд. Она отвезла меня к какой-то церкви. В машину набилась вся семья: мы с ней, дочь, собака, кот... Наш «задрипанный» универсал мерзкого горчичного цвета в раскорячку дотащился до церкви, возле которой висел плакат «Собрание АА здесь!». И я помню, как подумал: «Ну, вот я и докатился до дна...»

Вот он – снобизм из канавы. Я сижу в этом коричневом драндулете, горчично-дерьмового цвета – их выпускали всего один год!.. распродавали по дешевке!.. И я не хочу, чтоб меня кто-то заметил. Мой дом покрашен в четыре разных цвета, две давно умершие ржавые машины стоят перед домом, все дверные косяки в доме словно взорваны, разобранный мотоцикл валяется на крыльце, а я сижу в машине возле собрания АА и боюсь, что кто-нибудь увидит, как я иду просить помощи! У меня все под контролем. Я вот-вот сам разрешу все свои проблемы.

Моя жена почувствовала, что я в сомнениях, сунула мне нож под нос и спросила: «Во сколько заканчивается собрание?» Я ответил: «По-моему, в 10». Она сказала: «Значит так, дружок, если твоя харя появится в дверях до 10, я тебя распотрошу».

Я пошел на это собрание АА, сидел там, смотрел вокруг, пересчитал все панели и лампы на потолке, волосы в ушах и на затылках тех, кто сидел вокруг меня... Помню, как я подумал, что когда состарюсь, то у меня тоже будут расти волосы в ушах. Я пересчитал все, что можно было найти в этой комнате. Я не нашел ничего общего с этими людьми. Лично я бы не сел бухать ни с одним из них и тем более не стал бы продавать им наркоту. Я продолжал поглядывать на стеклянную дверь, но жена сидела в машине прямо у выхода. Так что мне пришлось остаться в этой комнате до конца собрания. Я стал ходить на одно собрание в неделю. Потом я приходил домой и валялся на диване. Так и продолжалось: наступал понедельник, мы выходили из дома, садились в коричневый тарантас и ехали на собрание. Я тупо отсиживал там, пока она ждала меня в машине, а потом мы возвращались домой. Я не слушал, что там говорят и ничего ни у кого не спрашивал. Уверен, что люди смотрели на меня и видели мое явное отсутствие готовности. А с моей женой они уж точно не хотели связываться! Самое грустное, что рядом проходило собрание Ал-Анона... Но она считала, что у нее все в порядке.

Четыре месяца я посещал собрания раз в неделю и больше ничего не делал. Я не пил и не пользовал наркоту. Но это был самый паршивый период в моей жизни. А моя жена говорила, что это было самое лучшее время за многие годы. И все-таки удивительно, что если не пьешь, то у окружающих меняется отношение к тебе... Я вновь завоевал ее доверие и мои судебные дела разрешились самым лучшим образом. Однажды она спросила, не хочу ли я сам съездить на собрание. Я поехал один, сразу уволился из Анонимных Алкоголиков и моментально напился. Моя жизнь тут же изменилась. Уверяю вас, что она становится только хуже. Я помню, как один старый козел сказал на собрании: «Мы не гарантируем вам, что вы больше никогда не выпьете. Но мы гарантируем, что вы больше никогда не получите от этого удовольствия». Помню, как я его возненавидел... Я даже приехал как-то раз пьяным туда, где проходило собрание, и ждал, когда он выйдет, чтобы задавить его. Но, как позже выяснилось, он тоже постоянно срывался и больше не приходил на это собрание. Я не удивлюсь, если пил после этого где-нибудь вместе с ним и не узнал его.

В течение следующих четырех лет я приходил в АА и снова уходил оттуда. Больше уходил, чем приходил. Я ходил на собрания пьяным. Я ходил на собрания трезвым. Приходил на собрания трезвым, а в перерыве уходил, напивался и потом возвращался на собрание. Однажды очнулся и обнаружил, что я на собрании АА. Испугался. Не помнил, привезли меня туда или я сам добрался. Как-то раз пошел на Алкафон\*\*\*\*. В тот день я напился и протрезвел несколько раз находясь в АА. Я ничего такого не вытворял. Просто напивался и тихонько сидел себе там. Не знаю, может быть, это и называется «контролировать употребление алкоголя». Но это противное состояние.

И, в конце концов, приходит момент, когда ты просто сдаешься. Я помню, как сидя на одном из собраний, вдруг стал



размышлять о том, что первый раз, когда я попал в неприятности из-за пьянства, это стоило мне 100 долларов, второй раз это обошлось в \$200, потом это стоило \$500, потом \$1000, а последний раз я попал на \$5000. И вот после 4 лет пьянства я продолжаю приходить в Анонимные Алкоголики, то попадая в неприятности, то вылезая из них. Неспроста говорят, что волны прошлого последуют за нами сюда. Со мной сюда прикатились большие волны. У меня были сплошные заморочки.

И то же самое можно было сказать про всю мою семью. Моя дочь жила в задней части дома, как раненое животное. Волосы закрывали ее лицо, и она бегала по дому, издавая странные звуки. Она держала все, что было дорого ей в коричневом бумажном пакете. Я помню, как я стоял на кухне и пил виски прямо из бутылки. Вдруг я глянул в конец коридора. Там стояла она – маленькая девятилетняя девочка – и смотрела на меня исподлобья. Она не подбежала и не сказала: «Пап, поиграй со мной». Она смотрела на меня, а я на нее. Я сделал еще один глоток из бутылки, но не от стыда, что она увидела, чем я занимаюсь. Я давно уже перестал испытывать это чувство. В нашем заболевании есть места, куда можно прийти, и которые находятся далеко за пределами любого стыда. Есть там и мрачная зона, в которой можно жить, и которая находится за пределами даже самой страшной ненависти. И все потому, что у меня на полную катушку включен феномен тяги. Мне было необходимо пить. А моя дочь просто хотела знать, в каком направлении я двинусь, чтобы она могла побежать в другую сторону. Я знаю, что такое стоять в ванной и, вливая в себя очередную порцию, увидеть в отражении зеркала девчущку, смотрящую на меня через дыру в двери. Эту дыру я когда-то пробил ногой. Наши глаза встречаются, и я отчетливо понимаю, что жидкость, которую я продолжаю пить, обладает мной, а не я ею. У меня больше нет выбора. Я осознаю это даже не на уровне мысли. Я также знаю, что никакая молитва из тех, которые я способен пробормотать, не остановит этого. Нет больше ни

надежды, ни веры. Есть только абсолютная, полная безнадежность. Сумасшествие. Безумие!

Я считаю, что алкоголик – это пьяница, у которого есть совесть. Просыпаясь после очередной отключки или будучи полупьяным, я смотрел на себя в зеркало, и не было никаких сомнений, что я не хочу быть тем, кем являюсь! Я не хочу себя так вести! Что-то там, внутри меня, прекрасно знало разницу между «правильно» и «не правильно». Но я продолжал вливать алкоголь или глотать таблетки... и тогда понимание этой разницы исчезало.

А моя дочь смотрела на меня через отражение в зеркале и она не просила: «Папа, пойдём играть. Папа, пожалуйста, не бей меня и маму». Она не говорила ничего такого. Она только хотела знать, куда я пойду, чтобы мчаться в противоположном направлении. Я знаю, какво ползать по дому на карачках, когда все внутри кричит: «Мне надо выпить! Неужели вы не понимаете?!» «Мне надо выпить!!!» – единственная мысль, которая сверлит мою голову. Это за пределами любой молитвы, логики или моральных ценностей. Это далеко за пределами Анонимных Алкоголиков, баптизма и вообще всего, через что мне довелось пройти.

И вот я ползаю по комнатам, потому что внутри меня все кричит – кричит громче всего, что я когда-либо слышал: «Мне надо выпить! Дайте мне дозу! Дайте мне что-нибудь!» Снов и снова, и снова... И я бормочу вслух: «Дайте! Дайте! Дайте! Где?! Где это?! Дайте же!!!» Я заползаю в комнату дочери, лезу к ней под кровать и достаю ее обшарпанную копилку Крутой мужик – я ворую деньги у своей дочки. Алкогольное эго: я на коленях сортирую центовые, десятицентовые и двадцатипятицентовые монеты. Не понесу же я центовые медяшки барыге или продавцу в ликерке! Я появлюсь, сверкая серебром!

Не знаю, как у вас, но у меня, когда я делаю такие вещи, появляются глаза на затылке. Я склонился на коленях на

горстью монет и, оглянувшись, увидел, как моя девятилетняя дочь прячется в кладовке. Она не пошла в школу в тот день, потому что у нее синяк под глазом и разбита губа. И я уверен, что имел к этому отношение. Для нее проще отсидеться в кладовке, чем пойти в школу, потому что, видите ли, если она придет туда в таком виде, то там сообщат куда следует, и папулю заберут. Это не так уж и плохо. Она сможет расслабиться. Но потом меня выпустят. Я вернусь домой. И тогда настанет час расплаты. Потому что, когда ты видишь, как я совершаю эти, вызывающие жалость, непостижимые, деморализующие вещи, то мне необходимо оставить тебе какую-нибудь болезненную память, которая вытеснит твои воспоминания о том, что я делал. Можешь не сомневаться – будет именно так. И ты никогда не знаешь, как это произойдет. Будучи самым лучшим отцом, которым я мог быть в этот день, я дал ей юркнуть у меня за спиной, не тронув ее.

Своей ревностью и завистью мы растаскивали человеческие души, когда пили. И только став трезвыми, мы можем говорить о том, как это влияет на всех нас.

Больше всего на свете я хотел, чтобы моя дочь любила меня. Я много где побывал, много в чем участвовал, и сменил много разных сомнительных компаний... Меня мало чем можно было всколыхнуть. Но мне раздирало душу то, как я относился к своей семье, зная, что поступаю не правильно. Я любил этих людей больше всего на земле. Они – моя семья. Они – моя кровь! От этого не откреститься. И алкоголик прекрасно знаком с этой болью, когда он совершает такие поступки.

Однажды, выходя из десятидневного беспробудного запоя, я приполз домой и вырубился на диване с девятизарядным пистолетом 22 калибра на груди. Когда я пришел в себя, моя дочь лежала на полу в шести футах (почти 2 метра) от меня. Она была в каком-то грязном платье, волосы закрывали лицо. Ее единственным другом тогда был кокер-спаниель, которого

она подобрала где-то на улице. Приоткрыв один глаз, я увидел, как этот пес лижет ей лицо. Он любил ее больше, чем мой я. Ревность, зависть и бешенство, которые я испытал, вынудили меня выстрелить в этого пса 9 раз. Последнюю пулю я пустил ему между глаз, в шести дюймах (около 15 сантиметров) от головы моей дочери. Ее мать стояла в этой же комнате. И никто не заплакал и не закричал. Ни звука. Потому что, если покажешь эмоции – ты следующий.

Я говорю об алкоголизме. О терроре. Об ошеломляющем ужасе. Понимаете, я умираю. А вы любите меня. Поэтому вы – рядом.

Помню, как я стоял перед судьей в маленьком городишке Бэйзин, штат Невада. Судья говорил со мной обо мне. Он знал, что перед ним тот, кто должен здесь стоять. Я погубил человеческую жизнь в пьяной драке в баре. Я был в очередном многодневном запое и, как это часто случалось, ввязался в драку. Я ударил какого-то парня и убил его. Но меня оправдали. Самозащита. А я знал, что виновен, что не было там никакой самозащиты. И мне жутко хотелось крикнуть судье «Не тот человек погиб! Неужели вы не понимаете?! Это не правильно Вы должны что-то сделать! Не отпускайте меня! Остановите! Заберите!» Но снаружи я не показал ничего такого, потому что алкогольное эго стояло на пути. Вместо раскаяния на моем лице сияла кривая наглая улыбочка. Ведь мои кореша сидели в зале суда, и я должен был показать им, что мне на все это наплевать. А судья знал, что я виновен и сказал мне об этом. Он был озадачен моим полнейшим отсутствием чувства вины или сожаления о случившемся, но ничего не мог поделать.

Штат Техас признал меня психопатом. В Большой Книге Анонимных Алкоголиков сказано, что через какое-то время мы уже не можем сказать, что истинно, а что ложно. Это и есть определение психопата.

А тогда я стоял перед судьей в штате Невада, накачанный бениками и винищем, не выказывая ни одной из свойственны

нормальному человеку эмоции. И для меня это было абсолютно нормальным.

Я знаю, каково, очнувшись в два часа ночи в постели с женщиной, которую любишь больше всего на земле, увидеть у нее синяк под глазом и разбитую губу и не помнить, но быть уверенным, что ты имел к этому отношение. А потом бежать по коридору с содроганием от ужаса... Бежать в комнату, где лежит в кроватке девятилетняя девочка... Прикладывать ухо к ее лицу, чтобы услышать дышит она или нет. Потому что убийство этих двух существ для меня всего лишь вопрос времени. Неужели вы не понимаете?! Все потому, что они любят меня! А я ненавижу себя. У меня отвращение к самому себе. Я не живу и не умираю. Все во мне исковеркано. Вот ведь как.

Мы привлекаем к себе либо тех, кого любим больше всего, либо тех, кого боимся больше всего. Одно из двух. В этом нет золотой середины. Самое любимое или самое страшное. И все самое дорогое ускользало от меня.

У человека можно забрать все и он по-прежнему останется человеком, есть лишь одно исключение. Если ты потерял свое достоинство, то больше терять тебе нечего. Ничего не остается. А я продал свою душу за глоток алкоголя. В полном смысле этого слова. И я жил таким образом не один день или неделю, или месяц... Я жил так последние 4 года.

В конце концов, я оказался в отеле барачного типа в городе Тафт, штат Калифорния. Там можно было снять комнату где-то за 50 долларов... в год! На тот момент я задолжал 250 тысяч «зелени» людям, которым не напишешь письмо и которым нельзя предложить: «Давайте я буду высылать вам по 100 долларов в месяц». Я был совершенно обезумевшим. Прятался. Беспробудно пил и торчал. Я никак не мог остановиться. Алкоголь и наркота уже перестали выполнять для меня свои функции. А я все равно продолжал пить. Я не мог бросить. Это был тот самый феномен тяги, заставляющий

меня принимать очередную дозу. Я перебрался туда в январь 1976 года. А 6 мая 1976 года я выполз оттуда в очередной раз и отправился домой. Потому что я один из тех алкоголиков, которые возвращаются. Я появился дома. Жена с дочкой сразу решили уехать, потому что их терпение лопнуло. Жена сказала мне: «У меня больше нет к тебе ненависти. Ни и любви тоже нет. Я не могу оставаться здесь с тобой». Они начали собираться. А я несколько дней подряд ползал на четвереньках по кухонному линолеуму вдрызг пьяный. Я – вес из себя такой крутой – ползал, мычал... и не мог встать ни ноги.

Наконец, я позвонил Анонимным Алкоголикам еще один раз. Вот ведь что самое херовое: напиваешься и если ты ни умер, то приходится возвращаться в АА. Ко мне с 12 Шагом приехал человек, которого звали Джек Каллахен. Маленький Джек. Обожаю его.

Когда он приехал, я встретил его не с любовью и нежностью. Вместо этого я приставил к его голове пистолет и сказал: «Если ты попытаешься отправить меня в психушку, я порешу тебя прямо здесь». А он сделал то, что, я знаю, ему никогда не приходилось делать ни до, ни после этого случая. Он выхватил из моей руки пистолет, толкнул меня на диван и сказал: «Если ты хочешь делать что-то по поводу своей болезни, я останусь». Странно, но в тот момент я повел себя вполне резонно и затих. Жена и дочь прятались в другой комнате. Он пошел к ним и сказал, что поможет мне. Он сказал, что видел меня раньше на собраниях и что он отвезет меня в детокс. Я – продукт детокса! Не могу сказать о детоксе ничего плохого, потому что никогда до этого там не бывал. Я ходил в Анонимные Алкоголики 4 года и никак не мог остаться трезвым на хоть какой-то существенный срок. В лучшем случае мне удавалось не пить 4 месяца.

И вот ходил я к Анонимным Алкоголикам, слушал все эти чудесные истории, разгорался желанием той хорошей жизни,

о которой вы рассказывали, приходил домой и заявлял, что я теперь активно участвую в АА, что все у нас будет прекрасно и что жить мы теперь будем по Программе. Тут жена просила у меня денег. Я выписывал чек, который в банке ей возвращали за отсутствием средств. Мы ругались... и я напивался. Потом я снова шел в АА, сидел на собраниях и глотал слюни, засматриваясь на женщин. После этого я приходил домой и говорил своей уставшей, замотанной жене: «Иди в спальню! Я секса хочу!» Она отвечала: «Хватит. Ты уже достаточно поиздевался надо мной. Сегодня ты спишь на диване». Мы ссорились. Я уходил, брал проститутку и бухал с ней. А потом я снова шел на собрание Анонимных Алкоголиков и слушал рассуждения о том, что мы прекратили бороться с чем-либо и с кем-либо. Затем я снова возвращался домой, где жена опять требовала то денег, то еще чего-то... Она размахивала руками у меня перед лицом... Начиналась драка... Сыпались удары... Бум! И опять я нажирался, потому что дома ничего не менялось. Хотя я ходил на собрания АА, дома царил атмосфера алкоголизма. Там все было как прежде.

Пока я сидел в детоксе, до меня дошло, что мне придется измениться.

В этой жизни существуют абсолютные понятия. И тот факт, что для улучшения ситуации приходится менять то, к чему привык, является одним из моих абсолютных понятий с тех пор и по сей день. Опять же, это мое понятие. Я не знаю, какие они у вас.

Уже больше 23 лет я никого не ударял. Насилие должно было прекратиться. В книге действительно сказано, что мы прекратили бороться с чем-либо и с кем-либо... Я больше никого никогда не бил.

Я не изменяю своей жене уже 23 года. И даже не потому, что у меня не было таких возможностей. А потому, что я обязан возместить ей ущерб, который нанес за годы. И это привносит в отношения то, о чем я ничего не знал – *доверие!*

Доверие. Проклятие вора заключается в том, что в какой-то момент он перестает доверять даже самому себе. А ведь я не знал этого. Ну, как ты можешь доверять Богу, если ты сам не внушаешь доверия?

За 23 года я не выписал ни одного чека с безденежного счета. Не могу так больше поступать. А ведь я тот самый кадр, который когда-то, расписав 100 долларов в восемь разных банков, понавывисывал чеков на 8000 долларов! Теперь я так не делаю.

Я пошел тогда на собрание Анонимных Алкоголиков в детоксе. Нас там было 39 человек. Я искренне благодарен тем, кто организовал госпитали и психушки для таких, как мы. И я помню, как впервые увидел «мерзкого» Рона и других ребят, пришедших в детокс госпиталя Святого Иосифа. Мне был необходим спонсор, чтобы меня выпустили оттуда. Я также был обязан работать по Шагам. Так я наконец-то написал свою первую инвентаризацию. Это была моя история от рождения до где-то лет 12. Как видите, я сразу пошел глубоко в проблему. Я просидел в этом детоксе 6 недель. Делал какие-то задания, не понимая, что именно я делаю. Я пробыл там достаточно для того, чтобы обрести физическую трезвость. Они объяснили мне это. И я услышал их! В последний день в детоксе собрали всех нас (39 человек) вместе и дали всем высказаться по кругу. 38 человек заявили, что я – рубаха-парень, но забухаю на следующий же день. У меня сразу появилась первая настоящая АА-евская обида. Они мне так и сказали: «Ты пойдешь пить».

Я их послал подальше. Хотя, если честно, в тот момент я серьезно подумывал над этим.

Если вы новенький, вот что я вам скажу – плюньте на голоование! Я единственный из 39, кто сегодня трезвый! Это не соревнование в популярности, уверяю вас! А все те, кто сказал, что я пойду квасить, преподали мне очень ценный урок. Они ведь честно говорили, что думают. Да, они вынесли



зуждение. Но ведь оно основывалось на моем поведении! О нас всегда судят по нашим действиям. Однако, тот факт, что 38 человек из 39 проголосовали против меня, словно зажег во мне огонь. Все внутри меня словно закричало: «Да пошли вы все к черту! Я останусь трезвым!» И я полтора года умудрялся оставаться трезвым на адреналине этой обиды. Говорю вам, это возможно! Трудновато, но возможно. Из 39 человек только 11 отпраздновали годовщину трезвости. Все, кроме меня, цитировали книгу, говорили про Шаги и работали по Программе. Я же ничего этого не делал. Но я не пил! Когда мне вручали торт на мою годовщину, я встал и сказал: «Я целый год не пил, не торчал и не попал в тюрьму! Спасибо!» После этой пламенной речи я культурно сел на свое место. Моя жена пошла в Ал-Анон, дети – в Алатин, собака – в Алапес, а кошка – в Алакот!.. Да!

Вот скажите мне, если у нас единство цели и вся семья страдает от алкоголизма, разве не надо членам этой семьи идти в Ал-Анон и Алатин? Ведь следуя понятию единства цели, они не смогут обрести то, что им нужно для выздоровления в комнатах Анонимных Алкоголиков. Объясните мне, как можно водить на собрания АА своих жен и детей, показывать им, что ты нашел *своего* Бога и при этом не дать им возможности обрести *их* Бога в параллельных сообществах?! Как вы думаете, где они могут найти себя? Где ребенок, искалеченный семейным алкоголизмом, сможет услышать своего Бога? Только от другого такого же ребенка, сидя на таких же собраниях, как и мы. Им ведь тоже нужны Шаги.

Больше всего на свете я хочу для своей дочери, чтобы ее дочь – моя внучка – которой недавно исполнилось 3 месяца, смогла избежать участи всей остальной семьи. И чтобы была молитва, которую я и моя дочь готовы повторять неустанно – молитва, которая даст возможность прервать эту жуткую цепь алкоголизма... Чтобы моя внучка никогда не узнала, что это такое, потому что у нее, в отличие от всей остальной семьи, есть выбор.

Я бы очень хотел, стоя здесь, сказать вам, что как только протрезвел, в моей семье все пошло как по маслу... Но м трезвость была хуже, чем похождения многих пьющих. Вед там был все тот же я. А что еще я мог туда принести?

Моя жена пошла в Ал-Анон и нашла себе спонсора. Он послали меня на все четыре стороны! Мне пришлось выпл тить весь мой долг – 250 тысяч долларов с интересом! моя жена не помогла мне ни одним центом. Мало этого! Он категорически отказалась жертвовать чем-либо в своем стил жизни, пока я выплачивал эти деньги! У меня заняло 14 ле чтобы выплатить эту сумму. Не скажу вам, что я получил с этого хоть какое-то удовлетворение, поскольку никаких вид мых результатов этой выплаты продемонстрировать не мог. Я сделал это только потому, что хотел остаться трезвым! Вс и все!

Я понятия не имел, что нужно делать. Я был абсолютн сумасшедшим! И даже не подумаю вам рассказывать, что пришел в Анонимные Алкоголики, и жизнь стала прекра ной. Я сидел на собраниях и излучал ненависть. Это был единственное чувство, которое я знал. Я не могу понять те: кто заявляет, мол, еще вчера я ненавидел этих людей, а тепер я их люблю. Как это возможно?! Если это лучшее, на что т способен – уматывай ко всем чертям из бизнеса ненависти! Я ненавидел всех *одинаково и равномерно!*

Помню, как я сидел у Рона и скрипел зубами от ненависти. Было у меня тогда месяцев 6 или 8 трезвости. Меня выво рачивало от злобы на всех и все. Зато я был трезвый... Ро достал из кармана спички, оторвал от них картонку и про тянул мне вместе с огрызком карандаша размером с мизв нец. А потом сказал: «Иди-ка ты домой и займись Четвертым Шагом». Как он мог позволить себе такое по отношению к мне?! Да, такому, как я следовало бы подарить пачку бумаг лучшего качества для официальных документов! И десято стильных ручек!

А еще помню, когда я сделал инвентаризацию страхов, то у меня в списке их набралось 150 штук. Я принес этот список Рону. Он взял его, просмотрел, вычеркнул 140 из них и сказал: «Ты не такая важная птица». Ну, у меня там, например, в одиннадцатом пункте было написано: «все перечисленные вместе взятые». И так оно и было. Все то, что раньше выплескивалось наружу, теперь наоборот – скапливалось внутри меня. Я буйствовал, когда пил. А теперь, когда я протрезвел, это все оставалось во мне.

Я сидел на собраниях с таким количеством оружия, что если бы вы случайно задели меня, то стрельба не прекращалась бы еще несколько часов...

Как-то раз я стал ныть по поводу того, что должен деньги хозяину одного ночного кабака. Рону надоело слушать меня, и он рявкнул: «Так иди и разберись с этой темой!» Я поехал к этому мужику домой. Постучался в дверь. Он открыл. Его звали Верни. Это был здоровенный детина. Он несказанно удивился, увидев меня. Я выпалил ему скороговоркой: «Ты не переживай. Я теперь в АА и обязательно расплачусь с тобой!» Он и рта не успел раскрыть, а я уже запрыгнул обратно в машину и умчался оттуда обратно в клуб. Рон сидел там и беседовал с другими алкашами. Увидев меня, он сказал: «Я же послал тебя к Верни!...» Я ответил, что уже съездил к нему. Рон удивленно воскликнул: «И он тебя не убил?! Удивительно. Ну, если у тебя получилось, то может и мне так попробовать!» Я понял тогда, что они просто использовали меня для проверки, что работает, а что нет.

Я решил заняться бегом. Предпочел бегать, чем работать по Шагам. Снашивал по две пары кроссовок в неделю. Я бегал, бегал, бегал... Сумасшедший. Трезвый и совершенно безумный! Сбросил где-то 80 фунтов (около 36 килограммов) за 3 недели. Я вдруг обнаружил, что могу без помощи зеркала разглядеть свой живот, пупок... ну, и кое-что пониже, чего я уже давно не видел... При этом я умираю. У меня кровотечения изо всех отверстий – потеря крови. Зато я духовный!

В следующий раз, когда кто-то скажет вам, что он весь и себя духовный, посмотрите внимательно на цвет его ногтей. Если там нет никакого намека на розовый цвет, а лишь одна белизна, то, может, он конечно и духовная личность, но он и тому же еще и полумертвый.

Мои ногти были абсолютно белого цвета. С тремя с половиной годами трезвости я лежал дома, весь из себя крутой, а моя жена была вынуждена вызвать врача. Меня сразу же увезли в госпиталь. А я на тот момент крутил-вертел своим бизнесом отгрохал шикарную, огромную хату, в гараже стоял Кадиллак, на запястье болтался Ролекс, а шкафы были забиты фирменным шмотьем. И вот в три с половиной года трезвости меня кладут на каталку и вывозят из дома. Даже не дали мне надеть мои часы! Провезли меня мимо шкафов с одеждой мимо цапек, мимо Кадиллака и мимо собравшихся соседей. Погрузили меня в скорую и увезли. В госпитале меня поместили в реанимацию рядом с каким-то мужиком – хозяином бара, который допился чуть ли не до смерти. И вот я, с тремя с половиной годами трезвости, лежу рядом с ним и кровотоку изо всех дыр. Помню, как я лежал там и думал: «А кто будет ездить на моей машине?»

Врачам пришлось влить мне 9 пинт (4 с лишним литра) крови. Доктор сказал моей жене: «У него было так мало крови, что если бы он чихнул, то могло бы случиться повреждение мозга». Моя жена воскликнула: «А кто бы это заметил?!». Вот-вот, они всегда так поступают, когда мы беспомощны!

Меня отправили на все существующие тесты. А потом, как это чаще всего бывает с алкоголиками, врач смотрел на меня разводил руками и говорил: «Мы не можем понять, почему это происходит». Я оказался в том одном проценте людей, которые кровоточат без всякой причины. И я вам скажу, нечего хуже, чем иметь какую-то болячку и не знать, что с ней делать. Я был в полной растерянности. Анонимны

Алкоголики приходили ко мне и говорили: «Не умирай, пожалуйста, Мы тебя любим». А я ненавидел их. Ненавидел и не понимал, как они могут говорить мне такие слова после всех моих стараний оттолкнуть их от себя.

И по Шагам я уже работал, и молился... Занимался служением – был секретарем, был ведущим, заседал в каких-то комитетах... и при этом я умирал там внутри себя. Умирал и не знал почему! Я сижу на собраниях, слушаю как вы рассказываете о своей хорошей жизни, а у меня хоть на лбу пиши: «Ты ничто, ничем ты и останешься». Спонсор моей жены сказала: «А что если это лучшее, чем он может быть?» Жена пришла и рассказала мне об этом. Я возненавидел и ее спонсора, и весь Ал-Анон в придачу. Может быть от страха, что она оказалась права – а что если это действительно так?

Я не понимал, что со мной происходит и на каком я свете. Проснувшись в субботу утром и, собираясь на собрание, я пытался решить, кем буду сегодня. Я наряжался в ковбойские сапоги, джинсы, стильную жилетку и ковбойскую шляпу. Долго крутил задницей у зеркала. Моя жена, увидев эту картину, шла звонить своему спонсору. Я подбегал к ней, чмокал в щечку, выходил и садился в свой грузовичок-пикап и ехал на собрание. На полпути туда я вдруг решал: «Нет, сегодня у меня не ковбойское настроение». Я разворачивался и ехал обратно домой. Моя жена все еще беседовала со своим спонсором по телефону. Я быстренько переодевался во все кожаное, менял шляпу на косынку – сегодня я байкер! Снова вертелся перед зеркалом, чмокал жену и бежал заводить свой Харлей, чтобы, увидев меня приехавшим на собрание, вся АА-евская старая гвардия сдохла от зависти. Не доехав до собрания, я вдруг решал, что сегодня не буду становиться центром всеобщего внимания. Я разворачивался, ехал домой и снова переодевался. Потом я стоял у зеркала в выходном костюме, при галстукe и репетировал несколько каких-нибудь, только что найденных в словаре мудреных слов,

которые очень подходили к моему изысканному внешнему виду. Затем я опять целовал жену, садился в свой Кадиллак и ехал на собрание. Уже подъезжая, я вдруг осознавал, что забыл те умные слова, которые только что выучил. Не мог же я ехать на собрание в таком прикиде без соответствующего лексикона! Приходилось снова возвращаться домой, быстро переодеться, на этот раз в спортивный костюм и бежать на собрание. Так что не удивляйтесь, если заметите на собрании уставшего новичка. У меня, как видите, был еще и кризис самоидентификации. Спонсор моей жены как-то раз спросила: «Сколько же людей живут у вас в доме?» Жена ответила: «Да, только мы вдвоем. Но муж никак не может разобрататься, кто он такой. Слава Богу, сегодня у него всего четыре варианта!» Вот какая у меня была дилемма! И я понятия не имел, что с этим делать.

Я бесконечно признателен старой гвардии Анонимных Алкоголиков. У них хватило мудрости, понимания и терпения спокойно наблюдать за таким, как я. Они-то понимали, что мне придется сдать. Оказывается для трезвости надо сдаваться... Даже говорить об этом не хочу. Моя жена однажды спросила меня: «Когда же ты, наконец-то, будешь просто алкоголиком?» А я недоумевал: «Ты о чем?»

Я тот, кто, будучи секретарем и казначеем одного из собраний в Алано Клубе\*\*\*\*\* в Анахайме (штат Калифорния) поехал в Лас-Вегас со своим спонсором и для этой поездки прихватил с собой все деньги группы. Правда, я оставил расписку в конверте, где хранились деньги. В этой поездке я узнал про себя от спонсора кое-какие вещи, которые очень удивили меня. Остальное вы можете сами дорисовать...

Как-то раз я стоял возле клуба в полной растерянности. Меня не покидала мысль, что все лучшее в моей жизни уже позади. Вдруг я увидел рядом с собой какого-то странного дурика. Это было еще то зрелище. По росту он был слишком высок для карлика, но и до нормального человека он не дотягивался.

Нелепая панاما держалась на его голове только благодаря оттопыренному уху. Он был в пляжных шортах и во вьетнамках. «Чего тебе? – буркнул я». Заворожено глядя на меня, он проблеял: «Ты можешь быть моим спонсором?»

«Блин, – подумал я, – за что мне это? Я видимо совершил что-то ужасное. И вот оно – наказание! Неужели мне придется быть спонсором у этого клоуна?» Я ждал, что какой-нибудь богатый врач или запакованный юрист попросит меня быть спонсором. Я б тогда мог занять у них денег.

И Рон тоже был хорош. Он никогда не стоял рядом со мной. Вместо этого он уходил на другую сторону комнаты. Он подходил к новичкам и говорил им что-то, показывая на меня пальцем. Однажды я не выдержал и спросил у одного из новичков: «Что тебе Рон сказал про меня?» Тот ответил: «Он сказал, что если я сорвусь, то стану похожим на тебя». Иногда лучшее, чем ты можешь быть – это плохим примером в своей группе!

А я хожу в АА и умираю. Я умираю и не знаю этого!

Доктор Тибот говорил о том, что эго алкоголика будет воскресать вне зависимости от срока трезвости и поэтому его необходимо постоянно сокрушать, если мы хотим оставаться трезвыми. Обожаю старую гвардию, потому что они знают это. Сегодня тут собрались человек 40 моих близких друзей. Это 6 или 7 поколений спонсорства. Может быть, поэтому я не вижу надобности цитировать здесь Шаги. Рон сидит в середине с 30 годами трезвости. Все они внимательно наблюдают друг за другом. Я люблю этих людей, потому что они любят меня. А еще они знают, как правильно выбрать момент, чтобы их услышали. В спонсорстве это необходимо.

Итак, я стал возить этого кадра на собрания. Мы беседовали. Он рассказывал мне о своих похождениях и спрашивал: «А у тебя такое бывало?» Я отвечал ему, что со мной тоже такое случалось. А потом рассказывал что-нибудь из своих приключений. Он с ужасом смотрел на меня и говорил:

«Во ты больной!.. Нам срочно надо на собрание...» Потом я отвезил его домой, а на следующий день забирал снова и мы ехали слушать спикерскую какого-нибудь «духовного гиганта». После этого мы садились в машину, и он говорил: «Нам надо читать Большую Книгу! А лучше, чтобы случилось какое-то чудо и у нас сразу бы произошло духовное пробуждение!» Я удивился: «Ты о чем?» Он с жаром пояснил: «Ну, что-то такое, чтобы нас швырнуло прямо в духовность. Какое-нибудь видение... гром среди ясного неба или горящий куст, как в Библии...» А я думал: «Мне б сейчас бензинчика – я б тебе башку поджег». У меня в бардачке лежала пушка. Я достал ее, приставил к его голове и сказал: «Я сосчитаю до десяти, а ты молись. Если к концу счета у меня не хватит злости, чтобы продырявить тебе купол, считай что ты сделал Третий Шаг». Я медленно считал, пока он молился... Вдруг он выскочил из машины, побежал в клуб и нажаловался на меня. Но там только посмеялись над нами. Я отвез его домой. А на следующий день он явился ко мне с Большой Книгой и пачкой бумаги. Он заявил, что хочет сделать Четвертый и Пятый Шаги. Я сказал ему: «Так Четвертый у тебя уже должен быть написан, когда ты приходишь к спонсору!» А он ответил: «Я не умею писать». Он подвинул ко мне листы бумаги и сказал: «Я буду говорить, а ты пиши». Он стал рассказывать, а я записывал. Периодически он спрашивал меня: «Ты когда-нибудь вытворял такое». И я отвечал: «Да. Бывало». Я рассказал ему кое-что из своих историй. Вспомнил пару, которую забыл написать в своем Четвертом Шаге. Бог всегда появляется, когда алкаши пытаются протрезветь. А поскольку этот чурка не умел писать, то я засунул то, что вспомнил в его инвентаризацию. Короче, подложил часть своего дерьма в его кучу! А почему нет?! Богу все равно! Главное – написать все, что помнишь! Мы потом сожгли эту инвентаризацию. Вот как мы разгрузились!



Он подбежал ко мне и поцеловал меня в щеку. Я подумал, что так дело может дойти и до развода с женой. А когда мы молились в обнимку и он забрался ко мне подмышку, так я вообще испытал какое-то чувство возбуждения – хоть иди да проверь мою сексуальную ориентацию. То-то же все здесь обнимаются и целуются... А что? Мне нравится!..

И, как уже говорилось, я признателен всем тем, у кого хватило на меня терпения. А еще я благодарен, что Бог дал мне мужество и решимость оставаться трезвым день за днем пока, наконец, до меня дошла наша весть и пока она переходила из моей головы в мое сердце. Самый долгий путь – это путь из головы в сердце.

Я выслушал Пятый Шаг этого клоуна. Он рассказал мне все то, что натворил. И я вдруг понял, что с этого момента для меня стало невозможным совершить хотя бы один из таких поступков и остаться трезвым. Он тогда, в полном смысле этого слова, дал мне совесть. Совесть. Ведь, услышав чей-то Пятый Шаг, уже невозможно смотреть в глаза этому человеку и полагать, что я не такой, как он. Глядя на все эти недостатки, стало ясно, что я ничем от него не отличаюсь.

Многие, сдав Пятый Шаг, стремятся сразу перепрыгнуть в Восьмой. Я так делал. Кинулся «работать» над своими недостатками. Эта «работа» чуть не убила меня. Еще б немного и я бы угодил в тюрьму на трезвую голову.

Мы часто подходим к этому с позиции: «я буду работать над этим недостатком, а потом избавлюсь от него». Я чуть с ума не сошел, пытаюсь разобраться, как долго мне надо работать над недостатком прежде, чем я могу от него избавиться.

Видите ли, некоторые из моих недостатков мне нравятся. Они часть меня. А известно ли вам, что недостаток для меня не является таковым, пока он не причиняет мне боли? Он может сводить вас с ума, но если меня он не беспокоит, значит – это не недостаток!

Я обожаю свои недостатки. Частенько нахожу себя окруженным ими. Я не хочу от них избавляться. Я лишь хочу быть полностью готовым избавиться от них. Потому что, если мне надо от них избавиться, то от меня потребуются какие-то действия. И я буду вновь и вновь наткнуться на свои недостатки. А это болезненно. Но боль для таких, как мы – это краеугольный камень прогресса. Разница в том, что сегодня у меня есть возможность жить без этой боли. Я рад, что у меня есть недостатки. Потому что, если бы не чувство вины, я бы не знал, что я не прав. Мне пришлось взять многие из своих недостатков и превратить их в достоинства, вместо того, чтобы пытаться избавиться от них. Злобу пришлось трансформировать в энергию. Я стал служить на группах, в комитетах и на конференциях. Я стал интенсивно работать с новичками. И выяснилось, что мне никогда не было нужно ничего, кроме Анонимных Алкоголиков. Мне не надо больше ничего искать. Надо просто оставаться алкоголиком. И говорить с другими алкоголиками. Один алкаш беседует с другим алкашом...

Сегодня у меня отсрочен приговор. Это зависит только от того, как я поддерживаю уровень своей духовности. А я не нашел лучшего метода обретения духовности, чем работа с другим алкоголиком. Не берусь говорить за остальных. Но в разговоре с другим алкоголиком происходит нечто духовное. Это позволяет мне вылезти из своей головы. До и долгое время после моего прихода сюда я был, как вросший волос – я мог думать только о себе. Что вы сделаете для меня? Что вы мне дадите? Что я получу из всего этого вместо мысли о том, что я могу дать. И только дойдя в трезвости до полного отчаяния, я стал готов делать все, что угодно: отдавать долги, проявлять доброту, быть хорошим отцом для своей дочери...

Я понятия не имел, как быть отцом! Помню, как она пошла в Алатин и постепенно стала меняться. Волосы больше не закрывали ее лицо. Мальчишки стали обращать на не

внимание. Однажды она соврала мне, и я поймал ее на этом. Не знаю, зачем ей понадобилось врать. На следующий день вечером она хотела пойти посмотреть баскетбольную игру в школе. Друзья посоветовали мне не наказывать ее. Они говорили, что, наказывая ребенка, мы наказываем себя больше, чем его. Я не разрешил ей выходить из дома. Она проплакала всю ночь. И мне было страшно жалко ее. Я беспокоился, что причинил ей боль. Но я также помнил, что мне необходимо демонстрировать последовательность в поступках. Это неотъемлемая часть трезвости. Если я сказал, что сделаю – я должен сделать.

Утром она попросила меня отвезти ее в школу. Я подвез ее к входу. Она повернулась ко мне и сказала: «Пап, я не хочу говорить всем им, что не смогу прийти на игру. Ты же знаешь, что в школе всегда есть у кого взять наркоты... Я ведь могу пойти и употребить...» Она знала, как задеть меня. Я попросил Бога дать мне нужные слова. Есть у меня такая простая короткая молитва, которой я пользуюсь уже давно. И слова всегда приходят. Порой сразу, а порой спустя какое-то время. Но они приходят. Тогда они пришли сразу. Я посмотрел ей в глаза и сказал: «Доченька, я хочу сказать тебе кое-что. Я не пойду в школу с тобой. Тебе придется идти туда одной. Я очень люблю тебя. И ты всегда будешь моей малышкой, что бы ни случилось. Но прежде чем ты пойдешь употреблять, прошу тебя, вспомни, что было, когда я употреблял. Ты ненавидела меня за то, каким я был. И даже если, зная все это, ты решишь пойти и употребить, то по-прежнему останешься моей дочуркой, и я все равно буду любить тебя. Но если ты сделаешь это – домой не приходи. У нас трезвый дом. Тебе придется найти другое место жительства. И помни, куда наркота и алкоголь привели меня. Потому что эта память – одно из самых больших твоих достояний. Вот, пожалуй, и все, что я могу тебе сказать».

Она чмокнула меня в щеку и пошла в школу. Когда я забрал ее, она была трезвой. Она проплакала всю дорогу домой. Дома жена спросила: «Что случилось?» Я рассказал. А потом добавил: «Мне кажется, надо было сказать что-то другое. Но это все, что я смог ей ответить. Мое прошлое в такой ситуации – это мое самое большое достояние. И это единственное, что я могу дать моему ребенку».

Моя дочь смогла сделать правильный выбор, потому что она ходила в Алатин и понимала разницу. Она смогла его сделать, потому что у нее была возможность выбирать!

Она продолжала быть активным членом Алатина, а потом перешла в Ал-Анон. Когда ей было 19 лет и она в очередной раз засела за Четвертый и Пятый Шаги, нас попросили вместе выступить на конференции Ал-Анона. А она зависла в этом Четвертом Шаге. И тогда я сказал ей: «Ты уже давным-давно сидишь в Четверке. Если ты не сдашь Пятый Шаг, я не буду выступать с тобой». Она ответила: «Ты не можешь говорить мне, когда я должна сдавать Пятый шаг. Это мое дело». А я сказал ей: «Я не говорю тебе, *когда* ты должна сдавать его. Я говорю, что не пойду стоять с тобой перед аудиторией, наполненной людьми, если ты застряла в Четвертом Шаге. Это нечестно по отношению к ним, да и ко мне». И что вы думаете, она шустренько доделала свою Четверку, договорилась со спонсором и сдала Пятый Шаг.

В тот вечер она пришла домой, крепко обняла меня и сказала: «Папуля, я обожаю тебя. И я благодарна, что ты трезвый. Я так рада, что работаю по Программе. Помнишь, как ты убил нашу собаку у меня на глазах?.. Я ненавидела тебя тогда и долгое время после. Но я, наконец, пришла к пониманию, что это была твоя болезнь. Это был не ты. Я знаю, что ты любишь животных. Ты всегда их любил. Но тогда ты был в том месте, куда тебя привел алкоголизм. Знаешь, в Пятом Шаге я рассказала спонсору о том, как однажды доставал белье из сушильной машины и наша кошка запрыгнула туда».

потому что там было тепло, а дома холодно. Я почему-то страшно разозлилась тогда на нее. Закрыла ее в сушилке и прокрутила несколько оборотов – всего-то пару секунд. Я поняла, что поступаю не правильно. Открыла дверцу. Кошка пулей вылетела из сушилки, запрыгнула мне на руки и прижалась к моей груди. После этого полтора года я мучила бедную кошку, периодически засовывая ее в сушилку. Ты убил собаку, не издеваясь над ней. Но это было издевательством над людьми. А я мучила *животное*. Мне пришлось осознать это. И знаешь, пап, что самое ужасное? Я ведь искала себе мужчину, который «любил» бы меня так. Не удивительно, что у меня ничего не получалось в отношениях. Потому что моя идея любви очень походила на поведение этой кошки, когда она выскакивала из сушилки – в страхе прижаться к кому-нибудь. А сегодня я признательна, что могу видеть все это».

Когда у меня было лет 8 трезвости, я усиленно занялся служением в комитетах и на конференциях, потому что заметил, как часто срываются те, у кого больше 10 лет. Меня даже выбрали председателем одного из съездов. Ну, больные люди только больного и выберут. Чего еще от них ожидать?..

И вот в одно из воскресений после заседания комитета я остался прибрать помещение. Со мной была моя дочь и один новичок. Пока мы убирались, я нашел мужскую сумочку – крупную борсетку. Я сам такие не ношу и, если честно, никто из моего окружения такие не носит. Но она явно принадлежала кому-то из членов комитета. Я взял сумочку, открыл ее и автоматически стал искать деньги. Потому что это – я! Роясь в сумочке, я заметил, как моя дочь и новичок наблюдали за мной. Я нашел документы, определил, чья это сумка и позвонил хозяину. Мы встретились позже на собрании, я отдал ему борсетку и он сказал: «Кис, огромное тебе спасибо! У меня ведь там деньги, кредитки, все мои записные и банковские книжки. Ты меня спас. Если я когда-нибудь смогу

хоть что-то сделать для тебя, пожалуйста, дай знать». И я помню, как посмотрел на него, высокомерно усмехнулся и кивнул в ответ. Но, на самом деле, мне очень хотелось сказать: «Спасибо, конечно, но ты, братишка, для меня ничего сделать не можешь. Радуйся, что получил обратно свою авоську». Однако я промолчал.

Четыре года спустя моя дочь пришла домой и сказала, что хочет поехать в Милан. Она уже давно хотела стать моделью. В Алатине и позже в Ал-Аноне все говорили ей: «Не бойся, иди за своей мечтой!» Она уже несколько лет пробивала эту тему: объездила разные страны, побывала на Востоке... и вот решила поехать в Италию. Она сама заработала деньги на эту поездку. Это была ее мечта. Она не знала итальянского. Но у нее была надежда. А надежда – это ни что иное, как видение за пределами текущих обстоятельств.

Я отвез ее в аэропорт. Дал ей немного денег. Мы попрощались, поцеловались, и она улетела в Милан с мечтой, Богом и Программой выздоровления. От нее не было никаких вестей почти 8 недель. Мы переволновались. Не знали, что и думать – жива она или что-то с ней случилось?..

Как выяснилось позже, прилетев туда, она заболела. Потом, придя в себя, стала искать собрания Ал-Анона, которого тогда в Италии фактически не было. И все это, не зная языка! В результате ей удалось найти Анонимных Алкоголиков. Она связалась с ними, и там нашлись люди, которые кое-как могли объясняться по-английски. Они приехали и отвезли ее на собрание АА. Там собралось 16 человек. И вот она – член Ал-Анона – сидит на закрытом собрании Анонимных Алкоголиков. Все представились по кругу. Слава Богу, что эти люди отнеслись к ней с любовью и терпимостью! Они попросили ее поделиться опытом Программы выздоровления, несмотря на то, что она является членом Ал-Анона. Это было ее первое выступление. Она знала, как надо доносить наши идеи. Так вот, одним из людей, оказавшихся на этом

собрании, был тот самый парень, которому я вернул сумочку. Он подошел к ней после собрания и спросил: «Твой отец Кис Д.?» Она ответила: «Да». А он сказал: «Я его должник... Я собирался улететь сегодня обратно в Штаты. Но по непонятным причинам задержался. Теперь мне ясно, почему все так обернулось. Мы сейчас поедem к тебе, заберем твои вещи и я перевезу тебя в другое место. Там живут девушки, занимающиеся модельным бизнесом. Я познакомлю тебя с агентом и дам тебе аудиозаписи для ускоренного изучения языка. А на следующей неделе, когда прилечу в Штаты, я свяжусь с твоими родителями и дам им знать, что у тебя все в порядке». И он приехал к нам и все рассказал. Это случилось 15 лет назад.

Не берусь утверждать, что, поступив когда-то правильно – отдав этому парню его сумочку – я, таким образом, спас жизнь своей дочери. Но если бы я, будучи трезвым, вел себя в АА так же, как когда пил, то моя дочь ни за что бы не позволила Анонимным Алкоголикам, потому что она бы не доверяла им. А ведь тогда она бы могла остаться в той комнатухе, где жила и кто знает, чем бы это закончилось.

Ветераны АА учили меня: «Никогда не делай сегодня то, что через несколько лет может взять тебя за глотку». И если бы я не поступил правильно, то этот парень не чувствовал бы себя моим должником... Какой бы тогда была вся эта история?

Моя дочь принимает активное участие в нашей Программе. Она сделала много переводов для итальянских Ал-Анона и АА. У них тогда было мало литературы. Она помогала организовывать спикерские собрания и конференции. Она спонсирует итальянских женщин и проводит группы, на которых они прорабатывают Шаги. Она с двумя подружками раньше ездила на поезде каждую среду на военную базу НАТО, чтобы попасть на собрание. Поездка туда и обратно обходилась ей в 50 долларов. А домой она возвращалась далеко за полночь.

Она помогла и продолжает помогать огромному количеству людей. Кстати, женщина по имени Арбютус О'Нил, у которой самый долгий срок из живущих членов Ал-Анона, на следующей неделе едет в Италию. Она будет проводить семинар на домашней группе моей дочери. Арбютус уже 40 лет в Ал-Аноне. Группа моей дочери пригласила ее. И она поедет туда нести нашу весть.

Моя дочь вышла замуж за прекрасного парня. Он обожает ее. Они подарили мне внучку.

И нет в этой истории никакого волшебства. Я не сказочник! Мы вкалывали ради всего этого! И не верьте никому, кто скажет, что достаточно просто протирать штаны на собраниях или, что вам хватит одних молитв! Мы пахали ради нашей трезвости, как проклятые! И нам было больно потому, что недостатки не хотят уходить сами! Но мы приняли эту боль и мы изменились! И нет здесь ничего легкого! Вот почему 9% с лишним процентов алкоголиков умирают, так и не протрезвев.

Это самое трудное, что мне пришлось сделать. Помню, как ко мне подошел один из старой гвардии и, ткнув меня в грудь, сказал: «Ты думаешь, что ты крутой? А попробуй-ка остаться трезвым!» Он не прикалывался надо мной.

Надо измениться. А мне страшно меняться. Мне страшно оставаться таким же и страшно меняться. Значит, придется меняться, потому что если не изменюсь, то я обязательно снова пойду пить.

А теперь хочу быстренько рассказать вам кое-что. Может быть, вы не запомните ничего из того, что я говорил. Но уверен, что вы запомните эту историю.

Жила в Европе одна семья – мать, отец и маленькая девочка. И была у них мечта уехать в Америку. Зарабатывали они мало. Им пришлось долго экономить, чтобы купить билет на корабль, который, плывя в Америку, иногда швартовался



в бухте возле их маленького городка. Наконец они собрали достаточно денег, купили билеты, собрали вещи и отплыли на этом корабле к своей мечте. Они очень любили друг друга. Четыре дня они просидели в своей каюте, обсуждая, какой будет их жизнь, когда они наконец-то приплывут в Америку – «землю свободных и отчизну смелых».\*\*\*\*\*

После четырех дней в каюте их дочурка обратилась к отцу: «Папуля, я знаю, что у нас почти нет денег и, что поэтому мы едим галеты и сыр. Но я уже больше не могу их есть». Отец обожал ее. Он достал из кармана доллар, дал ей и сказал: «Иди, купи себе мороженое». Девочка убежала и пропала где-то целый час. Отец и мать от волнения не находили себе места. Вдруг раздался стук в дверь. Они открыли и увидели свою дочку. У нее на лице сияла улыбка до ушей. Отец кинулся к ней и спросил: «Где ты была? Мы же тут чуть с ума не сошли!» Дочка ответила: «Представляете, я нашла столовую! А там мне дали мясо с картошкой и два мороженых!» Отец поразился: «Тебе все это дали за доллар?!» А дочь воскликнула: «Нет, конечно, папуля! Еду дают бесплатно. Она входит в стоимость билета!»

Это не история о любви. С любовью у них было все в полном порядке. Это история о невежестве и об учителях.

Родные мои, я, как и многие из вас, пришел в Анонимные Алкоголики с галетами и сыром. Сегодня меня это не устраивает. Я хочу большего... Однако в АА полно людей, которых вполне устраивают галеты с сыром. Так что будьте внимательны, выбирая себе учителей.

Я пришел в АА, будучи невеждой. Шаги помогли мне преодолеть мое неведение. Я не сделался умным, но обрел опыт, дающий осведомленность.

Не соглашайтесь на галеты с сыром! В этом нет необходимости.

**Вы заслуживаете лучшего!**

**И позвольте напомнить вам, что в АА Бог бесплатный.**

**Он входит в цену билета!**

**Спасибо!!!**

---

\* беники (от англ. сленг «bennies») – бензедрин; амфетамин в таблетках; свободно продавался в аптеках в 60-х и в начале 70-х годов, позже стал доступен только по рецепту, а к началу 80-х его запретили.

\*\* белая молния – «white lightning», популярная разновидность самогона.

\*\*\* «Космическая одиссея 2001 года» (англ. 2001: A Space Odyssey; вариант перевода – «2001 год: космическая одиссея») – научно-фантастический фильм американского режиссера Стэнли Кубрика (1968), ставший вехой в развитии кинофантастики.

\*\*\*\* Алкафон (Alcathon) – обычно в АА устраивают такое подобие марафона во время праздников (например, новогодних), когда многим новичкам трудно справиться с желанием выпить. В клубах АА весь день и всю ночь безостановочно одно за другим проходят собрания.

\*\*\*\*\* Алано Клуб – одно из самых распространенных названий клубов АА.

\*\*\*\*\* «земля свободных и отчизна смелых» – последняя строка американского гимна, крылатая фраза в Америке.

## Сэнди Б.,

*трезвый с 7 декабря 1964 года*

*Перевод фрагмента аудиозаписи, сделанной на конференции АА в Йорке, штат Пенсильвания, 17 августа 2003 года*

Меня зовут Сэнди Б.. Я алкоголик. Иногда бывает, что я думаю заранее, о чем я буду говорить. На этот раз я долго думал, но умудрился придумать только название. Остальное мы с вами придумаем по ходу дела. Эта тема будет называться «Духовность 102\*». Я назвал ее «Духовность 102» потому, что никто не будет слушать «101». Это я по себе знаю. «101» – слишком просто. А так как все мы в АА народ продвинутый, то и курсы обучения у нас должны соответствовать нашему уровню.

Но прежде чем мы начнем, я хочу рассказать историю из прошлого, которая, поможет вам оценить мою квалификацию. Ну, а потом я действительно хочу поведать всем вам, а особенно новичкам, как я понимаю духовность.

Эта история произошла со мной в 1952 году. К тому времени я уже пил алкоголически где-то два с половиной года. Я был на втором курсе Йельского университета и за короткое время умудрился превратиться из хорошего, в почти что отчисленного студента. Бросил заниматься спортом. Дрался. Попадал за решетку. На тот момент алкоголизм уже полностью управлял моей жизнью. Я никогда не знал, чем закончится очередная пьянка.

Неподалеку от университета находился женский колледж. И когда устраивались танцы, то мы приглашали девочек к нам или же они звали нас к себе.

У вас когда-нибудь бывало, что, напившись в очередной раз, вы ничего не натворили? Ну, случайно так получилось. На следующий день вы даже объяснить этого не можете. Просто думаете себе: «Вот было бы здорово, если бы так всегда

получалось...». Вели себя прилично, не блевали, в драку не лезли... ничего не произошло. Каким-то образом у меня получился такой вечер. И в этот вечер я познакомился с очень милой и потрясающе красивой девочкой, которую звали Мэри Алис Буш. Да, та самая Буш из семьи пивных магнатов Анхайзер-Буш. Она была внучкой Огастаса Буша, то есть являлась прямой наследницей пивной империи. А потому что я вел себя нормально в тот вечер, я ей понравился. Ребята говорили мне по пути домой: «Слушай, если ты на ней женишься, то тебе никогда не надо будет работать, и ты сможешь пить, сколько влезет до конца своих дней!» Я помню, как меня обрадовала эта перспектива...

А потом мы снова поехали в этот колледж, и я снова умудрился вести себя хорошо. Все складывалось самым лучшим образом. И я пригласил Мэри на вечер второкурсников, где должен был состояться банкет, а после него танцы. Она с радостью приняла мое приглашение. Я был счастлив, и в день банкета начал готовиться к нему спозаранку. Она должна была приехать где-то около двух, поэтому уже с десяти утра я пил джин и готовился. Я еще функционировал, когда встречал ее. Отвез ее в гостиницу. Она стала наряжаться к банкету.

Я тоже пошел наводить марафет. Мужчины должны были быть в костюмах и при галстуках. И вот я наряжаюсь... но если бы кто-то из вас видел меня тогда, то вам было бы ясно, что это долго не протянется. По мне уже было видно, что этот вечер будет коротким. Я явно перегнал сам себя, но пока еще держался. Машину тогда вел не я. Мы поехали, забрали наших девушек из отеля и отправились на банкет. Ужин получился отличный. Я и там пропустил пару стаканчиков. И вот, сразу после ужина у меня начались «короткие замыкания»... Знаете, такие, которые бывают, прежде чем полностью вырубиться – вдруг приходишь в себя после секундной отключки. Я посмотрел на часы и подумал: «Черт побери, я так до танцплощадки не доберусь!.. Может мне кофейку выпить?»

Принесли кофе. И я помню, как держу чашку в руках, никто на меня не смотрит (они все заняты разговорами друг с другом), и вдруг я отключаюсь на долю секунды, и чашка прокручивается у меня на пальце, но остается в руке. Весь кофе выплеснулся на меня, и я сразу очнулся. Так что если вы не поймали этот момент, то я выглядел так же, как секунду назад, сидя с этой чашкой в руке. Все было как раньше, только чашка была пустой. И я помню, как подумал: «Ой, блин, горячо!» Я поставил чашку на стол, хотел что-то сказать и... бум! Вырубился. Я в полной отключке, на полу. Друзья потом рассказывали, что они подняли меня и оттащили на диван. Ну и по ходу дела обсуждали, что именно произошло: «Смотри-ка, отрубился... Видать перебрал... Глянька-ка, он к тому же и описался!»

Итак, я на диванчике. Они все уехали на танцы. Но, вы же знаете нас алкоголиков – этот вечер еще не окончен! Мы еще не достаточно погуляли! Мисс Буш обязательно должна запомнить этот день!

Я бы очень хотел когда-нибудь найти ее и послушать, что она расскажет про тот вечер.

Через пару часов я пришел в себя. Все уже уехали. Я понял, что произошло. Забежал в туалет. Привел себя в порядок, на сколько это было возможно. Побрызгал лицо холодной водой. И стал искать, как мне добраться до спортзала, где проводились танцы. Это место было на другом конце города. Я стал голосовать. На удивление кто-то довольно быстро подобрал меня и подбросил до места. Было холодно, и я уже основательно протрезвел. Я вошел в зал. Мэри танцевала с кем-то. Я подошел к ним, извинился, и стал объяснять, что чем-то отравился и, что теперь, слава Богу, чувствую себя нормально. Она смотрела на меня недоверчиво, но все же приняла мои рассказы. И вот мы с ней танцуем, танцуем, танцуем... Выпили. Дальше танцуем... Еще раз выпили. Танцуем дальше...

И тут я заметил на одной стороне зала огромный вход в другой зал, где тоже танцевали. Я, помнится, подумал: «А это что такое? Неужели у другого курса тоже банкет?» А мы с ней продолжаем танцевать, но мое внимание теперь было сосредоточено на этом другом зале. Я видел, как там кружатся пары, мерцает подсветка и слышал, как там поет Пегги Ли... Ну, я подумал, что может быть она там, и я смогу ее увидеть. Когда мы оказались в нескольких метрах от входа в этот зал, я сказал Мэри Алис: «Подожди меня здесь. Я сейчас вернусь». И я ринулся в другой зал... Это оказалось зеркало! А я даже не сбавил скорость... Бум! Я на полу. Кровь из носа. Она стоит и смотрит на меня в полном шоке. Пары моих друзей помогли мне подняться, отвели в гардеробную и стали прикладывать мне лед. Они спросили меня: «Что там случилось?» Я ответил: «Не знаю... Там в другом зале танцевали люди. Я пошел посмотреть... Но оттуда выбежал какой-то парень и столкнулся со мной... Я попытался уклониться в сторону в последний момент, но он уклонился в ту же сторону... И мы врезались друг в друга».

Но они мне объяснили, как все было на самом деле. Ну после таких новостей я, конечно, попросил выпить. Мы все изрядно выпили. А тут как раз к нам подошел один парнишка которого я знал с детства. Я сказал ему: «Марти, я чертовски рад тебя видеть! Ты видел этот спортивный комплекс? Здесь обалденно! Идем, я покажу тебе это место!» И я повел его к лифту. Мы поднялись на второй этаж. Я водил его везде с видом знатока, и открывая двери, говорил: «Вот зал для фехтования... А здесь гимнастика...» Потом мы оказались в специальном зале для тренировок по гребле. Я никогда раньше не видел этот зал, но взялся объяснять Марти, что тут к чему. И меня понесло... Я сказал: «Вон видишь там клапан? Если его открыть, пойдет сильный напор воды... Дай-ка я лучше покажу тебе, как это работает». Я уселся в имитатор, взял весла и сказал: «Открывай клапан, Марти!» Вода ударила

труей и опрокинула меня. Я вылез, промокший до нитки. Вода была ледяная, и я как-то быстро протрезвел. Вдруг меня осенило: «Ой, черт! Забыл! Мэри Алис!..» Я судорожно начал искать все, что могло попасться по руку, чтобы хоть как-то вытереть с себя воду. Нашел бумажные салфетки. Вытерся, как мог и вернулся к ней, как ни в чем не бывало. Привет!

Это был последний раз, что я ее видел. Мои планы на богатую праздную жизнь рухнули. Вот как выглядел мой ранний алкоголизм. А это всего лишь одна из многих моих историй. Так что квалификации у меня хоть отбавляй.

В конечной стадии своего пьянства я оказался в армейском умасшедшем доме. Однажды вечером пришел начальник и твел всех синяков на собрание АА. Мы пришли туда, и мне там сразу понравилось. Парень, который был спикером, рассказывал чудесные вещи, и было видно, что все эти ребята частливы. Я даже тогда подумал: «Если я когда-нибудь встречу человека, у которого проблемы с выпивкой, обязательно пошлю его к этим ребятам! Как здорово, что у нас есть такие места!» Но речь, конечно же, не шла обо мне.

У меня после этого был еще один эпизод, когда я пытался протащить спиртное в клинику, но попался. Мне тогда объяснили, что если меня еще раз поймают пьяным, то моя армейская карьера закончена. И у меня начались приступы паранойи – знаете, когда начинает казаться, что психиатры смотрят на тебя как-то странно... и вообще все вокруг замышляют что-то против тебя. И вот, в день Перл-Харбора 1964-го года я позвонил в АА. Ко мне приехал человек, который стал моим спонсором, Билл Т. Я совсем недавно выступал на его сорокалетии. Мы с ним по-прежнему вместе. И это прекрасно – иметь спонсора так долго. Единственным условием для этого является то, что вы оба должны быть живы. Иначе как-то трудно...

Он приехал ко мне, и сразу началось: «Садись в машину!» Все время я слышал: «Садись в машину!» Я пытался объяснить ему кое-что про себя, но он прервал меня: «Нет, нет, нет.

От тебя нам ничего не надо. Садись в машину». Мы приехали на собрание. Их группа справляла юбилей. После собрания был ужин. Потом какие-то народные пляски. Они проторчали там до одиннадцати вечера! Когда собрание началось, я был трезвым 4 часа, а когда все кончилось, я был трезвым 9 часов. Мне жутко хотелось выпить. И как ни странно, меня спасла женщина из Ал-Анона. Я уже собрался улизнуть оттуда потому, что больше не мог выносить этих людей, которые продолжали подходить ко мне и здороваться. Привет, привет, привет, привет... Я больше не мог видеть ни одну физиономию. Мне хотелось бежать. Но дело было в декабре. Холодно. Мерзко. Дождь со снегом. Я стоял на улице. Вокруг ни единого фонаря. И я размышлял: «В какую сторону бежать-то? Надо двигаться!» У вас бывало такое? – Надо куда-то двигаться. Куда не знаю. Но двигаться надо.

И тут эта женщина подошла ко мне, положила мне руку на плечо и сказала: «Все будет хорошо». Что-то в ее глазах заставило меня поверить ей. Удивительно. Позже я подружился с ней и с ее мужем. Но именно в тот вечер, когда она обняла меня и сказала, что все будет хорошо, я вдруг начал выздоравливать. И я бесконечно благодарен Бетси Линч. (С того вечера я больше не пил. Так началось это удивительно путешествие в Анонимных Алкоголиках.

И когда я думаю о том, как рассказать новичкам про такую называемую Духовность, я представляю, как если бы кто-то попытался в самом начале моей трезвости рассказать мне о ней. Стоило бы мне только услышать это слово, я бы, наверное, отмахнулся, развернулся и ушел. К чертям! Я хотел послушать истории про пьянку, посмеяться, а потом разойтись по своим делам. Поэтому я думаю, что очень важно понимать разницу между духовностью и религиозностью. У многих из нас сложились плохие отношения с религией. У меня, например, было ужасное приключение с религией. Религия в этом не виновата. Просто мне она показалась такой. А случилось



то со мной в католической церкви, когда мне было 8 или 9 лет. Я принимал за чистую монету все, что мне говорилось. И, когда эти монашенки говорили мне, что я буду вечно гореть в Аду – это было однозначно для меня. Все там у них было в черно-белом цвете. Никаких отклонений. Никаких компромиссов. И вот в одно из воскресений я сидел в первом ряду на церковной скамье, и глядел не отрываясь на огромное, метров 7, распятие, которое свисало с потолка. И вдруг ко мне пришло видение истины. Откуда оно пришло, я не знаю. Но я буквально услышал следующие слова: «Ты видишь этот крест, мальчик? Это то, что Бог приготовил для своего единственного сына, которого Он любил. Как ты думаешь, что Он трипас для тебя?»

Я рассказываю вам то, что произошло со мной. У меня получился такой своеобразный разговор с Богом. Я помниться там чуть сознание не потерял. Разумеется, о том, что со мной произошло я решил никому не рассказывать. Но этот случай надолго остался в моей памяти. И с этого момента я всегда чувствовал себя неуютно, думая или беседуя о Боге. Я решил отложить на как можно дольше все, что с Ним связано. Мне надо было оттянуть встречу с Богом потому, что я знал – ничего хорошего меня не ждет.

Обычно, когда речь идет о религии, это звучит так: «Добро пожаловать в нашу церковь. Мы сейчас вам все расскажем. Вот тут у нас есть книга с историями. Вот откуда появился наш Бог. А вот его статуя. Вот как это начиналось. А вот заповеди, которые нам были посланы». И потом: «Вот видите. Ну, как вам такое? Вы верите в это?» И в другой религии то же самое: «Ну, так вы верите в это?» И все эти вещи преподносятся нам, как исторический материал. И мы отвечаем: «Ну да! Понятно! Я верю». Вот это и есть религия.

А духовность – это совсем другое. Духовность – это нечто иное, как набор жизненных принципов, которые считаются духовными. И существовали они всегда. Вы найдете их

в любой религии. И они такие же, как в Анонимных Алкоголиках. Они представляют собой устоявшиеся, проверенные временем принципы, живя по которым, мы сможем воспринимать мир так, чтобы быть в нем счастливыми. Мы принимаем их и нам становится комфортно. Мир обретает смысл. Он становится понятен нам. Он начинает устраивать нас. Нам начинает нравиться в нем жить. Вот что такое духовные принципы. Они связывают нас с тем, что позволяет этому произойти – с какой-то силой. В АА мы говорим, что когда ты находишь эту силу, ты можешь называть ее, как хочешь. Решай сам. Но ты точно испытываешь ее действие над собой. У тебя появится иной взгляд на мир, и произойдет это изнутри тебя самого. Ничто в мире не изменится. Изменится что-то внутри тебя.

Многие алкоголики, услышав такое, говорят: «Что?! Это звучит, как какой-то фокус-покус!.. мистическая мура».

А на самом деле, знаете, как что это звучит? Это звучит, как выпивка!

Вы помните, почему мы пили? Мы шли в бар, чтобы мир изменился изнутри. После третьего стаканчика мы оглядывались по сторонам с мыслью: «Мне нравится это место. Очень нравится». А ведь это то же самое место, где мы были до того, как выпили! И когда мы сюда вошли, то думали совсем по-другому: «Терпеть не могу этот мир и всех людей вокруг! Они меня доводят...» и тому подобное. А потом – один, два, три коктейля... Знаете, что мне нравится? Я люблю этот мир! Я люблю всех людей вокруг! Люди, я люблю вас! Я угощаю! Эй, люди, вы прекрасны! Я люблю вас всех! Люблю, люблю, люблю!

Так почему же мы сомневаемся в том, что какая-то сила способна изменить этот мир? Мы же пользовались этим каждый день. Но, к сожалению, эта сила не любила нас. Она убивала нас... и почти убила. Теоретически мы были на правильном пути. У нас была правильная задумка. Но не та Высшая Сила. Это и было единственной нашей ошибкой!

аша интуиция сработала, но только частично. Мы поняли, то в этом мире не следует жить самому по себе – что нужно меть что-то еще. И мы знали это, но пошли не той дорогой.

Так что ничего особо нового в Анонимных Алкоголиках ет. Это принципы существовали всегда. Единственное, чем гличается АА, и почему оно работает, это тот факт, что переча духовной информации происходит на горизонтальном ровне.

Мы привыкли к тому, что о таких вещах обычно говорят верху вниз. Судья наверху, а мы внизу. И нам говорят: «Ты апортачил, и теперь тебе придется... бла-бла-бла...» Соотетственно дистанция между нами и тем, кто говорит, казась огромной. Мы тут внизу, а он черт знает где наверху. Но ы проходим в АА и информацию дают нам лицом к лицу акие же алкоголики, как мы сами. Точно такая же пьянь. В том-то и заключается волшебство нашей Программы. Один лкоголик другому. Здесь нет главных. У нас не поднимаешься о служебной лестнице. Некуда. И ничего тут не поделаешь. ысшая позиция, которой можно достичь – это слуга. И се. Так ведь еще придется вкалывать как проклятый, чтобы обиться этого. Ты начинаешь, как важный человек, но тебе ще очень далеко до слуги. Ой, как далеко... И это называется уховный путь. Именно это мы пытаемся сделать – пройти уть от зацикленности на себе до слуги.

Нам необходима новая точка зрения. Это то, о чем я хотел оговорить с вами сегодня. Ведь наши старые идеи оказаись бесполезными. Но именно наши старые идеи являются ашей точкой зрения по отношению к миру, к себе, ко всему роисходящему и так далее. Мы формировали эти идеи сами, ранних лет. И многие из них были необходимы нам для того, тобы выжить. Этим надо отомстить, к этим нельзя приблисаться, этому нельзя доверять, здесь надо торопиться... и так ез конца. Какими бы ни были эти идеи, мы ими пользоваись и они выполняли свои функции – двигали нас по жизни.

Но это жутко неудобная точка зрения. Например, то, что случилось со мной тогда в церкви – это было страшно. И, соответственно, у меня появился свой взгляд на мир, где карюющий Бог обязательно накажет меня в какой-то момент. Кроме этого моя мать была больна. Поэтому мне казалось, что родители меня не любили и вообще никому нельзя доверять... ну и дальше в том же ключе. Но ведь пока я держу за все это, я буду продолжать чувствовать себя некомфортно.

Мне довелось прочесть книгу Гая Мерчи «Семь загад жизни». Чудесная вещь. Он писал ее около двадцати лет. В книга о планете Земля. Мерчи один из тех, кто может объяснить абсолютно все, что он и делает в этой книге. Он объясняет, как растут деревья, что происходит с листьями, что пустыня вообще-то является живым существом; да и в наша планета – это живое существо. И как песок движется и дюны перемещаются, и как у всего этого есть своя закономерность, и что камни не стоят на месте, и как их двигает океан. Он рассказывает о разных мельчайших существах, читая, начинаешь понимать, что все это, как один большой клубок жизни. И среди всего этого одной из загадок является божественность. Потому что, когда ты ознакомился всем тем, что он пишет, становится невозможно отклонить участие божественности в процессе созидания. А в заключение, после того как он описал все это, Мерчи задает вопрос «Так что же такое планета Земля?» И отвечает: «Планета Земля – это душевная школа». Вот чем является Земля. Это место, куда наши души посланы, чтобы ходить в школу. появившись здесь, нам придется выучить кой-какие уроки. если мы изменим свою точку зрения и скажем себе: «Теперь понятно – я здесь, чтобы ходить в школу, и мне будут преподавать много разных уроков...», то мы и смотреть на вещи начнем по-другому.

Так как же нам заинтересовать кого-то в посещении этой школы? Для этого в их жизни должно произойти что-то, что заставит их изменить свою позицию и начать слушать то, что

здесь сейчас говорю и то, что говорится на собраниях АА. Такие изменения обычно происходят благодаря каким-то ревертностям судьбы. Как, например, оказаться в дурдоме. То когда тебя приводят в дурку, то тебе трудно понять, что это лучшее из того, что могло бы произойти с тобой. Ты не видишь этого. Многие из нас попали сюда потому, что их арестовали за вождение в нетрезвом состоянии. И когда ты, живя в своем алкогольном мире, разезжали пьяные дрызг, и полицейский останавливал нас, совал голову к нам в машину, чувствовал запах алкоголя и требовал, чтобы мы вышли из машины, то нам было трудно увидеть в нем уховного посланника, который спасает нас от не правильно выбранного пути. Трудно понять, что он таким образом дает нам возможность начать двигаться в правильном направлении. Понимание этого приходит много позже. Вдруг, когда ты же в АА, становится очевидным, что тебе крупно повезло именно потому, что он тебя остановил, и ты оказался сначала в тюрьме, потом в суде, а потом здесь.

А еще мне вспомнился Чак Ч., которого многие из вас знают. Он был одним из лучших спикеров АА и блестящий пример того, как следует применять духовные принципы этой Программы во всех наших делах. У него есть знаменитый семинар, который сперва был записан на пленку, а потом из него делали книгу «Новые Очки». Мощнейшая вещь. Так вот, однажды мне довелось слушать Чака, когда он был спикером на одном из собраний. И я помню, как потом удивлялся: «Мне показалось, или он действительно сказал то, что я услышал? Да нет, он не мог такого сказать!» Я подошел к нему и сказал: «Чак, я хочу убедиться, что я правильно тебя понял. Мне показалось, что ты сказал, будто старая поговорка, что Бог заботится о тех, кто заботится о себе, ошибочна». Он ответил: «Да, я помню, что говорил такое». Я сказал: «Ты сказал, что это абсолютно не правильно!» Он кивнул: «Не правильно». Я сказал, смутившись: «Ну, я просто хотел утвердиться, что

это то, что ты сказал, и что я тебя правильно понял». Он ответил: «Можешь не сомневаться. Это не правильно. *Это рабствует следующим образом. Это не твое дело заботиться себе. Прекрати заниматься этим. Это Божье дело. Перестань волноваться по поводу своих проблем. Перестань дергаться. Оставь это Богу. Твоей задачей является исполнять волю Божью. Ты всего лишь Его слуга. Поступай правильно и о тебе позаботятся*». И я помню, что был ошарашен этим! С ума сойти! Это к разговору о перемене точки зрения...

То душевная школа, то – это не мое дело заботиться себе...

Помню, как я подумал: «Чак прав. Это единственный путь духовности. Но!.. на всякий случай, если он не прав, оставлю как я все деньги в банке, и не следует мне быть очень-то щедрым. А то, глядишь, и эта самая духовность захлестнет и раздавит я все свои денежки бедным... и что тогда?»

Полумеры ничем не помогли нам. Нам требуются коренные перемены. Именно об этом и речь.

Помните, как судьи, матери, жены, мужья и другие люди вокруг говорили, тыча в нас пальцами: «Знаешь, в чем твоя проблема? Тебе на все наплевать! Ты безответственный человек! Ты слишком много пьешь!..» Нам постоянно говорили, чем наша проблема. И вот, наконец, мы пришли в АА.

Знаешь, в чем твоя проблема, если ты новичок. Недостаток силы. Это единственная твоя проблема. Ты не плохой человек. У тебя просто не хватает сил. Жизнь пересилила тебя потому, что ты пытался справиться с ней сам. Ты пытался выжить сам по себе потому, что кто-то когда-то сказал тебе что ты должен так делать. Вот отсюда и появилась идея. Я все сделаю сам, сам, сам, один... И люди добиваются. Они поднимаются. Становятся миллионерами. А потом, в пятьдесят, они кончают жизнь самоубийством потому, что она для них не имеет никакого смысла. Что я сделал? Чего я добился? Все это оттого, что мы пытались добиться всего сами.

А еще новичкам часто говорят: «Знаешь в чем твоя проблема? Ты абсолютно не воспринимаешь реальность». И это правда. Мы действительно не имеем ни малейшего представления о том, что вообще творится.

Но потом мы приходим сюда и начинаем работать по Шагам. Эти Шаги тычут нас носом в реальность до тех пор, пока не увидать ее становится невозможно. Ого! Теперь мы все видим! И порой это даже слишком... но мы видим всю правду о себе, пройдя Шаги. Они для того и существуют, чтобы мы могли увидеть реальность. Но духовные Программы парадоксальны. Обратите внимание на то, что происходит, когда мы приближаемся к Шагам в конце. Мы начинаем говорить о том, что надо жить в сейчас, что надо жить легко и свободно. Мы начинаем говорить о том, что надо перестать быть себялюбивым и сделаться слугой своей Высшей Силы, чтобы наши взлеты, падения, да и вся эта жизнь не имели никакого эффекта на нас, потому что тогда не было бы эго, по которому можно ударить. Это свобода от мира сего. Таким образом, в самом прямом смысле, последние Шаги нашей духовной Программы – это попытка вновь отодвинуться от реальности. Вам это не кажется забавным?

Я больше не хочу, чтобы реальность лупила меня. Я хочу быть на другом уровне. Я хочу видеть мир по-другому – так, чтобы если кто-то врезался в мою машину, я смотрел на это, как всего лишь на машину, которую надо починить. Понимаете, о чем я говорю? Реальностью становится, что ничего страшного не произошло. А вы помните, какой была старая реальность?.. Вы только гляньте!.. Вы представляете, что со мной случилось?!.. Это ужасно!!.. А теперь это всего лишь – надо машину починить. Это потому, что таким вещам некуда бить, когда мы находимся на том уровне, куда приводят нас последние Шаги.

Я совсем недавно понял, что целью духовности является то же самое, что было целью нашего пьянства. Когда нам становилось неважно, мы шли пить и таким образом уходили на

другой уровень существования. Билл назвал это «четвертым измерением бытия». Звучит загадочно. Может это где-то там наверху? Но на самом деле все сводится к тому, что мы уже являемся всем тем, чем мы должны быть. Мы прекрасны создания. *Мы дети Божьи. Но мы так не думаем!*

Видите ли, до того как мы попали в эту духовную школу мы, скорей всего, были в идеальном контакте с Высшей Силой. Это было чудесно, как само совершенство. Но мы пришли сюда и складывается впечатление, что этот контакт утерян. Многие из нас говорили, что им чего-то в этой жизни не хватает. Помните это чувство?

Есть такая шуточка: четырехлетний мальчишка подходит к своему годовалому брату, который и говорить-то еще не умеет, и мать слышит, как старший просит у младенца: «Расскажи мне о Боге. А то я начинаю забывать Его».

А ведь мы здесь, в этом мире, даже не знаем, что это происходит с нами. Мы думаем, что это произошло потому, что нам вовремя не поменяли пеленки или потому, что о нас не позаботились... Но дело вовсе не в этом. Просто у нас начинается создаваться иллюзия, что мы существуем как нечто отдельное от Бога, и что мы абсолютно одни. Что мы всего лишь существа человеческие, и что нам не понятно, для чего мы тут находимся. И для решения этой проблемы, таким как мы требуется заболевание алкоголизмом.

В книге Уильяма Джеймса «Многообразие религиозного опыта», которую часто упоминает Билл, сказано, что у всех людей, испытавших духовное пробуждение, (которое является трансформацией, то есть обретением нового взгляда на этот мир) есть одно общее – с ними произошло что-то плохое. Не только с алкоголиками, но и с другими людьми. И эта беда вынуждала их сдаться, после чего появлялся новый взгляд на мир.

Спустя какое-то время новички начинают понимать: «Хорошо, что со мной произошло такое, и меня уволили!..»



сколько раз мы с вами видели активного алкоголика, который попался за пьянку, а судья отпустил его! И мы говорим себе: «Ну, надо же... Черт те что. Ну почему?! Ведь если бы его засадили, то он бы, может быть, сдался!» А потом его вызывает к себе шеф... и продвигает его по службе! И мы думаем: «Зачем?! Ведь если бы его уволили, то...»

И получается, что с точки зрения Программы мы хотим, чтобы с ним произошло что-нибудь плохое для того, чтобы после этого могло произойти что-то хорошее. Все у нас тут наперед наперед пока мы пытаемся начать двигаться по этому пути.

Лично мне было очень тяжело изменить мои устоявшиеся взгляды. У меня порой было чувство, что я как бинокль, который настроен на самую близкую видимость. То есть я мог видеть только то, что перед самым носом. А мне хотелось увидеть всю картину, посмотрев на которую я бы порадовался. Но моя настройка проржавела. Поэтому процесс изменения был очень болезненным. И в этом нет ничего удивительного потому, что больно переходить от материального взгляда на мир к духовному взгляду на него. Именно об этом говорится в Седьмом Шаге. Покорность требует от нас принять факт, что перемены на пути будут болезненными, и при этом упорно двигаться в избранном направлении потому, что мы понимаем всю ценность того, что делаем. Но почему это болезненно? Да потому, что наше былое восприятие эгоцентрично – я вижу мир для себя. И когда я вижу его таким, то я вырабатываю то, что называется «моей позицией». Я вижу, что происходит у меня в жизни, и моя позиция такая: мне нужны деньги! Вот как все просто. Любой из тех, кто смог бы заглянуть в меня, сразу бы понял – мне нужны деньги! Когда ты новенький, то у тебя в голове одно – деньги, деньги, деньги. Где взять денег? Где у вас тут Денежный Шаг? Где деньги?

И если бы кто-то сказал мне в начале, что я могу избавиться от моих финансовых проблем без денег, то я бы точно спросил: «Что?! Это как?» И в ответ услышал бы: «Подожди Узнаешь. Ты просто избавишься от этой проблемы. Вот и все».

И вот, что я хочу сказать новичкам. Над всеми проблемами которые вы сейчас имеете, над всем тем, о чем вы думаете и что беспокоит вас, уже работают... над всеми ними без исключений. От всех них вы будете избавлены. Так что расслабьтесь. Пожалуйста, не работайте над ними больше. Пусть они побеспокоятся, где следует. Вы же со своей стороны займитесь работой по Шагам. А проблемы оставьте в покое. Это не ваша забота. Делайте Шаги.

Потому что только в конце, из эгоцентричных мы становимся Богоцентричными. А когда мы становимся Богоцентричными, то мы начинаем видеть мир таким, какой он есть на самом деле.

Мы такие же, как люди, как те, кто считали, что Земля является центром солнечной системы. И когда они присмотрелись – получалась какая-то бессмыслица: «Если это центр то как же получается, что вот это движется сюда, а это туда! Тут что-то не так, что-то не правильно...» Огляделся вокруг – бардак какой-то... Терпеть не могу эту планету! А для того чтобы это изменить, мне придется из эгоцентричного стать Богоцентричным. Это болезненный процесс потому, что он требует полного избавления от «моей позиции». То, как хочешь «Я!» должно перестать существовать. Я обязан избавиться от этой «позиции» во всех аспектах своей жизни. Мне не следует иметь никакой позиции по отношению к тому, как и что «должно быть». Я не знаю насчет вас, но единственная проблема, которая была у меня – это, когда что-то происходило не так, как я хотел. А это проявлялось в разных формах: в сексе, в финансах, в работе, в здоровье... Я болен, и я не хочу болеть. И, казалось бы, так-то оно так... но только вот если

мне больно, когда я болею, то мне гораздо больнее от нежелания болеть. Ненавижу болеть! А что с тобой? Да голова юбаливает... Головная боль – 50 единиц боли. Нежелание иметь головную боль – 250 единиц боли. Потому что мы завоевательны, и мы не хотим, чтобы было так.

Душевный покой приходит, когда исчезает «моя позиция». У меня больше нет «позиции». Это не мое дело определять, как оно все должно быть. Это Божье дело. А моя задача держаться как можно ближе к Нему. Это называется «духовным соприкосновением». Когда я там – у меня нет проблем. В духовном мире проблемы не решаются. Вы думали, что их надо решать? А как насчет – от них избавляются! Вот что происходит.

И когда все эти проблемы не имеют значения, ну и что, что мне не заплатили на этой неделе?! Я счастлив и без денег. Я так счастлив, что потрачу на своего друга последний доллар. Потому что я не волнуюсь по этому поводу. У меня уже есть абсолютно все, что я бы хотел иметь.

Но потом я могу решить, что вся эта духовность – бред. И тогда я возвращаюсь на круги своя.

Или же я смотрю телевизор, а оттуда мне говорят: «Неужели вы верите в эти духовные штучки? Завязывайте-ка вы с этим делом. Вам надо купить «Ягуар»! Если у вас нет «Ягуара», то вам только кажется, что вы счастливы!» И я думаю: «Ой, точно! Вот что мне надо! Боже мой, эти чертовы АА мне все мозги запудрили. Надо купить «Ягуар»!»

И для этого мы ходим на собрания. Чтобы, когда мы пришли, наш спонсор мог сказать: «Нет, тебе не нужен «Ягуар»». Потому что однажды вы собьетесь с пути, и я укажу вам его, а потом я собьюсь с пути, и тогда вы укажете его мне. Ведь все духовное нелогично. Мы не способны додуматься до этого в одиночку. Поэтому мы нужны друг другу, чтобы помнить, что является главным. А главным является наше духовное состояние. И именно на него надо обращать внимание в

первую очередь. И только через него следует рассматривать остальные проблемы. Поразительная вещь.

Так что, если вы новенькие – над вашими проблемами уже работают. Вопросы решаются. Работайте над своей духовностью. Потому что, когда вы обретаете духовность, то ваша внутренняя энергия меняет свое направление, превращает вас, из «все берущего» во «все дающего». И когда вы идете устраиваться на работу, как «все дающий», они дождутся и могут, чтобы вас взять. Разве вы не хотели бы иметь работника, который, придя к вам, сказал бы: «Я очень хочу быть вам полезен. Хотите это? Сделаю! Не вопрос! Это? Пожалуйста! Если надо – потолок покрашу! Что я могу сделать для вашей компании?» Вы бы предпочли такого, или того, кто говорит: «Теперь давай поговорим о выходных, больничных и праздничных днях. Нет, я не собираюсь работать сверхурочно. А что еще я буду иметь?»

Вы чувствуете разницу направления энергии? А так как в первом Бог уже позаботился, то для него работа всего лишь еще одна возможность быть полезным.

Это то, о чем говорит Билл в предисловии книги «Двенадцать Шагов и Двенадцать Традиций». *«Двенадцать Шагов AA – это совокупность духовных в своей основе принципов, которые, воплощаясь в образ жизни, позволяют больному освободиться от пристрастия к алкоголю...»* – освободиться! Там не сказано, что Шаги объяснят тебе, почему ты алкоголик. Там сказано, что они помогут тебе освободиться от желания пить. Эта проблема перестанет существовать – *«...и стать счастливым и полезным человеком»*.

Вот для чего существуют духовные принципы. Они избавляют нас от проблем и позволяют нам стать счастливыми и полезными. Это и является для нас волей Божьей. Он желает, чтобы мы были счастливы, радостны и свободны. Если я не счастлив, значит, я что-то делаю не правильно! Это то

что я говорю своим подопечным: «Ты несчастлив? Значит, ты делаешь что-то не так!» И кто-нибудь из них обязательно ответит: «Ты не понимаешь, у меня ужасная жизнь». А я говорю: «Это не имеет никакого отношения к твоей ужасной жизни. Просто ты делаешь что-то не так. Меня даже не волнует, о каких проблемах ты говоришь. Ты делаешь что-то не так!»

Это, как если бы к вам подошел кто-то и сказал: «Знаете, я пью, но ничего не происходит». Что бы вы ему сказали? Я бы сказал: «Дай-ка я посмотрю, как ты пьешь... Не смейся меня! Ты же не пьешь, ты посасываешь маленькими глоточками! Кто ж так пьет?! Вот, смотри как надо!.. Теперь ты попробуй!»

Откуда я знаю, что я прав? Как я это знаю?! Это очень просто – я знаю силу алкоголя. Хорошо знаю. Если залить достаточное количество в кого-то... бум!

Но мы также знаем силу духовности. Она гораздо сильнее алкоголя. Так что, если мы чем-то недовольны, значит, мы еще не добрались до духовности. Нам кажется, что это финансовая проблема, или проблема здоровья, или еще что-нибудь... но на самом деле мы просто далеки от нашей Высшей Силы. Кто-то подрезал нас на дороге. Мы сразу же негодуем. А негодование отрезает нас от Бога. И мы опять остаемся в одиночестве. Сами по себе. И тогда мы побеждены. И тогда мы начинаем ненавидеть этот мир. Это потому, что мы отрезаны. В каком-то фильме была сцена, когда люди приходят навестить своего знакомого в госпитале. А у него подключен кислород. И спустя какое-то время больной начинает задыхаться. Они вызывают врача. Крики, шум, гам: «Доктор! Посмотрите! Что с ним?!» Вдруг среди этой паники, один из присутствующих обнаруживает: «Ой, я случайно наступил на кислородный шланг!». И сразу же диагноз установлен, проблема решена, больной чувствует себя нормально.

Так же и мы. Наши недостатки отрезают нас от Высшей Силы. И все вокруг начинают диагностировать: «У него проблема с деньгами. У него проблемы на личном фронте. У него проблемы со здоровьем. У него это, у него то...» Пока кто-то вдруг не заметит: «Ой, он, кажется, наступил на шланг к Богу!» И тут же все семейные, финансовые и личные проблемы исчезают. Как самочувствие? Отлично! Все в порядке

В этом наша проблема. Но для нас она никогда не выглядит так. Именно поэтому мы позарез нужны друг другу. Чтобы постоянно напоминать, что главным для нас является наше духовное состояние. И что когда мы заботимся о нем, то все остальные проблемы исчезают. Они ведь изначально появились только потому, что мы оказались отделены от Бога. Мы помогаем друг другу быть рядом с Ним. И находясь среди вас, я чувствую, что есть нечто большее, чем все мы.

В молитве святого Франциска\*\* сказано: «Сделай меня проводником Мира Твоего». И я хотел бы закончить сегодня рассказом о своих размышлениях по поводу этой молитвы. Когда я впервые читал ее, и увидел фразу «Сделай меня проводником Мира Твоего», я подумал: «Блестящая мысль. Я избавлюсь от своих недостатков, и тогда откроется канал, по которому чудесный Мир Божий польется в меня волшебным чувством...» И только спустя много лет я понял, что речь здесь вовсе не об этом. Даже не где-то рядом!

Сделав работу по Шагам, я избавлюсь от своих недостатков, которые не более чем преграды между мной и духовным течением. Они нейтральны по сути своей. Нет нужды чувствовать себя виноватыми из-за того, что они у вас есть. Они просто существуют и их надо убрать с пути, чтобы прекрасное течение духовности могло двигаться дальше. Но течение не вливается в меня. Оно выливается из меня! Весь этот Мир уже во мне. Но это как мертвое море – пока не началось течение, я его не чувствую. Ведь дальше в молитве сказано: «туда, где ненависть, дай мне принести Любовь... туда, где

зablуждение, дай мне принести Истину... туда, где мрак, дай мне принести Свет...» Но ведь все это проистекает из нас. А значит все это уже внутри нас. И мы не можем улучшить это. Нам уже дано совершенство. Осталось только найти к нему доступ. И только помогая другим, вы можете испытать это течение в себе.

Благодарю вас за внимание! Благослови вас Бог!

---

*От автора:*

Это большая часть речи Сэнди Б.. Я не перевел несколько его комментариев по поводу этой конференции в начале речи, и еще одну историю из его жизни, которую он рассказывает для одного из предыдущих спикеров, и которая не имеет отношения к теме его рассказа.

\* В американских университетах начальные курсы обозначаются цифрами 100 или 101. 102 – это, как правило, второй курс предмета. Он предполагает более продвинутый уровень знаний.

\*\* Существует несколько переводов молитвы святого Франциска. Так как оригинал был написан на латыни, я использовал уже существующий перевод, который ближе всего подходит к переводу с английского.

## Сэнди Б.,

*трезвый с 7 декабря 1964 года*

*Запись сделана 10 декабря 2006 года на конференции Стэйтлайн в одном из казино Примм Вaley, штат Невада.*

Меня зовут Сэнди Б.. Я алкоголик. У меня колени, как у восьмидесятилетнего старика. Поэтому меня пожалели и, с вашего позволения, я буду сидеть, пока мы тут с вами беседуем\*. И, откровенно говоря, мне это нравится. Такое ощущение, что я просто сижу здесь вместе с вами, мы болтаем по душам, и нас ничто не отделяет друг от друга. Я глубоко признателен за то, что меня пригласили сюда.

Если честно, даже не знаю с чего начать.... Потому что хочу рассказать вам о том, как вещи выглядят для меня сегодня. А выглядят они не такими, какими были, когда я пришел сюда. Поэтому, пока вы здесь, ваш взгляд на все окружающее будет постоянно меняться. А я лишь могу поделиться с вами своим восприятием.

И тем, что я вижу в Большой Книге сегодня, по сравнению с тем, что я видел в ней 42 года назад.

Мы часто слышим слово «правда». Нет такой вещи. Я не могу вам сказать, что является правдой. Будучи новичком, вы ищете ответ. И когда вы находите его, ответ и становится этой самой «правдой». Единственное, что мы можем сделать, это указать вам путь к *вашей* правде. Мы не более чем «указатели пути». Вы приходите сюда и спрашиваете: «Где тут правда?» А мы показываем вам на Шаги, которые висят на стене и говорим: «Там». Можно было бы просто повесить знак или стрелку. Мы говорим: «Видишь те 12 Шагов? Поднимись по этой лесенке. И твоя правда откроется тебе».

Так мы обретаем свою правду. Но вполне возможно, что на следующий год она станет другой. Именно поэтому я могу сказать вам лишь то, что сегодня является для меня правдой



о нашей Программе. Если это поможет вам и подвигнет на поиск вашей собственной правды, значит, я буду очень рад, что сделал свое дело.

Видите ли, мы полагаем, что знания – очень важная вещь. И в материальном мире это так. Но, когда мы переходим в духовный мир, важным становится не «обучение», а «отучение». Один приятель из Вашингтона когда-то сказал:

«Нас убивает не то, чего мы не знаем, а уверенность в правоте того, что на самом деле ошибочно». Чак Ч. говорил: «Находи, узнавай и избавляйся».

В чем же еще я заблуждался? Вот он – билет к свободе! От чего еще мне надо избавиться? Какую старую идею я только что обнаружил у себя в инвентаризации и теперь удивляюсь: «Неужели у меня по-прежнему есть это?!»

И когда с помощью такого процесса у нас не остается ни одной старой идеи – мы достигли цели. Именно об этом я хочу побеседовать сегодня, потому что речь пойдет о Десятом и Одиннадцатом Шагах. Сначала надо сказать несколько слов о служении, и уже оттуда мы двинемся дальше.

Глядя на историю АА, я считаю, что источником служения, очагом энергии необходимой для него, явилось духовное пробуждение Билла Уилсона. После того, как это произошло, его стремление нести весть, было невозможно остановить. Даже если бы его заковали в кандалы, и он все равно бы отправился делиться тем, что с ним произошло со всеми алкоголиками мира. Посмотрите на те превратности, которые ему довелось испытать! Он остался без средств к существованию. Его выселили из дома в Бруклине. Он вынужден был жить у друзей, переезжая от одних к другим. Машину ему одолжили. У него никак не получалось собрать денег, чтобы вылезти из этой ситуации... Что же продолжало заставлять его пытаться помочь другим алкоголикам? Я берусь утверждать, что эта настойчивость сохранялась в нем именно благодаря духовному пробуждению. Ведь неотъемлемой частью

духовного пробуждения является абсолютная необходимость делиться этим с другими. Те из нас, с кем это случилось, могут дожидаться, чтобы рассказать другим алкоголикам о том что они испытали. И я полагаю, что это происходит потому что внутри нас открывается поток духовности. А если мы не дадим ей выплеснуться, она станет мертвым морем. Невозможности уговаривать тех, кто испытал духовное пробуждение, чтобы они участвовали в служении. Вы не можете их остановить!

Я считаю, что самое лучшее служение – это помочь другим духовно пробудиться. Именно в этом я вижу связь Десяти и Одиннадцатого Шагов со служением. Не поймите меня превратно, это здорово, что мы собираемся вместе и говорим: «Ты приготовь кофе! А ты принеси то... А ты займи этим...» И, конечно, мы получаем удовлетворение, делаем все эти вещи. Но в конечном итоге, как сказано в Двенадцатом Шаге, целью нашей Программы является единственный результат и это – духовное пробуждение. А потом мы несем другим алкоголикам весть о том, как обрести это пробуждение. Так что тех, кто имея 25 лет трезвости, не испытал духовного пробуждения, остается только пожалеть. Это все лишь мое мнение. Помните в Большой Книге фермера, который вылез из погреба и сказал: «...главное, что ветер прекратился»? Билл пишет там же: «Мы считаем, что те, кто думают, что достаточно быть трезвыми, чтобы в жизни все наладилось, ошибаются».

И я считаю, что Билл абсолютно прав. Одной трезвостью недостаточно. Трезвость всего лишь отправная точка. Единственный способ для нас остаться живыми и обрести то к чему, я полагаю, мы всегда стремились, то, что мы искали и то, без чего мы становимся беспокойными, раздражительными и неудовлетворенными.

А этим является понимание, что в нашей жизни чего-то не хватает. Вот, что движет нами. Мы пытаемся решить

проблему разобщения с нашим Создателем. Так я вижу нашу ситуацию. Вы можете побеседовать с разными психологами и философами, которые, вполне возможно, скажут вам, что в их понимании дела людские обстоят иначе. Но с моей точки зрения, речь идет именно о решении проблемы отделенности. А для того чтобы говорить об этом, нам придется побеседовать о человеческом эго. Однако, разговор про эго – дело непростое. В научной литературе можно отыскать миллионы страниц, посвященных этой теме. Там все достаточно запутанно...

Я считаю, что единственный доступный пониманию путь обсуждения эго – это привести пример, поведав какую-нибудь историю или создав аналогию. И Билл делает это, когда пишет о том, что мы являемся актерами на сцене. Давайте мы последуем этому примеру и предположим, что Бог создал нас актерами.

В Четвертом Шаге, в страхах, сказано, что *«мы должны играть в этом мире ту роль, которую Он нам предопределил»*. Это Его воля. Он дал мне роль в этом спектакле. По Его сценарию я – уборщик, и моя работа заключается в том, чтобы подметать полы. Это все, что я должен делать! Такова Божья воля по отношению ко мне. Он сказал, что если я буду делать это, то меня ждут счастье и радость в жизни. Я буду самым счастливым «подметалой» на земле. Вжик-вжик, вжик-вжик...

Но я, имея возможность наблюдать за всем, что происходит вокруг меня, в какой-то момент задамся вопросом: «А почему, собственно говоря, Я подметаю? По-моему я должен быть звездой этого шоу, ездить на белом коне и завоевывать сердце принцессы. Что же это я такого натворил, чтобы оказаться дворником?»

Я, должно быть, просто кусок дерьма, иначе мне бы дали другую роль. Этот спектакль – дрянь. Нет, ну это чушь какая-то!.. Люди даже не знают моего имени! Со мной толком никто

не разговаривает. Только и слышу, как мне приказывают подмести там или тут. Ведь куда лучше вместо этого спектакля была бы постановка, в которой я бы играл роль... уборщика! Вот этот спектакль бы имел огромный успех. Все бы увидели мои страдания и боль, которую я испытываю. На Бродвее был бы аншлаг! Люди бы смогли оценить всю трагичность моего существования. Они бы поняли, что я живу в нищенских условиях, и что мне платят гроши за маленькую, никому не известную роль. Это была бы шикарная драма!»

И спустя какое-то время я начинаю верить, что спектакль о человеке, играющем роль уборщика, к которому я сам написал сценарий – настоящий. Но когда я сочиняю такую историю, то единственным участником этой драмы являюсь... Я! Бог не участвует в этом спектакле. Его нет в этой истории. И в ней жутко одиноко. Я начинаю все острее ощущать свою неприкаянность. И я забываю, что это всего лишь мой вымысел. Это спектакль в спектакле! А ведь все что мне нужно сделать, это вернуться к подметанию полов в изначальном спектакле, и тогда я буду счастлив. Поэтому я вынужден пройти через процесс избавления от вторичного сценария. Это сложное дело, потому что все общество занято своими вторичными спектаклями. Мы все играем роли, которые сами себе придумали. Так что, все члены нашего коллектива функционируют неисправно.

Я прочел у одного духовного писателя такое определение эго – это «самозванец, который притворяется тобой». И это столь поразительно, что мы не можем поверить в возможность такого самообмана. Нет, я не мог сам себя обвести вокруг пальца таким образом! Это невозможно!

Те из нас, кому посчастливится, наконец-то входят в двери АА. Скажите, был ли кто-то из вас не алкоголиком, когда пришел сюда, но стал им, оказавшись здесь? Я, например, не был алкоголиком, когда впервые появился в АА. Потом я стал думать, что может быть я все таки алкоголик... Ну, а потом

для меня стало очевидным, что Я алкоголик. Удивительно. Я вдруг узнал, что 30 лет был алкоголиком! Так как же это вышло, что еще вчера я не был алкоголиком?

Я обманул сам себя. Я сам себе рассказал сказку, сам поверил в нее и стал вести себя соответственно. Таким образом, я создал себе кучу проблем. Как пишет Билл: *«В конце концов, мы сами создали свои проблемы»*. Мы являемся их создателями. Мы порождаем их в своем больном воображении, а затем реагируем на них.

Я не понимал, что моя эмоциональная реакция, когда я говорю себе, что человек в свитере, сидящий в заднем ряду, не любит меня, идентична реакции на то, что этот человек вышел сюда, встал перед всеми и произнес: «Я тебя не люблю».

Вы понимаете, о чем я говорю? Мне всего лишь надо сказать самому себе, что он не любит меня, и я буду сидеть здесь, упиваясь своей неприязнью:

- Что случилось?

- Парень в заднем ряду ненавидит меня. Это ужасное ощущение. Мне осталось только лечь, да умереть.

- Но он же не говорил этого.

- Говорил! Я чувствую, что говорил. Он считает меня ничтожеством! Иначе, с какой стати я бы так себя чувствовал?

Неплохой фокус, правда? А ведь это происходит именно так просто.

Был такой фильм «Иллюзионист». Сюжет там получился не очень удачный. Но замысел мне показался шикарным. Два фокусника соревнуются друг с другом – кто лучше обманет.

Знаете, я могу создать что-то из ничего. Из воздуха. Прямо здесь перед вами. Я могу, не вставая, сказать вам: «Смотрите! А известно ли вам, что у Боба Дэрралла в машине двенадцати цилиндровый двигатель? Неплохо, а? Теперь следите за мной внимательно. Я даже не пошевелю руками и не двинусь с места. Но при этом у вас перед глазами появится

созданная мной обида... В двигателе моей машины только шесть цилиндров. Чувствуете? Вы почувствовали это?! Вы ощущаете присутствие обиды в этом зале? Вот она! Мощная штука, не правда ли? Мы создаем и создаем, и создаем их...

Для чего мы это делаем? Чтобы иллюзия не прекращалась? Чтобы спектакль, в котором Бог не участвует, продолжался и тот факт, что я подметаю полы, был трагедией. А духовность и Шаги демонтируют эту постановку – нашу историю. Они рушат эту иллюзию. Ведь мы верим нашим собственным выдумкам. Мы подвластны им.

Какое отношение все это имеет к Десятому Шагу?

В Большой Книге где-то в третьем предложении Десятого Шага сказано: «*Мы вошли в мир Духа*». А что под этим предпологается? Там же так написано. И если кто-нибудь спросит вас, что означает Десятый Шаг, вы можете ответить этому человеку, что он вошел в мир Духа. И это понятно. Но что такое мир Духа? Как мы поймем, что вошли туда? Может там табличка на двери: «Мир Духа. Вход здесь»?

Давайте подумаем, есть ли какой-нибудь указатель, что мы вошли в мир Духа... Что-то неординарное... Странное. Что-нибудь мистическое. Нечто, скажем, осуществившееся. Как, например, страх перед людьми и неуверенность в экономическом благополучии вдруг исчезли! Куда они делись? Что я делал, когда они пропали? Кажется, я варил кофе... Оглянулся, а их уже нет. Потом я занимался уборкой и вдруг был освобожден от эгоизма. Чудеса, да и только... Может, я поумнел или обрел новые знания? Нет. Но я неожиданно обнаруживаю, что интуитивно знаю, как вести себя в ситуациях, которые раньше меня озадачивали. Только что был растерян. И вдруг все стало ясно. Понятия не имел, как разобраться с чем-то. А тут появилось решение. Ситуация казалась безнадежной. Но через минуту нашелся простой выход из нее. Интуитивно, интуитивно, интуитивно... Поразительно! Просто невероятно!

Интересно, а как выглядят духовные пробуждения? О них все время говорится тут в книге. Может, их раздадут на собраниях? Или должна произойти какая-то вспышка света?

Я не знаю. Говорят, что их два вида. Один вид, как у Билла Уилсона – бум!

А другой – из категории «образовательных разновидностей». Помните, так это объяснил Уильям Джеймс в книге «Многообразие религиозного опыта»?

Эта книга упоминается в Большой Книге. Интересно, а это утверждено конференцией? Шучу. Хорошая была бы тема для бурного спора на каком-нибудь собрании... Простите меня. Бес попутал... Худшей темой для обсуждения может быть только: «Как лучше всего оставаться трезвым, если бы не было АА?» Но это мы с вами даже трогать не станем.

Так все-таки, как же выглядят духовные пробуждения? Кстати, вот вам интересный факт. «Неожиданное» духовное пробуждение происходит неожиданно. А постепенное, «образовательное» духовное пробуждение происходит... неожиданно! Оно просто происходит позже. Но, когда это случается, мы *неожиданно* осознаем, что Бог делает для нас то, что мы не смогли сделать сами для себя.

Неожиданно Бог перестает быть чем-то теоретическим. Мы вошли в контакт с Ним. Мы осознали Его присутствие. Мы пробудились. Мы нашли *нашу* правду, нашего Создателя. Мы почувствовали Его прикосновение. Нам больше не приходится жить только надеждой на все это или полагаться на духовное пробуждение наших спонсоров. Теперь это произошло и у меня. Вот что такое «войти в мир Духа». У нас появляется доказательство того, что этот мир существует. В «12&12» написано, что нам удастся мельком заглянуть в царство Божье. Мельком! И этот мимолетный взгляд начинает мотивировать нас. Нам становится интересно узнать, а что же еще там есть?

И это было бы так легко, если бы не существование главного соперника, который не хочет, чтобы мы видели, что там Речь идет о нашем эго, которое не желает, чтобы мы заглядывали в царство Божье, ибо знает, что если мы зайдем туда, то оно – наше эго – исчезнет. И тогда все кончено. Мы снова начнем подметать сцену и будем счастливы. А это значит, предположение, которое было придумано нашим эго, закончится и станет ясно, что это был обман. Но эго не так легко убить. Оно не сдастся, потому что у него есть ключи к нашему разуму. Оно знает, как обхитрить нас.

Вот пример для старожилков. Я иногда, под воздействием своего эго, порываюсь прочесть его молитву. А вы разве не знали, что эго молится? Его молитва выглядит следующим образом. Мы встаем на колени, как при обычной молитве. Все выглядит и чувствуется так же. А вот, как звучит молитва эго: «Боже, я хочу поблагодарить тебя за то, что Ты спас меня от страха, растерянности и обид. Ты привел меня в мир радости и спокойствия. Ты превратил меня в доброго, наполненного любовью человека, который способен теперь видеть мир таким, какой он есть на самом деле. И я до глубины души признателен Тебе за то, что Ты привел меня в то место, где Твоя забота мне больше не нужна! Слезы благодарности текут у меня по щекам... Я никогда бы не подумал, что вновь стану полностью самостоятельным. Я благодарю Тебя за это от всего сердца! Аминь».

Мы ведь даже не отдаем себе отчет в том, что сказали это. А потом мы встаем с колен и хвалим самих себя за нашу трезвость. И мы идем дальше жить нашу жизнь. Этот день оказывается самым худшим из всех, которые у нас были. А мы никак не можем понять, почему с нами происходят все эти кошмары.

Здесь-то и начинается наша борьба за возможность видеть всю картину реально. Билл много раз упоминает о необходимости духовного роста. В моей жизни за последние 3 года



произошло больше, чем за все предыдущие 39 лет моей трезвости. И я увидел гораздо больше вещей по-другому. Я не знаю, почему так произошло. Может потому, что я занялся усиленным поиском. Я стал задаваться вопросом, что является для меня самым важным. И я выяснил, что самое важное – это полностью пробудиться духовно и узнать, кто я такой. Зачем я здесь? В чем секрет жизни? Ведь ее секрет – это мой секрет! И если я разгадаю его, то мне все станет понятно. Так что же за существо сидит тут перед вами? И это стало моим приоритетом. Я начал искать. Вы понимаете, о чем я говорю?

А сказано ли нам где-нибудь, что нашей главной задачей является искать? Заглянем в Пятую Главу. Читаем это на каждом собрании. Какое там последнее слово? *Искать*. «Бог мог избавить и избавит, если Его *искать*». Вот что я должен делать! Искать! Я должен стать радаром, который неустанно ищет Бога. Он – моя единственная цель. Все остальное вторично. Но, ведь, если я сконцентрируюсь только на этом, то кто же позаботится обо всем остальном, происходящем в этом мире? Кто будет руководить моим бизнесом, моими отношениями, моими финансами и всем прочим? Выясняется, что Бог руководит всеми этими делами.

Я отнимал у Него эти вещи: «Боже, я позабочусь об этом. Я проконтролирую здесь кто, что и как должен делать. Не волнуйся. Я разберусь».

А сейчас давайте поговорим о пути, на котором мы сдаемся. Что нам сказано про мир Духа? Нам говорится, что мы пришли сюда со своими методами подхода к различным ситуациям. Но теперь, тем, что сбылись эти обещания, доказано существование нашей личной, новой любящей Высшей Силы. И мы сами испытали это на себе. Так что же мы делаем, почувствовав Ее? Именно об этом наш Десятый Шаг. Он показывает нам, как жить в «сейчас». Это то место, где мы приходим к пониманию значения «только сегодня».

Здесь мы учимся, как прожить каждый наш день после нашего входа в мир Духа. Раньше мы жили так, а теперь у нас другая схема. Так как же мы это делаем?

Проблема в том, что для нас это слишком просто. Нам так не нравится. Алкоголики не любят простых вещей. Помните, когда вы впервые пришли сюда?

- Я вчера разбил машину. Моя невеста ушла от меня. Я не знаю, что делать!..

- Не пей.

- Ясно. А еще меня на работе вызывает к себе начальник...

- Не пей.

- Хм... Нет, ну, тут ситуация несколько сложнее...

- Нет. Все очень просто. Не пей.

Всего два слова. Не пей.

И вот мы приходим в Десятый Шаг. А что там сказано делать, если мы испытываем раздражение, злость, обиду и так далее? Там написано, как мы должны поступать во всех этих случаях. *Мы сразу же просим Бога избавить нас от них.*

- Вопросы есть? Все это делают?

- Нет. Вместо этого я пытаюсь стать более понятливым по отношению к другим людям. Я стараюсь быть терпеливее во всех случаях.

- Понятно. То есть ты оставляешь Бога в стороне?

- Да. Именно так. Я не беспокою Бога по этому поводу. Я сам разбираюсь в этих проблемах.

- Но нам не сказано так делать. Здесь написано, что *если они появятся, мы сразу же просим Бога избавить нас от них.*

- Тьфу ты!.. Мне это не нравится. Когда же мой черед делать что-нибудь? Разве мне не полагается быть изобретательным в решении моих проблем?

- Нет. Просто попроси Бога избавить тебя от них.

Так нам не с чем возиться. А это играется только с проблемами. Не существует признательного эго или любящего эго, или радостного эго. Эго по своей природе всегда проблемно.

Проблемы, проблемы, проблемы. Ваш дядя оставил вам миллион долларов, а ваше эго скажет: «Кто-нибудь обязательно попытается их украсть». И от радости не останется следа. «Будь осторожен. Все они хотят отобрать у тебя эти деньги, – шепчет эго». «Да-да, конечно, – отвечаете вы, и душевный покой исчезает».

Итак, Десятый Шаг учит нас, как перестать жить в неразберихе, которая творится вокруг и вернуться в «сейчас». А «сейчас» становится все меньше и меньше, пока не превратится в «момент». И если вы задумаетесь, откуда берется сила, то вспомните, где была найдена огромная мощь атомной бомбы. Ее обнаружили, расщепив атом! Куда уж меньше! А ведь когда мы думаем о чем-то мощном, нам всегда представляется нечто большое. Но, как видите, это не так. Вся сила сконцентрирована в мельчайших частицах. Сила Бога существует для нас только в эту единую долю секунды. Но в этой доле секунды абсолютно вся сила, которую мы только способны пожелать.

Чтобы не быть в этой доле секунды, мне придется выдумать историю о том, что меня там нет. Поэтому я придумываю историю о прошлом. И я уже больше не в этой секунде. Теперь я думаю об учителе, который поставил мне двойку в школе и о том, что я тогда чувствовал. Вместо того чтобы быть там, где находится вся сила, я сочинил историю о том, что я где-то в другом месте. Я там, где обида. А это дает моему эго командовать парадом. Если же этот ход не удался, потому что я уже навел порядок в своем прошлом, избавился от былых обид и возместил нанесенный ущерб, то мое эго начинает посылать мне предупреждение: «Осторожно! Опасность впереди! Нас ждет тревожное будущее!»

И я вздрагиваю: «Ой, что-то я давненько не проверял как будут обстоять дела у меня в будущем... Пойду-ка посмотрю. Я скоро вернусь». И вот, спустя где-то неделю, я возвращаюсь и говорю: «Все кончено! Мне даже жить не хочется. Нас ждут

одни неприятности. Если я вам расскажу, вы будете в ужасе! Честно! Вы себе представить не можете, как там страшно!»

Вот где мы проводим свое время. В двух, сфабрикованных нашим воображением местах – прошлом и будущем. А ведь именно здесь в этот момент блаженной признательности испытываемой ко Всевышнему, нет места для эго.

И оно начинает умирать. Оно начинает уменьшаться. Но оно чувствует все это и принимается бунтовать, заставляя нас ощущать себя некомфортно. Это цена, которую мы вынуждены платить за духовный рост. И есть нечто забавное в осознании того, что пока мы движемся по духовному пути, наше эго будет стараться предотвратить это движение любой ценой. Поэтому, зная, что такого следует ожидать, мы просто свыкаемся с этим. И со временем мы перестаем обращать внимание на наше эго.

Я тут недавно видел по телевизору одно комедийное шоу, в котором блестяще показали аналогичную ситуацию. Там были брат с сестрой. У каждого своя семья, дети. А у этих брата с сестрой была мать, которая пыталась все контролировать и, приезжая в гости, она устраивала своим детям адскую жизнь. В одном эпизоде она навещает сына, а в другом дочь. Когда она приезжает к сыну, то сразу начинается: «Ты все еще не поменял эти страшные занавески?! Я же говорила твоей жене, что надо избавиться от них! Они не подходят к обстановке! Сколько можно объяснять вам это?! Да и этот ковер давно пора вынести на помойку! Что у вас на ужин? Кошмар! Чем вы питаетесь?! Вы бы хоть подумали о здоровье детей!...» Когда она наконец-то уезжает, сына уже можно везти в психушку. Он в кошмарном состоянии.

А в следующем эпизоде мамаша навещает свою дочь. И продолжается то же самое: «Сколько раз я буду говорить тебе про эти занавески?! Почему ты до сих пор не избавилась от них?! Что на ужин? Почему вы это едите?!» А дочь с мягкой улыбкой спокойно отвечает: «Да, не переживай, мама». И это

я ее реакция «не расстраивайся, мама». Для нее это всего лишь мама, которая продолжает оставаться такой, какой она была всегда. Дочь не создает себе бесосновательных проблем. Она выработала иммунитет к маминым выходкам. Она свободна от реакций, которые могли бы вывести ее из себя. Проблема там – у мамы, а не здесь – у нее.

Значит, существует какой-то способ относиться подобным образом к проделкам нашего эго.

- Тебя ждут неприятности. Все будет плохо. Ты в опасности. Впереди только проблемы...

- Не переживай, эго. Заткнись и вали отсюда.

Мы никогда не сможем остановить бредни нашего эго. Но мы можем не обращать на них внимания.

Десятый и Одиннадцатый Шаги дают нам методику, пользуясь которой мы можем справляться с нашим эго. И все это сконцентрировано в нескольких, требуемых от нас, действиях. В «12&12» указаны вещи, которые нам следует помнить. Например, там сказано, что *каждый раз, когда мы чем-то обеспокоены, независимо от причины, проблема в нас.*\*\* Но наше эго отвечает за нас: «А они первые начали! Я всего лишь отреагировал! Это их вина!»

Так в чем же моя проблема? Что со мной не так? Я обеспокоен! Вот в чем моя проблема. И в какой-то момент я понимаю, что мне придется перестать беспокоиться. Вне обстоятельств. Но как это сделать? Как успокоиться?

Мы всегда будем беспокоиться. Невозможно быть настолько идеальным, чтобы ничто не тревожило нас. Но мы стараемся подойти как можно ближе к этому идеалу.

Когда я протрезвел, был миллион причин, по которым я выходил из себя. Теперь их всего сто тысяч. Как видите, я двигаюсь в правильном направлении.

В «12&12» Билл пишет про те вещи, которые нам помогут. *Сдержанность.*

Я встаю утром и молюсь о десятисекундной паузе между всем, что происходит и моей реакцией на это. Кто-то подрезал меня на дороге. Я начинаю чувствовать прилив гнева. Но я не совершаю никаких действий в течение десяти секунд.

Я закипаю и остываю за этот короткий срок. И тогда исчезает надобность расчищать последствия взрыва моих эмоций. Вторым идет честный анализ того, что произошло. Даже сегодня очень часто мне необходимо проговорить это со спонсором, с кем-то из советников, друзей или наставников. Я делаю это следующим образом. У меня есть пароль, который известен всем этим людям. Я звоню им и говорю: «Можешь уделить мне 45 секунд своего времени?» Ведь я часто беспокою их на работе или когда они заняты своими делами. Таким образом, они сразу знают, что даже если у них нависло что-то важное и срочное весь разговор не займет больше 45 секунд.

- Джо, это Сэнди. Можешь уделить мне 45 секунд?

- Конечно.

- Вот ситуация. Мой шеф зашел ко мне и сказал, что прочел меморандум, который я написал. Он сказал то-то, то-то и то-то. И теперь я чувствую себя так-то. Что ты думаешь по этому поводу?

- Все ясно. У твоего шефа, видимо, какие-то неприятности дома или он просто не выспался. Он совершенно не прав. Прости его.

- Понял. Спасибо!

Или он может сказать:

- Твой шеф абсолютно прав. Извинись перед ним.

- Понял. Спасибо!

«Извините меня. Вы были правы». Конец беспокойству.

Вот оно – прости или загладь свою вину. И жизнь продолжается...

А для чего нам надо быть спокойными? Состояние спокойствия означает контакт с нашей Высшей Силой. Любое

спокойство – и мы остаемся одни, ребятки. Сами по себе. Десятый Шаг дает нам структуру инвентаризации беспорядков и возможность обрести покой. Это своего рода духовная навигация. Боль позволяет нам придерживаться правильного курса. Появился страх – мы совершаем действие, чтобы вернуться на исходный путь. Появилась обида – снова действие для возврата к спокойствию. Так мы продолжаем избавляться от тревог и возвращаться на курс спокойствия.

Когда я был начинающим пилотом,\*\*\* мы летали по звуку. Можно сказать – на слух. В шлемофоне был слышен радиочастотный сигнал, который назывался «лучом». В зависимости от частоты, я знал правильность направления своего движения. Когда звук становился выше – значило, что я уклонился влево. Если ниже – меня потянуло вправо. Приходилось все время поправляться, чтобы не сбиться с курса. Только исправляя очередное уклонение, я понимал, что лечу правильно.

Если летчик все время слышал только «луч», то было ясно, что у него неполадки с радио потому, что никто не летает на таком уровне совершенства.

У нас здесь то же самое: сбиваемся – возвращаемся, тревожимся – успокаиваемся. Так мы движемся по жизни, следуя «лучу», которым для нас является воля Божья. А Его воля для нас – это быть радостными, счастливыми и свободными.

Мы постоянно слышим от людей: «Приходится играть той картой, которую нам сдали», «такая карта нам легла». Хорошо! Давайте так и сделаем. Мы будем следовать этому правилу. Подойдите сюда. Вот вам ваши карты: Будьте, Радостными, Счастливыми, И, Свободными. Пять карт. Положите их на стол. Что-то случилось и вы обиделись. Но выясняется, что, к сожалению, у вас нет карты обиды. Вы можете играть только теми картами, которые у вас на руках. Вы сами придумали эти правила и сказали, что придется играть той картой, которую вам сдали. Вот и играйте! Перестаньте пытаться играть

чужими картами. У вас нет карты обиды. Вы просто вообразили, что она у вас есть. Вы не можете играть картами, карт у вас нет! Вы понимаете, о чем я говорю?

Так мы живем ежедневно. А когда Десятый Шаг становится рабочим, мы начинаем понимать какие роли придуманы нами и какие роли мы должны играть по Его замыслу. Понемножку мы находим, узнаем и избавляемся от всего того, что выдано нами. Мы продолжаем этот процесс до тех пор, пока не осознаем, что нам просто следует играть предназначенную роль уборщика и спокойно подметать полы.

Но, как уже говорилось, мы пока еще только *мельком* увидели Божье царство. Появляется резонный вопрос. А можем ли мы сделать что-нибудь для того, чтобы разглядеть его повнимательнее? Именно для этого мы прибегаем к молитве и медитации. Я хотел бы обратить ваше внимание на то, что и в Большой Книге, и в «12&12» Одиннадцатый Шаг описывается, как нечто по сути индивидуальное.

В «12&12» написано: *«медитация – это индивидуально путешествие в неизведанное, которое каждый из нас совершает по-своему»*. Здесь ничего не сказано про «мы». Никто не может молиться или медитировать за вас. Никто не может искать за вас. Наше духовное пробуждение вдохновляет нас делать это.

В Большой Книге Билл пишет: *«Существует масса полезных книг. Рекомендации вы можете получить у священника или раввина»*. А в «12&12» нам говорится, что *искусство медитации всегда может совершенствоваться и что для этого не существует границ ни в ширину, ни в высоту*. Все это указывает на отсутствие пределов тому, что мы сможем найти там. Возможности безграничны!

Видите ли, мы теперь в мире Духа. Мы больше не беспокоимся о финансах или о чем-то еще. О нас позаботятся. Чарльз говорил об этом постоянно. Помню, когда я впервые услышал его, то чуть в обморок не упал. Он сказал, что это и



мое дело заботиться обо мне, что это дело Бога. Я был ошарашен. А он объяснил мне, что мое дело – исполнять Божью волю. Так в примере, который я привел вам, мы просто подметаем пол.

- И обо мне позаботятся?

- О тебе позаботятся так, как ты даже не предполагаешь. Ты будешь подметать, и взамен тебе вручат ключи от царства.

- А что такое «ключи от царства»?

- Пробуждение!

Ведь царство Духа незримо, пока мы не пробудились. Подметаем, подметаем и пробуждаемся. Подметаем, подметаем и вдруг – озарение! – мы самые счастливые дворники и мы подметаем золотые улицы.

Я не преувеличиваю. Это то, что ожидает нас, если мы исполняем Его волю.

И ради этого мы отправляемся в *индивидуальное путешествие*. Помню, как я решил почитать Уильяма Джеймса «Многообразие религиозного опыта». У меня тогда было где-то лет 5 трезвости. Эта книга тогда показалась мне настолько тяжелой для восприятия, что я думал – умру... Кошмар. Но, спустя еще несколько лет, я снова взялся за нее и понял, что Джеймс был гениальным человеком. Книга состоит из девятнадцати лекций о религии, которые Джеймс прочел в Эдинбургском университете. Уникальная вещь! Он никогда до этого не проводил лекций на тему религии. Но специально для этого случая он изучил ее и выступил с блеском. Он сказал, что все религии были созданы для решения одной проблемы, которая свойственна всему человечеству. И эта проблема заключается в том, что даже в самых лучших для них обстоятельствах люди ощущают нехватку чего-то. Даже в самых лучших обстоятельствах! А каждая религия гласит: «Идите к нам! У нас есть решение этой самой проблемы!» Звучит почти как АА: «Идите к нам! У нас есть решение той самой проблемы, которая вынуждает вас пить! Идите к нам! Мы поможем вам исправить это».

Конечно, в АА можно найти сумасшедшие группы. И очень не хотелось бы, чтобы по ним судили о Сообществе. Есть масса религиозных учреждений, которые не на шутку свихнулись. И еще много всяких безумствующих...

Но Джеймс сказал, что хотя иерархия, церемониальная помпезность и прочая торжественность не способствовали церковной репутации, однако из всех этих религиозных действий появилось самое ценное для человечества – озаренные индивидуумы: люди, которые, испытав глубокое духовное пробуждение, показывают другим этот путь. Здесь можно вспомнить Ганди, Далай-Ламу..., Билла Уилсона. Одного человека озарило, и теперь в 140 странах люди могут выйти из алкогольной темницы. Вот где сила! А это пришло из христианского движения, из Оксфордских групп и других источников.

Происходит нечто волшебное, когда мы слушаем духовно пробудившегося человека. Когда Мартин Лютер Кинг произнес свою знаменитую речь,\*\*\*\* я плакал, потому что он хотел помочь белым людям так же, как черным людям. Я слышал в его словах боль *моих* предубеждений и *моей* ненависти. Он знал, что я страдаю не меньше тех, кто угнетен и хотел *освободить всех нас*. Вы помните эти слова?

Я любил этого человека.

А если о такой же проблеме говорит недуховная личность, то это звучит как «мы против них». Отсутствие духовности отделяет нас друг от друга. А особенность пробуждения в том, что оно сближает людей. Вот дар религии человечеству, о котором говорил Уильям Джеймс.

Мы с женой тут вспомнили, как я рыдал, прочитав историю об амишах\*\*\*\*\* и убийстве их детей. И о том, как амиши обратились к родственникам убийцы со словами соболезнования и утешения. *Утешать, нежелая быть утешаемым...*

Я даже не предполагал, что где-то в мире это по-прежнему существует! Меня это растрогало до слез. И, несмотря на всю трагичность ситуации, я был счастлив, что у людей еще

встречается такое поведение. Эта история произвела на меня большее впечатление, чем что-либо за последние десять лет. Вот было бы здорово всегда видеть мир таким... Но как этого достичь? Мы двигаемся в этом направлении, продолжая наше «индивидуальное путешествие». Мы находим наставников и учителей. Мы изучаем книги и упорно стремимся к новым пробуждениям.

Я бы сравнил это с голограммой. Помню, лет 15 назад у моего сына в Балтиморе мне так и не удалось разглядеть одну, которую все видели. Я даже вставал из-за стола во время еды и шел смотреть на нее. Вглядываюсь, вглядываюсь, а толку никакого. Мой маленький внук говорил: «Дедушка, посмотри в левый верхний угол...» «Я смотрю! – рычал я в ответ. – Что ты там видишь?» «Да ты сам увидишь, – отвечал он, – на тебя выскочит картинка в трех измерениях...» И вот она, в нескольких сантиметрах от меня, но я ее не вижу! Черт! Я так и не увидел, что там на картинке. Как же мне быть? Вы все знаете ответ. Я должен вернуться и продолжать смотреть, пока не увижу ее. *Иногда быстро, иногда медленно...\*\*\*\*\**

Но голограмма, на которую мы смотрим в Одиннадцатом Шаге, содержит предупреждение. И в нем сказано: «Осторожно! Если вам удастся разглядеть то, что находится на этой голограмме, вы перестанете существовать». О-о... А хочу ли я *перестать существовать*? Вы когда-нибудь слышали, как актер рассказывает о том, что он полностью перевоплотился для своей роли? Вам бы понравилось затеряться в чем-то? Потерять себя? Вы бы хотели не иметь обид, предрассудков, мнений, прошлого, будущего? От вас ничего бы не осталось, кроме той части вас, которая ощущает ваше существование. Как когда вы медитируете и осознаете, какие мысли вас беспокоят. Или когда приходит осознание, что вы – мужчина, или женщина. Или, когда вы осознаете, что ваше ощущение мира, который вокруг вас и есть вы, думающие все

это, и сводящие себя же с ума всеми этими мыслями. А еще есть тот, кто наблюдает за вами. Неплохо бы узнать этого «наблюдателя» поближе. Но, как это сделать? Придется избавиться от всего, что не является этим «наблюдателем». По аналогии со скульптором, который отбивает куски мрамора пока не появится великолепная статуя. Так что же в вас является частью прекрасного существа, которое вы на самом деле из себя представляете? Ваш сюжет и ваши дефекты характера! А что с ними делать? Отбивать их, как кусочки мрамора. Болезненно ли это? Да! Я сомневаюсь, что камни больно. Но мы не камни. Однако, заметив то, что вырисовывается из-под камня, мы сами начинаем торопить этот процесс. Быстрее, быстрее! Надо поспешить. Там что-то красивое...

Ведь когда мы смотрим на себя, освободившись от алкоголя и избавившись от нескольких крупных недостатков, нам начинает нравиться то, что мы видим. Мы радуемся пониманию того, куда ведет нас этот процесс. У нас появляется желание увидеть всю картину. К нам приходит смирение. И мы охотно приемлем боль перемен.

Мы начинаем вырабатывать новый подход к жизни.

Давайте предположим, что я вешу на 5 килограммов больше, чем мне бы хотелось. Разумеется, я злюсь на себя из-за этого. И каждый раз, съев лишний десерт, я ругаю себя «Посмотри на себя, Сэнди! Погляди в зеркало! Ты только глянть! Ужас!»

Раньше мой подход был таким. Мне придется мучиться пока я не буду полностью готов делать что-то по этому поводу. Но сегодня я мыслю иначе.

Я считаю, что проблема не в лишнем куске торта, а в том, что я ругаю себя за это. Как вы думаете, что делает Бог по отношению к тем, кто растолстел? Разве Его любовь к таким людям уменьшается в зависимости от набранного веса? Или, возможно, Он прощает их, в то время, как они едят этот торт!

да, может быть, мне следует простить себя за этот торт, и тогда перестану быть отринутым от Бога. И я перестану чувствовать боль своей отделенности от Него, которая заставляет меня снова есть десерт. Это ведь совсем иной взгляд на происходящее.

Так почему я не могу простить себя? Почему я продолжаю жугать себя? Да потому, что я пытаюсь создать сюжет, в котором Бог не участвует. И вот я скажу себе: «Так съешь еще тару кусков! Я тебя люблю, какой ты есть!» Тогда мое эго будет вынуждено признать, что попытка обмануть меня едой не сработала и что ему придется искать другой путь атаки. А я могу спокойно заняться проблемой лишнего веса. Вы понимаете, о чем я говорю? Я перестану беспокоиться. А единственной проблемой является беспокойство.

В «12&12» в середине Одиннадцатого Шага есть молитва святого Франциска. Обожаю ее. Позвольте мне рассказать вам, что я вижу в ней сегодня. Там сказано: *«Господи, сделай так, чтобы посредством меня снисходил к людям Твой мир и покой...»* То есть Бог открывает источник бесконечного умиротворения. Оно проходит через меня. А я всего лишь распространяю этот покой. Я не являюсь его создателем.

Потом там говорится: *«чтобы туда, где есть ненависть, я приносил любовь...»*

- Стоп! А где я возьму любовь?

- Ты и есть любовь. Вот откуда берется любовь. Ты – это любовь. Это то, чем ты являешься. Твое эго придумало ненависть. Ненависти не существует. Ты просто любовь.

- Но ведь там еще сказано: *«чтобы туда, где есть раздоры, я приносил гармонию...»*

- Правильно! Ты и есть гармония! Проснись! Ты – это гармония. Раздоры всего лишь выдумка.

И наши глаза начинают открываться.

Я и есть прощение. Я и есть любовь. Я и есть свет. Я и есть вечная жизнь. Эго придумало смерть. Приятная картинка, как вы считаете? Смотрите, пока не увидите ее.

- Так почему же мы не смотрим?

- А вдруг мы узнаем *наблюдателя*?

Я очень надеюсь, что узнаем...

Спасибо!

\* По неписаному правилу в АА спикеры выступают стоя. У Сэнди за день этого выступления был приступ артрита, поэтому ему предложили стул, и он выступал сидя.

\*\* В оригинале книги «12 Шагов & 12 Традиций» на с. 90 написано следующее: «...every time we are disturbed, no matter what the cause, there is something wrong with us».

В сегодняшнем русскоязычном издании на с. 102 следующий перевод этой фразы: «...если мы чем-нибудь расстроены, то, независимо от причины, вызвавшей такое состояние, это обнажает какой-то дефект нашей души».

В этом переводе откуда-то появились слова, которых нет в оригинале.

Предлагаю вашему вниманию дословный перевод:

«...каждый раз, когда мы чем-то обеспокоены, независимо от причины, что-то не так с нами».

Под «что-то не так с нами» имеется в виду, что «проблема в нас». А вместо «когда» можно использовать «если».

\*\*\* Сэнди Б. был элитным военным летчиком.

\*\*\*\* Речь Мартина Лютера Кинга «У меня есть мечта» («I have a dream»), которую во время марша на Вашингтон в 1963 году у подножия монумента Линкольна слушали около 300 тысяч американцев. В этой речи он восславил расовое примирение. Кинг заново определил суть американской демократической мечты и разжег в ней новый духовный огонь.

\*\*\*\*\* Амиши – это религиозная община, которая твердо придерживается Библии и старается по возможности отказываться от благ цивилизации. Весь мир потрясла реакция амишей на события, которые произошли в штате Пенсильвания в октябре 2006 г. Вооруженный псих ворвался в школу амишей в Никел-Майнсе и открыл стрельбу. В результате погибли 5 детей амишей, еще 5 получили ранения, а свирепый убийца застрелился. Но очень скоро внимание общественности переключилось с трагедии на реакцию общины. Амиши согласно Библии простили убийцу и, выразив свое сострадание его родственникам, предлагали им утешение и поддержку.

\*\*\*\*\* В оригинале Большой Книги в главе «За работу!» в конце обещания Девятого Шага есть такая фраза: «They are being fulfilled among us – sometimes quickly, sometimes slowly».

В русскоязычном издании БК на с. 81 это переведено так:

«Все это произошло со многими из нас, с одними раньше, с другими позже».

И вроде бы смысл донесен, но Билл написал не так. А от его стилистики в этом переводе ничего не осталось. Вот дословный перевод:

«Они (речь идет об обещаниях) исполняются для нас – иногда быстро, иногда медленно».

Сэнди цитирует последнюю часть этой фразы.

## Крис Р.

*(Ингрем, штат Техас)*

Привет всем, меня зовут Бард, я алкоголик!

Я хотел бы представить вам спикера, который выступит сейчас. Это Крис Р. И хотел бы объяснить, почему я, почему комитет конференции его пригласил.

Первый раз, когда я услышал Криса, когда Дэйв дал мне его запись. Я слушал его, когда ехал в моей машине, и ко мне пришла мысль: «Нужно ехать в аэропорт, садиться на самолет и лететь в Техас. Этот парень срочно нуждается в помощи! Он злой как собака!» Затем я приехал домой и прослушал его выступление снова, и идентифицировал себя во многих местах. И он не был злым, он был полон страсти к Программе 12 Шагов и к сообществу Анонимных Алкоголиков! Точно так же, как и я! Благодаря его выступлению та страсть, которая уже была во мне, разгорелась с новой силой!

Поэтому мы пригласили его – поделиться своей страстью по отношению к выздоровлению с нами! Это отлично вписывается в то, о чем мы говорим на этих выходных. Так что встречайте... Крис Р.!

(Во время трехдневного семинара Марк и Дэйв сидели на стульях, поэтому Крису подготовили стул и для него.)

*Запись сделана в Нью-Йорке 27-29 июля 2001 года.*

«Эй, народ, всем меня хорошо слышно? Этот стул мне не пригодится следующий час, так что пусть он постоит здесь.

Привет всем! Меня зовут Крис Р., я выздоровевший алкоголик, который будет стараться окончательно не потерять свой голос во время выступления! Я подхватил какую-то болячку в Техасе, и привез ее на радость вам в Нью-Йорк. То, что здесь происходит – это просто фантастика, дайте мне несколько секунд, я хочу поблагодарить всех котов, которые сделали эту конференцию! Бард, Рик и все их дружбаны и

подруги – вы крутые! Парни, вы реально крутые. Вы смогли поднять такую вещь, как эта невероятная конференция! Спасибо вам! Я много путешествую, много спикерю и для меня всегда честь делать что-то для сообщества Анонимных Алкоголиков. Я так же много выступаю в родственном АА сообществе Анонимных Кокаинистов. Я был на многих конференциях, я знаю, какой геморрой организовывать такие вещи. Но то, что я вижу здесь, меня поражает! Я вижу, отличную организацию от самого низа до самого верха. Все классно продумано! Еще раз спасибо! Для меня честь быть здесь.

Я провел немного времени в Нью-Йорке, но у меня уже сносит крышу от впечатлений! Каждый раз, когда я куда-либо выезжаю из родного городка, я говорю себе: «Крис, постарайся на этот раз не вести себя, как турист! Ну, ты понимаешь, о чем я говорю!». Но когда мы с Джини, Джини – это моя жена, ехали из аэропорта сюда, а потом немного походили по округе, то она все время мне говорила: «Крис, закрой рот!» Народ, вы живете в невероятно красивом месте! У меня просто сносит голову! В следующий раз, когда я сюда приеду, я обязательно постараюсь провести в этом городе побольше времени!

Но я вам скажу как есть. Если моя жена Джини приехала сюда полюбоваться красотами этого города, то я приехал сюда, чтобы провести время и послушать двух моих абсолютных героев в этом сообществе. Марк Хьюстон, это мой спонсор и он проследит, чтобы я был сегодня честным. Это я вам гарантирую!

Вторым человеком является Дэйв Фредриксон. Я познакомился с Дэйвом несколько лет назад.

Однажды ко мне позвонили прямо с неба. Это был Дэйв. Он, как вы знаете, летчик, и он сказал:

- Это Крис Р.?

- Да!

- Привет! Это Дэйв Фредриксон! Я прилетаю в Сан-Антонио, давай я подскочу к тебе завтра.



Сан-Антонио находится в часе езды от города, где я живу Ингрэм, штат Техас. Ингрэм – это реально либо очень аленький город или очень большое село, мы еще не определились. У нас в Ингрэме у всех есть жены и овцы. Поэтому первым вопросом на суде, когда разбирают бракоразводное дело из-за супружеской измены, является: «Это была настоящая женщина или овца?!».

Короче, я живу в таком маленьком городишке. Извините, если задел чьи-то чувства. На следующий день Дэйв приехал к нам на группу, у него под мышкой была Большая Книга, и он провел спикерское выступление – с тех пор, мы кореша! Я с глубоким уважением, заботой и благодарностью отношусь к нему за то, что он несет эту весть другим людям, которые все еще страдают! Я должен заранее сказать вам одну вещь. Это очень важно! Я знаю, что когда Дэйв выступает, то он постоянно вынужден извиняться за то, что задевает чьи-то чувства тем, что он матерится или то, что его голос кому-то не нравится. Я должен сказать вам правду – я не буду делать этого! Я не настолько духовно выздоровел!!! Скажу вам честно, я буду стараться подбирать выражения, но я могу гарантировать вам, что разные выражения будут вылетать из моих уст. Это один из моих дефектов характера и Бог, не очень быстро и не полностью забрал его. Так что вот такие вот дела, народ!

Парни, тринадцать лет назад Бог после многих лет попадания в сообщества и ухода из него, забрал из моей головы безумие, которое толкало меня употреблять алкоголь и наркотики. Я страстно благодарен Ему за это. У меня есть друг в городе Кервил, который как-то сказал: «Это трагедия нашего сообщества, что многие из нас чувствуют себя неуютно в своем родном сообществе, потому что ту весть, которую мы несем в эти комнаты, отличается от той весте, которую несут большинство людей. Если ты четкий сторонник чистой весте, которая изложена на 160 первых страницах Большой

Книги, то в большей части этой страны, тебе будут не рады. На тебя будут смотреть как на сумасшедшего!».

Во время этого выступления я собираюсь поговорить об этом. Я прошу всех вас, пожалуйста, послушайте то, что хочу вам сказать. Это не займет много времени. Я не займу у вас больше чем 45 минут. Я уверяю вас, либо мы до конца жизни будем обмениваться рождественскими открытками либо вы будете ждать меня у двери, чтобы рассказать мне как я был не прав, говоря все это.

Но я хочу, чтобы вы услышали то, что я сейчас скажу. Таково наше сообщество. Я буду делиться своим опытом. Мне позвонили, и пригласили приехать сюда, и поделиться своим опытом. Как Дэйв говорил передо мной: мой опыт — это мой опыт. Он не должен быть таким же, как ваш. Если то что я скажу, будет полностью противоречить вашим знаниям и убеждениям, то это будет одним из самых классных событий этой конференции. Вы можете верить во все, что хотите, вы можете верить и отстаивать свою веру до упаду. Но я должен сказать вам парочку вещей, перед тем как начну, я должен объяснить вам. Бард сказал правду: иногда, когда люди слушают мои выступления, то, не зная меня, не слушая и какой «дыры» я вылез, не слушая начало выступления, они думают: «Это очень, очень злой субъект! Лучше держаться от него подальше!». Все, что они слышат это какого-то парня который матерится, и кричит, у которого голос скачет то вверх, то вниз. Но на самом деле я очень спокойный парень, я настолько тихий и застенчивый, каким вы только можете себе представить тихого и застенчивого парня. Моя жена Джини может подтвердить это! Но как только у меня появляется возможность выступить перед публикой на собраниях АА, у меня внутри загорается пламя страсти, и голос звучит в моей голове: «Вперед, Крис! Это твой шанс ответить за все те годы херни, которую ты слышал в этом сообществе! Сейчас или никогда! Это твой шанс, Крис! Не упустить его! Вперед!».

Я почти сдох, когда добрался до комнат АА. Моя первая попытка в Анонимных Алкоголиках была где-то в 1980 году. Я хочу поговорить немного об этом. Я приходил в сообщество и уходил из него годами. Знаете, как это происходило? Я приходил на собрания, и вы говорили мне, что я должен буду всегда выздоравливать и что я бессилён, и вы начинали вываливать все свои проблемы на этих собраниях и очень быстро я разочаровывался в АА, и этой чернухой вы выталкивали меня из сообщества. Я уходил. Затем я возвращался, потому что меня арестовывали или «она запихивала меня на починку», и я должен был опять слушать все ваши плановые истории, как вы пили, какая херня происходит сейчас в вашей жизни, ну и конечно, о радостном и наболевшем. Так продолжалось снова, и снова, и снова. Я уходил и возвращался, уходил и возвращался. Народ, это то, откуда я вышел. После восьми лет метаний в АА и обратно я предпринял попытку покончить жизнь самоубийством в 1987 году. Я выжил. И после этого я попал на собрание группы АА, где люди ходили на группы с Большой Книгой под мышкой. Эти люди смогли выздороветь от безнадежного состояния ума и тела. Эти люди научили меня, что эта книга действительно имеет в виду все то, что в ней написано, и если у вас было мнение, которое шло вразрез с тем, что написано в книге, то вам лучше держать его при себе!!!

Я хотел бы прочитать кое-что для вас, народ. Я хотел бы прочитать маленькую вырезку из отчета Центрального Офиса Обслуживания. Я поражаюсь, что они пишут. Я хотел бы сказать пару фраз этим толстым котам. У меня есть послание для них.

Вот маленький отчет из Центрального Офиса Обслуживания:

*«Офис Обслуживания продолжает находиться в хорошем финансовом положении. Единственное, что вызывает тревогу – это затянувшийся упадок в продаже литературы АА».*

Я могу говорить об этом еще минут пятнадцать, поэтому лучше я промолчу! Послушайте, народ, если единственным нашим переживанием является то, что у нас затянулся упадок в продаже литературы, то стыд на нас! У нас есть сообщество, которое 66 лет назад имело успех больше, чем 75%. В среднем Западе, если вы покопаетесь в архивах Кливленда, Акрона и в близлежащих местностях, успех иногда доходит до 100%. В ранние дни нашего сообщества, в первые годы Анонимных Алкоголиков каждый, кто приходил к нам, трезвел. Сейчас на территории США, если вы найдете место, где успех больше 20% – это чудо!

Как мы так опустились? Народ, что произошло? Знаете, мне постоянно после моих выступлений подходят и говорят «Крис, мы не должны критиковать АА». Я хочу вам сказать, что это мое сообщество, так же как и ваше, и я убежден, что мы как сообщество нуждаемся в пробуждении, чтобы мы могли оглянуться, и увидеть, в какую дыру мы залезли. Нам не становится лучше в АА. Некоторые умники заявляют «Но тебе же стало все-таки лучше? И послушай, не все как ты заползли в эти комнаты, не все употребляли кокаин, так почему же ты считаешь, что все должны выздоравливать как ты?». Но правда в том, что все, что вам нужно сделать, народ – это посмотреть на успех, который был у нас, как у сообщества раньше и на успех, который есть у нас сегодня, и спросит себя: «Весть о выздоровлении, которую мы слышим сейчас такая же, как та весть, которую они слышали 66 лет назад?»

Я сразу могу вам ответить: Нет! Без вопросов – Нет! Абсолютно нет! Абсолютно нет! То, что мы слышим сейчас, значит вообще не имеет никакого отношения к 12 Шагам Программы выздоровления Анонимных Алкоголиков! Я выполняю определенную духовную работу в одном реабилитационном центре в Техасе. Я не являюсь консультантом или терапевтом. Я люблю консультантов и люблю терапевтов, и то, чем они занимаются. И не дай Бог, вам когда-нибудь сказать, что

Хрис Р. против всего этого, тогда мне придется открыть сезон хоты на вас и пристрелить где-нибудь! Я – продукт хорошей герапии. Но сегодня в АА происходит не понятно что. АА – это не вместилище всех возможных других проблем в мире и стыд на нас, если мы пытаемся сделать из АА кузницу решения других проблем, кроме алкоголизма! Но это то, что произошло с Анонимными Алкоголиками. Я хожу в этот ребцентр и общаюсь со всеми «котами», которые лежат там. Через этот ребцентр прошло больше 1000 человек за годы моего с ними сотрудничества. И должен сказать вам, что это довольно дорогостоящее заведение. Так вот я спрашиваю этих «котов»:

- Эй, дружище, ты когда-нибудь ходил в АА?

- А, да! Я ходил в АА! Это не работает!

А я думаю про себя: «Хм, а для меня это хорошо работает».

Давайте посмотрим на причины этого. Вот, что они мне говорили. Какие оправдания они использовали, чтобы не оставаться в АА? Люди не остаются из-за постоянных страшных историй кто, как, сколько, где бухал; этих рассказов о радостном и наболевшем; этих постоянных стонов по поводу проблем: и то не так, и это, а тот сказал вот это и т.д. Поэтому, я выхожу на подиумы и спикерю по всей стране и в Канаде. И где бы я не спикерил, я всегда говорил об этом, и это очень не нравится большинству людей. Потому что они думают, что это Богом данное им право приходить на собрания АА и вываливать всю эту грязь на других людей, вставать и уходить с довольным видом, и пусть другие вытираются потом от того дерьма, которое вы вывалили на них. Вы думаете, что у вас есть право превратить мое сообщество АА в чертову психотерапию! Нет! У вас нет такого права! (Аплодисменты!)

Теперь я хочу сказать вам кое-что. Я не хочу больше уходить из этого сообщества из-за всей той херни, которая происходит на группах. Хотите проводить психотерапию – проводите,

но не называйте место, где вы собираетесь, сообществом Анонимных Алкоголиков! Не сбивайте таких людей как я. Чтобы, когда я пришел на вашу психотерапию, я знал, что это психотерапия, а не группа АА, и если мне не поможет ваша психотерапия, то я могу пойти в настоящее АА и обрести трезвость!

(Аплодисменты!)

Я хочу рассказать вам, откуда я пришел в это сообщество и в каком я был состоянии. Я уверен, что Марк и Дэйв коснулись этого вчера вечером. Они показали разницу между целым веком больным алкоголизмом и тяжелым пьяницей. К сожалению, я пропустил начало конференции, была проблема с рейсами, и я целый день провел в аэропорту, но я уверен, что они коснулись этого вопроса.

Правда в том, что мы многое позволили в АА. Мы позволили всем подряд приходить на наши группы и заявлять, что они алкоголики, что-то вроде: «Раз ты попал на эту группу, ты алкоголик!». Но из-за этого, вы должны быть очень внимательными к тому, что говорят на наших группах, и кто это говорит. Если кто-то начнет рассказывать вам что-то про здоровье и то, что вам нужно сделать операцию, вы слепо поверите этому человеку? Нет, вы проверите его рекомендации и его диплом, чтобы удостовериться, что он доктор.

Но приходят к нам на группы люди, и начинают рассказывать о том, как работают Шаги, и вы, почему-то, слепо верите им, думая, что если у них есть какое-то сухое время за плечами, то они знают, о чем речь. Но правдой может быть, что они вообще не являются частью нас. Они говорят, что для того, чтобы жить нормальной полноценной жизнью, все, что вам нужно – это заняться своим здоровьем, походить в спортзал, в бассейн, наладить свою сексуальную жизнь. И это работает для огромного количества людей. Вы ведь знаете, что только примерно 10%-15% людей на Земле алкоголики и наркоманы. 85% – это обычные люди, которые могут себе

позволить и алкоголь, и наркотики. Но также как они могут позволить себе употреблять их, они также могут свободно и бросить их. И такие люди заявляют: «Не употребляй только сегодня!» Восхитительно! А я все время пока употреблял, и не знал, что нужно просто не употреблять алкоголь и наркотики!

У них никогда не было проблем с алкоголем; у них никогда не было проблем с тем, как они пьют. Эти люди приходят в АА, потому что у нас есть красивые женщины, и классный кофе, и поумничать можно на собраниях. Эти люди остаются трезвыми «день за днем», «сегодня я принял решение не пить!» и убивают этой галиматьей тысячи таких людей как я. Их жизнь не зависит от обретения контакта с Богом и жизнью на духовной основе. Вот, что написано в книге, и я чувствую, что мы приближаемся к вещам, которые не понравятся многим людям!

Страница 33, 1-й параграф:

*«Для тех, кто не может пить умеренно...» < ...Мы исходим из предположения, что читатель хочет бросить пить. Сумеет ли он сделать это, не обращаясь к духовным стимулам, зависит оттого, в какой мере он утратил способность самостоятельно решать – пить или не пить».* Вы поняли, что здесь написано?

Если нет, то я повторю еще раз.

*«...Мы исходим из предположения, что читатель хочет бросить пить. Сумеет ли он сделать это, не обращаясь к духовным стимулам, зависит оттого, в какой мере он утратил способность самостоятельно решать – пить или не пить»...*

Возьмем парня, который получает условный срок из-за пьяного дебоша, он приходит в Сообщество, потусуетя немного вокруг да около, и уйдет. Затем он получит еще один условный срок. Он вернется в АА и скажет: «Черт, с меня хватит полиции! Я собираюсь больше никогда не пить!»

Страх получить еще один условный срок держит его в сообществе. И ему рады! Его приветствуют! Но если для этого парня не нужно иметь сознательный контакт с Богом и жить на духовной основе, чтобы оставаться трезвым, то вы должны быть осторожны с тем, что вылетает из его чертового рта! Потому что если его жизнь не зависит от Бога, и он говорит новичку, что ему тоже не нужно уповать на Бога, то, что мы получим? Вот почему мы не остаемся трезвыми в нашем сообществе; у нас есть кучка людей, которые приходят в наше сообщество и думают, что они могут делиться любой херней по поводу выздоровления, какая только может прийти им в голову! «Это индивидуальная Программа!»

А книга говорит обратное. Книга говорит, что нам даются **четкие указания, из которых видно, как нам удалось выздороветь.** Это значит, что Билл Уилсон протрезвел, делая определенные вещи. Он сделал 5 Шаг с Эбби, находясь в больнице Таунса, проходя детоксикацию; в этой же больнице он получил свое невероятно-жгучее духовное пробуждение; он начал возмещать свой ущерб сразу после выхода из больницы, у него было примерно 9 дней трезвости. Вы все еще сомной? Затем он пошел к Доктору Бобу. У Доктора Боба произошло духовное пробуждение другого типа – у него было духовное пробуждение «образовательной разновидности», у него не было никаких видений, но безумие употреблять покинуло его, потому что он поднял свой зад и пошел возмещать ущерб 10 июня – этот день считается днем рождения Анонимных Алкоголиков. Два дня спустя они пошли к алкоголику номер три, затем к четвертому, пятому, шестому, седьмому...; и давайте я объясню вам, откуда берется моя страсть! Давайте я объясню вам, откуда берутся мои эмоции! Это потому что этим людям пришли в голову простые руководства к трезвой жизни, они предприняли их, убрав в сторону свой высокомерный эгоизм, и затем описали в точности, что они сделали в книге Анонимные Алкоголики.



И благодаря тому, что я сделал в точности то же самое, что и они, я трезвый сегодня 13 лет!

(Аплодисменты!)

Я не мог протрезветь годами, потому что я слушал разных сукиных детей, которые верили, что они вправе говорить все, что они вздумают на собраниях АА. Если вы собрались пойти куда-нибудь в кафе и поговорить о том, о сем, то у меня нет возражений. Вы можете говорить все, что захотите и рассказывать другим людям все, что угодно! Если вы пьете кофе на работе с коллегой, то вы можете говорить о чем угодно! Но если вы пришли на собрание Анонимных Алкоголиков, то будьте добры, говорите о той весте надежды, которая написана в Большой Книге. Говорите о Боге, и о 12 Шагах Программы выздоровления, о молитве и медитации, об инвентаризации и возмещении ущерба, потому что если вы будете говорить о других вещах, вы можете убить тех новичков, которые переступают порог АА. Несите чистую весть выздоровления. Вы готовы рискнуть жизнью человека и продолжать рассказывать о «радостном и наболевшем» на собраниях АА? Поднимите руки, я хочу увидеть тех, кто готов рискнуть жизнью другого человека!

Скажите, кто из вас слышал такие высказывания: «Не спешите с работой по Шагам!», «У каждого свое время, чтобы начать работу по Шагам!», «Мы не стали больны за одну ночь, поэтому мы не можем выздороветь за одну ночь!» Или еще более убийственные высказывания: «Ты не можешь вести собрание, пока у тебя не будет полгода трезвости». «Ты не можешь работать с другими до тех пор, пока у тебя не будет года трезвости!». Господи, Боже мой! Невероятно! Откуда взялось это дерьмо? Откуда к нам в сообщество пришла вся эта чушь?

Эти все вещи это ребцентровские штучки. Давай детка! Давай детка. Многие с волнением напряглись, чтобы на аудиозаписи запротоколировать, как Крис Р. обливает грязью реабилитационные центры. Но это не так! Я и правду не скажу

плохого про ребцентры. Это абсолютная правда. Ребцентры – это чей-то бизнес, кто-то когда-то решил, что они могут заработать деньги вокруг АА, и они взяли эту простую Программу и добавили в нее психологию, затем еще, еще, еще и от той весты, которая написана в Большой Книге – мал что осталось. И это тот момент, когда многие хотят начать спорить со мной: «Крис, ты наезжаешь на ребцентры!». Но это не правда! Я не наезжаю на ребцентры! Ребцентры – это чудесное изобретение. То же самое, я говорю про психотерапию; психотерапия – это замечательная вещь! Но терапия не может избавить нас от нашего безумия употреблять! Никакая человеческая сила не может избавить нас от безумия употреблять, никакая человеческая сила не способна исцелить нас от алкоголизма! а), б), в) на 58 странице. Так обстоят дела с настоящими алкоголиками, или вы думаете, что у Билл Уилсона просто был плохой день, когда он написал это?

Я думаю, что а), б), в) не случайно там написаны! Это означает:

«Если вы можете протрезветь, и больше никогда не пить из-за женщины, то – вы не один из нас, если вы можете протрезветь, и больше никогда не пить из-за работы, то – вы относитесь к 85% обычных людей, и вы не такие, как мы.

Если вы можете запросто справляться со своими проблемами, связанными с выпивкой, или вы можете контролировать когда, с кем и сколько пить, то – вы не один из нас.

Если вы можете контролировать безумие употреблять, то – вы не один из нас. Вы поняли все это? Но мы разбавили наше Богом данное сообщество до того состояния, чтобы каждый мог чувствовать себя комфортабельно и довольным. Понимаете ли, мы не для этого собираемся в Анонимных Алкоголиках. Мы здесь, чтобы помогать хроническим алкоголикам, последняя надежда которых, является упование, опора и построение отношений с Богом! Вот для чего мы здесь! Здесь дело не просто в вере в Бога, здесь дело в уповании на Бога!

Мне часто говорят: «Крис, ты можешь зарабатывать много денег будучи пастырем в какой-нибудь церкви!». Ё-моё, я даже не знаю, что делаю здесь с такими неудачниками как вы!

(Аплодисменты!)

*Алкоголик – это человек, который потерял способность выбора во всем, что связано с выпивкой и не может контролировать свое потребление.* Ведь именно об этом говорит книга. Вы согласны со мной? Это написано на странице 20, и следующие 20 страниц описывают умственное безумие; если вы можете выпить и гарантировать мне, что вы выпиваете ровно столько, сколько собираетесь каждый раз, когда пьете – вы еще со мной? – тогда вы не один из нас. Но если настают дни, когда количество выпитого от вас уже не зависит и вы выпиваете больше, чем нужно, а алкаши часто говорят, что мы пьем не больше, чем другие, а быстрее! То если вы постоянно или даже время от времени пьете больше, чем собирались изначально, то у вас присутствует физическая аллергия. Я уверен, что Марк и Дэйв говорили об этом вчера. Но с другой стороны, если вы начинаете пить, невзирая на последствия, обещания, преграды и т.д., то у вас присутствует алкогольное безумие. Я уверен, что Марк и Дэйв говорили и об этом вчера. Что такое алкогольное безумие? Это свойство ума, присущее только алкоголикам!

Если у вас есть хорошая причина, чтобы бросить пить, например условный срок, жена, которая кричит, страх потерять работу, пошатнувшееся здоровье – если любая из этих причин останавливает вас, чтобы не пить, если она помогает вам оставаться трезвым, то – вы не один из нас.

Если вы вот взяли и решили больше не пить – вы не один из нас! Народ, вы со мной? Отлично!

Парни, алкоголизм – это два слова «контроль» и «выбор». Вы со мной? Так что когда вы вернетесь к себе домой из Нью-Йорка, и пойдете на собрание на следующей неделе.

На такое, знаете ли, хорошее уютное собрание, где маленькая дамочка будет распинаться и плакать, что эта глупая нянька ее ребенка не пришла вовремя и из-за этого у нее был ужасный день, ведь из-за этой глупой няньки она опоздала на работу, и, кстати, у нее был ужасный стресс из-за того, что она не могла определиться в чем пойти на работу. А после нее слов возьмет парень, который не может найти работу и дальше следующий, а мы будем просто сидеть там и с терпением и толерантностью слушать, временами вставляя «ой-ой-ой» «да-а-а». И каждый сидящий на этой группе будет с нетерпением ждать, как бы быстрее выбраться оттуда, потому что на таком собрании нет абсолютно никакой силы. Нет никакой силы! А есть только громадная, огромная жалость к себе и очередной слив о «радостном и наболевшем»! Да это чудо, что некоторые алкоголики иногда обретают трезвость, ходят на такие группы. Большинство же, как и я уходили и начинали пить.

Неужели мы не можем найти, о чем поговорить на группах Анонимных Алкоголиков? Неужели все, чем мы можем заниматься – это жаловаться, жаловаться, жаловаться? Вы понимаете меня? Вы еще со мной? Мы сидим на таких группах, и терпим все это. Однажды я прочитал статью одной женщины, кстати, она из Нью-Йорка. Я хочу когда-нибудь найти, и обнять ее за эту статью. Она написала ее, когда у нее было 15 лет трезвости. Она пишет: *«До какого момента можно жить, и быть безразличным ко всему, что вокруг происходит? Когда в жизни наступает момент, и нам становится все безразлично? До какого момента я буду сидеть на собраниях АА и слушать, как вы ссыте и стоните о жизни снова, и снова, и снова. До какого момента я буду это терпеть, как толерантный и терпеливый выздоравливающий алкоголик? Когда я повернусь, подойду к вам и скажу: «Эй, дружочек. Братик, остынь. Почему бы нам не закончить этот разговор после собрания где-нибудь за чашкой чая? А сейчас давай*

*послушаем людей в этой комнате, у которых есть духовный опыт и которые хотели бы поделиться вестью о выздоровлении с новичками». Хотите я перефразирую это в трех словах? «Слушай, закрой рот!»*

Парни, я говорю вам это с подиума, и я не ожидаю, что вы будете влезать в перепалки во время собрания с криком: «Закрой рот, козел!». Хотя я смотрю многие из вас не против этого сделать! Парни, я потерял свой глаз во время драки на рок-концерте, а сейчас я в АА – это не наши методы. Мы прекратили бороться с чем-либо или кем-либо, это обещание 10 Шага. Ваше это дело – не ходить на собрания АА и устраивать драки. Я предлагаю вам не это. Я говорю вам о том, что мы как группа должны выработать наше групповое сознание и посмотреть на то, что происходит у нас на собраниях. Дискуссионные собрания превышают собрания по работе с Большой Книгой, примерно 6 к 1. Вы можете прямо сейчас поехать в Даллас, Техас. Там сейчас проходит примерно 1500 собраний в неделю и только 25 из них посвящены работе с Большой Книгой. Это худший показатель по стране. Вы хотите сползти к этому? Вот почему люди не трезвеют в АА. Если ты хочешь поговорить о своем зае...вшем всех разводе еще разочек, то у тебя огромный выбор куда пойти, куча собраний откроют перед тобой двери. Но если ты хочешь послушать о решении, то тебе нужно постараться и долго искать такое собрание. Вы еще со мной? И это проблема.

Это пошло из реабилитационных центров, это терапия – «если у тебя плохой день, то тебе нужно с кем-то поделиться. Тебе нужно рассказать кому-нибудь об этом». Почему? Я серьезно! Как это может помочь мне с моим алкоголизмом? Почему я должен делиться всей этой хренью с кем-то? Эгоизм – эгоцентризм в этом корень моей проблемы! Так написано в Большой Книге. Что мне нужно сделать – так это выйти из своих проблем и попытаться помочь кому-то другому, сделать что-то полезное для других людей и

окружающего меня мира! А вы хотите, чтобы я пошел на собрание и просто поговорил обо всем этом дерьме еще разок? Почему бы вам не дать мне косяк и зажигалку? И сказать: «Вот дружище, покури это – тебе сразу же станет легче! А сверху выпей еще пару рюмочек виски – это тебе поможет!»).

Я задам вам вопрос. Кто-нибудь из вас слышал, чтобы я сказал, что не нужно говорить о своих проблемах? Я точно такого не говорил. Вы должны говорить о своих проблемах, но почему бы вам не поговорить о них, в точности так, как предлагал Дэйв сегодня днем: почему бы вам не поискать в сообществе человека, у которого была похожая проблема и после собрания не пойти в кафе и не поговорить об этом? Как видите два абсолютно разных подхода к проблемам. Один подход поговорить о проблеме и вынести мозг окружающим, второй подход это поговорить о проблеме, узнать, как другой человек решил ее и затем, имея этот опыт решить свою проблему.

Вы должны понимать, что вот здесь сообщество Анонимных Алкоголиков, а вот здесь Программа выздоровления Анонимных Алкоголиков. В сообществе собраны знания и опыт по поводу любого вопроса, который когда-либо может прийти в мою беспокойную голову. Я серьезно! Мы можем продолжать делать то, что мы делаем, но наша 5 Традиция говорит, что наша главная цель – это пытаться помочь другим алкоголикам протрезветь. Так что если вы продолжаете говорить про развод и все остальные свои проблемы и проблемки, то вы ошиблись комнатой куда пришли, психотерапия дальше по коридору! Мы купились на это как сообщество и наполнили наши комнаты психотерапией, забыв о весте, которая изложена в Большой Книге. Нам скормили эту чепуху, и мы съели ее; мы в ответе за то, что произошло с нашим сообществом!

Парни, я понимаю, что многие из вас чувствуют себя некомфортно слыша это, включая меня самого, потому что я

должен честно признаться вам, что я сам делал это. Я делал это годами. Я приходил на собрания и вываливал свои проблемы – правильно? – ожидая, что вы решите их, и уходил; и все эти годы, я удивлялся, почему же я не мог протрезветь! Вы понимаете, что я хочу вам сказать?

Нам нарисовали картину мира, на психотерапии и в реабилитациях нам сказали, что если вас поместить в положение, в котором у вас не будет никаких проблем, никаких сложностей, все будет так хорошо, что лучше не придумаешь, вы сможете остаться трезвыми.

Парни, дамы, пожалуйста, давайте все вместе поиграем в игру – вы можете не играть, если не хотите. Пожалуйста, поднимите свои руки, если вы пили, когда у вас было много денег. На записи этого может быть не видно, но все руки в зале подняты. Теперь, как на счет того, чтобы поднять руки, кто пил, когда с деньгами были большие проблемы? Кто из вас бухал, когда они жил в таком прекрасном месте как Нью-Йорк? Кто из вас бухал, когда жил в маленьком убогом городишке Ингрэм, Техас? Кто из вас бухал, когда жил в больших домах за 300 000\$? А кто, когда жил в комнатухе, чуть больше собачьей будки? Давайте перейдем к более интересным вопросам! Кто из вас пил, когда у него были отношения с кем-то, больше похожего на ангела? То есть у вас были просто невероятные отношения с кем-то, и вы взяли и разрушили их своим пьянством? А кто из вас пил, когда встречался с последней скотиной? Так почему же мы продолжаем настойчиво утверждать, утверждать, что если у меня все будет хорошо, я не буду больше употреблять? вспомните Фреда, его история на страницах с 37 по 41. Так вот он пишет: «Заканчивался прекрасный день, на горизонте не было ни облачка». И что же сделал этот сукин сын? Он пошел и набухался! «Это отличный день, поэтому я возьму и все испорчу!» Каждый из нас, тех людей, которые больны болезнью алкоголизма понимает, о чем речь. Почему? Потому что мы потеряли

способность выбора во всем, что связано с выпивкой! Мы вообще не принимаем обсуждения в этом вопросе. Мои жизненные обстоятельства не влияют на то, буду я пить или нет

Так почему же мы превратили наши собрания в чертову терапевтическую сессию, где мы все говорим о наших жизненных обстоятельствах? Давайте говорить о весте выздоровления; давайте говорить о Силе; давайте говорить о Боге

Вы все еще со мной? Тогда я двигаюсь дальше!

Давайте поговорим о ваших историях, о радостном и наболевшем? Или о том, что происходит, когда новичок приходит на группу и темой становится 1 Шаг. Это же ужас! Целое собрание идет сплошная чернуха кто, сколько, когда, где, и опять кто, сколько, когда и где выпил, и опять, и опять! Давайте поговорим о том, почему молодежь не остается в нашем сообществе. Давайте обсудим, почему так много женщин уходит из этого сообщества. Что вы себе думаете со всеми вашими историями о том, как вы бухали? Что вы себе думаете со всеми вашими историями о «радостном и наболевшем»?

Я возвращаюсь к истории Билла. Меня много раз хотели бросить под автобус, после того, как я говорю такие вещи на группах – люди подходят ко мне после собрания, где я выступал и я вижу на их лицах то, что они собираются мне сказать, поэтому я опережаю их и говорю: «Я знаю, я знаю. Наши истории – это все, что у нас есть!». Так нас учили. Народ, давайте я скажу вам кое-что. Я летел сюда, я провел 12 часов в аэропорту вчера не для того, чтобы поделиться всеми дебильными историями из своего употребления.

Сейчас я скажу вам кое-что. Я ел из мусорных баков в Хьюстоне, Техас, и делал некоторые вещи и многое, когда жил на улицах этого города, о которых я не буду разговаривать с каждым встречным человеком. Я делал некоторые идиотские, идиотские вещи – вы все еще слушаете меня? Но не приехал сюда, чтобы рассказывать вам об этом! Я приехал сюда, чтобы рассказать о своей трезвой жизни сегодня и



как это невероятно классно просыпаться утром без безумия в голове, без необходимости идти и пить, или употреблять наркотики. И если бы у нас было больше людей, которые бы говорили о таких вещах вместо того, чтобы запугать кого-то в этих комнатах своими жуткими историями, то успех бы нашего сообщества был таким же, каким он был раньше.

Давайте я объясню подробнее, что я имею в виду – если захотите, используйте это. Безусловно, нам нужно рассказать новичку несколько историй из нашего употребления; давайте посмотрим в нашу книгу, в историю Билла Уилсона и выясним, что они делали в начале сообщества, и о чем имеется в виду, что «наши истории – это все, что у нас есть». Эбби Тэчер пришел к Биллу. Они сели у Билла на кухне и Эбби поделился несколькими историями своего употребления. Этими историями Эбби привлек внимание Билла – они идентифицировали (распознали) друг друга по тому, как они пьют. Затем Эбби – (вы не видите этого на записи, но представьте себе рыбака с удочкой, который подсекает рыбу) – затем Эбби заинтересовав Билла своими историями и взяв его на крючок, РААААЗ резко подсек Билла и рассказал ему о Боге, и о Программе выздоровления, которую он делает. И Билл принял это, и включился в работу. После нескольких фальстартов, Билл протрезвел, и пошел к Доктору Бобу. Он пришел к Доктору Бобу и рассказал тому несколько историй из своего употребления. Они сели и пообщались немного, Доктор Боб понял, что Билл на своем опыте знает, о чем он говорит. И затем .... РААААЗ! Билл взял Доктора Боба на крючок! Он рассказал тому о Боге, и о Шагах. Доктор Боб понял, в чем дело, и включился в Программу. Затем они вдвоем пошли к алкоголику номер три, эта история описана в главе «Давайте заглянем в будущее» («Визуализация для вас»), и сделали то же самое. Они рассказали Биллу Дотсону несколько своих историй; как вы думаете, они рассказали все свои истории? Довели ли они бедолагу Билла Дотсона до смерти от истощения своими историями? Нет! Они привлекли его внимание

несколькими историями. Он идентифицировал себя с ними и .... РАААЗ! Он был на крючке! Они рассказали ему о Боге и о Программе выздоровления! И благодаря этому тот трезвел!

Представьте себе, что я собираюсь пойти сегодня на собрание АА, на которое также собирается пойти Рэнди. Рэнди никогда не ходила на собрания АА, это ее первый раз. Она чрезвычайно застенчивая и замкнутая девушка. Рэнди – алкоголичка. Она идет на собрание АА не потому, что ей хочется просто провести вечер, а потому, что она уже много лет чувствует «беспокойство, раздражение и неудовлетворенность». Она страдает от депрессии, которую может понять только настоящий алкоголик. Вы все понимаете, что я имею в виду! Она ужасно боится пойти на собрание АА, но где-то в глубине души она чувствует, что это может быть ее последняя надежда. Если это не сработает, то, скорее всего ее единственным выходом будет покончить жизнь самоубийством. Веселье давно закончилось! Жизнь превратилась в мучение. Рэнди хочет умереть!

И вот я встретился с Рэнди на собрании АА. У меня много мерзких историй, которые произошли со мной, когда я бухал. Я могу многое рассказать о том, как есть из мусорных баков. А Рэнди выглядит как бизнес-леди в моих глазах. Она довольно прилично одета, хотя на лице видны следы недавнего употребления. Я могу поделиться с Рэнди несколькими историями из периода моей жизни, когда я процветал: у меня были деньги и хорошая работа; я могу поделиться с ней, какие проблемы у меня были, когда я пил – вы со мной народ? И она сможет идентифицировать себя со мной. Понимаете, народ я же не всегда ел из мусорных баков, было время, когда я жил в пентхаусе в Хьюстоне, Техас. Я могу подумать: в каких частях моя история лучше всего ей подходит? Это называется «12 Шаг». А рассказывать с подиума или на группе свою историю называется «рассказывать свою историю». Давайте

впредь не будем путать эти два понятия! И вот я захожу на собрание, вижу Рэнди, подхожу к ней и начинаю говорить: «Привет, милая, ты же не хочешь в конце концов, закончить так, как я, не правда ли? Ха-ха-ха...». И Рэнди отступает на шаг. «Давай, я расскажу тебе, как я ел из мусорных баков». И она отступает еще чуть-чуть. Через пару минут она полностью отделена от меня. Между нами непробиваемый барьер! Потому что у меня была весть надежды для нее, но я не дал ей шанса получить эту весть, потому что я уже отделил себя от нее этими глупыми страшными историями, как я бухал! Она попьет кофе, кинет деньги в 7-ю традицию, выйдет из собрания и больше никогда не вернется на него. Она умрет от своего алкоголизма, потому что я не дал ей услышать весть надежды из-за всех этих своих страшных историй, как я бухал.

Я скажу немного больше об этом, народ. Я должен поговорить о духовном заболевании, о котором Марк и Дэйв говорят все эти выходные. Я должен сказать вам о том чувстве пустоты, уныния, депрессии, тревоги, беспокойства, о причиняющем душевную боль страхе, с которыми я жил каждый день своей жизни. Я скажу вам вот что, парни, если я расскажу Рэнди об этом, то она поймет, о чем речь. И мне не нужно рассказывать ей все эти дурацкие страшные истории, как я бухал. Если я расскажу ей о духовной болезни, которая раздирала меня все эти годы, то Рэнди поймет, о чем речь, потому что она живет в этом состоянии. Затем, когда она идентифицирует себя со мной, я могу дать ей Большую Книгу, и показать, что она в точности должна сделать, чтобы перейти из этого угнетающего состояния в состояние пахнущей розы, чтобы она была счастливой, радостной и свободной! Я называю это 12 Шаг. Это для меня 12 Шаг! Это для меня несение вести, а не бесконечные разговоры о том, как я бухал, или бесконечные разговоры о «радостном и заболевшем»! 12 Шаг – это в точности то, что написано в главе

«Работая с другими». Сделает ли она в точности 12 Шагов как сделал я? Нет. Она сделает это немного по-другому потому что невозможно один в один повторить что-то, но это нормально, я не против. Если она сделает Шаги, в результате работы по Шагам она получит 100% гарантированный духовный опыт! У нас, в нашем сообществе слишком много людей учит других, как оставаться трезвыми; они ведут себя как гуру выздоровления; но они никогда не имели этот духовный опыт.

У нас на собраниях слишком много людей, которые делятся с новичками своими чертовыми мнениями. Но у нас не достаточно людей, которые могут рассказать, как это должно быть на самом деле! Нам нужны люди, которые делают эту работу, которые могут передать весть надежды настоящим, безнадежным, хроническим алкоголикам. Я еще кое-что добавлю

Народ, если вы скажете настоящему алкоголику или наркоману, который забредет на наше собрание в поисках какого-то выхода, что он должен быть трезвым год, чтобы начать работать по Программе, то в эту минуту вы похоронили человека – он труп. Знаете, какая правда во всем этом дерьме, когда мы говорим новичкам, что им нужно побыть трезвыми какое-то время: неделю, месяц, полгода, год и только затем браться за Шаги. «Мы обязательно начнем на следующей неделе». Знаете, какая во всем этом правда? Правда в том, что я не хочу, чтобы они брались за работу прямо сейчас, потому что я не хочу тратить свое время на них! Я не хочу им помогать! Я слишком занят, думая о себе, решая свои проблемы, стараясь произвести впечатление на других, – я слишком занят собой, чтобы уделить время новичку! Я просто игнорирую новичков! В этом правда! Вы согласны со мной?

В 1987 году после попытки покончить жизнь самоубийством – я должен сказать вам кое-что, народ, – я был так разбит этой жизнью, что это было совсем не весело! Антидепрессанты, которые я принимал всю свою жизнь, перестали

лаботать. Парни, паранойя, страхи и атаки паники терзали мою душу. Я был ужасно голоден, но я был так напуган, что даже не мог выйти на улицу, чтобы раздобыть себе еды. У лена не было денег, все это происходило как раз перед Рождеством. Снова повторилось то, что происходило из года в год: я был окружен любовью и заботой моей семьи, но я ничего не мог с собой сделать – моя жизнь скатилась в туалет. Я проснулся утром и сказал себе: «Сегодня я не буду пить и употреблять какие-либо наркотики!». Но тем же вечером я набухался и сверху добавил каких-то «колес». Я не мог объяснить себе, почему это произошло снова. В конце концов, я предпринял попытку покончить жизнь самоубийством – меня откачали. И после этого, произошло событие, которое в корне изменило мою жизнь: я попал в комнату, полную алкоголиков, у которых у всех была Большая Книга.

Народ, я много путешествую. Я круглый год в разъездах. Не имеет значения большая это группа, или маленькая, но я захожу в комнату и спрашиваю: «Прошу прощения, а у вас у кого-нибудь есть Большая Книга?». «О, нет, но мы можем позвонить в Центральный офис и попросить, чтобы нам ее выслали!»

Это так, как если бы зайти в больницу и спросить: «У кого-нибудь из вас есть какие-нибудь медикаменты?» – «Да, есть, но они закрыты в кладовке, в подвале и кстати, подвал тоже закрыт!».

У нас есть весть выздоровления: это Большая Книга. Весть выздоровления изложена на первых 160 страницах. Это 12 Шагов. Это единственная весть, которая есть в нашем Сообществе. И знаете что, парни, если вы никогда не работали по Шагам, то вы этого не знаете. Как говорит мой спонсор Марк все время: «Вы не можете знать того, чего не знаете!». Если вы никогда не работали по Шагам, и у вас никогда не было духовного пробуждения; если у вас никогда не было той боли, той грандиозной переполняющей боли, которая была

с тобой долгие годы, и которая ушла в результате того, что ты поднял свою задницу и наконец-то закончил свой 9 Шаг. Когда ты наконец-то обрел контакт с Богом. Народ, если у вас никогда не было такого, что вы заходите в комнату, и вдруг неожиданно для вас, видите картину: как в углу сидит ваш спонсируемый, который вцепился в зад какому-то новичку и говорит ему о Боге, говорит ему о 12 Шагах выздоровления. В такие моменты все становится так ясно и понятно, как это все работает. Как весть, которую передали мне, и которую я передал этому парню, как теперь он передает эту весть другому человеку. Но если вы никогда не переживали подобного опыта, то как вы можете понять мою страсть!? Я не жду от вас этого!

Наше сообщество скатилось в унитаз! Это так. И почему? Вы спрашиваете почему? Потому что мы так боимся ранить чьи-то чувства, мы так боимся задеть чью-то чувствительную натуру! Народ, я говорю это на каждой записи, которую сделал! Приятная девушка Рэнди пришла на эту группу, и ей так нужна помощь! Но у вас был плохой день, и вперед! Вы вываливаете все это во время собрания, и мы слушаем ваши стоны и всю херню, которую вы несете о своих проблемах размером с куриное дерьмо! И Рэнди просидит всю группу вон там в самом углу очень тихо, затем она возьмет свой кофе, кинет несколько баксов в шляпу, после этого она выйдет из этой комнаты и умрет. Для чего мы здесь собираемся? Мы собираемся для алкоголиков, которые мучаются и умирают от своей болезни и когда они пьют, и когда они трезвые? Или мы здесь для тех людей, которым жалко потратить деньги на хорошего психотерапевта!?

Заводи машину Джини, нужно валить отсюда!

Вы всегда можете сказать, когда температура в комнате меняется. Парни, мне осталось совсем чуть-чуть, потерпите еще немного. Я вас всех люблю! Я прочитаю вам кое-что очень быстро, а затем наконец-то свалю отсюда.

Но я должен сказать вам кое-что до этого. Я уважаю и ценю каждого из вас, но я скажу всем вам в лицо одну вещь: «Б...ь, это не ваше право – это никогда не было вашим правом превращать собрания АА в психотерапевтическое занятие!» Народ, у нас огромное количество хороших психологов и психотерапевтов; вы думаете, что АА – это место, где нужно вываливать все ваши маленькие проблемки? Если вам нужно проработать какие-то глубинные травмы, свое детство или проблемы в отношениях – идите и найдите помощь! Позвоните мне и я дам вам телефон хорошего психотерапевта. Но не могли бы вы понять, что в раннем периоде развития АА собрания Анонимных Алкоголиков были о молитве и работе с другими.

Один парень подошел ко мне после первого спикерского выступления и спросил:

- Крис, ты что думаешь, что АА должно превратиться в чертовую духовную богадельню?

- Да!

Да, Да! Мы должны быть комнатами, заполненными духовными наставниками! Каждый должен сидеть и одним глазом смотреть на меня, а вторым на дверь, чтобы вовремя увидеть новичка, который переступает порог комнаты. Вся моя жизнь зависит от новичков. Анонимные Алкоголики – это не место, где вы можете работать над решением своих проблем размером с куриное дерьмо! Я должен сказать вам это, парни; если бы я знал ответы, я бы сказал вам. Но я не знаю ответов по поводу того, что вам нужно делать с вашими отношениями. Я даже не знаю, что делать со своими! Что я здесь пытаюсь сказать так это то, что я не знаю, что вам нужно делать с вашей работой, соседями, деньгами; нужно ли вам переезжать в Техас или нет? Может быть – да. Может быть – нет. Я не знаю! Но я могу подсказать, кто знает – Бог! Народ, Бог знает все правильные ответы!

Цель работы по Шагам – это чтобы вы обрели свой личный контакт с Богом. Именно это нам следует делать с новичками. У нас нет года, чтобы ждать пока вы обретете контакт с Богом. Вы нужны нам сейчас, ваша помощь нужна нам сейчас! У нас недостаточно людей, чтобы нести эту весть. У нас много людей в сообществе, которые несут всякую херню на группах и которые постоянно стонут и плачут, и которые ждут не дождутся, чтобы вывалить вам все свое радостное и наболевшее, но у нас недостаточно людей, чтобы нести весть надежды новичкам!

А что происходит с нашими структурами служения сегодня? Как вы уже поняли, я говорю все прямо, как оно есть. Пару лет назад я получил статью, – это была грандиозная статья – я до сих пор поверить не могу, что они напечатали ее. Были проведены опросы в Интергруппах по всему миру, начиная от Японии и заканчивая всеми Штатами и Канадой. Один парень из Нью-Йорка сказал: «Вы знаете, самой утомительной работой, какой нам приходится заниматься, это найти кого-нибудь для звонка 12 Шага». Это цитата. Я хотел принести эту статью, но я не смог ее найти у себя дома. Этот парень продолжает: «Иногда нам приходится обзвонить двадцать человек, пока найдется один человек, который пойдет и сделает звонок 12 Шага». После этого вы удивляетесь, что наше сообщество в таком упадке? Когда вам нужно обзвонить столько человек по своему району, чтобы найти одного добровольца, который пойдет и сделает 12 Шаг, вы удивляетесь, почему наше сообщество смыло в унитаз?!

Вас не удивляет, почему мы раздаем Медальки трезвости как конфеты? Каждый хочет вставить свои 5 копеек и сказать, что срывы приемлемы в сообществе. Послушайте, народ срывы не приемлемы! Много людей умирают в срывах. Большая Книга говорит, что если вы поднимете свой зад и пойдете помогать другим алкоголикам, вы не сорветесь. Единственное условие для работы с другими это то, что вы должны



сами работать по Шагам и тогда у вас будет весть, которую можно нести другим алкоголикам. У нас нет времени, чтобы вы сидели тут и протирали свои задницы в этих удобных стульях, пока мы терпеливо ждем, когда вы придете на передовую и займете место рядом с нами! Вы нужны нам сейчас! Ваше место в окопах вместе с нами! Хватит отсиживаться в тылу!

Мы делали семинары по служению для групп в Ингреме, где я живу. Мы решили провести этот семинар в прошлом самой известной забегаловке города, она называлась «На отшибе». Эта забегаловка закрылась, мы арендовали его, и теперь проводим там собрания АА, а название мы оставили прежнее «На отшибе». Мы пригласили 31 группу, которая зарегистрирована в нашем округе для участия в этой конференции. Знаете, сколько групп прислало своих представителей? Пять! Марк Хьюстон и я делали подобное мероприятие два года назад в Пасадене и у них в районе зарегистрировано 120 групп. Знаете, сколько групп прислало своих представителей? Восемь! А теперь слушайте, парни. Я смотрю, вы начали смотреть по сторонам, и вам стало как-то неуютно, не так ли? А теперь я положу на этот торт вишенку! Я скажу вам сейчас очень важную вещь, народ. Это называется очень плохое спонсорство! Каждая проблема, которая есть в нашем сообществе, вытекает от плохого спонсорства! Вы хотите прийти на собрание АА и не служить группе, и не участвовать в происходящем, и не делать ничего для группы? Вы говорите: «По крайней мере, я сегодня трезвый!». Ой, большое дело! Большое дело!

Народ, нам нужна ваша помощь! Вы думаете, что это нормально не участвовать в служении вашей группы? Это ненормально! Нам нужна помощь каждого члена АА для того, чтобы повернуть происходящее на 180 градусов. Я скажу вам еще одну вещь, народ, многие из нас проводят много времени – включая меня – мы проводим много времени в АН и АА,

говоря о вреде реабилитационных центров. Парни, когда-то одной из моих молитв была молитва, чтобы Бог закрыл все реабилитационные центры. Но я скажу вам одну вещь, парни: если анонимные алкоголики будут делать то, что они должны делать, то большинство реабилитационных центров будут вне игры хоть так, хоть этак. Все, что у нас останется – это кучка детоксов. Но, понимаете ли, новички не могут получить помощь в АА, потому что мы так заняты трепом о наших проблемах размером с куриное дерьмо. У нас есть весть, но никто не хочет говорить о ней. Если это не прикасается прямо к вашему сердцу, то я не знаю, что еще добавить. Просто посмотрите на статистику, и все вопросы отпадут сами собой!

В главе «К агностикам» – это глава, на которую я долгое время не обращал внимания, потому что я же не был агностиком, я верил в Бога! Это было до того времени, как Марк стал моим спонсором. Он мне очень четко показал, что я был самым большим агностиком в группе. Я постоянно скулил по поводу денег, о моих взаимоотношениях с женой, о моей машине, обо всем подряд.

Тогда Марк спросил: «Бог либо все, либо ничего! Какой твой выбор, Крис?».

«Бог все! Но не мог бы Бог накинуть мне немного больше денег?».

Знаете, так легко видеть пробой в вашей Программе выздоровления, но мне нужен спонсор, чтобы показать их в моей.

В конце концов, мы *ступили с моста Разума на берег Веры*, с тех пор моя жизнь никогда не была такой, какой была раньше. Слава Богу, что эта Программа говорит не о Справедливости, она говорит о Милосердии. Слава Богу за это!

Страница 44, первый полный параграф:

*«...Наша дилемма заключалась в недостатке силы. Нам нужно было найти силу, которая будет вести нас в жизни, и эта Сила должна быть более могущественной, чем мы. Это совершенно очевидно. Но где и как найти такую Силу?»*

! Как раз об этом и написана эта книга. Ее основная цель – помочь вам найти Силу, более могущественную, чем вы, которая решит все ваши проблемы»...

! Народ, вы все еще со мной? Отлично! Когда я хожу на собрания, все, что я слышу от людей это то, что они бессильны. Если главная цель этой Программы – дать новичку Силу, которая решит все его проблемы; Силу, которая позволит алкоголику преодолеть свой алкоголизм или зависимость от наркотиков; Силу, которая позволит ему преодолеть заболевание духа; Силу, которая избавит его от эгоизма – эгоцентризма, которые съедают его живьем; Силу, которая позволит пройти через депрессии, страхи, злобу, стыд, вину, угрызания совести, и которая выведет его к абсолютно счастливой, невероятно наполненной и свободной жизни. Если основная цель Программы – привести человека к такой Силе, то почему же мы продолжаем говорить о бессилии? Это мое твердое жизненное убеждение, что этим мы приносим огромный вред другим людям, которые слышат постоянно от нас о бессилии. Сидит на группе хорошо одетый сукин сын, у которого в кармане определенная сумма денег и он заявляет: «О, дааа. Мы бессильны. Мы бессильны!» А рядом сидит кто-то, кто живет на улице или кто-то, кого обижали и задевали всю жизнь из-за цвета его кожи, а чуть дальше сидит женщина, которую недавно изнасиловали несколько человек на при-тоне, эти люди пришли в надежде получить помощь, этим людям нужна какая-то Сила, чтобы жить со всем этим, а мы продолжаем нести чушь о нашем бессилии: «Я бессилён. Я бессилён перед людьми, местами и обстоятельствами!»

На наших собраниях происходит много всякой херни. Парни, бессилие используется только один раз в Большой Книге. Мы говорим об этом, только когда нам нужно сделать 1 Шаг, и там написано «мы были бессильны!» Я скажу вам одну вещь, и слушайте меня очень внимательно. Я не бессильный! Я не бессильный! Я не бессильный! Вы все поняли

это? Сегодня, я нахожусь здесь с моей женой, с женщиной с которой хочу прожить всю свою жизнь! Сегодня вечером у меня есть деньги в кармане! Я окружен друзьями, которые любят и заботятся обо мне, многих из вас я уже знаю много лет! Я не ел с мусорного бака уже 13 лет. Знаете, что я вам скажу, а? В моей жизни есть какая-то великая Сила! В моей жизни есть какая-то великая Сила, которую я обрел 12 лет назад благодаря этим 12 Шагам! Так что не нужно рабавлять нашу весть выздоровления, не нужно нести всю эту чушь новичкам!

Давайте вернемся к Большой Книге. Я хочу прочитать вам одну невероятную историю из этой книги. Большинство из вас держат в руках четвертое издание книги, но я скажу вам вот что: «Они вырезали лучшие истории о Боге из нашей книги». Видели бы вы первое, оригинальное издание нашей книги. Я имею в виду, кто принимает эти решения? Вернемся к успеху, который был в нашем сообществе 66 лет назад. Книга дает статистику, что 75% людей исцелялись. В архивах Акрона, Кливленда и Огайо есть сведения о районах, где успех доходил от 90 до 100%. С тех пор мы упустили что-то очень важное.

Вот. Давайте я прочитаю вам эту историю и все я скажу вам. Это невероятная история! Она называется «Кто алкоголик, я?». В ней пишется, что, в конце концов, парень пришел к доктору, и доктор сказал ему...

Издание «Анонимные Алкоголики» с историями, страница 376, 2-й параграф:

*«...Побеседовав с ним какое-то время, я неожиданно для себя самого сказал: «Док, думаю, Я алкоголик». Он, удивив меня, ответил: «Да, это так». Я воскликнул: «Бога ради, ты почему же ты мне этого не говорил все эти годы?» Он ответил: «По двум причинам. Во-первых, я не был уверен. Грань между пьянством и алкоголизмом не всегда четкая. В твоём случае я смог ее провести лишь совсем недавно. Во-вторых, даже если бы я тебе и сказал, ты бы мне не поверил».*

*Я вынужден был признаться самому себе в том, что он прав. Я бы ни за что не согласился с термином «алкоголик» ю отношению к себе, если бы меня не придавило собственное несчастье. Но теперь я полностью принял это определение. Я где-то читал, что алкоголизм необратим и смертелен. Я также знал, что наступит момент, когда у меня не будет сил, чтобы бросить пить.*

*«Ну, док, - сказал я, - что будем делать?»*

*Он ответил: «Ни я, ни медицина не могут тут ничего поделать. Впрочем, я слышал об организации под названием «Анонимные Алкоголики», которой удается помогать некоторым людям вроде тебя. Они не дают никаких гарантий и не всегда добиваются успеха. Но если ты хочешь, то можешь попробовать туда обратиться. Это может сработать».*

*За прошедшие годы я много раз благодарил Бога за вмешательство этого человека, которому хватило мужества, чтобы признать свое поражение, и смирения, чтобы признаться, что все его профессиональные знания, доставшиеся таким трудом, не в силах подсказать решение моей проблемы. Я узнал место и время собраний одной группы АА и пошел туда – один»...*

*Это в точности то, что сделал я. Давайте я расскажу вам, что произошло со мной. Я попытался покончить жизнь самоубийством 12 ноября 1987 года. На следующее утро я пошел к доктору и у меня был точно такой же разговор, как и у этого парня. Но тогда я еще не читал этих строк. Доктор сказал мне: «Крис, тебе нужно пойти в Анонимные Алкоголики».*

*Он дал мне Лайбриум, чтобы помочь мне вывести алкоголь из крови. У меня не было страховки, поэтому я не мог заплатить за койку в госпитале, чтобы пройти детокс. Я сидел на моем первом собрании тем вечером. Был холодный ноябрьский вечер. Я сидел на группе в северном Техасе и прямо на группе проходил детоксикацию. Там было много людей,*

которые помогли убрать тот беспорядок, который я так устроил. Вы все еще со мной? На том собрании было столько любви и заботы обо мне, что это просто трудно представить. Мы не говорили о глупых историях кто, как, сколько и с кем пил или употреблял наркотики, мы не говорили о радостном и наболевшем, мы не жаловались на все проблемы, которые были в наших жизнях. Мы говорили о Боге, о Шагах, о надежде!

(Читает снова) «Именно здесь я нашел ингредиент, которого мне не доставало». Это именно то, что произошло со мной в тот вечер.

*«...Именно здесь я нашел ингредиент, которого мне не доставало при всех прежних попытках спасти себя. Здесь была сила! – Сила, народ, Сила! На собрании этих людей была Сила! – Сила, чтобы прожить до конца любой текущий день; сила, чтобы иметь мужество встретить наступающий день; сила, чтобы дружить; сила, чтобы помогать людям; сила, чтобы сохранять здравомыслие; – Сила сохранять здравомыслие. Это ли не прекрасно? Кто из вас по-настоящему знает, что такое сходить с ума? – сила, чтобы сохранять здравомыслие; сила, чтобы оставаться трезвым. Это произошло семь лет и множество собраний назад, и за все эти годы я ни разу не выпил. Более того, я глубоко убежден, что пока я продолжаю стремиться к тем принципам, с которыми познакомился в первых главах Большой Книги, как бы неумело я это ни делал, эта мощнейшая сила будет течь через меня. Так что же это за сила? Я могу только повторить вслед за своими друзьями из АА, что это – Сила, большая, чем я. Если бы вы настаивали на определении, я смог бы лишь процитировать псалом, в котором задолго до меня сказано: «Будь спокоен и знай, что я – Бог...»*

Народ, я хочу прочитать еще один параграф этой истории, чтобы вы по-настоящему поняли, что такое жизнь с Силой! без нее. Читайте дальше...

*«...У моей истории – счастливый конец, но нестандартный. Мне пришлось пережить еще очень много страданий и испытаний. Но какая огромная разница между тем, когда ты проходишь через ад без Высшей Силы, и когда – с ней! Как и можно было предположить, шаткая башня моего знешнего успеха рухнула. Мои партнеры-алкоголики уволили меня, взяли предприятие под свой контроль и довели его до банкротства. Моя жена-алкоголик нашла себе другого, развелась со мной и забрала у меня всю оставшуюся собственность. Самый ужасный удар в жизни выпал на мою долю после того, как я обрел трезвость благодаря АА. Возможно, единственным проблеском порядочности в тумане моего пьянства была моя неуклюжая любовь к сыну и дочери. И вот однажды ночью моего сына, которому тогда было всего шестнадцать лет, убили. Это случилось неожиданно и стало для меня настоящей трагедией. Но Высшая Сила была рядом, чтобы поддержать меня и помочь пережить это трезвым. Думаю, Он поддерживают и моего сына...»*

Я не потерял своего сына, но я сидел на этих собраниях в свои самые страшные дни трезвости, я сидел на них и знал, что вы тоже проходили через это! Я знаю теперь, что жизнь неидеальная и не превратится в легкую прогулку только потому, что я протрезвел. Жизнь – сука! Жизнь может дать вам в рыло! Однажды ваша жизнь может превратиться в ад на земле, но вы пройдете все это, если у вас будет Сила! Вот почему я такой страстный, вот почему я говорю вам о том, как это важно не разбавлять весть выздоровления! Любой может быть трезвым, когда все в порядке. Но, что вы будете делать, когда вас крутанет так, что от боли дышать станет тяжело? Что будет с вами, когда она уйдет, или вы потеряете работу? Что будет с вами, когда в вашу жизнь придет какая-то болезнь? Что вы будете делать, когда события в вашей жизни будут складываться не так, как вы хотите? Недостаток силы – в этом была наша дилемма. Я не могу удержать все это

своими силами. Я должен положить все это к ногам моего Небесного Отца, не об этом ли говорится в нашей книге? И вы не сможете это сделать самостоятельно, и сообщество не сможет сделать это за вас. Вы можете просидеть на этих собраниях всю свою жизнь, и ничего так и не произойдет. Вот почему наши комнаты так неравномерно распределены между людьми, у которых есть духовное пробуждение и людьми, которые просто остаются трезвыми «Один день за раз». Мы должны понять, что Божья благодать доступна каждому, но мы также должны понять, что цена за это должна быть заплачена. Мы говорили о 4 Шаге сегодня, затем – о 1 Шаге, затем – о возмещении ущерба, затем – о каждодневной молитве и медитации – все это требует от нас усилий разве вы этого не понимаете? И большинство людей, сидящих на наших группах, не хотят прикладывать этих усилий. Я слышал одного сукиного сына на собрании в Сан-Антонио, Техас, на прошлой неделе, он сказал: «Это просто было не мое время!»

Какое высокомерие – кто мы такие, чтобы заявлять, когда твое время, или, когда это не твое время протрезветь?

Давайте я скажу вам кое-что, народ. В 1980 году, когда впервые пришел на эти собрания, мне нужно было протрезветь, я хотел протрезветь, я обязан был протрезветь, но я не протрезвел в течение еще 7 лет, потому что никто не подошел ко мне и не сказал: «Дружище, дружище, дружище... стой расслабься. Давай начнем эту работу. Давай сделаем эти Шаги. Давай сделаем эти Шаги в течение нескольких дней или недель. Давай позволим Богу дать тебе этот духовный опыт, чтобы безумие употреблять наконец-то ушло из твоей жизни, и ты мог почувствовать себя лучше».

Наконец-то они перестали ходить вокруг меня, опасаясь задеть ранимые чувства Криса Реймора. Наконец-то, они сказали: «Дружище, ты хочешь этого или нет?».



1 Это не было сказано мне как предложение. У нас здесь не социальная организация, которая предлагает вам членство в сообществе любви. Меня тошнит от этого. Народ, я хочу нарисовать вам ясную картину происходящего. Духовное пробуждение, сознательный контакт с Богом – это единственное решение, которое мы знаем для решения вопроса алкоголизма и зависимости от наркотиков. И стыд на нас, тех людей, которые знают ответ, и не рыщут в поисках людей, которым мы могли бы помочь; которые отсиживаются на этих собраниях и позволяют новичкам умирать, так и не узнав решения. Стыд на нас!

Две недели спустя, после того как я пришел на ту группу, моя жизнь изменилась. Всего две недели спустя злорадия, страхи, обиды, стыд, депрессия – отошли в сторону. Две недели спустя – народ, вы еще со мной? – две недели спустя, я уже был в 4 Шаге, в 4 колонке, где я стал видеть, что в этой игре под названием жизнь, я всегда делал первый шаг к боли, я не был жертвой. Я был добровольцем для каждой обиды, злорадия и раздражения в моей жизни. «Ударьте меня! Ударьте меня! Еще! Еще!». Я был добровольцем, я сам звал все эти события в свою жизнь! Из-за моего эгоизма – эгоцентризма я нашел самую больную женщину в мире и начал с ней отношения, я нашел самую худшую работу в мире, я подставлял себя под все эти ситуации, которые в последствии приносили мне боль. Я обвинял других людей, но сам был причиной всех своих неприятностей, они всегда начинались во мне! И сам я был не в силах увидеть этого, и тем более разорвать этот порочный круг боли в моей жизни.

Две недели спустя, тем вечером, я сидел на заднем сиденье своей фуры, настоящие слезы лились из моих глаз. Я просто не мог поверить, что это произошло! Я сидел на заднем сиденье своей фуры, чувствуя, что безумие употребить ушло из моей головы. Вокруг меня были ликероводочные магазины,

мой барыга, у которого я покупал наркотики, жил на одно этаже со мной. Народ, я был окружен этими триггерами, и н один из них не имел никакого влияния на меня!

Господи Иисусе! Безумие употреблять было удалено и меня. Я не держал себя в руках, я не жил с крепко сжатым кулаками – вы понимаете, о чем я? – я говорю о том, что эт безумие просто-напросто было удалено из меня. Бог забра его! Я разговаривал недавно с одним парнем из Остини Техас. Он сказал мне во время разговора: «Ты знаешь, Кри я не могу возвращаться в Остин – там слишком много собла нов для меня: магазины с бухлом, барыги, ну ты понимаеш о чем я!». Знаете, что народ? Нет, я не понимаю! Нет, я в понимаю, о чем он! Потому что, когда ты сделал эти Шаги обрел контакт с Богом, то безумие употреблять просто пок дает тебя и триггеры больше не беспокоят тебя, даже есл появится соблазн, то ты отшатнешься от него как от огн Но я спросил его: «Куда же ты собираешься переехать?». О говорит: «В Хьюстон!». Да, отлично! Он собирается спр таться от соблазнов в городе, где я пил много лет!

Это кажется разумным для него, но это не правильно. Я не могу спрятаться от алкоголя и наркотиков, парни. Безуми употреблять либо удалено, либо нет. Народ, вы все еще а мной? Эта Программа об обретении Силы!

Дайте мне еще минутку, я скажу пару слов об ответственности.

Народ, есть причина, почему я такой прямой в своих высказываниях, есть причина. Некоторые из вас будут писать мн письма до конца жизни, и мы станем близкими друзьями потому что мы понимаем друг друга. Я высказываю каждому из вас, кто несет весть о выздоровлении алкоголикам, которые все еще страдают, свои почет и уважение! Спасибо, чт вы остаетесь в этом сообществе и делаете эту работу! Но я хочу сказать вот что: почему из нашего сообщества уходт тысячи людей с большими сроками трезвости? Потому что

они устали слышать все это дерьмо, в которое превратилось сообщество Анонимных Алкоголиков. Я не могу осуждать их за это. Я бы хотел, чтобы это не происходило, но я понимаю, что это их право. Я понимаю, почему они делают это, потому что если они не приходят в место, где они могут услышать о решении, о Боге, о Программе, о духовном пробуждении, то им становится все хуже, и хуже, и хуже, потому что они не исцелились от болезни алкоголизма. Они не хотят ходить на такие группы, потому что не хотят бухать больше. Для того чтобы изменить происходящее, нам нужно все мужество, все силы, и все люди, которые у нас есть! И есть одна вещь, которая приходит вместе с духовностью.

Дэйв и Марк, говорили об этом сегодня. Это называется дисциплина, и вам лучше дисциплинировать себя и стоять твердо за что-то. Почему это нас так волнует, что скажет другой человек? Только, потому что у него 10 лет трезвости? Я слышал человека с 30 годами трезвости, который говорил, что алкоголизм – это не болезнь, и все что вам нужно это перестать пить и плотно заткнуть пробку в бутылке. Где бы он ни был сейчас, я надеюсь, он жив, здоров и счастлив, но Господи, Боже мой, скольких новичков он убил, говоря это дерьмо? Но он 30 лет трезвый, кто будет слушать его? Все! Народ, если вы не можете найти этого в книге, то вы можете спокойно забыть это!

Я благодарен каждой женщине, которая пришла в сообщество и остается в нем. В нашем сообществе недостаточно женщин для несения вести. Дэйв говорил об этом сегодня, что многие парни спонсируют женщин, это происходит не потому, что мы хотим этого, а потому, что никого не осталось, чтобы делать это. Среди женщин в АА, есть тенденция прийти сюда, протрезветь и выйти замуж. Затем они начинают жить замужней жизнью, и как-то их мужья принимают решение, что им больше не нужно ходить на все эти собрания. Внезапно в жизни этих женщин появляется новая

Высшая Сила в лице их мужей. Я должен сказать вам кое-что, народ, я искренне уважаю тех женщин, которые нашли в себе мужество сказать своим мужьям: «Любимый, я должна тебе кое-что сказать. Если тебе не нравится то, что я хожу на эту группу, спонсирую других женщин и занимаюсь служением, то ты можешь потихоньку собирать вещи и съезжать, потому что я служу только одной Высшей Силе – моему Богу!» Мы все служим одному Богу, и нам очень, очень нужна ваша помощь на передовой, если мы хотим изменить то, что сейчас происходит!

Каждый из нас думает, что реабилитационные центры сделают это за нас; каждый из нас думает, что медицина сделает это за нас. Позвольте мне сказать вам кое-что, мы и только мы можем сделать это. Но мы можем сделать это только сообща. Если собрания вашей группы превратились в психотерапию – остановите это! Даже если не вы секретарь на группе, остановите это и скажите: «Я прошу прощения, мне кажется, мы сбились с темы. Давайте вернемся к теме собрания!»

Вы будете не популярными после этого. Но, может быть, вы спасете чью-то жизнь. Если кто-то слишком долго говорит на нашем собрании, то у нас есть маленький звоночек в этот случай. Маленький такой звоночек. У вас есть ровно 5 минут, чтобы поделиться своим опытом. В нашей преамбуле сказано, что мы собираемся здесь не для того, чтобы выливать на всех окружающих свои проблемы. Если вы хотите поговорить о чем-то, чего нет в нашей литературе, то лучше промолчите. Вы можете высказываться 5 минут, затем мы позвоним в наш маленький звоночек, и все начнут громко смеяться, если вы не остановитесь. Затем мы переходим к следующему человеку, и у него также в наличии 5 минут. Мы не будем тихо сидеть, пока кто-то базарит все собрание об о чем. У меня есть шанс услышать то, что мне нужно услышать, если собрание проходит таким образом, но у меня нет ни одного шанса, если у кого-то рот не закрывается вс

собрание! Наше собрание длится всего лишь час, у нас есть всего лишь час на то, чтобы услышать какое-то решение, которое поможет в нашей жизни, всего лишь час, так что давайте сделаем наши собрания настолько продуктивными и наполненными Силой, какими мы только можем их сделать!

Я слышу все время людей, которые говорят: «Я никогда не выходил после собрания без того, чтобы взять что-то полезное для себя!». Вы чертовые балаболы! Я имею в виду, я рад за ваш невероятный духовный рост, но я выходил после некоторых собраний в предсудцидальном состоянии.

Вы можете остановить то, что происходит конкретно на ваших собраниях, вы можете сказать: «Прошу прощения, давайте лучше поговорим о Боге, о Шагах, и как не пить сегодня!»

Разве это будет не здорово?

Я всех вас люблю! Спасибо!

*Перевод подготовил Николай Голубей.*

*2012 г.*

## Клэнси И.,

*трезвый с 31 октября 1958 года*

*Перевод фрагмента\* аудиозаписи, сделанной в городе Форт Митчелл, штат Кентукки, на 60-й Конференции АА 19 февраля 2011 года.*

Меня зовут Клэнси И.. Я алкоголик. Не знаю почему, но у меня репутация старого ворчуна, хотя на самом деле я - добрейшая душа.

У нас у всех разное прошлое. Я рос в стабильной, дисциплинированной семье в северной части штата Висконсин Норвежские лютеране. Очень строгие и правильные. Я тогда не знал, что моя семья была такой. Я также не знал, что мы были очень бедными. Я рос во времена депрессии. Однако дела у меня шли хорошо. Я был воспитан в религиозных традициях. В школе я преуспевал, потому что много и быстро читал. У меня была прекрасная жизнь и светлое будущее. Помню, как кто-то сказал, что когда-нибудь я стану губернатором. Когда мне было 11 или 12, мои родители развелись. Казалось бы, ничего страшного – развод не такая уж редкость. Но в то время и в том возрасте я знать ничего не знал про разводы. Ни в нашей церкви, ни в нашей семье до этого их не было. Меня это жутко задело. И хотя мне объяснили, что происходит, я был очень обижен на моих родителей, потому что моя жизнь изменилась. Тогда я сразу стал делать то, что не должен был. Теперь, глядя на то, что происходило, я понимаю свою большую ошибку. Я стал манипулировать отцом и матерью, настраивая их, друг против друга, и, разрушая тем самым устоявшуюся организованность своей жизни. Если мать устраивала мне взбучку, я бежал к отцу. Если отец давал мне втык, я мчался к матери. А если оба наезжали на меня – я шел к бабушке. Так я дурачил их снова, снова, и снова...

Когда мне было 15, у меня был завал по всем предметам в школе, и я вел себя ужасно. Я был саркастичным, мерзким сопляком. Друзей у меня практически не было. Несколько ребят, с которыми я общался, были отпетыми школьными хулиганами. Пара из них кончили тюрьмой, и я двигался в том же направлении. Но меня спасло то, что японцы разбомбили Перл-Харбор. Это было настолько значительно, что отвлекло меня от всего прочего. Я не мог дождаться, когда мне дадут 10 центов на билет в кино, чтобы посмотреть очередную ленту новостей.

Телевизоров-то тогда не было.

А потом один из старшеклассников пришел в школу и сказал, что записался добровольцем в морской флот. Это был высокий стройный смуглый парень. Он смотрелся шикарно в новой синей форме. Все девчонки заглядывались на него и вздыхали с обожанием. Я сразу решил: «Это именно то, что мне нужно!» Правда, был я тогда «от горшка два вершка», очки на носу и вся физиономия в прыщах, но я твердо верил, что морская форма сгладит эти мелочи. Я сказал матери, что хочу поехать навестить мою тетю, которая жила в другом городе. Мать дала мне денег на автобус, и я поехал... но не к тете. Один парень довез меня на попутке до Миннеаполиса 150 километров. Там я стал спрашивать у людей, как добраться до Сан-Франциско. Мне посоветовали добираться автостопом. Я был настолько глуп, что даже не знал, как это делается. Мне объяснили, что надо поднять вверх большой палец и улыбаться. Так я и стоял у дороги с поднятой рукой и улыбкой дебила... а мимо пролетали машины. Вдруг одна остановилась, и мужик спросил меня: «Куда едешь, пацан?» Я ответил, что еду в Сан-Франциско. Он сказал: «Я тоже! Залазь!» Выяснилось, что он служит во флоте, и срочно возвращается на корабль.

Я не знаю, почему он подобрал меня. Это было какое-то чудо. По-моему, он был просто святым. Он провез меня через

всю страну. Тогда еще отелей практически не было, поэтому мы останавливались в придорожных парках, где стояли передвижные домики, и можно было снять койку на ночлег. Он платил за мое спальное место, покупал мне еду и слушал мое писклявое нытье про то, как я хочу мстить япошкам.

Когда мы, наконец, подъехали к Сан-Франциско, он сказал: «Слушай, пацан, ты явно еще маленький. Сколько тебе лет?» Я проблеял: «Пятнадцать». Он сказал: «Я объясню тебе, что надо сделать. Иди-ка ты в береговую охрану. Они, кажется, берут, если тебе – 16. Я подброшу тебя до их офиса. Не забудь сказать им, что тебе – 16».

Я пришел туда. Мне дали заполнить бумаги. Ну, я написал, что мне 16, а мне говорят: «О, так тебе только 16! Тогда тебе понадобится разрешение от родителей». Я взял бумаги, вышел за угол, «получил разрешение родителей» и принес все обратно. Мне тут же выдали морские документы. Никакой подготовки. Ничего. Нам с каким-то парнем дали подписать бумаги на профсоюзные взносы. Потом посадили на огромный корабль, а с него в тот же день отправили на торпедном катере в южную часть Тихого Океана. Первый час поездки был довольно развлекательным: вон там у нас в прошлом году проводили мировую ярмарку, а вот Аляска, а там «Золотые Ворота»... а дальше – вообще ничего. Но я был тогда дурак дураком, меня все восторгало, и я ничего не боялся.

Меня поместили в каюту с тремя худшими для такого, как я – маленького глупенького норвежского лютеранина-мальчишки – людьми. Эти люди называются мужчины. Глядя на меня, они как бы спрашивали: «А это что такое?» В каюте сложилась напряженная атмосфера. Тогда, для разрядки, я решил рассказать историю, которая в свое время пользовалась популярностью у нас в школе на большой перемене. Здесь она почему-то не возымела успеха. Мне сказали: «Лезь на свою койку и заткнись!» Я лежал тихо, как мышка. Корабль



плыл куда-то. Было жарко. А потом эти мужики стали разговаривать...

Знаете, я плохо себя вел, когда жил в Висконсине. На тот момент я уже грубо нарушил три заповеди: несколько раз забыл о том, что в нашей религии воскресенье – это святой день, своей грубостью проявил неуважение к родителям, и упоминал имя Господа всуе, общаясь со своими школьными приятелями-хулиганами. Но когда эти мужики начали разговаривать, я понял, что нахожусь в обществе настоящих грешников. Хуже некуда. Это были ужасные люди. В течение трех дней они продолжали рассказывать о грязных развратных вещах, которые они вытворяли с женщинами. Я был в шоке. Я просто не мог в это поверить! Не поймите меня превратно, у меня был секс еще в Висконсине. Но я, помнится, жутко нервничал, боялся... и вообще был один! А эти парни занимались такими вещами с другими людьми! И я вдруг понял: «Ну, конечно, у них у всех черные волосы! Это те самые католики, о которых я слышал!»

Со временем я стал чем-то вроде корабельного дурачка, и у меня сложились со всеми нормальные отношения. Ну, а эти ребята считали меня за полного идиота, что, видимо, и спасало меня, как убогого. Они подтрунивали надо мной: «Эй, пацан, притащи-ка отвертку для левшей!» или «Сбегай к капитану и скажи ему, что нам срочно нужен вазелин!» Ну, и тому подобное...

Корабельная вахта длится 4 часа, потом 8 – отдыхаешь, потом снова 4 часа работаешь, а потом снова 8 – отдыхаешь. У нас все время получалось, что мы работали то с 4 до 8, то с 8 до 12. Эти парни, приходя с работы, начинали пить виски, которое они прятали у себя в вещмешках. Вообще-то иметь спиртное на корабле запрещалось. Но как их остановить? Я лежал у себя на койке и трясся мелкой дрожью от возмущения. И вот однажды один из них повернулся ко мне и рывкнул: «Ну, как насчет выпить, деточка?! Мужик

ты или нет?!» Он сунул мне бутылку под нос. Тут я завелся: «Может, я и плохой лютеранин, но все-таки я – лютеранин! Ты, видать, не знаешь, что я норвежский лютеранин. Мы не пьем виски и не общаемся с теми, кто его пьет. Мои мама и бабушка никогда не пили виски! И больше не суй мне под нос эту гадость!» – собрался было сказать я ему. Но тут я снова услышал: «Ты мужик или нет?!» А потом раздался звук моего голоса: «Можешь не сомневаться!» Так я сделал первый глоток виски из первой же бутылки, которая оказалась передо мной. Оно обожгло мой рот, мое горло и внутренности. Мени тут же стошнило, а эти ребята захохотали.

И по сей день я не знаю ощущения хуже, чем публичный позор. Это как будто кто-то сдернул с тебя одеяло, и ты оказался голым перед всем миром. Мне страшно хотелось ударить этого парня. Я позже подумал, что было бы правильно позвать его к себе, словно я хочу шепнуть ему что-то, и когда он приблизится, блевануть на него. Но за такие проделки меня могли и за борт кинуть.

С того дня, пока мы плавали в центральной части Тихого Океана, я каждый день делал хотя бы глоток виски. У меня это стало, своего рода, идеей фикс. Я считал, что все они относятся ко мне, как к малому дитяти именно потому, что меня стошнило, когда я выпил. На самом-то деле это было по совсем другим причинам, но мне так казалось. И вот мы, наконец-то, прибыли в Перл-Харбор.

Дым еще висел над водой. Это было за день до моего 16-летия. В тот вечер я выпил виски. Оно опять обожгло, но на этот раз никаких позывов рвоты я не испытал. Правда, какое-то время мне было трудно дышать. Но вдруг я почувствовал себя много лучше. Я поймал себя на том, что постоянно облизываю губы. А еще я понял, что если выпить и удержать виски внутри, то начинаешь чувствовать себя лучше. Я, кстати, далеко не сразу превратился в тяжелого алкоголика. На следующий день мы сошли на берег, и ребята купили мне

3 бутылки пива. Теперь эти парни казались мне очаровательными, и я, похоже, тоже казался им очень милым. А потом мы отправились на Алеутские острова. Многие не знают, но во время Второй мировой войны Япония успешно оккупировала часть США, захватив эти острова. Произошло много интересного. Наконец в 17 лет я попал в военно-морской флот. В конце войны я валялся в госпитале, где меня собирали по кускам.

Однажды там всем раздали какой-то тест. У меня, видимо, есть способности к тестам, потому что я много читаю. Помню, как прибежал один из парней и сказал: «Клэнси, это, наверное, ошибка, но результаты теста показали, что по уровню интеллекта тыходишь в 5% самых умных из всех, кто служит во флоте! А это включает в себя даже тех, кто работает в разведке!» В результате за это я получил диплом об окончании школы. Ведь я не закончил ее, когда ушел служить.

После войны я вернулся в Висконсин и пошел в университет. Я активно участвовал в их спортивной Программе и даже выиграл несколько соревнований.

Многие из вас слишком молоды, чтобы помнить это, но в 1946 году толпы ветеранов практически одновременно демобилизовались и пошли учиться. Они заполнили все университеты. И вот сидишь, бывало на лекции английского, и какая-нибудь девчонка, заморожено глядя на тебя, спрашивает: «Ты был на войне?», а ты отвечаешь: «Да. Ты даешь?» Многим давали. Я, наконец, нашел ту, которая дала мне, и мы женаты уже 60 лет.

Меня часто спрашивают, каким образом такой сорвиголова, как я умудрился оставаться трезвым столько лет. Это просто. Дело в том, что ни я, ни моя жена не хотели растить детей в одиночку. Шучу...

Итак, я окончил университет и стал работать спортивным журналистом, что и по сей день является моей любимой профессией. Я обожал писать о профессиональном спорте.

Но потом моя жена начала демонстрировать ужасное поведение католиков, о котором я ничего не знал. Мало того, я не знал никого, кто бы знал хоть что-нибудь об этом. Если среди вас есть порядочные мальчишки-протестанты и вы влюбились в хорошенькую девочку-католичку, у меня для вас есть новость: у вас будет большая семья – хотите вы того или нет.

Я стал государственным производителем католиков. Из-за этого мне пришлось найти работу, где платили больше. Я пошел работать писателем в агентство спортивной рекламы. Дела шли хорошо. У нас в семье появился первый ребенок. Но тут начались очередные передраги. Меня стали вызывать к шефу. Он говорил мне: «Клэнси, ты шикарно пишешь, но нам надо, чтобы ты появлялся на работу еще и по понедельникам. И, кстати, каждый раз, когда ты приходишь на работу, от тебя за версту разит перегаром». А с тех пор, как я демобилизовался, я пил каждый день. Я научился пить, и обожал это дело. Алкоголь, как ни что другое, давал мне возможность делать все с удовольствием. Я действительно наслаждался выпивкой. Правда, иногда случался перебор...

И вот на работе заявили, что мне необходимо делать что-то по поводу моего пьянства. К счастью, я уже тогда слышал про Анонимных Алкоголиков. Кто-то посоветовал их мне еще до ситуации на работе. Я пришел к своему шефу и сказал: «Мистер Коллинз, я начал много пить еще когда служил во флоте. Тут в городе есть организация, которая называется Анонимные Алкоголики. Что Вы думаете, если я возьму пару недель отпуска и пойду к ним подлечиться? Ну, а потом я вернусь, и все будет в полном ажуре». Он ответил: «Прекрасная идея!» И я пошел в АА. Тогда о них было мало что известно – это была какая-то мистическая лавочка. Прихожу, а там 8 толстяков сидят у стола и 5 спрашивают меня: «Тебе чего здесь надо?» А мне тогда было – 22, да и выглядел я моложе своих лет. По-моему, в те времена там не было ни одного человека моложе сорока лет. Мой приход туда выглядел, как если бы

десятилетний мальчишка вошел на собрание и пискнул: «Я алкоголик».

Я сходил к ним на несколько собраний. Они все время рассказывали о том, как много они пили. У меня создалось впечатление, которое я хранил в течение многих лет, хотя уверен, что на самом деле это было не так. Мне казалось, что от всех подряд я слышал там приблизительно следующее: «Я двадцать пять лет пил с утра до вечера! Однажды я вошел в эти двери. Здесь мне сказали, чтобы я завязывал. Я так и сделал. И я никогда не был счастливей, чем сейчас, черт вас всех побери!»

Поняв, что за эти две недели не смогу бросить пить, я нашел себе другую работу в другом штате. Я поступал так 10 лет – продолжал пить и периодически ходил в АА, менял работы, и постоянно испытывал эмоциональные взлеты и падения...

Наконец, я очутился в Далласе, штат Техас. Там я работал в самом большом южном агентстве рекламы. И вот однажды, после очередного пропущенного дня, меня вызвали к начальству и сказали: «Клэнси, мы потеряли из-за тебя контракт с компанией «Fritos». Это произошло то ли потому, что я сделал что-то, то ли потому, что не сделал чего-то. Мне объявили: «Сдай ключи от служебной машины. Вот тебе последняя зарплата. Забери все свои вещи с рабочего места и иди домой. Мы вчера позвонили твоей жене и сказали ей, что ты будешь сегодня дома, потому что мы тебя уволили».

Я подумал: «Плохи дела...» и отправился домой. По пути я, конечно же, выпил и добирался туда пару дней. Когда я, наконец, пришел домой, мои шмотки лежали перед входной дверью. Жена продала всю мебель, забрала детей и уехала. А я подумал: «Все они такие. Совершишь какую-нибудь мелкую ошибочку, и они сразу ополчатся против тебя».

Но я решил, что мне пора убираться из Техаса. Дело в том, что из-за ряда невезений и непониманий я был поставлен на учет об условном освобождении из местного дурдома.

Жена поставила меня на этот учет, и я был уверен, что она уже сообщила им о моем поведении. Поэтому мне нужно было срочно уезжать. А за пару недель до этого один мой знакомый спрашивал меня, не знаю ли я кого-то, кто мог бы отогнать его машину в Лос-Анджелес. Тогда я ответил, что не знаю такого человека. Но теперь я знал его. Я пришел к этому парню и заявил: «Я поеду!» Он спросил: «А что насчет твоей работы?» Я ответил: «Они там все гнилые. Я уволился». Он дал мне кредитную карту и денег. Я взял его машину, закинул в нее все свое барахло и поехал. В первый день я добрался до Эль-Пасо, штат Техас. Поставил машину на стоянку и отправился в район, который называется Хуарес. Я раньше работал в Техасе при университете. Одно из самых ярких времен в моей жизни. Помню, как я стоял пьяный в дым в баре на столе и орал во всю глотку мексиканские песенки... На следующий день я проснулся с жутким похмельем, но добрался до Феникса, штат Аризона. И я точно знаю, что припарковал машину там. Друзей в этом городе у меня не было. Но машину я припарковал как следует. То есть, спрятал ее хорошо – до сих пор найти не могу!

В ту ночь я бродил по улицам в поисках машины, а мимо проходил какой-то парень. Я окликнул его: «Эй, слышь, помоги мне найти мою машину!» Он ответил: «Я занят». Я стал убеждать его: «Будь добрым человеком, помоги найти тачку!» Он рявкнул: «У меня нет времени заниматься твоими проблемами! Оставь меня в покое!» Я схватил его за грудки. Он отвел мои руки, достал полицейское удостоверение... забрал меня в тюрьму, пихнул в камеру и сказал: «Остынь тут, крикун!»

Трудно остыть в тюрьме, когда температура воздуха под +50. Я, наконец, заснул. Проснулся среди ночи от тошноты. Мне было очень хреново. Меня вырвало, но не в туалет, а на чью-то койку. Слава Богу, что в тот момент там никто не лежал. А потом (я не знаю, делали ли вы когда-нибудь так) я лег на

пол и прижался щекой к холодному кафелю. Это прекрасное чувство. Я снова заснул, но тут вернулся парень, в чью койку я наблевал. «Ах, ты, сволочь!» – заорал он и выбил мне передние зубы, хотя, я уверен, что он не собирался этого делать. За несколько лет до этого я провел какое-то время в психотерапии. Но в тот день я впервые смог по-настоящему оценить все то, что вынес из этих сеансов. Я практически сразу сумел определить, в чем проблема этого парня. Я помню, как подумал: «Этот сукин сын принимает все слишком близко к сердцу». Но я не стал ничего говорить ему.

Утром меня выпустили из тюрьмы. Меня мутило. Я был весь в грязи, в крови, в блевотине... Я никого здесь не знал. На тот момент у меня даже не было никого, кому бы я мог позвонить. Все мосты были сожжены. Но я скажу всем вам, что если вы одни из тех, кто все время срывается, то не важно, куда вас занесет – есть одно место, где вам всегда будут рады. Это – Сообщество АА. Это единственное место, где, чем хуже ты выглядишь, тем больше ты им нравишься. «Это мой красавчик, ребята!»

Итак, я нашел местный клуб АА и уговорил какую-то старушку дать мне 20 долларов, якобы для того, чтобы переночевать, пока я жду денежного перевода. На ее деньги я купил билет на автобус до Лос-Анджелеса. Там жил один мой знакомый, у которого дела шли шикарно. Я в свое время помог ему подняться, когда он только начинал. Я позвонил ему и сказал: «Тед, я попал в ужасную аварию и потерял все, что у меня было с собой. Ты бы не мог мне помочь, пока я жду денег от страховой компании». Он воскликнул: «Клэнси, о чем ты говоришь?! Конечно!» Он объяснил мне, как добраться автобусом до его офиса на голливудском бульваре. Увидев меня, он только и смог произнести: «Бедный парень...» Он тут же отстегнул мне 200 баксов, по тем временам это были большие деньги. Я поблагодарил его. Пошел, снял комнату. Слегка привел себя в порядок. Потом пил «в черную» пару дней.

А потом деньги кончились, и я снова позвонил ему и сказал: «Тед, эти бюрократы мне почему-то до сих пор не заплатили. Ты бы не мог помочь мне еще один разок?» Он ответил мне: «Клэнси, я звонил в Даллас. У тебя нет машины. Ты же пьянь подзаборная. Никто не хочет иметь с тобой никаких дел. Ты – бомж. Ты наврал всем «с три короба». Ты всех подвел. Со мной этот номер не пройдет». Я стал умолять его: «Тед, ради Бога, по старой дружбе, помоги... Мне так плохо... Пожалуйста». Он сказал: «Ладно. Приходи сегодня вечером к зданию станции телевидения, но не с главного входа на Голливудском бульваре, а по задней аллее к черному ходу. Будь там в девять. Если я смогу выйти, то спущусь к тебе по пожарной лестнице. Может быть, я появлюсь, а, может быть, нет». Я пришел туда в полдевятого. Лил дождь. Я стоял и ждал. Он вышел ко мне в девять и сказал: «Клэнси, мне противно смотреть на тебя». Он швырнул мне смятые 5 долларов и ушел. А я кинулся поднимать деньги, которые валялись в мокрой грязи, и подумал: «Хорошо я его раскрутил».

После этого я проснулся в ночном кинотеатре. Таких уже нет в наши дни. Эти кино работали всю ночь. А где-то около 5 утра устраивался перерыв. Место нужно было вычистить. Всех бомжей, которые, купив билет за 35 центов, ночевали там, выгоняли. Я стоял на улице, озираясь по сторонам, и не знал, куда идти. Ко мне подошел какой-то кадр и спросил: «Хочешь продать пинту крови?» Я ответил: «Мечтаю!...» Мы дошли до 4-ой Стрит и встали в очередь на станции переливания крови. Когда подошел мой черед, у меня взяли каплю крови, что-то там посмотрели и сказали: «У тебя, парень, недостаточно железа в крови. Ты нам не подходишь». Я совсем растерялся, и, чуть не плача, сказал: «Я ужасно себя чувствую. Пожалуйста, Христа ради, помогите мне...» Они ответили: «Через 4 улицы есть ночлежка, которая называется «Полуночное убежище». Там сейчас дают бесплатный завтрак. Иди-ка туда».



Дождь продолжал лить. Я пришел в ночлежку и попросил: «Дайте, пожалуйста, позавтракать». А парень ответил мне: «Ты опоздал буквально на минуту. Мы уже закончили выдавать завтрак. Возвращайся в 12 дня – у нас будет обед». Я сказал: «Я не могу ждать так долго. Мне плохо. Помогите». Парень объяснил: «Не могу ничем тебе помочь. Еды больше нет. Возвращайся днем». Тут я и его схватил за грудки. У меня с этим делом было просто какое-то невезение. Двое мужиков оттащили меня и выпихнули за дверь со словами: «Не вздумай больше сюда возвращаться, сукин сын!» Я пытался объяснить им, что я не сукин сын, что три года тому назад я был членом преподавательского состава Техасского Университета, что рекламы, которые я создал, печатались в таких журналах, как «Life», «New Yorker» и «Saturday Evening Post» и что за заслуги в рекламной индустрии «New York Times» напечатала мою фотографию! Но трудно успеть объяснить все это, когда вылетаешь за дверь.

Итак, я снова оказался на улице. Дождь продолжал лить, да к тому же похолодало. Я чувствовал себя кошмарно – меня тошнило.

Если бы ко мне тогда кто-то подошел и сказал: «Доходяга, ты же умираешь. Ты исхудал до 57 килограммов, потерял жену и детей (ты их больше никогда не увидишь). Твоя карьера накрылась. Помнится, когда-то тебя называли «мальчишката-гений»... А сейчас ты бы не смог найти себе работу даже посудомойщика. Посмотри на себя!.. Изо рта сочится кровь. Вся твоя одежда, документы и деньги остались в той машине где-то в Фениксе. Отчим запретил твоей матери отвечать на твои телефонные звонки, потому что он устал смотреть на то, как ты манипулируешь ее эмоциями, и на то, как она снова и снова ходит в банк, снимает со своего счета деньги и отправляет их тебе, пытаясь помочь «своему мальчику». Отчим считает, что лучше бы она думала о тебе как об умершем, нежели видела тебя таким, какой ты есть. Ты ходишь в АА вот уже

10 лет. Ты сидишь на собраниях, пряча свою ехидную пренебрежительную улыбочку, и думая о том, что эти придурки зачитывают вновь и вновь какие-то глупости и повторяют пустые высказывания... А сейчас ты умираешь. Может быть, тебе следует еще раз пойти в АА и признать, что ты – алкоголик?»

Я бы откровенно ответил ему: «Ты не понимаешь, дружище. Я – не алкоголик. В этой стадии моей жизни, я бы очень хотел им быть. Тогда все было бы просто. Было бы здорово, если б я мог сидеть на собраниях и говорить, что Я алкоголик и что теперь, бросив пить, я чувствую себя прекрасно. Но у меня другая ситуация. Со мной что-то не так там – внутри. Я потратил тысячи долларов, пытаюсь исправить это. Знаешь, говорят, что алкоголики не могут бросить пить... Я бросал много раз! Я могу остановиться. Перестать пить, для меня, никогда не было проблемой. Моя проблема в том, что спустя пару дней после того, как я завязываю, словно кто-то пробирается ночью ко мне в спальню и вставляет внутрь меня пружину. А эта пружина постепенно начинает сжиматься все сильнее и сильнее. Нет, у меня не появляется мысль, что мне надо срочно выпить. Но я начинаю чувствовать легкое беспокойство и становлюсь слегка раздражительным...

Надоедают все эти клоуны вокруг... И в короткое время моя жизнь из полноцветной становится серой: серая работа, серые люди, серая семья... все серое! И тогда мне становится очень плохо. Вот почему я потратил огромные деньги на психотерапию. Я искал пути прервать повторения этого цикла. Я все перепробовал. Но ведь я уже давно знаю, как избавиться от этих чувств. Поднимем тост! И сразу становится легче. Вот только на этот раз мне надо будет проконтролировать, сколько я выпиваю...

Я не знаю, как объяснить это людям, которые утверждают, что у меня проблема с алкоголем. Ничего подобного! Алкоголь – это лучший из всех друзей, которые у меня

когда-нибудь были. Друзья приходят и уходят, любовники приходят и уходят, работы приходят и уходят, города приходят и уходят... Но когда выпивка заполняет все внутри тебя – это обалденно. У меня только одна проблема – я вынужден следить за количеством...

Используя аналогию с диабетом, вот как я это вижу. Если я диабетик, который принял слишком много инсулина, то у меня будет шок. Значит, мне надо найти способ избежать этого, но я же не могу перестать принимать инсулин. У меня такое же отношение к алкоголю. Он необходим мне потому, что если его нет, я становлюсь замкнутым, депрессирующим размазней. Кошмар. А как только я выпью, то становлюсь чем-то значимым. Порой у меня перелет, но в основном я на вершине.

Ну, с какой стати я буду считать себя алкоголиком? У меня нет проблемы с алкоголем! Он – мой лучший друг. Это все из-за идиотов, с которыми мне приходится иметь дело, когда я трезвый, и мест, в которых мне приходится бывать».

Но ко мне тогда никто не подошел и ничего не сказал.

Вместо этого я поинтересовался у какого-то попрошайки:

- Эй, приятель, где тут клуб АА?

Он ответил:

- Поблизости ничего такого нет. Тебе надо попасть в западную часть города на Уилшер и Фэрфакс.

- Это еще где? – спросил я.

Он сказал:

- Поднимешься вон на тот холм, а за ним увидишь Уилшер. Пойдешь по нему на запад и придешь к Фэрфакс.

И я пошел. Вот только он не сказал мне, что до места надо было идти 12 километров. Я шел всю дорогу под дождем. Это выглядело, как марш смерти. Мой рот снова начал кро-  
воточить...

Наконец, я добрался до клуба. А там в дверях стоял еще один дебил: «Добро пожаловать домой, сынок! Ха-ха-ха!...»

Днем я старался избегать общения, чтобы никто из этих придурков не лез ко мне и не пытался прочесть мне что-нибудь из их книги. Я ее читал, и она показалась мне тупой. А вечером у них было собрание. Всех позвали: «Пора на собрание!» Зато на собрании давали кулич. Я умял наверно пару кило этого кулича потому, что мог его прожевать. А темой собрания оказалась «Благодарность», и я чуть не выbleвал весь этот кулич. Потом все разошлись по домам.

Дождь продолжал лить. Я не знал, что мне делать и куда деваться. А менеджер клуба смотрел на меня как-то странно и, похоже, намеревался выгнать за дверь. Я уже собрался было отправляться обратно в сторону ночлежки... Но у меня изредка получается довольно успешно создать вид растерянного новичка.

Я подошел к менеджеру и сказал:

- Я новенький и очень хочу остаться трезвым. На улице дождь. Я не знаю, куда идти. Вы не могли бы мне помочь?

Он ответил:

- Тебе повезло, сынок. У нас тут с прошлого лета стоит заброшенный Мерк 49 года. Он, правда, не заводится, но зато в нем сухо. Можешь спать там.

Я был ошарашен:

- Вы хотите мне сказать, что в АА единственное решение бездомности – это спать в заброшенной машине?

Он ответил:

- Да! Отличный вариант, правда?!

Шикарно... Я переночевал в этой машине. Ночью было холодно. Проснулся утром. Меня тошнило. Из рта шла кровь.

В 9 утра у них снова было собрание. И снова кулич. На этот раз обсуждали тему «Духовность и Бог». Как только я услышал слово Бог, я тут же сделал то, что делал всегда в таких случаях – встал и вышел. Это не потому, что я не верил в Бога, но я ненавидел Его.

Я провел весь день в клубе, а вечером менеджер сказал мне:

- Знаешь, пацан, для того, чтобы находиться здесь в будние дни, ты должен быть членом Сообщества. Но я разрешу тебе остаться, если ты перестанешь клянчить у людей деньги. Кроме этого, прекращай свои саркастические комментарии (люди уже жаловались на тебя). И ты обязан ходить на собрания каждый вечер.

Я подумал: «Ну, ладно. Скоро кончатся дожди, и я рвану отсюда, как пуля». Я пошел на собрание. Трудно поверить, но этот день стал первым днем моей трезвости.

В нашей Третьей Традиции сказано, что единственным требованием для членства является желание бросить пить. У меня такого желания не было. Вообще! То есть абсолютно! И вот почему. Один единственный раз я решил бросить пить в середине 50-х годов. Я тогда завел привычку, напившись до определенного состояния, читать нотации полицейским. Соответственно, я несколько раз оказывался в тюрьме. Ничего особо страшного. Всего лишь на одну ночь. Утром меня выпускали, и я шел на работу. И вот однажды, когда меня выпустили, я встретил своего соседа. Он предложил довезти меня до дома. Я сел к нему в машину и стал объяснять, что полицейский, который арестовал меня, поплатится за произвол, и что я этого так не оставлю, и что я с ним разберусь. А мой сосед ответил мне: «Думаю, что сейчас тебе будет не до этого. Мы искали тебя везде. Пока ты бухал, твой маленький сын умер».

О, Боже... За что?..

После нескольких дочерей у меня родился сын. Он был мне дороже всего на свете. У меня были для него грандиозные планы...

Я чуть не сошел с ума от сожаления. Мы отвезли его в Висконсин и похоронили рядом с его бабушкой (матерью моей жены). И тогда я поклялся над его гробом: «Джон И.,

этого больше никогда не случится, обещаю тебе. Прости меня. Я люблю тебя».

Мы вернулись домой, и я бросил пить. Я не пошел в АА! У меня, после того как я их слушал, только появлялось желание выпить. Я возвращался домой с работы. Впервые за долгое время мы сели ужинать всей семьей. Я помогал детям с домашними заданиями. На выходных мы выезжали за город или шли в кино. Перед едой мы всегда произносили молитву за упокой души маленького Джона. Жизнь была прекрасна. Это были, пожалуй, лучшие 2 или 3 недели в моей жизни. Но однажды ночью кто-то снова прокрался в мою спальню и вставил внутрь меня ту самую пружину. На следующий день жизнь уже не казалась такой чудесной. Дети шумели сильнее обычного. И работа порядком обрыдла мне. А еще через пару дней дела совсем испортились. Я кричал на своих дочерей: «Мэри! Забери сейчас же своих сестер и марш к себе в комнату! Извините, но играть будем завтра! Папа плохо себя чувствует». Работу на тот момент я просто возненавидел. Но я не знал, что делать. Пить я не мог. Ведь я поклялся на могиле своего сына, что больше никогда этого не сделаю. В конце концов, все стало так плохо, что мне стало казаться будто я схожу с ума. Однажды моя жена забрала дочерей в службу в церковь, а я загнал машину в гараж, подвел шланг к выхлопной трубе, вывел другой его конец в салон, сел в машину и закрыл все окна. Я заснул и умер.

В то утро мой сосед сидел у себя на кухне возле окна и завтракал. Он видел, как я зашел в гараж и пошел проведать меня, когда спустя какое-то время я не появился обратно. Он и нашел меня мертвым.

Меня вытащили из машины, стали откачивать, делать искусственное дыхание. Потом на скорой доставили в госпиталь где мне подключили кислород. Там меня продержали недели под замком, наблюдая и обследуя. После чего, врачи пришли к выводу, что у меня серьезное психическое расстройство.

и посадили меня на неопределенный срок в сумасшедший дом. Вот каким я становлюсь, когда бросаю пить. Как вы понимаете, это не является моей целью.

Я пробыл в дурдоме где-то пару недель и как ни странно стал чувствовать себя лучше. Тогда я не мог понять почему, но теперь мне ясно, что, находясь там, я был защищен от реальности. Жить было просто. Какой-то здоровенный охранник говорил мне: «Даже не пытайся сбежать отсюда, парень». А мне такие вещи говорить нельзя. Буквально через неделю после этих слов я выбрался за дверь отделения, пересек коридор, миновал входную дверь, перебрался через ограду и удрал. Если вы когда-нибудь были в западном Техасе, то можете понять, почему из такого госпиталя невозможно убежать. Вас будет видно бегущим в течение трех дней – белый халатик, мелькающий в кактусах... Меня приволокли обратно и за эту беготню назначили 3 месяца терапии электрическим шоком. Я провел в этом госпитале долгое время. Меня не выпустили до следующего года. Потом мне пришлось прикинуться алкоголиком...

И после всего этого, ну с какой стати я вдруг брошу пить? Уж не для того ли, чтобы с кровоточащим ртом спать в заброшенной машине, трясясь от холода?

Но пора мне рассказать вам, что произошло.

На этих собраниях я увидел человека, которого раньше видел в нескольких фильмах. Кинозвезда... А что мы знаем про кинозвезд? Мы знаем, что они богаты. И я подумал: «Уверен, что этому парню нужен новый друг». Я стал проявлять к нему теплые чувства, но он не отвечал мне взаимностью. К концу недели я был в довольно плачевном состоянии. Я устал спать в машине и питаться куличом. Надо было что-то делать, иначе я чувствовал, что сдохну. И тогда я подошел к этому актеру и сказал: «Боб, мне очень нравится, как ты рассказываешь о своей Программе выздоровления. Ты бы не мог быть моим спонсором?» Он сказал: «Хорошо, но ты

должен будешь делать то, что я скажу». «Конечно, Боб, – ответил я с заискивающим смирением». Так он стал моим спонсором. Выяснилось, что он не был кинозвездой. Но тогда я этого не знал. Он сыграл маленькие роли в трех фильмах. А я видел два из них, и поэтому решил, что он регулярно снимается в кино. Про него говорили, что он был посредственным актером. Но я думаю, что он был хорошим актером, потому что на собраниях он играл прекрасно. А это требует немалых усилий. Он был представителем ультраправого, мерзкого, фашистского крыла АА в худших своих проявлениях. Он постоянно рычал на меня. Сначала я не мог понять, почему я должен кушать все это дерьмо от такого гада. Но потом мне стало ясно, что он – моя единственная надежда на то, чтобы выбраться отсюда. У меня не заняло много времени, чтобы понять, что я на порядок умнее его. И мне приходилось это скрывать. Ведь никто не хочет сознавать, что его подопечный умнее, чем он сам. Он постоянно говорил какие-то глупости. А я подыгрывал ему: «Ой, Боб, я никогда не задумывался над этим...» Порой от этого я был сам себе противен.

Теперь я понимаю, что он был хороший мужик, и старался помочь мне как мог. Он был человеком твердых убеждений.

Я однажды сказал ему:

- Боб, я знаю, что ты пытаешься помочь мне. Но я не такой алкоголик, как остальные люди в АА. Моя проблема не алкоголь. У меня эмоциональные и может быть даже какие-то умственные проблемы. Я просто не знаю, как с ними справиться.

Он ответил:

- Хорошо, мы поговорим об этом позже.

Иногда он брал меня с собой на разные собрания или отвел меня поесть. И вот однажды он повез меня в Брентвуд. Там было большое собрание. Первым спикером оказался какой-то молодой мальчишка, который встал и сказал: «Я пришел сюда сегодня, чтобы поблагодарить всех вас за»



помощь. Когда я впервые пришел к вам месяцев 10 или 11 тому назад, я очень много пил. Но вы объяснили мне, как оставаться трезвым. И я не пью с тех пор. Я не хожу на собрания уже 8 месяцев. Но я сейчас в процессе восстановления семьи. На работе у меня теперь все идет шикарно. И я просто хотел заглянуть к вам и еще раз поблагодарить от всей души. Спасибо вам!»

Короче, еще одна история успеха, от которой тошнит.

Но я обратил внимание, что Боб наехал на этого паренька сразу после собрания:

- Тебе здесь нечего делать! Не приходи сюда! Ты только все портишь!

По дороге домой я спросил его:

- Боб, зачем ты так обрушился на малыша?

Он ответил:

- Да потому, что его проблема – это алкоголь.

Я связвил:

- Боб, надеюсь, что тебя это не ошарашит, но АА для того и существует, чтобы помогать людям, чьей проблемой является алкоголь.

Он буркнул:

- Ничего подобного!

Я спросил:

- А что тогда, Боб?

И он сказал:

- Объясняю. Если у тебя проблема с алкоголем, то справляйся с ней так: брось пить, приведи себя в порядок, начни вести себя, как подобает, а если кто-то предложит тебе выпить, скажи: «Спасибо, я не пью» и все!

Я воскликнул:

- Чушь! Я вот уже 10 лет пытаюсь справиться с моей проблемой таким образом и ничего не получается!

Он ответил:

- Значит твоя проблема не алкоголь. Видимо у тебя то же самое, что у меня, и то же, что у всех, кто ходит сюда.

- И что же это такое, Боб? – поинтересовался я.

Он пояснил:

- Похоже, что алкоголю довольно успешно удается обманывать многих людей. Это называется алкоголизм.

Я взмолился:

- Христа ради, Боб, перестань играть словами! Я, конечно, выгляжу ужасно, но в сообразительности мне не откажешь...

- Заткнись, – ответил он.

После этого он прочел мне трехчасовую лекцию, большую часть которой я не слушал, чтобы не сойти с ума. Но где-то среди этого шума я услышал то, что стало основой всех изменений в моей жизни.

И звучало это приблизительно так:

*«Я же сказал тебе, что когда те, у кого проблема с алкоголем, бросают пить, то их жизнь нормализуется. Но дела обстоят совсем иначе для тех, у кого эта странная, становящаяся фатальной, поглощающая весь разум, и разрушающая тело штукавина, которая называется алкоголизм, и которая, к сожалению, на первый взгляд, выглядит, как обычная проблема с алкоголем. Так вот если у тебя алкоголизм, а ты бросишь пить и начнешь себя вести как все нормальные люди, то постепенно боль такого существования станет для тебя невыносимой».*

Уже без всякого сарказма я сказал:

- Боб, я такого никогда не слышал. Все твердят, что надо просто протрезветь.

- Ничего подобного! – гаркнул он, – трезвость только усиливает боль.

- Но ведь вы все тут протрезвели! – удивленно воскликнул я.

- Да, но для нас это проходная дверь в другое измерение, а не конечный результат.

Я ответил:

- Ну это как-то несерьезно... А вот ты мне все таки объясни, если алкоголики начинают постоянно чувствовать себя так уж плохо, когда они пьют, то зачем они продолжают пить?

Он сказал:

- Для человека, который ходит в АА уже 10 лет, ты плохо осведомлен. Алкоголики пьют не для того, чтобы алкоголь создавал им проблемы.

Он указал мне на стаканчик кофе и продолжил:

- Если бы это был стакан виски, и я сделал из него большой глоток, то мое восприятие реальности изменилось бы практически моментально. Мир стал бы мягче, дружелюбнее... Еще пару таких глотков – и я могу ладить со всеми вокруг. Ну, а потом единственная проблема – это остановиться прежде, чем я решу, что я – боец. И со мной такое часто случалось. Ты знаком с симптомами алкоголизма?

- Конечно! – сказал я, – но ведь я чувствую себя ужасно, когда я трезвый.

- Правильно! – ответил он, – алкоголик – это человек, для которого алкоголь делает нечто волшебное.

- Ты хочешь мне сказать, что он не делает то же самое для других людей? – поразился я.

- Меньше 10 процентов испытывают то же самое, что мы, когда они пьют, – ответил он.

Я был озадачен:

- Вот это да, Боб. А я и не подозревал.

Он продолжал:

- Ты мне тут недавно сказал, что пытался покончить жизнь самоубийством, когда жил в Техасе. Алкоголик каждый день живет с мыслями об этом. Для нас это нормально. Видел когда-нибудь такого, как мы, когда он заходит в бар: «Я решил покончить жизнь самоубийством. Налейте мне, пожалуйста, пару стаканчиков на прощание. (Слезы, сопля...)»

Я старался как мог. Я делал все, что от меня зависит... (Всхлипы, вздохи...)»? А через 10 минут он уже подсаживается к какой-то дамочке: «Вы тут одна?» Так алкоголь меняет все для нас.

Я сказал:

- Ты здорово объяснил, Боб. Это мне понятно. Но почему же тогда, уже протрезвев, алкоголики снова начинают пить? Вон у нас в группе девчонка, которая была трезвой довольно долго, а тут недавно сорвалась.

- А это другая часть нашей проблемы, – ответил он, – ты действительно, похоже, мало что знаешь об этом.

Когда у меня уже было 25 лет трезвости, я услышал аудиозапись его выступления, и понял насколько он прав относительно теории, которая тогда показалась мне глупой. Он говорил следующее:

- Трудно взрослеть в этом мире. Тебя будут пинать, толкать и грузить всякой дрянью. От тебя потребуются знать то, чего ты не знаешь. Ты будешь вынужден преодолевать конфликтные ситуации, с которыми ты не знаком. Это тяжело. А мы ведь часто даже не подозреваем, что целью всех этих заморочек является достижение эмоциональной зрелости. Некоторые достигают ее в 50, другие – в 16... Но алкоголики практически никогда не достигают ее.

Я спросил:

- Почему?

И он ответил:

- Потому что где-то по пути, когда нам нужно было иметь дело с какой-то трудной ситуацией или с какими-то болезненными чувствами, мы обнаружили, что можем залить эти проблемы алкоголем. За вас, мои финансы! За тебя, стерва! Ты мне все равно никогда не нравилась! Эй, мистер Шеф, возьмите-ка вы эту работу и засуньте себе в какое-нибудь отверстие! И это работает. Я так делал много раз. Но каждый раз, когда мы это делаем, где-то глубоко в нашей психике

словно оседает холодный шар. И таких со временем набирается все больше и больше. Мы не испытываем из-за них особых неудобств до тех пор, пока не бросаем пить. Но когда мы бросаем, эти шары начинают нагреваться. И это только вопрос времени, прежде чем что-то доведет их до точки кипения. Этому может послужить любая домашняя ситуация или происшествие на улице, или случай на работе.

Я услышал его. Для меня это всегда упиралось в работу. Люди не проявляли ко мне достаточного уважения. А ведь у меня была высокая должность. Я был одним из лучших сочинителей. Я вам, понимаете ли, ни какой-нибудь мальчишка! Извольте проявить уважение! И стоило кому-то вякнуть мне слово поперек, как я взрывался: «Да кто ты такой, чтоб так разговаривать со мной!» Ну, а потом хочется отомстить этому человеку, но не можешь, потому что это будет выглядеть инфантильно. И тогда начинаешь выжидать, но вдруг замечаешь, что его дружки тоже поглядывают на тебя как-то странно. А вскоре по ночам, вместо того, чтобы спать, размышляешь обо всех этих болванах. И о том, как со всеми ними поквитаться. И, в конце концов, оказываешься там, где, как говорят врачи, мы вынуждены пить для того, чтобы сохранить свое здравомыслие. Так я снова иду в запой и теряю очередную работу.

- Клэнси, ты же был на прекрасном счету и зарабатывал хорошие деньги!.. Что случилось?

- Да они там все тупицы! Я послал их к чертям собачьим и уволился. Найду себе работу получше.

И я находил. И все повторялось снова.

Неожиданно осознав это, я сказал ему:

- Знаешь, Боб, ты только что поведал мне историю последних десяти лет моей жизни. У меня ведь были грандиозные планы. Я что-то представлял собой. А теперь я живу в заброшенной машине и вынужден кушать дерьмо от людей, которых в былые времена я бы не нанял стричь мой газон.

- Таким людям, как ты, малыш, есть название, – промолвил он. Так как Боб был матерщинником, мне приходится опустить часть сказанных им слов.

- И что же это такое, Боб? – поинтересовался я.

- Ты – алкоголик», – ответил он.

Я воскликнул:

- Алкоголик?! Но ведь моя проблема не алкоголь!

Он сказал:

- Согласен. Но алкоголик – это не тот, у кого проблемы с алкоголем. Это тот, для кого решением всех проблем является алкоголь. И если это твое решение, то ты пропал.

Я помню, как он сказал мне это на третьей неделе декабря 1958 года, когда я был трезвым только 6 недель. И я подумал тогда: «Что если я действительно не сумасшедший? Что если всему моему дикому поведению есть объяснение?»

Я запомнил, когда это было, потому что именно тогда исчез мой страх, что я псих. И не имеет ни малейшего значения, как я пришел к этому. Важно, что тогда я впервые подумал: «А может быть, я все-таки алкоголик...»

И я спросил его:

- Боб, а почему АА не объясняют это так же, как ты? Почему они все время трюндят о телесной аллергии и умственной одержимости?

- Ошибаешься, – ответил он, – они объясняют это именно так. Посмотри на Шаги, которые висят на стене. Номер один – ты должен согласиться, что у тебя проблема с алкоголем. Потом идет тире, что в английском языке означает конец одной мысли и начало другой, равносильной по значению мысли. Ты также должен согласиться, что у тебя проблема без алкоголя. И если бы хоть одна из этих проблем отсутствовала, то тебя бы здесь не было.

*Кстати, для тех из вас, кто только недавно пришел в АА, тут есть над чем задуматься. Может быть, вы вдруг решите, что вам здесь не место. Но если бы вы могли*

*то сейчас пили бы в свое удовольствие. А если бы вы могли оставаться трезвыми и чувствовать себя комфортно, вы бы сидели себе дома и радовались жизни. И только когда вы не можете делать ни того, ни другого, вы оказываетесь в комнатах АА. Вы сидите там и думаете: «Что я делаю среди этих идиотов?» И вам придется пройти через это, просидеть до тех пор, пока вы не поймете, что ваше место именно здесь.*

Еще кое-что. Меня удерживали от АА первые три Шага. Я знаю, что они являются проблемой для многих людей. Мне доводилось работать с такими. Мне казалось, что я – не алкоголик. Но выяснилось, что Я алкоголик. Это произошло потому, что алкоголик – это не то, что я думал. Поэтому очень важно понимать суть первых трех Шагов.

Итак, Боб сказал мне:

- Тебе пора работать по Шагам.

Я ответил:

- Я не могу работать по Шагам, потому что не могу вернуться к Богу. Просто не могу. Видишь ли, когда умер мой сын, я проклял этого норвежского Бога. Он забрал у меня моего сына, который ни разу в жизни не согрешил, чтобы наказать меня за мои грехи. Плевать мне на такого Бога! Пусть Он идет куда подальше! И, может быть, за эти слова мне придется гореть в Аду, но Ему придется подождать потому, что я не сдамся без боя!

А Боб сказал:

- В АА нигде не сказано, что ты должен вернуться к Богу...

- Ой, извини, к Силе, более могущественной, чем мы, Боб. Неужели кто-то попадает на эту удочку? – съязвил я, перебив его.

- Ничего этого там не сказано! – рявкнул он, – читай, что тут написано! Мы поверили во что-то. Тебя никто не просит возвращаться к своим извращенным идеям и бывшим

понятиям. Просто поверь во что-нибудь! Неужели ты не можешь поверить в любящего Бога?!

- Нет! – отрезал я.

Тогда он спросил меня:

- Ты веришь в АА?

- Сейчас оно мне нравится больше, чем когда-то... Но не могу сказать, что я в восторге, – буркнул я.

Он спросил:

- Ты считаешь, что у меня дела идут лучше, чем у тебя?

Я кивнул:

- Конечно.

И тут он совершенно серьезно и торжественно произнес:

- Поздравляю. Я – твоя новая Высшая Сила.

И поверите ли, но я с легкостью принял этот вариант потому, что Боб старался мне помочь. Он объяснил мне, что надо просто принять факт наличия Высшей Силы в АА. От меня даже не требовалось понимать, что это за Сила.

Он сказал мне: «Все эти люди в АА остались трезвыми не для того, чтобы обхитрить тебя. Их трезвость и есть демонстрация этой Силы».

Для такого человека, как я (считавшего, что у него высокий уровень интеллекта) очень важным было то, что меня обещали вернуть к здравомыслию.

А что вообще такое «здравомыслие»? Вы можете прочесть 10 книг по психиатрии, и каждая из них даст вам свое, отличное от других, определение этого термина. Но, как ни странно, определение сумасшествия фактически одинаковое у всех. Когда человеческий мозг, находясь в напряженной или конфликтной ситуации, не способен разрешить ее, то для сохранения целостности нервной системы он иногда изменяет свое восприятие реальности. Это называется психическим расстройством. Страдающие этой болезнью, как правило, неизлечимы, в первую очередь потому, что определить причину невозможно. Не бывает и такого, что человек



сегодня имеет психическое расстройство, а завтра не имеет его. Когда болезнь у человека проявляется в форме психоза, то она становится очевидной, и его просто закрывают. Но у большинства людей это не заметно до тех пор, пока какой-то внешний фактор не послужит толчком к такому поведению. Вот, например, один такой случай, о котором писали в газетах. Я знал этого парня. Он жил в соседнем доме. Пришел он однажды домой, взял ружье и убил своих детей, жену и самого себя. Почему?! Что-то вызвало у него психоз.

«Трудная для восприятия вещь... Но люди с большим опытом в АА объяснили мне, что у алкоголиков практически никогда не бывает настоящего психоза. Казалось бы, уж мы-то выйдем как самые подходящие кандидаты. Мы же в первых рядах, когда речь идет о неврозах, жалости к самим себе и депрессиях, но не о психозе. Знаете почему? Потому что, когда ситуация становится невыносимой, алкоголики начинают пить. А алкоголь способен изменить наше восприятие реальности. То есть, нам с вами дана способность искусственным образом вызывать в себе временный психоз, позволяющий нам не доходить до реального психоза... Вот какие мы счастливики...»

На следующий день или через день мы возвращаемся к реальности, но до этого на какое-то время нам становится легче.

Боб был одним из людей, которые объясняли мне все это. Он также донес до меня, что Шаги означают именно то, что в них написано.

Я никогда не видел необходимости в проведении недельных семинаров, посвященных интерпретации Шагов. Шаги значат то, что в них написано!

Я должен поверить в то, что существует Сила, которая избавит меня от необходимости вызывать в себе изменение восприятия реальности. Которая даст мне возможность оставаться трезвым.

Ну, и концовка Третьего Шага, где сказано что мы должны «препоручить нашу волю и нашу жизнь Богу, как мы Его понимали», казалась мне абсолютно нелепой. Попробуйте сделать это, когда у вас нет крыши над головой. Останется только спать на улице... Бог, может быть, и любит некоторых людей, но не таких, как я. Вот, что крутилось в моей больной голове.

А Боб, став моей Высшей Силой, продолжал быть моим спонсором. Однажды он сказал мне: «Я хочу, чтобы ты начал писать Четвертый Шаг». Я ответил ему, что не хотел бы этого делать потому, что у меня достаточно сожалений в этой жизни и мне бы очень не хотелось переживать их заново. Время шло, а я чувствовал себя все хуже и хуже. Наконец я понял, что мне придется делать то, чего хочет от меня моя Высшая Сила, которой являлся Боб. Я сел и написал Четвертый Шаг. В тот день я чувствовал себя ужасно и выложил на бумагу все самое плохое, что только мог, включая вещи о которых я старался вообще никогда не думать и не вспоминать. Я никогда не рассказывал их своим психиатрам. Меня спрашивали, почему я не делился с ними этой информацией... Да потому, что когда ты платишь такие деньги не хочется рисковать отказом в услугах: «Убирайся из моего офиса! И не вздумай возвращаться сюда! Но перед уходом продезинфицируй-ка стул, на котором ты сидел!»

Так постепенно Боб провел меня по Шагам и моя жизнь начала меняться. У меня не было каких-то сильных духовных пробуждений. Их нет и по сей день. Зато у меня появилось ощущение, что все вокруг, наконец-то, стали вести себя как надо. И по этой причине я до сих пор хожу на собрания. Мне они не нужны, но всем вам необходимы. Если я не приду на собрание, кто ж за вами проследит? Мне нужно было найти какую-нибудь работу. В первый год моей трезвости я чуть было не наложил на себя руки потому, что меня все время увольняли с работы. Меня выгнали из столовой, где я мыл посуду и из забегаловки, где я убирал со столов.

Кстати, помню я сидел в клубе и размышлял, как мне лучше всего покончить жизнь самоубийством... Вдруг один из мужиков сунул мне под нос книжечку «24 часа» и сказал: «Прочти это!» Я подумал: «Ну да, это именно то, что мне сейчас надо – побольше духовных поучений». Я открыл книгу на странице за 10 февраля и прочел, что как дерево, я должен быть избавлен от мертвых ветвей, чтобы стать здоровым, и что хотя я выгляжу брошенным, умирающим и мрачным, но к весне я наполнюсь силой и вновь обрету жизнь. Эти слова полностью изменили ход моих мыслей. И я подумал: «А вдруг это действительно так?»

На втором году трезвости я даже умудрился продержаться на одной работе 7 месяцев прежде, чем меня уволили. После того как я отпраздновал 2 года трезвости, мои друзья из АА похлопотали за меня, и я получил работу писателя в большой медицинской корпорации. Мой спонсор отвел меня в дешевый комиссионный магазин и купил мне костюм, который сидел на мне мешком, но был приличного качества. У меня по-прежнему не было передних зубов, и я научился подворачивать губы так, чтобы их отсутствие не было сразу заметно. Вид у меня при этом был такой, будто я над чем-то размышляю. Я начал там работать. И вот однажды меня вызвали и сказали: «Клэнси, у нас тут проблема. Мы не уверены, что ты знаешь, как это делать, но у нас не получается описание одной медицинской процедуры. Ты бы не мог посмотреть, что там можно придумать?» Я ответил: «Конечно». Когда я посмотрел, то вспомнил, что много лет назад составил целый справочник с похожими материалами. И я написал для них всю процедуру. Они были в полном восторге: «Клэнси, как ты умудрился написать такое?! Это же здорово! Ты умница!» И я подумал: «Ну, теперь они понимают, кто я такой...»

Через несколько дней я услышал у себя за спиной как кто-то сказал:

- У этого парня нет передних зубов.

У меня в голове сразу пронеслось: «Начинается... Опять они за свое... Врежу-ка я этому кадру и брошу эту работу... Но если я так сделаю, то мне придется объясняться с этим чертовым Бобом...»

Пришлось позвонить Бобу. Я стал жаловаться ему:

- Боб, они издеваются надо мной!

- Что случилось? – спросил он.

- Они говорят, что у меня нет передних зубов! – крикнул я.

- А у тебя есть передние зубы?! – поинтересовался он.

- Нету! – ответил я, – но дело не в этом. Они смеются надо мной!

Он спросил:

- А почему он сказал это?

- Потому что он хотел выставить меня на посмешище! – проорал я ему в ответ.

- Ты точно знаешь, почему он сказал это?! – рявкнул он. И тут я растерялся.

Разговор был окончен. Я подошел к тому парню, который говорил у меня за спиной и сказал:

- Я так понимаю, ты находишь забавным, что у меня нет передних зубов...

Он возразил:

- Что ты... Наоборот, я как раз говорил остальным, что твой костюм не подходит тебе по размеру и он явно куплен в магазине подержанных вещей, и что у тебя нет передних зубов, однако ты блестяще написал очень сложную вещь. У тебя в жизни, видимо, были большие трудности, и теперь ты в процессе возвращения. Я снимаю шляпу перед такими людьми, как ты.

Я ничего не смог сказать ему. Только стоял и хлопал глазами. У меня потом было еще несколько таких ситуаций.

Когда я был трезвым 5 лет, то работал в этой же корпорации директором рекламы. К тому времени у меня уже были передние зубы, и я часто улыбался. Для тех новичков,

кто лишился зубов: позвольте обнадеежить вас – когда вы духовно очиститесь, они вырастут снова!

В 7 лет трезвости меня позвали в Голливуд, где мы еще с одним парнем создали Радио БОС. Так появилась самая популярная тогда в мире станция рок-музыки. Мы первыми организовали в Калифорнии концерты «Beatles» и «Rolling Stones».

Когда у меня было 10 лет, я занимался связями с ответственностью для крупной нефтяной компании. Имея 15 лет трезвости, я был торговым директором престижной фирмы в Беверли-Хиллз.

А когда у меня было 5 лет, та самая жена и дети, которые слышали шелест «зелени» в моем кармане аж в Далласе, штат Техас, примчались ко мне как с голодного острова и присосались со всех сторон. Буквально через 9 месяцев и 10 секунд после их возвращения еще один католик появился на свет – слава Богу, мальчишка. Теперь они все выросли.

Прошлым летом у меня произошло чудесное событие. У трех моих дочерей был юбилей – 21 год трезвости в АА. И мы все вместе ездили на международную конференцию. Мы выглядели как кошачья стая, но получили огромное удовольствие. У всех у них дела идут прекрасно. И только одна из моих дочерей плохо кончила. Я не люблю говорить об этом, потому что у меня портится настроение. Она стала судьей. Несколько лет назад она приехала к нам на Рождество и сказала: «Папочка, помнишь, когда мы были маленькими, ты кричал на нас и требовал, чтобы мы шли к себе в комнату?» Я ответил: «Разумеется, помню, радость моя. Но ты же знаешь, почему я это делал». Она воскликнула: «Конечно! Но когда ты приедешь в Альбукерке, штат Нью-Мексико, я тебя тоже отправлю в маленькую комнату!» Я не поеду в Альбукерке.

Скажу вам кое-что еще из того, что я узнал за эти годы. Если вы новенькие в АА, я поделюсь с вами своим мнением. В глубине души я уверен, что это также мнение Билла Уилсона. Но я вынужден говорить, что оно мое. Я беседовал с

Биллом. Надо было тогда спросить его об этом. А речь идет о том, что *Шаги Анонимных Алкоголиков постепенно меняют наше сознание. Понемножку, медленно они делают для нас то, что алкоголь делал быстро. Наше восприятие мира меняется.* Он становится мягче, дружелюбней. Мы начинаем ладить с людьми. У нас появляется уверенность в себе, благодаря которой, мы не встанем на путь саморазрушения из-за чьего-то взгляда или чьей-то реплики. Но, так как это происходит понемножку, то мы обычно не замечаем сразу этих изменений. Особенно в начале нашей трезвости, когда они происходят буквально на полсекунды: «Ой, что это было?.. Я вдруг почувствовал себя хорошо на какое-то мгновение».

Я помню, как однажды беседовал с Чаком Чемберленом и в разговоре поведал ему: «Знаешь, Чак, а для меня Высшей Силой стал Боб». Чак удивился: «Почему он?» «Бог ненавидит меня», – произнес я загробным голосом. А Чак сказал мне: «Малыш, у меня для тебя есть новость. Ты не столь важен для Бога, чтобы Он тебя ненавидел».

Это хорошая и плохая новость одновременно. Хорошая – для меня, плохая – для моего эго.

Я пришел тогда домой и стал молиться искренне, как мог. С тех пор я только так и молюсь. И теперь каждый день в молитве я со всей искренностью благодарю Его за мою трезвость. Я молюсь *о знании Его воли, которую мне надлежит исполнить, и о даровании силы для этого.* И никакой торговли, как это было в старые времена – сделай для меня это, а я сделаю для тебя это. Для таких, как я, самое лучшее в наших Шагах, это молитва о знании Его воли, которую мне надлежит исполнить, и о даровании силы для этого.

У меня потрясающая жизнь. Но даже в ней порой происходят странные вещи. Когда я был трезвым 15 лет, я зарабатывал большие деньги, у детей дела шли прекрасно, а моего сына избрали капитаном футбольной команды школы. И по каким-то совершенно непонятным мне причинам, я сам

неожиданно для себя уволился с престижной работы в Беверли-Хиллз и последние 37 лет являюсь генеральным директором «Полуночного убежища» – той самой ночлежки, из которой меня вышвырнули в 1958 году. Люди удивляются: «Почему ты бросил такую блестящую карьеру в рекламном бизнесе ради приюта для бродяг?» У меня нет ответа на этот вопрос. Но я обычно отвечаю: «Ради столь значительной убавки в зарплате, я просто не мог отказаться от такого предложения!» У меня большой дом на берегу океана. Сегодня на участке дома 150 членов АА играют в футбол, как это обычно бывает каждую субботу. Я бы сам хотел там присутствовать.

В понедельник утром я буду делать то, чем большинство из вас вряд ли станут заниматься. Я поеду через Беверли-Хиллз в город. Поставлю машину возле «Полуночного убежища» и отправлюсь делать обход. Я узнаю, кто умер, кого пырнули ножом, кого арестовали, кто при смерти... Это жутко. Потом я проведу весь день с рабочим персоналом, пытаюсь спасти хоть кого-то из этих бедолаг, ища способы убедить их встать на путь выздоровления. Мало кто из таких «клиентов» возвращается к нормальной жизни. Это не госпиталь. У нас страшное место. Но иногда кто-то из них оживает. И все, чем я там занимаюсь, делается именно ради этого. А вечером я буду ужинать с женой и внуком, который сейчас живет у нас. А потом я пойду на собрание, сяду где-нибудь в середине, и буду делать вид, что мне интересны высказывания остальных присутствующих. В результате я услышу именно то, что должен.

Самое интересное, что мою жизнь сегодня не назовешь увлекательной. У меня уже была такая когда-то. Но мои дела в порядке и я хорошо сплю. И я порой думаю: «Почему я не видел этого раньше? Почему я столько лет не мог прозреть?» Но, как говорил старина Чемберлен: «Мы не видим, пока не увидим и не слышим, пока не услышим...»

В заключение я хотел бы прочесть вам одну вещь, которую написал мой друг из Австралии. В своих выступлениях я никогда ничего не зачитываю. Но на этот раз я бы хотел сделать исключение. Она называется «Мы – алкоголики». Просто послушайте.

«Мы умирали от пневмонии в меблированных комнатах, где нас находили через 3 три дня потому, что кто-то жаловался на запах. Мы умирали под мостами, и никто не знал, было ли это самоубийством. Мы и сами не знали этого, хотя, если вдуматься – это всегда было самоубийством. Мы умирали в больницах с огромными вздутыми животами, и никто не мог ничего поделать. Мы умирали в камерах, так и не узнав, виновны мы или нет. Мы ходили к священникам. Они давали нам обещания. Они говорили нам, чтобы мы молились. Они говорили нам идти и больше не грешить... но идти! Мы шли. И мы умирали. Мы умирали от передозировки. Мы умирали в кроватях. Мы умирали в смиренных рубашках, видя в белой горячке, Бог ведь какие кошмарные, омерзительные и жуткие вещи.

Но знаете, что было хуже всего? Хуже всего было то, что никто понятия не имел, как мы старались. Мы ходили к врачам, а они, руководствуясь принципом «это настолько безумно, что может подействовать», давали нам лекарства, от которых нас тошнило при употреблении алкоголя. Иногда они просто качали головами и посылали нас в госпитали для умалишенных. И нас выпускали оттуда, пристрастившихся к успокоительному и снотворному. Мы вваливались врачам. А они говорили нам, чтобы мы пили умеренней. И мы пытались. И мы умирали. С закрепленными намертво проволокой сломанными челюстями мы тонули, захлебнувшись собственной рвотой. Мы умирали, играя в «русскую» рулетку, и люди думали, что мы проиграли. Но мы-то знали лучше. Мы умирали под копытами лошадей, под колесами машин, от ножей и под каблуками наших братьев-алкоголиков. Мы умирали в стыде.



А знаете, что самое ужасное? Самое ужасное то, что мы и сами не могли поверить, что действительно очень старались. Нам казалось, что мы только думали, что мы старались. И мы умирали, веря, что мы не понимаем, как надо стараться, и что мы не старались. Когда доведенные до отчаяния в надежде на чудо мы начинали искать помощи, то шли к людям с буквами после фамилий\*\*, надеясь, что те прочли правильные книги, в которых были правильные слова. И никто из нас не догадывался о пугающей правде, что правильные слова, оказавшиеся такими простыми, тогда еще не были написаны.

*Мы умирали, падая с высотных домов. Мы умирали со стволом ружья во рту. Мы умирали в безлюдных местах со связанными за спиной руками и пулей в затылке, потому что на этот раз мы обманули не тех людей. Мы умирали в конвульсиях и от инсультов. Мы умирали проклятыми, опозоренными и брошенными. Если мы были женищинами, то умирали униженными, потому что женищины гораздо более требовательны к самим себе. Мы старались. И мы умирали. И никто не оплакивал нас. А хуже всего было то, что на каждого умершего приходилось сто или даже тысяча тех из нас, кто хотел умереть. Кто жаждал смерти. Кто засыпал, молясь о том, чтобы не проснуться, потому что выносить эту боль было невозможно. И мы были уверены, что это никогда не изменится.*

*Однажды в нью-йоркском госпитале у одного из нас произошло то, что в книгах называют «духовным пробуждением». И он сказал себе: «Я нашел ответ!» Нет. У него была только часть ответа. «Я должен делиться этим», – решил он. И он старался, как мог. Но мы не слышали его. И мы умирали. Мы умирали от последней успокаивающей сигареты, закуривав которую, мы отключались, и наш матрас загорался. О нас говорили, что мы задохнулись еще до того, как наши тела обгорели, и что мы ничего не почувствовали. Умереть таким образом для нас было лучшее, что могло произойти... правда иногда вместе с нами гибла наша семья.*

*Еще один человек из Нью-Йорка\*\*\* был уверен, что знает ответ. Он пытался молитвой привести нас к трезвости. Но и это не работало потому, что молитва приводит алкоголиков в замешательство. Он старался. А мы умирали. Один за другим мы обнадеживали его, а потом разбивали ему сердце, потому что мы всегда так делаем. Но самым худшим было то, что каждый раз, когда нам казалось, будто мы уже знаем все худшее, случалось что-то еще хуже. Это длилось до тех пор, пока не настал тот день в фойе отеля, находившегося не в Риме, не в Иерусалиме, не в Мекке, не в Дублине и даже не в Бостоне. Это произошло в Акроне, штат Огайо, из всех мест! Настал день, когда алкоголик сказал: «Мне надо найти другого алкоголика потому, что он нужен мне не меньше, чем я нужен ему». Теперь он нашел ответ. И вот, после стольких лет, канал передачи был открыт... Теперь мы не идем к священникам, мы не идем к врачам и к людям с буквами после фамилий. Мы идем к тем, кто был там. Мы идем друг к другу. И мы стараемся. И мы можем больше не умирать».*

Спасибо!

---

*Перевод Григория Тоубина.*

*От переводчика:*

\* Первые шесть с половиной минут Клэнси комментировал предыдущих спикеров и рассказывал историю своей поездки в Рейкьявик (Исландия). Хотя в этой части его речи много забавного, я не стал переводить ее потому, что она не имеет никакого отношения к его непосредственной истории, и потому, что большинство из упоминаемых им людей, пока еще мало известны в российском АА.

\*\* В англоязычных странах на вывесках и визитных карточках ученая степень, как правило, указана аббревиатурой первых букв после фамилии.

\*\*\* Речь идет о пасторе Сэме Шумахере, лидере Оксфордской Группы в Нью-Йорке.

## Кэтти Т.,

*трезвая с 18 ноября 1983 года, г. Чико. штат Калифорния*

*Запись проводилась 2 января 2013 года на группе «Девчата», г. Москва*

- Привет, меня зовут Катя, я алкоголик. Я очень рада быть здесь и я заранее прошу прощения за произношение, потому что я сегодня ужасно устала, так что может быть, когда я говорю «быть – будет» это будет бессмысленно по-русски, так что...

Мозг не работает сейчас, но это хорошо, потому что мой мозг – мой враг.

Перед тем, как собрание начиналось, я смотрела, кто здесь и т.д., и вдруг я заметила, что я увидела здесь лицо Бога, в каждом вашем лице. И я очень-очень благодарна за то, что у нас есть эта Программа, потому что, если ты алкоголик, как я, а я была на 100 процентов безнадежной алкоголичкой без этой Программы, то, и ты можешь быть благодарной этой Программе.

Я много лет хотела бросить пить, я хотела жить как нормальный человек, и совсем не могла. И я не знала, что со мной. Думала, что я сошла с ума, что стала совсем сумасшедшая. И я была готова кормить себя из помойки. Я жила в то время на Гавайях, когда, наконец, бросила пить. Я переехала туда из Лондона, когда узнала, что не могу контролировать свои пьянки. Я была готова жить на улице, и кормить себя с помойки, и для меня это был лучший вариант, чем бросить пить. Понимаете?

Я начала пить уже как алкоголик, когда мне было приблизительно 12 лет и тогда же я начинала принимать наркотики. Я знаю, что мы не говорим на группах про наркотики, но моя болезнь – алкоголизм так ее называли в 30-х годах в Америке, и это является так же зависимостью от наркотиков,

алкоголя, мужчин, денег, сахара, кофеина, сигарет и т.д., так что я совсем зависимая женщина. Слава Богу, сегодня мне не надо пить, и мне не надо использовать никого и ничего. Я могу жить спокойно. Я могу просто использовать нашу Программу. Я никогда не чувствовала себя дома, нигде. Единственная вещь, которую я хотела от жизни – это избежать ее, сбежать от жизни. Даже когда я была маленькая, я заметила, что я была не такая, как другие дети. Я не знала, почему другие дети, на мой взгляд, были веселые, они играли. А для меня жизнь была очень-очень серьезной. И я совсем не понимала, что со мной происходит...

Я уже раньше рассказывала, что на Новый Год, когда я была маленькая, практически целый год я не могла дождаться праздника Рождества. Мне очень хотелось подарков, и я ждала, ждала, ждала, а за шесть месяцев до Рождества я начинала говорить: «Мама! я хочу это, я хочу то, я хочу это, я хочу то». И я мечтала, что мне подарят, и мечтала, как прекрасно все будет! Будет вкусная еда, и будут хорошие вещи, красивая елка и т.д., – и думала, мечтала, мечтала, мечтала, а потом я проснулась, – и это было Рождество. И сразу я открывала все подарки и –уф-уф-уф и сказала сама себе – это все. И чувствовала себя совсем пустой, потому, что даже когда я была маленькая, я ожидала, что что-то снаружи сможет наполнить меня, и всю жизнь я искала это, которое можно взять снаружи и положить внутрь. И когда я нашла алкоголь, я подумала – «Вот, я нашла рай!». И сначала все было в порядке. В первый раз я выпила сразу много, меня рвало, я потеряла сознание, но когда я проснулась, я сказала: «Вот! Замечательно!». И так я начала пить, практически каждый день. И если бы я могла быть пьяной 24 часа, каждый день, наверное, я бы не бросила пить, потому что, для меня было очень больно жить эти несколько часов, когда я была трезвая. Трезвой я чувствовала стыд, боль, потерю себя и не могла терпеть это до тех пор, пока я не выпивала еще раз.

И мне было 15 лет, 16 лет, 17 лет, я просрала все возможности – я бросила свою любовь, я бросила всех людей, и как я сказала, я готова была жить на улице, и кормить себя с помойки. И вот... Честное слово, я не могу сказать, что случилось... хотя наверно, я знаю, что случилось... Бог, Бог, вот что случилось...

Когда я жила на Гавайях, я жила с двумя парнями, которые тоже пили. Я осуждала их, считая себя гораздо лучше, потому что они пили так страшно и много, не как я. А потом один из них погиб из-за наркотиков, когда я была с ним дома. Тогда я уже ходила на группы АА перед тем, как Пол погиб, но я еще не могла бросить пить. Я ходила на группы каждый день, иногда два раза в день, а после собрания я пила. На следующий день я шла на группу, все меня спрашивали: «Ну как жизнь, Катя?». Я говорю: «Ну, прекрасно, все в порядке. Я чувствую себя лучше и лучше каждый день». И я даже выступала на собраниях. Когда впервые я пошла на группу АА, честное слово, я не хотела быть трезвой, я не хотела спокойствия, я не хотела... ну я не знаю, что еще там... Они сказали мне на собрании: «Если ты хочешь того, что есть у нас, как написано в литературе, тогда надо принимать несколько шагов». И я подумала: что есть у вас, чего у меня нет? И я заметила, что у вас есть украшения, даже бриллианты, – и я знала, как украсть это. У многих из вас есть мужчины, и я знала, как украсть их тоже, даже если их несколько в комнате.

И я не поняла, о чем они говорили, и я не хотела трезвости. Я хотела найти мужчину, который будет ухаживать за мной, платить за меня, который будет делать мою жизнь прекрасной, такую, какую я хотела, потому что я опять, искала что-то вне себя. А когда погиб Пол – мой парень, и я сидела на полу в этот же день, плакала, и сказала сама себе: «Я не могу жить трезвой. Я не знаю, как жить трезвой. Я совсем не знаю, как жить». Не знала...

Это был момент честности. Первый, маленький момент честности, когда я признала, что я не хотела жить пьяной, но я боялась жить трезвой. И не знала, что делать, как делать. Откуда? От Пола? Невозможно, он был алкоголик и наркоман. Я не помнила, как долго я сидела на полу; к нам приехала полиция, потому что в квартире было мертвое тело. Пол погиб. Были звонки, люди, я сидела на полу и, у меня не было никакой надежды. А потом, вы меня понимаете, потому что у вас тоже был этот момент, когда, все, что я видела и чувствовала – это огромная черная дыра – черная дыра пустоты – это все, что я видела. И я знала, что я не могу жить. Потом, я почувствовала как чьи-то руки, обняли меня, стало очень тепло, и я услышала голос внутри головы: «Да, ты не сможешь, но мы сможем вместе». И я встала с пола и, что-то случилось, но я не могу объяснить, что случилась, но я стала другой. Я пошла на собрание, и в тот вечер, в первый раз за всю жизнь я была честная. Я сказала: «Я не могу бросить пить, совсем не могу, хочу и не могу». А было уже 3 или 4 месяца, как я ходила на собрание.

И, слава Богу, что там была женщина, ее звали Ноя. С первого дня я не могла ее терпеть – она была слишком жесткой. Для меня она была, как сказать, она была нижний сорт женщин, не очень умной, она думала, что она знала все-все-все-все-все! Она разговаривала про Шаги, которые она знала лучше, чем я. И, когда я пришла на собрание и сказала, что я не могу бросить пить, она спросила: «Кто твой спонсор?».

Я говорю:

- У меня нет спонсора.

Она ответила:

- Я твой спонсор. И ты не сможешь остаться трезвой, без Шагов.

Я про себя подумала:

- Боже мой, опять Шаги... Хватит уже....

И она предложила:

- Давай мы сделаем Шаги сейчас.

В эту ночь мы читали книгу, и принимали 1, 2, 3 Шаги. И уже на следующий день я начинала писать 4 Шаг.

С того дня мне не надо было больше пить, или принимать наркотики. И это было, как я уже сказала, 30 лет и полтора месяца назад. Но до сих пор жизнь возникала, как она есть. Мы сделали с ней 12 Шагов, как вы знаете. Она сказала мне – это только начало.

Когда у меня был, может быть, год трезвости, я не могла представить, что жизнь можно было изменить еще больше. Думала: «Ах, здорово, все, я трезвая!» И я стала вести себя по старому. Переспала на кровати с кем-то, а потом он выпил, а потом я почти выпила с ним, и за это спонсор прогнала меня. Ноя сказала мне: «Уходи».

И я решила устроить свою жизнь, как я хочу. Я решила, что Бог не работает достаточно хорошо для меня. Я решила, что мне нужно больше денег, лучшую работу, более красивого мужчину, лучший дом и т.д. и т.д. и т.д. Так я решила сама устраивать свою жизнь. И у меня было, я даже не знаю, может быть, год, или два года трезвости. Я ничего не понимала, потому что я была совсем «слепой», я не могла видеть саму себя, но в тот момент я была трезвой даже хуже, чем когда я была пьяной. В моем сознании была пьянка. Я не употребляла ничего, но каждый день я чувствовала себя не комфортно, опять я стала чувствовать, что я не как другие люди. Жизнь была тяжелая – несладкая. И все люди вокруг – они все были просто сволочи и т.д. и т.д.

И второй раз люди из АА спасли меня.

Это было на Гавайях, когда я и моя подруга были на пляже. Когда она была там, на пляже мы случайно встретились. Она тоже была спонсируемой Нои. Когда мы встретились, моя подруга посмотрела на меня, и сказала: «Что с тобой, Катя?» И она смотрела глубоко в мои глаза, и как сейчас я понимаю, – это был Бог внутри нее. Бог смотрел внутрь меня, и вдруг,

я еще раз увидела, как я потеряла свой путь. Как я очень, и очень близко подошла к тому, чтобы потерять трезвость и все, все, все...

Я все это время ходила на группы, но я прекратила работать по Шагам, я прекратила читать книги, я не работала со спонсором и т.д. и т.д. И еще раз я пошла на группу, подошла к спонсору и сказала: «Ноя, помоги-и!» Еще раз мы с Ноей начали работать по Программе вместе, и моя жизнь опять начала меняться. И потихонечку, потихонечку я нашла сначала любовь внутри себя, а потом я нашла чуть-чуть терпение, потом я нашла идею Бога, потом я нашла чуть-чуть радость. Это было долго, но я очень хорошо помню, когда я заметила, что в один день я чувствовала радость больше, чем я чувствовала боль. И это было чудо, совсем чудо. Но это было начало. Это было только начало, и от этого я поняла, что наша Программа, наши Шаги – они на всю жизнь, потому что я останусь алкоголиком до конца жизни. Я была алкоголиком, я сейчас алкоголик, я буду алкоголиком. Это не лечится. И что это значит? Это значит, что я страдаю от алкоголизма. И это значит, что моя проблема – это не алкоголь. Моя болезнь – моя проблема.

Эта болезнь живет внутри моей головы, и хочет убить меня каждый день. Так что мне надо работать по Шагам каждый день, целый день, всю жизнь. Иногда это очень-очень и очень трудно. И когда я была новичком, я ошибалась, думая, что если я трезвая, жизнь будет прекрасна всегда. Я буду веселой, радостной, все будет в порядке и периодически, может быть, будут чуть-чуть неприятности, но все равно все будет замечательно. Нет. Нет-нет и нет! Потому что трезвая я чувствую свои чувства, пьяная я не чувствовала ничего. В трезвости я пережила смерть папы и смерть мамы. Я пережила смерть спонсора и смерть очень близкого друга – вся его семья погибла в аварии. Я перенесла серьезную болезнь, тогда у меня «сломалось» сердце, недавно я потеряла дом.



И вы знаете, каждое событие в жизни только усиливало мою веру, и усиливало мою благодарность Богу, потому что недавно я поняла, что Бог дает мне то, что мне нужно и забирает то, что мне абсолютно не принадлежит. И то, что я думаю, что мне нужно и то, что я думаю, что мне не нужно – это абсолютно не одно и то же – Бог совсем по-другому думает, это совсем не то же, что Бог думает. Наша Программа не обещает, что наша жизнь будет раем, она обещает, что если мы работаем по Шагам, если мы очень и очень хотим найти Бога, тогда нам не надо пить сегодня, нам не надо умирать. И несколько лет назад мне надо было спросить саму себя: «Если моя жизнь изменится – это будет хорошо?». И мне надо было отвечать самой себе, что да, потому, что когда я пошла в АА, когда я училась быть честной, я не хотела ничего, кроме того, чтобы моя жизнь изменилась.

А теперь моя жизнь совсем другая, и даже большинство времени я чувствую радость. Большинство времени я чувствую покой. Большинство времени я везде вижу Бога. Даже, когда жизнь очень тяжелая, я не сижу в проблеме, я ищу причины быть благодарной Богу, потому что знаю, Бог – Руководитель, и я знаю, что Он дает мне все, что нужно и убирает от меня, что мне не нужно, и я не имею права судить об этом. Моя работа – это быть ребенком Бога, а Его работа – заботиться обо мне. Так что и сегодня я работаю по Программе. Именно сегодня наши Шаги я делаю сильнее и более интенсивнее, чем когда я была новичком, потому что, когда я была новичком – было достаточно «просто не пить сегодня».

А теперь мне надо усиливать мой духовный путь, потому, что, как я понимаю, наша болезнь – это прогрессивная болезнь, и если мое выздоровление не будет прогрессировать, то скоро я буду очень больной. А я очень не хочу этого.

Есть две притчи, которые очень помогли мне, когда мой спонсор рассказала их мне давно-давно.

Первая. Была маленькая деревня и там жил очень богатый крестьянин, потому что у него была лошадь. Однажды его лошадь убежала. И в деревне все люди вокруг сказали: «О, это кошмар, это ужасно!». И он говорит: «Ну, посмотрим». И через некоторое время эта лошадь вернулась, и вернулась еще с двумя лошадьми, так что у него стало три лошади. И все вокруг стали говорить: «О, это так хорошо!». И он говорит: «Ну, посмотрим». А на следующий день, когда его сын катался на дикой лошади, одной из тех, которые пришли с крестьянской лошадью, он упал и сломал ногу. И все говорили: «О, Боже мой, это кошмар, как ты сможешь убирать свои поля?!» И он говорит: «Ну, посмотрим». На следующий день началась война, пришла армия и его сына со сломанной ногой не взяли на войну. И все сказали: «Ну, это хорошо». И крестьянин говорит: «Ну, посмотрим»...

Это так, как я пытаюсь жить сегодня. Когда я думаю, что происходит что-то очень хорошее, я говорю сама себе: «Ну, посмотрим», потому что часто бывает, что это «хорошее» становится моей головной болью, а на то, что я думаю – «ужасно» – через какое-то время я очень благодарю Бога за это.

Моя вторая любимая притча – это история моей и вашей жизни.

Была алкоголичка, которая не могла бросить пить. И, в конце концов, она попросила Бога:

- Бог, пожалуйста, помоги мне. Я совсем, совсем не могу бросить пить.

И Бог сказал:

- Серьезно?

Она говорит:

- Да.

Бог говорит:

- Хорошо. Я помогу тебе, но сначала тебе нужно отдать все свои деньги.

Она говорит:

- Мои деньги? Зачем? Как я смогу купить бензин для автомобиля?

Он говорит: А-а-а. У тебя есть автомобиль? Значит, тебе нужно отдать Мне все свои деньги и автомобиль.

Она говорит:

- И автомобиль? А как я буду ездить на работу?

Бог говорит: А у тебя осталась работа? Значит, если ты хочешь Моей помощи, надо отдать тебе все свои деньги, автомобиль и работу.

Она говорит:

- Ну как, как я смогу кормить мою семью?

Он говорит:

- А-а-а, у тебя есть семья? Значит, тебе надо отдать Мне все свои деньги, автомобиль, работу и семью.

Она говорит:

- А тогда кто будет жить в доме, в моем доме?

Он говорит:

- А-а, у тебя есть свой дом? Если ты хочешь Мою помощь, значит надо давать Мне все свои деньги, автомобиль, работу, семью, дом.

Она сомневалась, подумала. Думала про пьянство, думала про болезнь. И, в конце концов, доверилась:

- Да, мне нужна помощь, я отдам Тебе все.

Бог говорит:

- Хорошо. Тогда я дам тебе обратно твои деньги, но это не твои деньги – это Мои деньги и ты сможешь использовать их для помощи другим. И я буду обратно давать тебе твою работу, но это не твое – это Мое и ты сможешь использовать так, что ты сможешь помогать другим. И Я буду давать тебе твою семью, но это не твоя, это Моя семья, ты сможешь просто ухаживать за ними за Меня. И Я буду давать тебе все, но это не твое, это Мое.

И это история моей жизни, потому что я получила в трезвости все, что потеряла, и даже больше. Моя жизнь – это как мечта, но конечно, иногда бывает – грустно, иногда тяжело, но это как мечта. Я и представить не могла, что жизнь может быть такой сладкой, такой красивой 31 год назад, так что я очень благодарна. Я обещаю вам, если вы будете работать по Шагам, искать Бога, и всегда усиливать свой духовный путь – тогда ваша жизнь тоже будет все более и более сладкой.

Это все.

Вопрос к спикеру:

- Я знаю, что сейчас многие группы отказываются от Традиций. Говорят, что это идет из Америки, что в Америке тоже не читают Традиций. Что ты можешь сказать по этому вопросу? Я читала статью Билла, он как раз вроде против того, чтобы не читали эти традиции. Может, я ошибаюсь...

Катя:

- Нам надо всегда соблюдать Традиции. Каждый член АА должен читать Традиции, но не обязательно на каждом собрании АА. Каждый человек должен знать, что значат Традиции АА и читать их. Так что это зависит от группового сознания. Если групповое сознание решает, что должны читать Традиции, ну, пожалуйста, но это не обязательно.

Вопрос к спикеру:

- Ну, в Америке тоже такое практикуется?

Катя:

- В смысле?

Вопрос к спикеру:

- В Америке на группах тоже не зачитывают Традиции?

Катя:

- Иногда читают, иногда нет. Нет никаких законов. Каждая группа решает самостоятельно.

Члены АА:

- Мы поняли, спасибо.

Вопрос к спикеру:

- Кэти, спасибо большое. На самом деле ТЫ для меня подарок на мой юбилей, когда я узнала, что ты здесь будешь. Спасибо Богу. У меня три вопроса:

Первый вопрос: Вот за 30 лет, за 30 с чем-то уже лет, у тебя никогда не было такого, что ты нашла некий другой духовный путь и, чтобы из-за этого уйти из АА? Это первый вопрос. Не было ли у тебя желания уйти из АА, потому что ты нашла что-то более духовное?

Второй вопрос: В минуту самых тяжелых испытаний, когда смерть, когда боль и т.д., бывали ли такие мысли, чтобы выпить снова?

Третий вопрос: Мой опыт прохождения Шагов, показывает, что когда подходишь к 11 Шагу, когда делаешь 11 Шаг, проходишь все Шаги, тебя «прет», так «прет», что вообще небеса сияют, сила такая, и так все вообще здорово, просто замечательно! Какое-то время на этом «едешь», а потом постепенно это уходит. Вот это, только мой опыт, это мое восприятие что ли, мой опыт работы по Шагам, или такое действительно как бы есть?

Катя:

- Ок.

Первый. Наша главная цель как группы – это помогать другим алкоголикам, которые еще страдают, но цель Шагов для нас – это найти Высшую Силу и эта Сила дает нам возможность не пить один день и для меня не существует другого духовного пути. Для меня только один духовный путь – это

путь к Богу. Я практикую буддизм, но это так, что я могу быть трезвой – это мой духовный путь – понятно, о чем я говорю? Я не могу оставаться трезвой, если не иду духовным путем. Я ищу Бога, и поэтому остаюсь трезвой. Так что моя цель – это не быть духовной, это быть трезвой. Так что духовный путь – это то, что я могу быть трезвой, а трезвая, я могу искать и найти Бога.

Второй. Второй это было по поводу выпивки? А-а-а., конечно, я – алкоголик! Недавно моя машина сломалась и первая моя мысль – выпить, запой. Через 30 секунд – вторая мысль – закончить жизнь самоубийством. Наконец, после нескольких минут я думаю, а-а-а, может быть, надо звонить кому-то.

Конечно, конечно, я – алкоголик. Когда папа умер, а я очень хорошо это помню, когда папа умер – я лежала на полу и выла, как животное: «У-у-у!», потому что я не знала, что делать с этой болью, это было так больно! И я знала, точно, абсолютно знала, что водка победит эту боль – это я знала. И в тот момент у меня был выбор – думать о водке, или звонить кому-то в АА. Я позвонила, слава Богу. Так что да, конечно, мысли о выпивке были.

Третий вопрос я не полностью поняла.

Член АА:

- Третий вопрос. Оля говорит о том, что ты работаешь по Программе и особенно 11 Шаг и тебе хорошо, небо голубое, а потом – раз, и это заканчивается и наступает...опять тяжело. Я правильно говорю, Оля?

Катя:

- Я понимаю, но не очень понимаю, потому что... как сказать... ты имеешь в виду 10 Шаг или 11 Шаг?

Ольга:

- 11 Шаг.

Катя:

- Ок. Как объяснить? Было время, когда все, что мне нужно было от жизни – это сбежать от нее. Так что, вначале, когда я искала Бога, и практиковала 11 Шаг, я делала это для того, чтобы я могла сбежать из жизни. И когда я могла, я чувствовала себя очень хорошо, очень легко. Но это была зависимость от чего-то, это не был настоящий Бог. А когда я сидела, искала настоящего Бога, и работала 11 Шаг действительно серьезно – это было очень спокойно, очень глубоко. Это не было весело (эйфорией). Это было, и до сих пор естественно есть, это очень спокойная, очень тихая Сила. Просто надо всегда быть здесь, здесь, здесь! Я здесь! Так что у меня не было вот этого: «Wow!!! Я нашла Бога! Ура!!!». Но иногда наш путь бывает очень тяжелый, потому что... Потому что нам надо очень внимательно смотреть и принимать жизнь, какой она есть. Нам надо искать наши недостатки и это невеселая работа – это тяжелая. От этого есть свобода. Понятно?

Члены АА:

- Да-а-а. Понятно, спасибо, Кэти, отлично.

Ведущий:

- Девочки, у кого еще есть вопрос, у нас есть время.

Вопрос к спикеру:

- Катя, скажи, пожалуйста, а сколько недостатков Бог тебе еще оставил, не забрал?

Катя:

- Ну, сколько у нас недостатков? У нас их несколько..., даже не могу сказать на русском... У меня сегодня только, действительно, только два... один можно сказать недостаток – это страх. Страх, что я не буду получать, что я хочу или страх,

что я буду терять, что у меня есть. И от этого все остальные недостатки: гнев, нечестность, эгоизм, все только от этого страха. Это мой опыт. А когда я вижу этот страх, и работаю с этим, тогда остальные недостатки не мешают мне сильно как раньше. Понятно, о чем я говорю?

Члены АА:

- Да, понятно.

Катя:

- Второй недостаток? Ну, мы, алкоголики, мы... я не знаю как вы, но я люблю свои проблемы. Мне о-очень интересно со своими проблемами. О-о-о! Я нечестная, я ревную, я ужасная, у меня все это есть. И вот, все это вертит мной, вертится, прошу прощения, как в животе газы.

Нормальные люди, например, когда они какают, они просто какают в туалете, и все смывают. А мы смотрим на говно, копаемся в нем, и нам очень интересно, какой цвет, какой запах и т.д. и т.д. Мой серьезный недостаток только один – я не полностью доверяю Богу, и от этого рождается страх, а потом вырастают все остальные недостатки.

Вопрос к спикеру:

- Спасибо, Катя, за спикерское. Скажи, пожалуйста, все ли сферы жизни ты отдаешь Богу. Какие вопросы, какие сферы тебе тяжелее всего отдавать и, что ты в последнюю очередь препоручаешь – работа, деньги, отношения или что-то еще? Что для тебя самое тяжелое отдать, препоручить Богу и, что ты с этим делаешь?

Катя:

- А-а-а, это зависит от того, через что я сейчас прохожу. Когда у меня проблема по поводу отношения, то отношения – это самое, самое трудное, а когда у меня проблемы по



поводу денег – то деньги – самое трудное, потому что мы алкоголики, понимаете? Ну, еще раз... Нормальные люди, когда у них проблемы, просто говорят: «У меня проблема», а мы говорим, потому что наши чувства такие интенсивные: «О, Боже мой, У МЕНЯ ПРОБЛЕМА!!! Я не знаю, как строить отношения! Я никогда не могу говорить с людьми!» Или «О, деньги, это огромная проблема! Нет ни у кого таких проблем, как у меня по поводу денег, или работы, или еще чего-то и т.д.!». Так что, это все, честное слово, у меня никогда не было проблем вообще, моя проблема существует здесь (показывает на свой лоб). Если я практикую радикальное принятие, и когда я могу принимать все, как оно есть, у меня нет проблемы. Это просто ситуации, просто уроки. Понятно?

Члены АА:

- Понятно, спасибо.

Вопрос к спикеру:

- Кэти, спасибо тебе огромное. Кэти, очень отозвалось, когда ты говорила про смерть, что была смерть спонсора, была смерть мамы. Я могу сказать то же самое. Я в трезвости, в общем-то, умерла моя мама, умерла спонсор, очень много смертей и это очень было больно. И, слава Богу, что я это все перенесла без алкоголя. Но вопрос, который я хочу тебе задать, это, сопротивлялась ли ты, когда делала Шаги? Было ли сопротивление делать Шаги у тебя, сопротивлялась ли или до конца упорно проходила Шаги? Ты понимала, что тебе это нужно, что вот без этого ты никак не сможешь? Я, например, останавливаюсь всегда на сексе. Секс для меня это все, я никак дальше не иду. Вот, не идет у меня. Вот сейчас уже третий или четвертый раз прописываю 4 Шаг, дохожу до секса и все, меня как будто что-то переворачивает. Это страх, или что? Я не понимаю, т.е. я не могу понять. Был ли такой опыт у тебя? Как ты из этого выходила? Спасибо.

Катя:

- Нет. Как объяснить? Когда я 30 лет назад приняла 1 Шаг я узнала, в чем моя проблема. Моя проблема – это я без силы. А потом я узнала решение этой проблемы. Решение – это есть Сила, которая может помогать мне. А для этого есть Программа выздоровления, которой можно исправить все мои проблемы – это Шаги с 3 до 12.

Теперь, когда я полностью увидела, что есть моя проблема, я никогда не отказывалась работать по Шагам, потому что я не люблю страдать. Я не могу и не хочу терпеть боль. Многие из нас любят страдать – это правда. Я не такая, я не хочу боли. Так что, когда со мной что-то не так, я сразу сажусь и занимаюсь медитацией. Я говорю с Богом, говорю с другими людьми, и потом работаю по Шагам, потому что я не люблю страдания, совсем не люблю. Я страдала достаточно, так что я всегда хочу жить в решении, а не в проблеме.

Члены АА:

- Спасибо.

Ведущий:

- Девочки, еще есть вопросы или мы будем закрывать собрание?

Вопрос к спикеру:

- Кэтти, скажи, пожалуйста, а Бог решил твои проблемы взаимоотношений? У тебя есть сейчас кто-нибудь или это не прилично спрашивать?

Катя:

- Ну, это хороший вопрос. Я думала, что Бог решил мою проблему взаимоотношений с мужчинами, когда Он дал мне мужа. Вот только тогда я и узнала, что это начало моей проблемы взаимоотношений с мужчинами. Я имею в виду, что

я – алкоголик, так что я очень своевольна, очень хочу делать как, и что Я хочу! И когда я вышла замуж (первый раз я вышла замуж, мне было 50 лет – это было 8 лет назад) – вдруг осознала, что, я живу не одна – с мужем, и он не алкоголик, к сожалению... Я часто говорю: «Ди, пожалуйста, пей, пей. Потому что тебе нужна Программа!» Нет, это шутка. Ему не нужна Программа. А тогда Бог дал мне очень много хороших уроков; как быть терпеливой, доброй, благородной. По-моему, отношения – это зеркало. Если у меня проблема с мужем, значит, что это у меня проблема, и эту проблему родила я. Это не его проблема. Но часто я хочу сказать: «Ди, ты такой плохой! Это ты виноват!» А это не так. Если у меня проблема с мужем – это у меня есть проблема. Понятно? Я ответила? Так что, как говорят у нас в АА: «Когда Бог хочет наказать нас, Он дает нам все, что мы хотим». Нет, это шутка. Честное слово, я очень люблю Ди, моего мужа, и я очень рада, что мы нашли друг друга, и он очень помогает мне, потому что, когда я совсем сволочь, он говорит это мне. Когда мне нужно собрание, он говорит: «Катя...». И т.д., так что он очень хороший муж.

Члены АА:

- Спасибо, Катя, спасибо.

Катя:

- Пожалуйста.

## Кэтти Т.,

*трезвая с 18 ноября 1983 года, г. Чико, штат Калифорния*

### 2 ШАГ

*Запись проводилась 10 января 2013 года на группе «Весть»,  
г. Москва*

- Здравствуйте, меня зовут Катя, я алкоголик.

Честное слово я рада быть здесь, я рада быть в любом месте, потому что я уже должна быть мертвой женщиной, или должна быть в тюрьме. Но я здесь, слава Богу!

Я очень рада видеть всех вас. Я часто говорю, что в каждом из вас я вижу лицо Бога, в каждом месте, это действительно сегодня так, что я вижу лицо Бога. Это чудо!

Но, что я могу сказать про Второй Шаг? Я думала об этом сегодня, я думала об этом вчера вечером, как я буду говорить об этом и это интересно, потому что наша Программа – живая! И, как я понимаю, Второй Шаг сегодня, это немного не так, как я поняла Второй Шаг давным-давно, когда я была совсем новенькой в Программе.

Надо сказать, что невозможно, совсем невозможно и бесполезно принимать Второй Шаг, если не сделан Первый Шаг. Потому что, зачем это нужно?

А Первый Шаг, наверно, вы изучали его на прошлой неделе, это очень важный Шаг, шаг признать, что мы бессильны перед алкоголем. Первый Шаг определяет нашу проблему. И я практически умерла, прежде чем узнала, что со мной случилось. Я думала, что, может быть, я сумасшедшая, думала, что может быть я какая-то жертва, но я не знала, что моя проблема это – алкоголь.

И когда я узнала это, мне было очень больно. Я не хотела быть алкоголиком, я хотела иметь более экзотичные болезни, но, к сожалению, я была просто алкоголиком. К черту!

И когда я признала, что я теряла контроль над собой, то я не знала, что делать с этим. Ноя – мой спонсор, она сказала мне, ну как бы это объяснить... Я ходила на группу уже 3 месяца, перед тем как я смогла бросить пить, вы знаете уже это. И у меня не было спонсора, я не читала наши книги, вернее прочитала несколько фраз, не разговаривала ни с кем. А когда меня спрашивали: «Как жизнь?», то я отвечала: «Хорошо! Все хорошо! Я счастлива!» А после собрания я опять выпивала.

И тогда я знала, что буду умирать, совсем умирать, и однажды Бог помог мне быть честной чуть-чуть.

Я пошла на собрание и сказала, что не могу бросить пить, и тогда мой будущий спонсор сказала:

- Правильно, ты сама не сможешь. Тебе нужна наша помощь, тебе нужны Шаги и давай сегодня мы будем работать по Первому, Второму и Третьему Шагу.

Сразу в этот день я работала по Первому, Второму и Третьему Шагу, и сразу, на следующий день начала писать Четвертый Шаг.

Но, что я хочу сказать по поводу Второго Шага – я не полностью верила, что Бог есть. Я принимала Второй Шаг, но в то же время оставалась вором и обманщицей, вот поэтому я и сказала: «Да, я принимаю это, что Бог есть и Он может вернуть мне здравомыслие». Я верила, что я потеряла контроль над собой, потому что это было видно. Например; я любила водить машину пьяной, и часто полиция меня ловила, и, когда меня останавливали, я всегда злилась на них. Но когда я выходила из машины, то едва держалась на ногах. Я была не только пьяной, но пьяной и агрессивной по отношению к полиции. Я верила, я знала, что теряла контроль над собой, но признать себя сумасшедшей? Как это возможно? Я сумасшедшая? Нет! Совсем нет! И наш Второй Шаг говорит про нашу болезнь. Моя болезнь находится внутри моей головы, так что когда я была новичком, у меня было много проблем.

Я была несчастной, я была одинокой, я очень много плакала, практически каждый день и целый день. Это было ужасно. Вы это знаете, вы тоже испытывали эту фазу в выздоровлении.

И мой мозг говорил мне: «Катя, да, ты теряла контроль, но ты не такая, как они все, ты чуть-чуть умнее и тебе не надо работать по этим Шагам. Не надо..., ты уже знаешь все, что тебе нужно». И я согласилась с ним. Да, я умная и любопытная. Так что я искренне сомневалась, что Бог есть, и, что я сумасшедшая.

И Ноя, мой спонсор, часто говорила мне, что я была – абсолютное ничто, я была – абсолютный ноль. Это так она говорила обо мне, и я очень сильно обижалась на это. Я спрашивала:

- Как ты можешь так обо мне говорить, ведь я такая умная?

Ноя отвечала:

- Тогда скажи мне, что ты сделала хорошего в жизни?

Я призналась:

- Ничего.

Ноя:

- Та-а-ак!

Тогда я стала оправдываться:

- Ну как я могу знать, что Бог существует? Я не вижу его нигде! Где Он?

Тогда Ноя спросила:

- Ты можешь сделать яблоко?

Ведь я не верила, что Бог существовал, я совершенно не верила в то время. Я принимала Второй Шаг, но не верила в Бога. Это понятно? Наш опыт и наша книга говорят, что через какое-то время мы будем Верить, но самое главное для лечения алкоголизма, это – ГОТОВНОСТЬ верить. И я была готова, я не хотела верить, но была готова верить, даже не зная об этом.

Итак, Ноя спросила меня: ты можешь сделать яблоко, когда я утверждала, что Бога не существует.

Я спросила ее:

- Ты голодная?

Ноя:

- Нет, не голодна, но ты сделай яблоко!

Я говорю:

- Нет, у меня нет яблока, надо купить!

Ноя:

- Нет, я имею в виду, чтобы ты СДЕЛАЛА яблоко.

Тогда я ответила:

- Я не умею делать яблоки.

Ноя спросила:

- А кто умеет?

Я отвечаю:

- Не знаю.

Ноя:

- Может, Бог умеет или что-то?

Мой ответ:

- Да, может быть, Бог или что-то.

Так я начала верить, что существует «Что-то», больше чем я. Может быть...

Но для меня это был очень длинный путь к Богу, потому что моя болезнь и мой мозг хотят убить меня. Они всегда заставляют меня сомневаться во всем, или не выполнять необходимую работу, заставляют оценивать людей: эта ужасная женщина, а это самая хорошая, и так далее... Так что для меня это был очень длинный путь к Богу. Наконец, я начала верить, что есть «Что-то», и Билл писал много раз в наших книгах, что наше выздоровление зависит от нашей готовности поверить. Наш Второй Шаг говорит, что нам не надо верить в Бога, нам надо желать и быть готовыми поверить. Даже сегодня я могу сказать, что я не верю в Бога, но я знаю точно и абсолютно, что Бог есть. Так что это больше, чем вера для меня. Это мой

опыт после 30 лет Трезвости. Первые 15-20 лет был очень длинный путь к Богу.

Первый Шаг, как я уже сказала, определяет нашу проблему, что мы потеряли контроль над жизнью, и бессильны перед алкоголем. А второй Шаг говорит, что есть решение нашей проблемы, проблемы бессилия. Так что, через Второй Шаг можно найти Силу, которая даст мне шанс жить без алкоголя. Так что, если я приняла Первый Шаг, то я действительно сумасшедшая, если не приму Второй Шаг! Если Первый Шаг определил мою проблему, то зачем сидеть в этой проблеме? Зачем? Если бы у меня была болезнь рак, тьфу, тьфу, тьфу, чтоб не сглазить, и я узнаю этот диагноз, то что, я буду говорить: А, хорошо, я знаю, что со мной и все? Больше ничего делать не буду? Конечно – нет, я буду искать решение этой проблемы. А решение это – Бог, это Высшая Сила! Мне надо найти эту Силу! Но когда я приняла то, что есть эта Сила, которая может избавить меня от алкоголизма и вернуть мне... Я не люблю говорить, что мне вернут здравомыслие, потому что я не верю, что у меня всегда есть здравомыслие. Я до сих пор алкоголик, и мой мозг часто хочет убить меня, и часто обманывает.

Но, если я принимаю, что я бессильна и верю, что есть Сила, которая может помогать мне, то зачем не делать больше? Первый и Второй Шаги не делают ничего, а просто определяют нашу проблему и решение проблемы, а как ходить от проблемы до решения, это – надо делать остальные Шаги, но Второй Шаг, самый главный Шаг. И в моей Трезвости, я много, много раз возвращалась ко Второму Шагу, потому, что он говорит не только про Силу, но и про здравомыслие. И много лет я была совсем сумасшедшая, даже когда я была трезвая.

А когда я отмечала «Один год Трезвости», члены моей домашней группы сказали мне, можно сказать даже с гордостью сказали, что на мою трезвость ставили ставки, и они



выиграли много денег. Много людей тогда потеряли деньги. Я была такая большая женщина, что многие не верили, что я останусь трезвая. Так что мне надо было много, много, много раз вернуться во Второй Шаг, потому что я действительно алкоголик. А это значит, что у меня огромный эгоцентризм – «я всегда права, но редко сомневаюсь». Но я часто ошибалась. Я сама говорю себе, что знаю, какой жизнь должна быть, какой я должна быть, какими вы должны быть. Какими вы должны быть, это самое главное, потому что я всегда ПРЕКРАСНАЯ, а вот ВЫ – это совсем другое дело!

И Ноя часто говорила и требовала от меня, чтобы я делала Третий Шаг и искала Бога. Это было ее первое требование по поводу Бога, чтобы я искала Бога.

А когда я Ное сказала:

- Ноя, я думаю, что будет лучше...

Она перебила меня и спросила:

- Чем ты думаешь?

Я ответила:

- Головой.

Ноя еще спросила:

- А где находится твоя болезнь?

Я ответила:

- В голове.

Тогда Ноя сказала:

- Да! И не надо думать о Программе, просто делай ее!

Ок! И до сих пор я пытаюсь не думать, а делать.

И я искала Бога много, много лет и моей первой Высшей Силой был океан. Я жила в то время на Гавайях и один раз мы с Ноей шли по берегу океана, и я увидела, какой он большой. В этот раз я увидела его огромную силу волн. Они ходили туда и сюда, туда и сюда, и я решила, что это будет моя Высшая сила! И много лет океан был моей Высшей силой.

А потом я увидела в нашей книге слова, что ...в глубине души каждого мужчины, каждой женщины и каждого ребенка

есть основополагающая идея Бога... Так что через несколько лет я прекратила искать Бога во вне себя, я стала искать его внутри себя, в душе. И там я Его нашла, и это давало мне достаточно Силы не верить тому, о чем я думаю. Много лет я говорила сама себе, «если я об этом думаю, то это еще не означает, что это правда». И мне надо было каждый день напоминать себе это.

И я нашла Бога. И потихоньку я начинала жить, как я думаю, как этого хотел Бог. И вот моя жизнь стала чудом. Были огромные изменения со мной в моей жизни, я даже не могу объяснить это. Вы знаете, о чем я говорю, потому что, если вы алкоголики и вы трезвые, вы принимали Первый и Второй Шаг, наверное.

Многие думают, что сделать Второй Шаг очень сложно. Но это несложно. Это просто как... Ну, надо просто провести «уборку в своем доме», а потом идти на улицу, так скажем, и идти прямо. А когда вы упруетесь в стену – поверните налево или направо. Это так Бог руководит нами. А я много лет раньше стояла перед стеной, билась головой, и требовала: «Хочу, хочу, хочу!». А сейчас я просто – упс, и иду направо, или налево!

И так Бог показывал мне, что он хотел, чтобы я делала, и какой я должна быть. Моя жизнь – это не мое дело. То, что я хотела получить, когда была новичком, это совсем не то, что я получила. Я хотела работать в хорошем ресторане, я хотела выйти замуж вот за этого мужчину (больного), я хотела деньги. И если бы я получила все, что хотела по своей воле, тогда бы я сама себя обманула. Так что я сейчас понимаю, что Бог есть, Бог любит меня, Он любит всех вас, безусловно, и это я знаю абсолютно точно. И сегодня я не хочу получать то, что я хочу. И сегодня, если я думаю, что хочу что-то или чего-то, то сразу отбрасываю эти мысли, потому что, это путь к страданию. А путь к выздоровлению только через Бога, а не через своеволие. Это понятно, о чем я говорю?

Я очень благодарна Богу, что была очень больная женщина, потому что выздоровление было гораздо больше, так как я начинала путь к выздоровлению гораздо ниже.

И я очень благодарна, что я сегодня здесь с вами, и я благодарна вам, что и вы здесь тоже.

Спасибо!

## Кэйти П.,

*трезвая с 18 октября 1984 года*

*аудиозапись сделана 5 апреля 2013 года на 20-й Конференции «Южный Берег» в городе Портадж штат Индиана*

Здравствуйте!

Я – Кэйти П.. Я – алкоголик.

Иногда благодарная, иногда выздоровевшая... Бывает и так, и так...

Я очень рада быть здесь! Где моя книга? А, вот она!

Для меня всегда большая честь выступать в Анонимных Алкоголиках перед теми, кто хочет послушать мою историю. Но особенно приятно быть в этих краях. Гэри\* – одна из ключевых фигур моей «родословной» в АА. Лорэнз, Притц, Марк Хьюстон – все они являются моими наставниками и наставниками моего мужа Чарли. Поэтому я рада быть здесь. Обожаю Гэри и его жену Джули. У нас принято говорить, что в АА нет авторитетов. И я не буду спорить с этим. Но, лично у меня в АА есть авторитеты. Я просто не делаю их богами. Я говорю о тех людях, кто несёт весть лучше, чем другие. Они – те, на кого я ровняюсь!

Хочу поблагодарить Тима – одного из организаторов этой Конференции – за приглашение выступить. По этому поводу надо рассказать вам историю. О, да! Там есть, над чем посмеяться.

Для начала мне надо сказать вам, что я трезвая с 28 октября 1984 года. И это – чудо. Но самое знаменательное в этой дате то, что это на пять с половиной месяцев раньше, чем день трезвости моего мужа. И, знаете, люди говорят, что срок не имеет особого значения. А я заявляю вам – имеет! И ещё какое! В нашем доме он имеет огромное значение. Когда у Чарли со мной возникает какая-нибудь проблема, я говорю ему: «Милый, ты поймёшь это через пять с половиной месяцев.

Да. Подожди ещё немного». Кстати, Чарли будет выступать завтра.

А теперь история по поводу завтрашнего выступления Чарли. Мы до этого уже выступали на юбилее Сообщества в Индиане и это были шикарные выходные. В этот раз Тим позвонил мне за несколько месяцев до Конференции и пригласил меня выступить в субботу вечером. Я была польщена. Ведь мы, женщины, знаем, что в большинстве случаев главным спикером оказывается мужчина. А тут – я буду гвоздём программы. Казалось бы, большое спасибо! Ну-ну... Я тогда сказала Тиму, что мой муж тоже хороший спикер. А я объяснила, что нам реально повезло и что мы часто выступаем вместе, поскольку муж тоже алкоголик. И, кроме этого, у нас имеется скидка на Юго-Западных Авиалиниях, позволяющая нам летать вдвоём по цене одного билета. Так что, если он хочет, то мы будем рады прилететь вместе. Тим воскликнул: «Вот здорово!»

И, поверьте мне, я бы очень хотела убедить вас, что во всём этом нет ни капли эго. Но, если бы я попыталась – это было бы враньё! Тут эго через край! И приходится много молиться и прикладывать массу усилий для того, чтобы убрать его с пути.

Когда мы вылетали утром, Чарли уточнил у меня: «Так я выступаю в пятницу?» Я сказала: «Да. Ты – в пятницу вечером, а я – в субботу».

И вот мы прилетели, едем в машине, Тим говорит, что Конференция будет проходить на территории базы отдыха. Я не поверила своим ушам. За неделю до этого мы были в Фениксе (штат Аризона) и там они устроили слёт за городом. А я люблю носить туфли на высоких каблуках! И вот я в них стою на песке во время выступления и каждый раз, акцентируя внимание на чём-то важном, я всё глубже врезаюсь каблуками в песок! Вылезать из него становилось всё труднее и труднее. Я и здесь собиралась быть на каблуках. Но я даже

расстроиться толком не успела, как вдруг Тим добавляет: «Кстати, Кэйти, я просто напоминаю, что ты выступаешь в пятницу, а Чарли – в субботу». Я была ошарашена: «Что?!» И Чарли вслед за мной воскликнул: «Что?! Как так?! Почему?» А Тим сказал: «Чарли, разве ты забыл? Мы же обсуждали это с тобой на прошлогодней майской Конференции!» Вот вам и большое спасибо! Кстати, именно там Гэри Браун познакомил меня с Тимом.

И, если честно, мне бы хотелось сказать, что нет в этом ничего такого и что так угодно Богу, но это... херня! Я не часто ругаюсь, но – херня. И сразу скажу, чтобы пережить такие вещи, нужно время. Это процесс. Приходится говорить о своих чувствах и позлиться какое-то время. Но мы проходим через это. И вот мы здесь. Так что, всё в порядке!

А ведь было бы здорово, если бы можно было, сидя на заднем сидении, сказать: «О, Тим, да, ничего страшного. Всё хорошо». Но это неправда!

Я не такой алкоголик. Я не умею претворяться. Мой муж говорит, что иметь со мной дело – это, как пить воду из брандспойта – получишь гораздо больше, чем ожидаешь. А я всегда была такой. Вся свою жизнь я, как заводная. Вся жизнь! Сызмальства. Что бы я ни делала, я отдавала этому 110 %. Напролом. И не имело никакого значения, делала я что-то хорошее или что-то плохое. Я всегда отдавалась этому полностью.

И в этой ситуации я сказала Чарли: «Мой сладкий, ты же понимаешь, что я это так не оставлю. Все твои объяснения, что это произошло неумышленно, что ты этого не планировал и что это случайность, не исправляют ситуации. Тебе следует, сидя сейчас передо мной, сказать, что ты виноват и что ты не подумал обо мне, когда договаривался насчёт своего выступления. Ты можешь сделать то, что я прошу?»

Видите, если все будут делать так, как я хочу, то представление будет прекрасным!

И что вы думаете?.. Он сказал это именно так, как я попросила, но и это не исправило ситуацию для меня.

Но вот мы уже здесь. Слава Богу! А бедный Тим... Он изрядно понервничал. В машине была такая напряжённая атмосфера, что с него пот градом лился. Он наверно думал: «Вот я влип. Это – жопа». Я ведь жутко энергичная. Всю жизнь была такой. И я обожаю жить в таком ритме. Я тридцать лет проработала в фитнес индустрии. И это только добавляет мне энергии, которой у меня и так полно. Вам не придётся гадать: злюсь я или радуюсь. Вы будете знать! Есть тут кто-нибудь ещё из этой категории? Ну?! Мы же алкоголики! А если вы были тихими алкашами, я, скорей всего, не стала бы пить с вами. Вот так обстоят дела. И мы вряд ли будем проводить время вместе в АА. Я заметила, что мне свойственно близко общаться в АА с теми, с кем я бы пила.

Хочу сказать вам, что у меня есть дочь, ей исполнилось 34 года! В это трудно поверить! Я протрезвела, когда ей было 5 лет. И каждый раз, когда наступает её день рождения, я невольно задумываюсь над тем, что её жизнь была бы совсем другой, если бы я продолжала пить. Я ни на секунду не сомневаюсь в этом. Понимаю, что это вряд ли имеет значение для тех из вас, кто протрезвел, когда дети уже выросли. Но сейчас я рассказываю свою историю. И я так признательна, что сегодня у нас совсем иная жизнь. У меня от неё двое внуков: старшему – шесть, а младшему – два годика. Моему сыну 24 года. И у него тоже маленький ребёнок.

Ну, скажите, разве внучата – это не второй шанс от Бога? У кого-нибудь тут есть внуки и внучки? Вот! Тогда вы точно знаете, что Бог даёт алкашу вторую возможность. Это возможность присутствовать, быть там, радовать их... Малыш спрашивает меня: «Бабушка, можно мне конфету перед ужином?» А я отвечаю: «Да, возьми три! Играй с ножницами! Смотри мультики весь день! Делай, что пожелаешь!» Ведь моя единственная задача быть полностью в его распоряжении и доставлять ему удовольствие. Я же буду в его жизни

достаточно короткий отрезок времени. Большая Книга говорит мне, что лучшие годы нашей жизни ждут нас впереди. Я прошу вас, обратитесь к своему опыту. Так ли это для вас?

Видите ли, за 28 лет трезвости я совершила массу ошибок. Можно много чего сделать неправильно, находясь в АА, и таким образом заработать огромное количество боли, в которой нет никакой необходимости. Хотя мы часто говорим, что, испытывая боль, мы растём духовно... Так-то оно так, но я сама причинила и по-прежнему могу причинить себе очень много боли. Очень часто, как в моей жизни, так и в моей трезвости, когда кто-то говорил, что мои лучшие годы ждут меня впереди, я знала ответ: «Ну да, конечно, может быть, для вас. Но точно не для меня. Разве вы не видите, какие серьёзные у меня проблемы?»

И моя история будет в основном именно об этом. Сегодня я не так уж много рассказываю о том, как пила. Я предпочитаю уделять время рассказам о 28 годах трезвости. Когда я сажусь лицом к лицу с новичком, тогда мы говорим детально о том, как каждый из нас пил. Но, выступая, я считаю нужным говорить о том, как мы остаёмся трезвыми. Я так же считаю, что оставаться трезвым гораздо сложнее, чем продолжать пить. Это – моё мнение.

Но я абсолютно уверена, что являюсь всего лишь связующим звеном для своих подопечных или для тех, кому я несу весть. И моя задача соединить их с источником Силы. Я сама Силой не являюсь и не хочу ею быть! Я не хочу решать, на какую работу вам надо пойти, какую машину вам следует купить, где вы должны жить и с кем вам нужно быть в отношениях. Я всего лишь передатчик. Я – не источник. И когда я поняла это, моя задача сразу упростилась. А я не понимала этого очень долгое время. Я реально не понимала, что такое алкоголизм. И, признаюсь вам, я думаю, что я не одна такая. Среди нас хватает тех, кто плохо понимает, что собой представляет наше заболевание.



Как видите, я стою здесь со своей Большой Книгой. Ответы на все мои вопросы находятся в ней. Я очень долгое время не верила в это. И вообще, я считала, что, если меня избавить от алкогольной зависимости, то со всем остальным я разберусь сама. Я была убеждена, что всё это слишком элементарно и что имеются гораздо более продвинутое вещи. Не знаю, думал ли то же самое кто-то из вас, но я мыслила именно так. И за 28 лет, как вы понимаете, много чего произошло. Но об этом позже.

Моя история такова. Я была самой младшей из трёх детей. Я родилась в 1958 году. Мне 55 лет. Это для тех из вас, кто любит цифры. В 50-х годах подавляющее большинство мам не работало. Они занимались домашним хозяйством. Мой отец был в молодости профессиональным футболистом высшей лиги\*\*. Закончив свою спортивную карьеру, он стал торговым представителем одной крупной фирмы. А когда мне было 8 лет, моя мать умерла. Это случилось буквально в один день, и было полной неожиданностью. Всё произошло как-то очень странно. Она умерла от заболевания почек.

Сегодня я понимаю многое из того, что тогда даже не осознавала. Дело в том, что одним из самых важных элементов нашей Программы является рассмотрение нашего прошлого. Инвентаризация заставила меня взглянуть на то, что со мной произошло, что руководило мною и что влияло на моё поведение.

Итак, после смерти моей матери, отец за полтора года был женат три раза! Да... Вы же понимаете, такое может обескуражить кого угодно. А ещё за этот период времени у нас жили 4 разные няньки. Так что за 18 месяцев на глазах у восьмилетней девочки 7 женщин успели пожить в её доме. Следует заметить, что мы принадлежали к верхушке среднего класса, поскольку мой отец был успешным продавцом и хорошо зарабатывал. Знаете, когда в возрасте 26 лет я пришла в комнаты

Анонимных Алкоголиков, я могла поклясться, что виновницей моего алкоголизма была смерть моей матери. И что если бы такое случилось с кем-то из вас, вы бы тоже пили.

Сегодня я не сомневаюсь, что мне неоднократно говорили и про аллергию, и про одержимость. Но я была абсолютно уверена, что причиной моего алкоголизма стали условия, в которых я росла. Хотя этого мне точно никто не говорил. Мне кто-то сказали, что когда алкоголик пьёт, он чувствует, словно обретает контроль, а когда не алкоголик пьёт, он чувствует, что теряет контроль. Это единственное, что я тогда запомнила. Однако самое удивительное – я была в полной уверенности, что нахожусь в группе «большекнижников»! Это всё, что у меня имелось. И я вам честно скажу, какое-то время это работало для меня. Удивительно.

Ведь смерть моей матери и то, что мой отец женился на трёх разных женщинах подряд, повлияли на формирование моих старых идей. А у меня не было ни малейшего понимания концепции старых идей, пока я не начала смотреть на третью колонку своей инвентаризации. Для тех, кто ещё не работал по Большой Книге, хочу заметить, что наша инвентаризация состоит из четырёх колонок. Говорю вам это, поскольку мне доводилось встречать людей, уверенных в том, что у нас в инвентаризации только три колонки. Так вот, в третьей колонке я смотрю, задето ли моё чувство собственного достоинства, мои амбиции, мои взаимоотношения, моя безопасность... Но все эти определения были для меня непонятными и чуждыми. А это происходило оттого, что в ранней трезвости мне было сказано просто указать: «задето» или «не задето». И никто тогда не объяснил мне необходимость ответов на вопросы, каким образом, почему это задевает меня? Как это повлияло на твоё чувство собственного достоинства, Кэйти? Как это повлияло на твои амбиции? Какой ты себя демонстрируешь?

Сегодня я понимаю, что тогда, в начале пути, я не вникала в то, что действительно предлагает Большая Книга. И я не уверена, что на ранней стадии трезвости мы способны понять это. Вначале мы можем постичь только определённый уровень глубины. Я думаю, что это своего рода защита. Но, чем дольше я остаюсь трезвой, тем глубже я начну копать. А движущим фактором для меня всегда является боль.

Итак, вам даже представить будет трудно, этот хаос, входящих и уходящих женщин после смерти моей матери и все остальные, сопутствующие такому стилю жизни, ситуации. А меня невозможно остановить. Я – алкоголик, потому что, начав пить, я не могу остановиться, а, остановившись, не могу снова не начать. Вот так я пила. Я самая настоящая обычная пьянь. У меня огромный опыт с веществами, не относящимися к нашей теме. Ведь в конце 60-х и начале 70-х годов было очень просто достать всё, что хочешь. Я первый раз попробовала алкоголь, когда мне было 12 лет. Те из вас, кто начал пить рано, особенно женщины, наверно помнят, что воровать выпивку у родителей было делом жутко затруднительным. Поэтому мы с двумя подружками шли к магазину и сидели возле него, поджидая какого-нибудь мерзкого типа. Занимательно смотреть на женщин, когда напоминаешь им об этом извращенце. Многие понимают, о каком кадре идёт речь. Да-да! О нём!

Вот мы дождаемся такого возле магазина. Он подъезжает. Мы просим его купить нам выпивку. Напоминаю – нам по 12 лет! А мы тут не в куклы играем. У нас – двенадцатилетних – здесь взрослые дела... Этот мужик окидывает нас заинтересованным взглядом и, выжимая из своего скрипучего голоса весь бархат, на который он способен, говорит: «Конечно, девочки. Подождите минутку». Я полагаю, что этому типу было где-то около сорока. Мне он тогда казался жутко старым.

Он выходит из магазина, приносит нам бутылку и, как вы понимаете, хочет зависнуть с нами. А мы хватаем бутылку, прыгаем на велосипеды и едем в лес. Самое сложное было избавиться от извращенца. Мы крутим педали на велосипедах, как заводные, оглядываемся снова и снова... Он на машине пытается следовать за нами... Наконец, мы уходим от него. А самое интересное, знаете что? Этот извращенец – он здесь, в комнатах АА. О, да! Можете не сомневаться! Я узнаю его за версту. Я по-прежнему без труда вычислю в толпе извращенца.

Вот, что я вам скажу, постараюсь особо не размахивать тут флагом... но, как женщина со стажем в Анонимных Алкоголиках я могу себе позволить говорить о женщинах в АА. Я берусь утверждать, что женщина, пришедшая в Анонимные Алкоголики, если она привлекательна, находится в очень большой опасности. Она автоматически становится соперницей для других женщин и на неё обращают внимание мужчины. Не все мужчины. Я не обобщаю. Но вы понимаете, что я имею в виду. Я не собираюсь быть политкорректной. Даже не подумаяю.

И вот, эта красивая девочка приходит сюда. Другие женщины смотрят: «Кто это?» Мужчины смотрят: «Кто это?» А у этой девочки, если у неё отобрать алкоголь на 24 или на 48 часов, останется только её сексуальная привлекательность. Это не означает, что она пойдёт с кем-то в постель. Но она будет использовать этот свой единственный ресурс. И такое случается у нас регулярно. Вы понимаете, о чём я говорю? Я пытаюсь объяснить вам, что если она тянется к мальчикам, их задача – взять её за руку и отвести к девочкам. Понимаете?! Вот именно!

А если вы этого не сделаете, вам придётся побеседовать со мной. Потому что я вижу в ней двенадцатилетнюю себя возле магазина в поисках извращенца, которого мне удастся обработать, чтобы он купил мне выпивку. Большинство женщин,

только что пришедших в АА, делают то же самое, порой, не осознавая этого. Вот, например, мне нужна грузовая машина, и я знаю, что у него такая имеется. Вообще-то, если честно, он мне не нравится. Но на собрании я, как бы случайно, сяду рядом с ним.

- Привет, Боб! – я улыбнусь ему.

Он и растаял. Ему не много надо.

- Слушай, хотела спросить тебя, ты занят в эти выходные? Мне *очень нужен* грузовичок. Я переезжаю.

И после того, как Боб даст мне воспользоваться его машиной, я с ним двух слов не скажу. Вот как я пользуюсь своей сексуальностью! Вот как я получаю то, что мне надо! И это создаёт для меня кучу проблем. Поскольку я становлюсь создателем беспорядка вместо гармонии. И сегодня я вижу, как это происходит.

Я помню, как вошла в комнаты Анонимных Алкоголиков, будучи уверена в том, что я очаровательна. Но меня тут же облепили женщины. У парней не было даже шанса подойти ко мне. Женщины взяли меня в кольцо. Они взяли мой телефон и звонили мне. Они возили меня на собрания. Это было нечто... И, к сожалению, сегодня в Сообществе это встречается всё реже.

Я иногда предлагаю людям: «Сходи на собрание, где тебя никто не знает, и даже когда спросят, есть ли сегодня те, кто впервые пришёл сюда, не обозначай себя. А потом посмотри, сколько людей обратят на тебя внимание и подойдут к тебе». Это даст любому из вас понимание того, как чувствует себя новичок. Потому что, гарантирую вам, не каждый из вновь пришедших, поднимет руку, давая знать, что он новичок.

И, работая со своими девочками, я всегда говорю им: «Когда тыходишь в комнаты Анонимных Алкоголиков, где ты знаешь людей, ищи человека, которого ты не знаешь. Подойди к нему и спроси, может, он новичок. Познакомься с этим человеком. Узнай, кто он такой!» Так было в Сообществе, когда я пришла. И я усвоила, что так и следует делать.

Но вернёмся к моей истории. Последняя, она же третья, «мама» до сих пор остаётся на этой позиции. Но мы с ней никогда не ладили, поскольку ни в чём не соглашались. Я была такой головной болью для всех... Я ушла из дома в 15 лет. Я не убежала. Я именно ушла в 15 лет. Мы с отцом снова переругались вдрызг. Он поймал меня на очередной лжи. Отец не знал, ни как со мной справиться, ни что со мной делать. Я ушла из дома в 15 лет, и никто не стал меня искать, представьте, сколько боли я причинила этим людям. И, кстати, в моей первой инвентаризации я была обижена на всех – как они могли даже не попытаться найти меня?! Вот каким я была подарочком. Мой отец просто развёл руками и сказал: «Я больше ничего не могу поделывать с тобой. Ты превращаешь нас в сумасшедших».

Я закончила школу. И вот кусочек интересной информации, которую мне показала моя инвентаризация. Видите ли, программа Анонимных Алкоголиков – это не событие. А я думала, что она таковым является. Я считала, что если ты прошёл по Шагам – дело сделано. И ты спонсируешь людей... И, если ты кого-то обидел, то надо возместить ущерб. Я была уверена, что это всё, что мне теперь надо делать в АА. А в остальном надо идти и искать своё место в этом мире за пределами Анонимных Алкоголиков.

Так вот, в 15 лет, я ездила в школу на велосипеде и была одержима идеей получения школьного диплома. Честно скажу, я никаких знаний из школьной программы не вынесла. Не знаю, может у кого-то из вас такая же ситуация. Я в школе не выучила НИЧЕГО! До сих пор не знаю, где находится Вене-суэла. Но меня и не волнует, где она. И это приводит нас как раз к тому, что я обнаружила в своей инвентаризации. Речь идёт об образовании. Мне неоднократно доводилось видеть эту ситуацию в комнатах Анонимных Алкоголиков. Если вы считаете, что лишили себя возможности получить образование из-за своего алкоголизма, и вы хотите получить его,

потому что это имеет для вас значение, идите! Получайте! Я буду вашим ярым сторонником и группой поддержки. Но, если вы собираетесь заняться своим образованием с той же целью, с которой, как показала мне моя инвентаризация, это делала я, то вы занимаетесь самообманом. Для меня единственной причиной был страх, что вы будете думать обо мне, как о дурочке, если у меня не будет аттестата. Я не вынесла из школы никаких академических знаний. Я изначально знала, что мне не нужны знания. Я была энергичной и предприимчивой и считала, что этого достаточно для успеха. Я чувствовала это на каком-то внутреннем уровне. Как ни странно, в результате я добилась цели. Я имела свой бизнес и была успешной деловой женщиной более 30-ти лет. Хочу заметить, что, в отсутствие образования, остаётся единственная возможность преуспеть – открыть свой собственный бизнес. Так вот, компания, у которой я купила франшизу, и филиалом которой стал мой бизнес, в течение 18-ти лет посылала меня по всему миру проводить семинары по маркетингу. Да-да, по всему миру! Меня! Без образования! Понимаете? Так что у меня не было необходимости идти в колледж учиться этому. Я часто вижу людей в АА, которые берутся за учёбу из ошибочных соображений. Они идут, получают свои дипломы, но им от этого не становится лучше.

Поэтому, когда я работаю с кем-то из подопечных, моя задача привести их к Силе. И пусть эта Сила направляет их, а не я. Ведь когда ты идёшь получать образование уже в зрелом возрасте, а не в молодости, когда его обычно получают, то, как правило, имея семью и прочие обязанности, ты становишься настолько загружен, что приходится чем-то поступаться. И обычно в первую очередь страдает Программа выздоровления. Меньше собраний, меньше спонсируемых... Я же занята. У меня учёба, работа, дела... И прежде, чем ты успеваешь это заметить, из, казалось бы, лучших

побуждений, ты сам уводишь себя из комнат Анонимных Алкоголиков. То есть, мы начинаем использовать дары Программы, чтобы увести себя от этих даров!

У меня изредка проскакивает такое. Кстати, вот вам пример моего уровня образованности. У меня есть одна подопечная, которая, как и я, ни хрена не выучила в школе. И вот однажды к нам на группу пришёл мужчина из Норвегии. Моя спонсируемая уточнила у меня: «Кэйти, так он *норвежинец?*» На что я ответила ей: «Милая, он *норвегианец!*» А вокруг стояли человек десять, которые молча посмотрели на нас с изумлением. Мы с ней развели руками. Ну, что тут скажешь?

А потом я вышла замуж за человека из образованнейшей семьи. О, Боже, вы себе даже представить не можете, в каком я была шоке! Знаете, как они развлекались? В музеях... А мне это непонятно. Люди говорят: «Тебе надо сходить в Смитсоновский музей!» Была там. Мне не понравилось. Была на хате у Папы в Риме. Не понравилось. Как говорится, видел один гобелен – видел все остальные. Я предпочту посидеть в каком-нибудь бистро за чашкой кофе. Мне не нравятся музеи. У меня нет никакого интереса к истории. Знаю, это звучит почти кощунственно! Знаю-знаю. Но мне даже не нравится Боб Дилан. Как вы на это смотрите, а? Ха-ха... Мой муж и его семья думали, что смогут изменить меня. Не тут-то было. Я, например, спрашиваю своего мужа: «Чарли, как пишется это слово?» А он говорит: «Давай разберём его по звукам». Мне это на фиг не надо! Дай мне написание слова! Говорю же вам, я не умнее пятиклассника.

Итак, я пошла в Анонимные Алкоголики из-за мальчика. Ещё бы лет пять-шесть и меня бы туда в приказном порядке отправили либо полиция, либо организация детского попечительства. Я к тому моменту уже таскала свою маленькую дочь в места, где ребёнку делать нечего. Моё самое тяжёлое пьянство пришлось на то время, когда она была в возрасте от 3-х до 5-ти лет. Удивляюсь, как соседи не настучали на меня в полицию.



Так вот, у того мальчишки, за которым я прибежала в АА, было 6 лет трезвости. Он был «большекнижником». А мне было не до этого. Я тянула его в свой омут. Девочки, вы же знаете, о чём я говорю! Он пытался сопротивляться, говоря мне: «Кэйти, это неправильно. Так нельзя». А я ласково мурлыкала: «Можно. Это правильно». Крючок заброшен. Вытаскиваем медленно, чтобы не сорвался. Иди сюда, мой милый...

У меня на тот момент 10 минут трезвости. Он продолжал: «Нет, так нельзя. Это неправильно». А я всё так же настойчиво и всё так же вкрадчиво успокаивала его: «Да всё нормально. Не волнуйся. Всё правильно. Всё прекрасно». Я сидела у его ног, пока он читал мне Большую Книгу. О, это была любовь! И я так признательна, что никто не взялся быть судьёй моей сексуальной жизни. Я очень рада, что мне никогда не рекомендовали не вступать в отношения на первом году. Я полагаю, что это ограничение придумали спонсоры, которые просто не хотели иметь дело с такими ситуациями: «Я слишком загружен, очень устал и мне реально лень возиться с темой ещё одних твоих отношений!» Поэтому я так не делаю. Ведь в конце этого года, как результат, имеются похотливые подопечные. И всё! И они начинают безумствовать. Именно поэтому я признательна, что никто не ставил мне таких ограничений. Мы с Джо были вместе 20 лет. И у нас чудесный брак.

Но вот, что произошло. Видите ли, я думала, что Анонимные Алкоголики нужны мне, только для того, чтобы не пить. А поскольку дело было в 80-ых, я считала, что чтобы жить полноценной жизнью, мне нужна терапия для созависимых. Я верила, что всё сводилось к умению обособливаться, составлять границы и делиться своей правдой. Чтобы было понятней, что именно я подразумеваю под «моей правдой», я зачитаю вам определение: *«Моя правда – это необдуманная бредовая мысль, которую я не озвучила никому из тех, кто помог бы мне взглянуть на неё с совершенно другой позиции».*

Так что, если кто-то придёт к вам со «своей правдой», бегите!

Существует истина, но к «моей правде» она не имеет никакого отношения, так как «моя правда» не дружит с реальностью.

Я десять лет отсидела на терапевтических группах для созависимых! Я узнала столько всего о Кэйти. Но я не понимала одной критически важной вещи. Всё это время я училась управлять своими дефектами.

Я не говорю, что мне не помогла эта терапия. Она помогла мне до определённого уровня. А потом началось ухудшение. Моя болезнь дала о себе знать. Мне становилось всё хуже и хуже... Но рядом не было никого, кто объяснил бы, что мне следует отнести все мои дефекты Богу, как это сказано в Шестом и Седьмом Шагах. Я лишь научилась управлять ими, чтобы распинать всех вокруг.

В бизнесе я была ушлой и если кто-то вставал на моём пути, я просто сжирала такого человека, всегда умело оправдывая свои действия. Надо заметить, что я заработала кучу денег для моей корпорации. А оправдывала я своё поведение следующим образом. Если кто-то попадался на моём пути, и были другие люди, которым этот человек не нравился, меня науськивали на него. Я съедала его с потрохами, и все вокруг восхищались: «Кэйти, это было шикарно!»

Я даже не понимала, что стала жертвой своего заблуждения, что я смогу урвать удовлетворение и радость у этого мира, если только у меня получится всё хорошо организовать. Вот как я взяла чудесный инструмент под названием «терапия», которую я считаю привилегией, и использовала его против себя. Я обожаю в молитве Седьмого Шага ту часть, где мы просим Бога принять нас хорошими и плохими. Ведь я не знаю, что хорошо, а что плохо во мне. Я настолько запуталась в себе, что даже благие побуждения не удерживают меня от того, чтобы порвать кого угодно в клочья.

А вот вам ещё одно моё заблуждение. Я была уверена, что искать Бога можно только в церкви. Только, пожалуйста, не поймите меня превратно. А-то я порой скажу что-нибудь такое и народ в шоке – она плохо отзывается о церкви? Разумеется, нет! Помните, что сказано в Большой Книге о Роланде Хазарде? Помните, когда Роланд вернулся к Юнгу и Карл Юнг говорит ему про необходимость духовного опыта? Ну, покивайте мне в ответ, что помните! Это на 26-ой и 27-ой страницах. Алкаши! Не спим! Может, надо рэп какой-нибудь прочитать?

Итак, *«Услышав это, наш друг почувствовал некоторое облегчение, так как он считал себя примерным церковным прихожанином. Однако эта надежда была разрушена, как только врач сказал ему, что, несмотря на глубокие религиозные убеждения, в его случае это не означает наличие необходимого жизненно важного духовного опыта»*. Я этого не понимала. И я ходила в церковь, и я ходила на групповую терапию для созависимых... ну, и, разумеется, я ходила в АА. Мне же нужно было АА, чтобы не пить! Вы, ребята, были моего поля ягоды! Свои люди. С вами мне было комфортней всего. Но потом я стала активной церковной прихожанкой. И я скажу вам, в чём заключается хитрость моего заболевания – дары Программы за три года увели меня от Анонимных Алкоголиков. Я встречаю много таких людей.

АА избавило меня от выпивки, и я вскоре нашла приличную работу. Теперь я могу позволить себе купить дом. Мы поженились. Потом я родила. И вдруг у меня появилась масса «других» дел. Но у меня, по-прежнему, есть время на воскресную школу. Поэтому я думаю, что продолжаю расти духовно.

Я обожаю, как в Большой Книге сказано:

*«Ведь если алкоголик не совершенствует и не обогащает свою духовную жизнь путём...», а дальше там не написано «хождения в церковь», «сидения в ашрамах» или «посещения храмов»!*

Там сказано *«путём работы и самопожертвования во имя других, он не сможет пройти через будущие испытания...»!* Но я не понимала, что под «работой» подразумеваются Шаги, а под «самопожертвованием во имя других» имеется в виду помощь алкоголикам. Это моя основная цель! Если вы хотите пойти помогать кормить бездомных или оказать поддержку страдающим раковым заболеванием – пожалуйста! Но это не то, о чём здесь говорится. И причина очень простая – я могу помочь «там, где никто другой не сможет». Видите ли, моё обращение *«должно обладать глубиной и весомостью»*. Я обязана быть *«вооружена знаниями о себе»*. А у меня ничего этого не было. О, я много знала! Но я совсем упустила из виду 12 Шагов Анонимных Алкоголиков.

И вот я нашла для себя церковь и полюбила её. Пожалуйста, поймите правильно, я не умаляю значимости храмов! Но АА всегда должны быть во главе угла и точка! Я насмотрелась на людей, которые, интенсивно молясь и медитируя, ушли от Программы. Это потому, что они пытались духовно расти при помощи молитвы и медитации. Но такие, как мы, настолько зациклены на себе, что нам, в первую очередь, необходимы Шаги. Без них молитва и медитация не будут эффективны.

Я, как и многие алкоголики, по натуре своей хамелеон. Я могу втереться куда угодно. Где надо стать своей? Скажете, в какой-нибудь религиозной ассоциации? Да, не вопрос! На параде байкеров? Пожалуйста! Мы ведь такие лицемеры... Мы только входим и сразу начинаем подстраиваться под атмосферу места.

И вот я начала ходить в церковь. Прошло немного времени, и я уже вовсю распеваю гимны и молитвы. Я, прям, вся во Христе. Вся! В Его сиянии! Только о Нём говорю, только о Нём думаю. Да, именно так. У меня везде Христос. Христос, Христос, Христос... Вы могли называть кого угодно – Будду, Зевса, Кришну... да, хоть Перуна! Но стоило мне услышать «Христос», как я тут же чуть ли не в пляс пускалась – Аллилуйя!

У меня есть фотка тех времён, на которой запечатлены мы с Джо. Если вы посмотрите на неё, то подумаете, что мы стали амишами\*\*\*. Я даже начала носить трусы! Да-да! Я реально старалась вписаться в своё окружение. Я носила маленькие очёчки, стриглась консервативно. Но вот в чём была одна из самых больших моих ошибок. Я решила, что мне надо идти в АА, чтобы спасти вас – алкоголиков-безбожников! Да! Вы же знаете среди нас таких, какой была я. Возможно, даже здесь сейчас сидит кто-то такой.

Ко мне и по сей день периодически подходят и спрашивают: «Ты всё ещё любишь Христа?» И я вынуждена объяснять им, что я говорю сегодня не об отсутствии любви к Христу. Разумеется, я люблю Его! Я пытаюсь показать, с какой неосторожностью мы можем променять АА на всё, что угодно. И тогда все прекрасные дары Программы начинают исчезать.

И вот, через три года – у меня к тому времени 6 лет трезвости, а у Джо 12 лет – я пришла однажды домой и сказала ему: «Джо, мне плохо». Он ответил: «Мне тоже». Я спросила: «Что будем делать?» Он сказал: «Давай-ка сходим на дневное собрание». Мы пришли туда, сели... и почти сразу и он, и я почувствовали огромное облегчение. Я взяла его за руку и шепнула: «Слава Богу, мы дома, дорогой». Он посмотрел мне в глаза и ответил: «Да». Я прекрасно помню всё до мельчайших деталей, даже стул, на котором я сидела. И я бы очень хотела сказать вам, что с этого момента у нас всё пошло, как по накатанной. Но, увы, мы даже не понимали тогда, что началось наше путешествие, которое называется «трезвость на основе собраний». Мы стали ходить на собрания каждый день, потому что нам нужно было собрание каждый день. Мы получали облегчение, но не освобождение, которое находится в Шагах. Именно поэтому мне было необходимо ежедневное посещение собраний. Я приходила туда, чтобы услышать что-нибудь от чего мне станет лучше. Ух... Посмотреть там на моих приятелей, уйти, прийти домой и

лечь спать. Состояние, хотя и немного нервное, но лучше, чем было. Засыпаю. Просыпаюсь в 3 ночи. Пиньг! Ворочаюсь. Снова засыпаю. Просыпаюсь в 6. Пиньг! Со скрипом проживаю новый день. Мне нужно собрание!

Я понятия не имела о том, что происходит. Ведь я уже работала по Шагам. Я уже делала инвентаризацию. И подопечные у меня были. Я же очень хороший инструктор по персональному росту! Что у тебя за проблема? Я ведь 10 лет провела на терапевтических группах для созависимых. Я знаю, какая терапия тебе поможет. Да, я вообще могу хоть сейчас взять группу и провести терапевтический сеанс. Кстати, после какого-то времени в таких группах, любой сможет сам проводить такие сессии! И я не понимала, что просто безумствовала в трезвости. Безумная трезвость, вот что это было. Да.

Мне нравится, что сказано в Большой Книге:

*«Если вы такой же тяжёлый алкоголик, какими были мы, то мы считаем, что нет лёгкого решения».*

Вот откуда взялся распространённый у нас термин «лёгкое решение», который стали использовать по отношению к тому, что я предпочитаю называть «трезвостью на базе собраний». В моём случае дела обстояли именно так. А я и предположить не могла. Если бы меня подключили к детектору лжи, он бы показал, что я говорю правду, когда я объявляла себя «программным» Анонимным Алкоголиком. Ведь я была убеждена в этом.

А дальше в Книге говорится:

*«И коль скоро мы оказались в положении, из которого невозможно выбраться с человеческой помощью, у нас было всего лишь две дороги – либо брести к своему печальному концу, пытаясь всевозможными средствами вычеркнуть из сознания невыносимость своего положения...»* Гарантирую вам, что здесь сейчас у кого-то то самое «невыносимое положение».

И я однажды спросила Бога: «Ты хочешь, чтоб я занималась этим – несла людям весть о нелеченом алкоголизме? Это не добавит мне популярности». Вы понимаете, о чём я говорю? Мне нравится, когда я нравлюсь людям.

Бог дал мне знать, что Он выбрал меня. «Иди и встряхни их. Я верю в тебя», – сказал Он. И поверьте мне, порой меня не радует эта миссия. Но я продолжаю делать это.

Так вот, возвращаясь к «невыносимому положению», каков ваш опыт? Взгляните на него через призму Большой Книги. В вашей жизни есть что-то «невыносимое»?

А после «невыносимости своего положения» нам предлагают *«принять духовную помощь»*. Что?! О, Боже! Я-то думала, что принимаю духовную помощь! Но я не получала свободы, потому что искала её другими способами. Я не понимала, что 12 Шагов устранят преграды между мной и Богом, чтобы Он мог работать через меня. Моим заблуждением была уверенность в том, что алкоголь является причиной алкоголизма! А на самом деле алкоголь лечит алкоголизм. Я не осознавала, что у меня был алкоголизм задолго до того, как я впервые выпила.

Но, когда я выпила первый раз, я испытала то самое чувство, которое знакомо всем нам – это чудесно! Отныне мы будем делать это как можно чаще! И потом, когда пьянство выходило из-под контроля, разумеется, я думала, что алкоголь является проблемой. Книга говорит мне в нескольких местах, что алкоголь всего лишь симптом и что мы оставляем в стороне вопрос о пьянстве. Ведь корнем моих проблем является эгоизм – эгоцентризм. Не знаю насчёт вас, ребята, но не у меня! Вы должны понять, меня четыре года подряд избирали «самой привлекательной» в школе. Очевидно же, что вся школа считала меня чудесной особой. А вот Чарли, с которым я дружила много лет, явно эгоцентрист. Если вы совсем недолго побудете с ним рядом... Ух! Ну, у него ярко выраженный эгоцентризм, причём в самой худшей форме. Но не у меня. У меня его нет!

Я прекрасно помню, как, сидя на собраниях, я слушала высказывания людей по поводу эгоизма – эгоцентризма и думала: «Это ко мне не относится. Нет-нет, это не обо мне». Я так же не осознавала нашу склонность думать, что даже если это о нас, то мы эгоистичны и эгоцентричны, только когда пьём.

Итак, если алкоголь лечит алкоголизм, и мы убираем алкоголь, то единственным, эффективным средством для лечения, которое я сегодня знаю, являются 12 Шагов Анонимных Алкоголиков.

Так что, если мы посмотрим на молитву и медитацию, а это критически важная часть нашей программы, но всего лишь половина одного из Шагов. Да, только половина! А это всё, что я противопоставляю моему алкоголизму. Но в какой-то момент это не срабатывает, и я остаюсь ни с чем. Я и не думаю о том, чтобы делать Десятый Шаг. Кстати, я считаю, что это Шаг, которым пользуются меньше всего. Мне неоднократно доводилось слышать, как обсуждая этот Шаг на собраниях, люди говорили о вечернем пересмотре дня. Это не вечерний пересмотр. Это проверка в течение дня! Я не знала этого. Но думала, что на собраниях говорят правильно, потому что не читала нашу Книгу. Я годами даже толком не знала, где моя Большая Книга! Помните, я ведь только ходила на собрания. И я пыталась играть в эстафету моей воли против воли Бога. Не знаю насчёт вас, но у меня был такой уровень самостоятельности, который давал мне уверенность в том, что я могу получить всё, что захочу. Здесь есть ещё кто-нибудь такой? Давайте честно!

И гонка жизни постоянно вынуждала меня думать: «Тебе надо это, и это, и это...» А я была уверена, что могу и на охоту сходить, и добычу принести, и зажарить её на сковороде... Что вам надо? У меня всё есть! Я самодостаточна и самостоятельна. А вы просите меня перестать пользоваться единственным инструментом, который у меня есть, и полагаться на эту штуку, называемую Богом? Тьфу...



Он забрал моё пьянство. Это всё, что мне было надо от Него. Он не нужен мне в моих взаимоотношениях. Зачем Он мне с моими детьми? И Он уж точно никак не вписывается в тему моих финансов. Отдохни, парень. Позову, когда понадобисься.

Так моя жизнь превратилась в эстафету с Богом. Я была в постоянных столкновениях с чем-либо или кем-либо. Я всё время пыталась что-то продавить. А когда выхватывала боль, начинала звать Бога на помощь. На тебе эстафетную палочку. Теперь Твоя очередь. Спустя какое-то время, мне начинало не нравиться, что Он двигается так медленно. Я забирала палочку обратно – дай сюда! И снова принималась рулить. Так выглядела моя жизнь. В действительности я ничего не препоручала.

А вообще мне нравится, когда люди говорят: «Препоручи это Богу. Отпусти это. Любовь и терпимость являются нашим кодексом». Когда у меня серьёзные проблемы, и я слышу это, хочется врезать тому, кто говорит мне это. А злит меня это потому, что они, не отдавая себе в этом отчёт, предлагают мне применять Обещания в надежде, что сбудутся Шаги! Ведь это – Обещания!

Когда у меня серьёзная проблема, не предлагайте мне: «Препоручи». Я даже не понимаю, о чём вы говорите. И когда вы произносите эти слова, мне хочется шлёпнуть вас по губам! Кто-нибудь понимает, что я имею ввиду? Да, ладно вам! Мы, в конце-то концов, Анонимные Алкоголики! Вот пляжу на таких вещателях, и мне хочется вылить кофе им на Большую Книгу. Ну, злят они меня.

В Большой Книге сказано:

*«Если бы моральный кодекс или философия жизни были достаточны, чтобы преодолеть алкоголизм, многие из нас уже давно могли бы выздороветь».*

Видите ли, мне уже больше нельзя подсовывать философию. Следует заметить, что в ранней трезвости это можно было сделать. «Принятие является ответом» работало для

меня в начале. Но оно перестало работать, особенно при больших проблемах. И я не знала, что алкогольное это восстанавливается с поразительной быстротой. По-ра-зи-тель-ной!

И вот я сижу в комнатах Анонимных Алкоголиков с ощущением дыры где-то внутри меня. И я погибаю. И я не могу понять, что происходит. Но я не двигаюсь по Шагам. Я не делаю Десятый Шаг. Я не писала инвентаризацию с тех пор, как написала первую. У меня 12 лет трезвости и одна написанная инвентаризация! Это – сумасшествие! Мне Книга говорит в сотне мест, что это приведёт к безумию. И я, конечно, не делаю вечерний пересмотр своего дня, как об этом сказано в Одиннадцатом Шаге. Блин, я даже не знала, что это такое! Молитва и медитация? Взяла с собой в туалет книжку «24 часа» и этим всё закончено. Там её и оставляю. А ещё я спонсирую и инструктирую по персональному росту (лайф-коуч). Вот, как всё это выглядело. И я не знала, что я не делаю этих вещей! Как ты можешь знать то, чего ты не знаешь?

Всё это приводит к полной неразберихе. И я, сидя на собраниях, начинаю разбирать вас в своей голове. Мне просто больше ничего не остаётся. Кто из вас знает, о чём я говорю? Спасибо за честность! Ха-ха... Приходишь на собрание, проходишь мимо места, где можно взять кофе и тебя тошнит от мысли: «Опять это пойло, не могут сварить нормальный кофе». Я даже его ещё не попробовала! А главное, раньше-то пила этот кофе за милую душу. Идёшь, садишься. «Толстый Даг будет вести собрание. Не перевариваю его. А вот длинноволосый Брайан с его дебильной мудростью». И я начинаю уничтожать всех по очереди. Чпок... чпок-чпок-чпок...

И у меня нет никакого понимания, что алкоголизм выигрывает. Ты сам начинаешь рушить то единственное, что может тебя спасти. Алкоголизм хочет убить меня, но его вполне устроит, если я напьюсь. Он всё время пытается меня убить. В Пятом Шаге сказано: *«речь идёт о нашей жизни и смерти»!*

А я не притрагиваюсь к спасению больше десяти лет. Я же не писала инвентаризацию всё это время. Я считала, что могу делать это мысленно. Ведь я теперь в «продвинутом выздоровлении». Я придерживалась мнения, что инвентаризация – это для новичков. Глядя на ваши лица, у меня такое ощущение, что я в комнате с людьми, которые мыслят так же, как я...

Итак, мы с Джо продолжаем всё в том же духе. Но в Большой Книге сказано, что *«если алкоголик не совершенствует и не обогащает свою духовную жизнь путём работы и самопожертвования во имя других, он не сможет пройти через будущие испытания и преодолеть житейские трудности»*. Согласитесь, люди добрые, что жизнь в какой-то момент настигает каждого. И это может заключаться в таких простых вещах, как неприятности у вашего ребёнка в школе, лопнувшее колесо машины и шеф, отчитавший вас за что-то на работе. Вот такие три вещицы подряд и я готова убить кого-нибудь. Я начинаю сходиться с ума. Как вы уже поняли, я по своей натуре та, которую следует держать на коротком поводке. Напугайте меня, и я сделаю шаг вперёд, а не назад. Никогда не отступала. Сомневаюсь, что когда-нибудь начну. Именно поэтому обожаю, как в Большой Книге мне говорится, что моё «Я» во всех своих проявлениях было причиной моего поражения. Это о том, как Кэйти демонстрирует себя. Это о том, как Кэйти проявляет себя в этой жизни. Однако вы не становитесь меньшим алкоголиком, чем я, только потому, что кто-то из вас практически невидим в этой жизни, или потому, что вы никогда и никому слова поперёк не сказали. Это и является целью инвентаризации – посмотреть, какими вы показываете себя, чтобы, увидев это, вы могли пробудиться и понять, что именно происходит. И только тогда вы сможете отнести это Богу, потому что Он единственный, кто может вам помочь. Вы не можете сами избавиться от этого, как бы вам того ни хотелось, и что бы вы ни придумывали. Все наши ухищрения тут бесполезны.

А я тогда, как выяснилось, была совершенно не подготовлена на духовном уровне, чтобы столкнуться с тем, что произошло. Я думала, что жизнь настигла меня. А на самом деле, она ускользала от меня. Я регулярно ходила в церковь на классы изучения Библии, но при этом даже не знала, что Христос был евреем. Вы представляете?! Кошмар. Стыдно вспомнить. Четыре года библейской школы и я спрашиваю свою дочь: «Эйприл, скажи, а кто Христос по национальности?» Моя дочь ужаснулась: «Мама! Ты чем в этой школе занимаешься?!» Пришлось признаться: «Я понятия не имею, что там происходит... Но я теперь хожу в трусах. Я стараюсь...»

Я же всегда была искателем. Все мы здесь искатели. И нет в этом ничего плохого. Но убедитесь, что вы на правильном пути. Ведь мы тут на «Широком Пути». Многие из нас продолжают думать, что движутся в правильном направлении, даже если они уже где-то в стороне, но всё ещё могут видеть «Путь». А я к этому времени уже была давно где-то в кустах, хотя дорога периодически мелькала в отдалении.

Итак, Джо серьёзно заболел. А я не могу понять, что с ним происходит. Но он болен. Я повела его к психиатру, который, осмотрев моего мужа, сказал: «Я полагаю, что у него какая-то опухоль в мозгу». На что я ответила: «Это плохие новости». Ведь у меня сразу промелькнула мысль о том, какая ужасная у нас страховка, потому что мы оба работаем на себя. А врач сказал, что надо будет делать сканирование. О, Боже! Это ведь очень дорогая процедура.

И вот скажите, разве у вас не бывало такой ситуации, когда кажется, что всё вокруг рушится, и кто-то говорит вам в этот момент: «Позови в эту тему Бога». Первая моя реакция: «Зачем?»

Но от страха я взмолилась. Вот моя молитва: «Боже, что делать-то?» Вдруг ко мне после собрания подходит один человек и говорит: «Знаешь, Кэйти, если ты пойдёшь

работать водителем школьного автобуса, то у тебя сразу будет очень хорошая государственная страховка». Ну, конечно же, это Бог сказал! Ведь когда мы слышим то, что нам нравится и нас устраивает, нам сразу кажется, что это от Бога. Вы не обращали на это внимания? Это точно Бог. То есть, я уже решаю, что Бог говорит или не говорит мне. А у меня даже нет нормальной связи с Ним. Какие-то проблески тут и там. Но ничего стабильного. Я не знаю, как вы, а я слышала Бога даже когда пила. Иногда вдруг услышишь внутренний голос: «Не садись за руль. Не ходи туда. Там много плохих парней». Бог всегда старался предупредить меня... Иногда я слышала Его. Если что-то происходило так, как мне хотелось – это была воля Бога. А если нет, значит, это не было Его волей. А откуда я знаю? Откуда?

Так вот, я решила, что пойду работать водителем школьного автобуса, получу госстраховку и сделаю все необходимые медицинские проверки, чтобы узнать, что происходит с моим мужем. У меня же кроме этого ещё есть фитнес-бизнес. Я буду водить этот автобус по совместительству. Главное было получить страховку. Вы поняли, какую наводку я вам тут даю? Вот как это делается! Запомните! Лично я считаю, что каждый человек должен поводить школьный автобус. Ну, хоть один раз! Представьте меня, в безумной трезвости, водителем школьного автобуса. Уверяю вас, я была самым симпатичным водителем. И вот я начала работать водителем, и я говорю своему мужу: «Нам надо срочно сделать тебе сканирование головы. Я не хочу продолжать водить эту колыхагу». Вот насколько я эгоцентрична. Меня не волновала эта школа. Я не думала о родителях детей, которых я возила. Ну, разумеется, я не бессердечна. Однако ни это место, ни эти люди не вызывали у меня желания быть им полезной. Мне нужна была страховка, и мне нужно было как можно быстрее сделать моему мужу сканирование головы. Я плевать хотела на какие-то этические или моральные устои. Мне было важно,

чтобы меня взяли на работу и дали страховку. А как только всё, что мне надо будет сделано, я от них уйду. Мой муж болен! Вы понимаете?

Итак, я стала водить школьный автобус. Я позвонила врачу. Он посоветовал мне отвезти моего мужа в госпиталь, чтобы они проверили его и направили на сканирование. Я хорошо умею лицемерить. Мы все умеем. Мне нравится, когда кто-то в Сообществе говорит о ком-нибудь: «О, он такой манипулятор...» Да. И ты тоже! Дай я побуду рядом с тобой немного. Через день или два я покажу тебе, где и в чём ты делаешь то же самое. Только потому, что у тебя это более отточено, ты ни чем не лучше его. Мы ведь говорим о проявлениях алкоголизма. А он у всех нас.

Я сказала Джо: «Врач будет проверять тебя. Он попросит, чтобы ты прикоснулся к своему носу, к локтям и тому подобное. Промахнись, перепутай или сделай вид, что ты не понимаешь, чего он от тебя хочет. Короче, провали эту проверку». Мы приехали к доктору в офис. Вошли в кабинет. Доктор спросил: «Так у вас подозрения на опухоль в голове?» Он мне сразу не понравился. У меня ведь имеется масса старых идей. И врачи не исключение. Я ответила: «Да, светило науки (*этого я не произнесла вслух*) полагаем, что не исключена такая вероятность». Доктор сказал: «Ну, давайте посмотрим. Джо, прикоснись, пожалуйста, указательным пальцем к своему носу». Джо выполнил просьбу. А я стояла за спиной у доктора и активно жестикулировала, стараясь напомнить мужу, что надо ошибиться. Доктор попросил Джо прикоснуться к своему локтю. И опять мой муж чётко выполнил просьбу. Я была в ужасе. О, Боже! Что делать? Не знаю, как вам, а мне даже в голову не пришло помолиться. У меня в голове сразу появился план Б. План такой: оглушить врача, надеть его халат, положить Джо на каталку, отвезти на томографию, засунуть его туда, нажать все кнопки и... что-то да отсканируется! Но вдруг доктор спросил у Джо, сколько

будет два плюс два. И Джо не смог ответить. Тогда доктор повёл его на сканирование.

Я не забуду этот момент до конца своей жизни. Это было очень болезненно. Джо вернулся в кабинет и сел рядом со мной. Скоро вошёл врач. Он подошёл к Джо, и, положив ладонь ему на лоб, сказал: «У него в голове огромная опухоль размером с мой кулак». И я помню свою первую мысль: «Мне придётся водить этот чёртов автобус вечно...» Вот насколько я заиклена на себе. У меня для вас есть плохая новость. Вы все такие же, как я. Не сомневайтесь. Ваша первая мысль будет всегда о себе. Мы больны алкоголизмом. Никогда не забывайте этого.

Разумеется, я не показала виду, что так думаю. Я не сказала Джо: «Ну, спасибо, дружок! Уважил. Мне теперь из-за тебя хрен знает, сколько времени придётся быть водилой этого грёбанного автобуса». Но внутренний голос продолжал: «Боже мой, я теперь буду вынуждена вкалывать, как проклятая».

В результате я водила этот автобус три года. И вот что удивительно. Врач сказал мне, что Джо больше никогда не сможет работать из-за размера опухоли. У него произошло повреждение мозга. Однако никаких физических повреждений не обнаружилось. И сама опухоль оказалось доброкачественной, несмотря на то, что изначально врачи предположили лимфому\*\*\*\*. У нас в семье произошли удивительнейшие вещи. Поразительные вещи. А вы не заметили, что мы именно те люди, с которыми постоянно происходит что-то изумительное? Чудеса... В это трудно поверить. Словно Бог решил так позаботиться именно о нас. Он как будто бережно подкладывает под нас свои руки и переносит из опасных мест в безопасные.

Итак, я ещё три года провела за рулём школьного автобуса. Трезвая, но безумная. Я ходила на собрания каждый день. И при этом я была вне всяких сомнений совершенно сумасшедшей.

И позвольте мне сказать вам вот что. Мы всё время говорим о том, что у нас Программа, основанная на неумолимой честности. Но если вы навредите мне, будете мне угрожать или мешать, я сокрушу вам в глаза. Почти 30 лет трезвая, я сокрушу вам без зазрения. И я, может быть, исправлю это, а, может быть, и нет. Вот на что я способна, если мне угрожают, мешают или вредят.

У меня есть истории из моей водительской карьеры, от смеха над которыми можно уписаться. Я ведь абсолютно наплевательски относилась ко всем правилам и постоянно их нарушала. Но я держалась за эту работу. И если кто-то мусорил в моём автобусе, я тут же совала ему в руки метлу и рычала: «Ну-ка быстро убрал!»

Я знаю, что некоторым здесь доводится периодически ездить за школьным автобусом и вам это не нравится, поскольку он едет медленно и часто останавливается. Привыкайте! Вы —сзади! Здесь маленькие дети! Смиритесь с этим!

Помню, мне часто доводилось встречать на своём пути одну БМВ, водитель, которой, увидев мой автобус, всячески старался побыстрее проскользнуть мимо, чтобы не плестись за мной. Меня раздражала эта машина. Стоило мне увидеть её сзади, как я останавливала автобус и открывала дверь, таким образом, вынуждая его стоять за мной, даже если вокруг никого не было и не надо было никого подобрать или высадить. Ну, каково тебе теперь, красавчик? Видите ли, мне хотелось властвовать над ним. Он сидел в машине, и растерянно оглаживаясь по сторонам, разводил руками. А я, в свою очередь, с невинным видом пожимала плечами, мол, понятия не имею, почему эти несуществующие люди задерживаются. Спустя какое-то время на его лице появлялось выражение раздражённого непонимания, словно он хотел спросить меня: «Что с тобой, женщина?» А я лишь злорадствовала и внутренне ликовала: «Никак объехать меня не можешь, мистер БМВ?» Так я себя вела. Ужас.



У меня полно таких историй! Вот вам ещё одна. Как-то раз в автобусе оставалось ещё пять мальчишек, которых мне надо было развезти по домам. И он стали упрашивать меня: «Мисс Кэйт, давайте прыгнем через бугор... ну, пожалуйста...» Там, на дороге, было два достаточно крутых бугра подряд. Я стала оглядываться вокруг, чтобы убедиться в отсутствии свидетелей. Я не хотела потерять эту работу из-за страховки. Зарплата тут не играла никакой роли. Меня с этой работой связывала только СТРАХОВКА. Мой муж был болен, и ему требовалось дорогое медицинское обслуживание. Увидев, что горизонт чист, я сказала мальчишкам: «Так, все на заднее сидение! Быстро!» Следует объяснить, что эти автобусы делают на бензине и на дизельном топливе. Я конечно же выбрала себе тот, что на бензине, потому что он значительно быстрее дизеля. Я вдавила педаль газа в пол. Мы с разгона перелетели через оба бугра. У-а-у!!! Но сразу за ними был поворот, поэтому требовалось тут же нажать на тормоз. И когда я врезала по тормозам, автобус, приземлившись, издал звук, похожий на громкий хлопок. Восторженные визги и крики пацанов ещё продолжались пару секунд. Автобус стоял, как вкопанный. Я окинула взглядом ребятешек, растерянность в моих глазах явно передалась им. Они затихли и смотрели на меня горящими от возбуждения, испуганными глазами, приоткрыв рты. «Что случилось?» – произнесла я. Как выяснилось, пробило ниппеля на всех четырёх колёсах. Они просто взорвались. Это была нерадостная новость. А детишки, как крысы с тонущего корабля, сразу разбежались по домам. Я осталась одна с мыслью: «Я в жопе...» Пришлось выйти в эфир по мобильной рации: «Вызываю “Базу”. Это – “Черепеха”». Смейтесь на здоровье! Это действительно были мои позывные. Они ответили: «Говорит “База”. Что случилось “Черепеха”?» Я сказала: «Не понимаю, что произошло. Все четыре ниппеля грохнулись». После короткой паузы я услышала голос начальника школьного автопарка: «Грохнулись?»

Как можно более невинным и растерянным тоном я подтвердила: «Да, взорвались. Не могу понять, как это случилось».

Разумеется, я с места не сдвинулась. Где застряла, там и стою. Приехал механик. Внимательно посмотрел на все четыре колеса. А потом его взгляд медленно перешёл на те два бугра... и снова вернулся к колёсам. Затем механик пристально посмотрел на меня и спросил: «И ты не знаешь, что произошло?» В ответ я округлила глаза, развела руками и промолвила: «Не-а».

И я бы не призналась ни при каких обстоятельствах. Я не могу потерять эту работу из-за страховки. Вот вам пример того, как я веду себя, когда мне угрожают, мешают или вредят. Я не зову туда Бога. Бог любит меня, даже если я вру. Как вам такой вариант, а?

Расскажу-ка я вам ещё одну автобусную историю. Я всегда была нарушителем правил. Разве мы все не нарушители? А главное, мы делаем вид, что таковыми не являемся. Я никогда не паркуюсь на местах для инвалидов. Но, так как я случайно оставила свою банковскую карту в магазине и тут свободное место для инвалидов у входа, я поставлю туда машину, а дверь оставлю открытой – видите, я так не делаю, но у меня тут особый случай!

Короче, это был день выборов. И чтобы успеть проголосовать, мне нужно было заехать на участок на автобусе сразу после того, как я развезу детей. Однако правила гласят, что школьный автобус должен ездить строго по определённому маршруту. Но ведь пункт голосования всего через две улицы от моей последней остановки! Я быстренько – подъехала, забежала, проголосовала и уехала. И всё!

Я приехала туда, метнулась внутрь, а там оказалась небольшая очередь. Я отстояла её, жутко нервничая, проголосовала, выскочила оттуда и обалдела... За моим автобусом образовалась очередь машин длиной в милю (1,6 километра), потому что я, выбегая, забыла выключить красные мигалки, которые

всегда включаются, когда школьный автобус останавливается. И никто не отважился объехать мой автобус, хотя в нём никого не было. Видимо, все решили, что это полицейская ловушка и где-то рядом спрятался дорожный патруль.

Раз уж народ смеётся, придётся рассказать ещё одну историю. Я люблю, когда вы смеётесь над моими рассказами. Это значит, я вам нравлюсь!

Один нетерпеливый молодой паренёк постоянно обгонял меня, при этом превышая скорость. А отец одного из мальчишек, которых я возила, был полицейским. Я пожаловалась ему на этого дерзкого молодчика. Он поинтересовался, на какой улице это случается и обещал послать туда полицейского на мотоцикле. Когда на следующий день, полицейский остановил этого гонщика за превышение скорости при попытке объехать мой автобус, проезжая мимо него, я снизила скорость и сказала ребятишкам: «Открывайте окна и кричите: “Мы тебя поймали! Мы тебя поймали!”» Вот чем я занималась три года в безумной трезвости. У меня ещё есть масса разных историй. Но на сегодня хватит.

Итак, мой муж очень болен. На меня навалилась огромная куча дел. Я хожу на собрания ежедневно. И я абсолютно сумасшедшая. Я в мучениях. В тех самых, которые описаны на странице 51. Уверяю вас, это нередко происходит с нами в трезвости.

*«У нас были трудности в отношениях с другими людьми, мы не умели контролировать свойственную нам эмоциональность, мы испытывали горе и депрессию...»* Депрессия – это ещё один термин для определения жалости к себе. *«...Мы не могли зарабатывать себе на жизнь, мы чувствовали себя никому не нужными, мы были подавлены страхом...»* Это тот страх, который сегодня называют тревогой. *«...Мы были несчастны, мы были не в состоянии кому-нибудь помочь».*

Находясь в этих мучениях, я трижды испытала панические атаки. Три раза подряд! И когда я приду с этим к врачу, как вы думаете, что он мне предложит? Ну конечно, он даст мне

антидепрессанты. Гарантированно. И я не собираюсь обсуждать, нужны они кому-то или нет. Я считаю, что очень многие из нас принимают избыточные дозы лекарств. Но, хотите – верьте, а хотите – нет, эти антидепрессанты реально спасали меня в течение нескольких месяцев. Хотя с другой стороны они сделали меня абсолютно аморфной. Я сама себе была противна. Однако они уберегли меня от того, чтобы полностью свихнуться. И я не говорю вам принимать или не принимать их. Я предпочла бы посмотреть на то, каким будет результат вашей работы по Двенадцати Шагам. Но тогда я ещё не пробудилась, чтобы увидеть это.

И я вам скажу, хорошо, что мне тогда не понадобилась какая-нибудь операция, и мне никто не сунул в руку рецепт на что-то ещё, кроме антидепрессантов. А я вижу это в комнатах Анонимных Алкоголиков сплошь и рядом. Люди сидят со своим заболеванием и даже не подозревают, что их заболевание уже разыгралось на всю катушку. Вдруг так случается, что им надо пойти к зубному и им требуется удалить нерв и запломбировать канал. После этого дантист говорит: «Я вам выпишу викодин\*\*\*\*\*. Если будет больно, примите». Ну да, конечно он мне нужен. Мне же может быть больно. А когда моё заболевание разыгралось, такой препарат вызывает ту самую аллергию, о которой говорится в Книге. Понимаете, если я нахожусь в хорошей духовной форме, то мне и в голову не придёт начать принимать что-то подобное без особой надобности. Но даже если она возникнет, я не злоупотреблю этими лекарствами. А тех, у кого нет твёрдой базы выздоровления, мы теряем. Они снова идут пить и не могут понять, как это произошло. И мне доводится регулярно видеть подобные ситуации. Сегодня, сидя на собраниях, я могу быстро распознать того, кто всё ещё прибывает в нелеченном алкоголизме. А знаете как? Я вооружена фактами о себе. Поэтому я знаю, как это выглядит. Это просто увидеть. Опыт показывает мне, что у того, кто на собрании сразу начинает нить, нет Программы. Он-то и страдает от своего заболевания.

И сегодня я знаю, что мне надо подойти к этому человеку. Бог дал мне послание, обладающее глубиной и вескостью. Я не боюсь обидеть или задеть его спонсора. К тому же, я никогда не была политкорректной. Я здесь, чтобы оказать первую помощь, остановить кровотечение. Моя задача – как можно быстрее приблизить тебя к Силе. Обычно я подойду к такому человеку после собрания и скажу: «Здорово, видать, ты разозлился на своего шефа...» А в ответ, как правило, будет: «Да! Ты же слышала, что я рассказывал на собрании. Он полный мудака». Тут я обычно говорю: «У тебя есть минут 10? Пошли, поговорим на улице». Я дамочка убедительная. Мы выходим и садимся где-нибудь. У меня наготове лист бумаги. Я протягиваю его этому человеку и предлагаю: «Набросай мне, пожалуйста, быстренькую инвентаризацию из четырёх колонок. Может у меня получится показать тебе эту ситуацию с совсем другой точки зрения». И практически все соглашаются. А потом, после разбора этой обиды, можно увидеть, как человек преобразается. Он начинает видеть то, чего раньше не видел. Так работает Бог. Меня не беспокоит мнение вашего спонсора. Моя задача на собрании найти страдающего алкоголика и попытаться помочь ему! Не подойти и просто сказать: «Приходи ещё», а нести ту весть, которая спасла мою жизнь, когда я страдала от алкоголизма.

И вот вам ещё кое-что не из приятного... У моего мужа было 23 года трезвости. Я говорю о человеке, с которым собиралась прожить всю свою жизнь! Так вот, он сорвался на героине и умер от передозировки. 23 года трезвости!!! Вот что такое наше заболевание. Вы и меня чуть не потеряли среди всего этого ужаса. Я была в очень плохом месте. Я буквально тонула в тех самых мучениях. Я даже начала планировать самоубийство с помощью таблеток. Мне пришло в голову, что приняв 50 таблеток, я не только убью себя, но ещё и перед смертью кайф словлю. Мне было неопишимо плохо почти 18 месяцев после смерти мужа. Это было ужасно.

Моя гордыня оставляла меня трезвой какое-то время. Так бывает. Проблема в том, что никогда не знаешь, как долго это продлится. Я не планировала пить. Но мысли о наркотиках становились всё более навязчивыми.

Слава Богу, что в моей жизни был Чарли Паркер. Он был моим лучшим другом. И он вытащил меня в одни выходные на семинар по Большой Книге. Кстати, у Чарли тоже тогда не было Программы. Можете спросить его! Он был в таком же нелеченом алкоголизме, как и я. Но я верю, что Бог проявится снисхождением к тем, кто старается, как может.

Так вот, Чарли отвёз меня на семинар, где мы встретились с Марком Хьюстоном. Из всех возможных людей – это был Марк! А нас с Чарли на такие мероприятия невозможно было заманить. Мы же свято верили, что всё знаем про Большую Книгу и про нашу Программу. И, вспоминая, как мы там оказались, я вижу несомненную руку Бога. Это поразительно. Там я нашла себе спонсора. Она, к сожалению, на тот момент тоже была страдающей от алкоголизма. Но я безумно благодарна ей за то, что она рвала подмётки ради меня. Он делала всё, что могла, чтобы спасти мою жизнь. Похоже, что для себя одной она не была готова делать то, что нужно. Для меня она выкладывалась на 100%.

Она знала Джо. И она знала, как мне было тяжело последние 18 месяцев. Помню, как я позвонила ей однажды: «Марти, я даже из кровати вылезти не могу. Мне так плохо...» А она сказала: «Кэйти, ты бы прочитала с 58-ой по 61-ую\*\*\*\*\* страницы в нашей Книге». Я помню, как подумала: «Там, наверно, говорится о том, что одним из нас тяжелее выздоравливать, чем другим. Ну, должно же это быть где-то в Большой Книге».

Я открыла шестидесятую страницу и мне в глаза бросились слова:

*«Эгоизм – эгоцентризм! В этом, мы считаем, корень наших проблем».*

Первая мысль, которая мелькнула у меня:

«Вот сука... она не услышала ни единого моего слова».

А я из той категории людей, которые в таких случаях сразу берут телефон и звонят.

Я позвонила и сказала:

«Марти, эгоизм – эгоцентризм?! Ты разве не слышала, что я говорила?!»

А она ответила:

«Милая моя, существует тонкая грань между скорбью и жалостью к самой себе. И ты уже давно переступила эту грань».

Не знаю почему, но я услышала её.

И с этого момента всё изменилось. Мы интенсивно стали работать по Большой Книге. Мы поддерживали плотный контакт с Марком Хьюстоном. И наши жизни изменились на таком уровне, о котором я даже и не предполагала. О, Боже! Это и был *«прыжок в Четвёртое измерение»*.

До тех пор я полагала, что под «прыжком в Четвёртое измерение» подразумевается, что алкогольная одержимость покинула меня. И, разумеется, это очень важный фактор. Я вовсе не умаляю его значимости. Но я, как выяснилось, не имела ни малейшего представления, что действительно означает «прыжок в Четвёртое измерение»!

Я считаю, что нам свойственно сравнивать всё с теми временами, когда мы пили. Оказавшись в аду, мы пришли сюда – в Анонимные Алкоголики. И мы больше не в том тёмном месте, в котором были. Мы теперь тут. И начинает казаться, что там, где мы теперь, нам комфортно. Мы прекращаем духовное движение. А Бог говорит: «У меня тут для тебя имеется сказочный дворец. А ты не хочешь туда идти». Перестаньте недооценивать Божье могущество! Я даже не понимала, что означает «Царство Духа»!

Сегодня я спонсирую много женщин. Я поглощена этой работой. Это освещает мою жизнь. Я пишу инвентаризацию

ежемесячно. Угадайте, кто фигурирует в этом списке больше всего? Ну конечно, мой муж! А кто же ещё?!

В Книге не сказано:

*«Злоба – это враг “номер один”, за исключением ситуаций с вашим мужем!»*

Там сказано:

*«Злоба – это враг “номер один”. Она разрушает алкоголиков больше, чем что-либо другое».*

А знаете почему? Да, потому, что я сама являюсь причиной собственных бед! Не Чарли создаёт их для меня. Но я сделаю так, что он будет виноват. И если так будет продолжаться, то где-то года через три я вдруг обнаружу, что вышла замуж не за того человека. Мне начнёт не нравиться, как он пьёт кофе и как он дышит – эти его вдохи и выдохи... Вот к чему это может привести. Поэтому я и включаю в инвентаризацию его. Я и вас включаю. Всегда найдётся кто-то на собрании, кто может разозлить меня. Да-да! И поверьте мне, по поводу того, что Чарли будет выступать в субботу, а моё выступление перенесли на пятницу, обязательно будет написана инвентаризация! И хотя сейчас я чувствую себя гораздо спокойней, чем когда узнала об этом, но если в субботу он выступит лучше меня, я не могу вам с уверенностью сказать, как всё обернётся. Так что не забудьте аплодировать мне долго, громко и желательно стоя.

Я задержу вас ещё на несколько минут. Те, кому надо в туалет, потерпите. Осталось совсем чуть-чуть. Но это важно.

Одна из вещей, которую моя спонсор продолжает втемешивать мне в голову, это тема второй капитуляции. Первая капитуляция – это капитуляция перед алкоголем. Она приходит, когда мы как следует огребли. А вот для второй капитуляции мне придётся выхватить значительно больше душевной боли и попортить себе гораздо больше крови, чтобы обрести готовность меняться.

Я поражаюсь, сколько ценнейшей информации мне дано на страницах 59 и 60.



Там сказано, что я корыстна даже, когда пытаюсь быть доброй. Там сказано, что я создаю беспорядок вместо гармонии. Там сказано, что я сама являюсь виновницей своих бед. Там сказано, что я приняла решения, которые позже поставили меня в положение обиженной.

Видите ли, я переполнена лицемерием и саможалостью. Я продолжаю думать о себе. Я не думаю о себе слишком много. Все мои мысли только обо мне! И жизнь не настигает меня. Она ускользает от меня. А я ничего этого не знала! Я думала, что эгоцентричный означает скупой и высокомерный. Вот как я заблуждалась!

Одно из самых лучших обещаний Большой Книги заключается в том, что я являюсь причиной всех моих проблем. Потому что, если я хочу быть свободной, проблема должна быть во мне. Вот к чему необходимо прийти.

Мне нравятся условия, которые нам даны:

*«...если мы не отдалялись от Него и хорошо выполняли Его работу».*

Да, это условие – не отдаляться от Него. Но, чтобы не отдаляться от него, я сначала должна к Нему приблизиться! Для этого мне даны Шаги с Четвёртого по Девятый. Десятый Шаг – это тоже с Четвёртого по Девятый, но в настоящем времени (в здесь и сейчас). Это дисциплина, в которой я провожу свой день. Одиннадцатый Шаг вечером даёт мне возможность проверить, как хорошо я выполняла то, что должна. В молитве и медитации я обращаюсь за исправительными мерами. Хотите молиться за мир во всём мире – вперёд! Но это не то, что нам сказано делать.

Мне сказано просить освобождения от жалости к себе, бесчестных поступков и корыстолюбия. Но обратите внимание, что страх не упоминается. Просить – это то, что мне надо делать, чтобы не было никаких преград на пути моего служения вам. Ведь только своими собственными силами я не смогу быть вам полезна.

Итак, мне даны условия. А дальше идут чёткие инструкции, что именно я должна делать.

Признаюсь, меня бесят люди, которые никого не спонсируют. Нигде в Книге мне не сказано, на каких условиях я могу быть освобождена от этого служения. Это моя обязанность. Вам не комфортно? Понимаю. Но это не имеет значения. Иди и спонсируй! Это не обсуждается!

Кстати, я по времени укладываюсь? Меня не волнует, если Чарли завтра не уложится. Но я должна уложиться. Заявляю всем вам, что я обожаю Чарли Паркера. Он мой муж и мой лучший друг. В нашей дружбе мы с ним, как брат и сестра. Поэтому я периодически подкалываю его. Ты в порядке, милый? Ну, вот и хорошо...

Возвращаясь к тому, о чём я говорила – о спонсорстве. Если ты духовно пробудился – спонсируй! Вот и весь разговор. Это то, что мы делаем. У нас нет выжидательного периода.

В Большой Книге сказано:

*«Ничто так не гарантирует иммунитет от пьянства, как интенсивная работа с другими алкоголиками. Она действует, когда другие средства безрезультатны».*

Это работает, когда не работают молитва и медитация. Это работает, когда не работает беседа со спонсором. Это работает, когда не работают собрания! Это единственное, что снижает уровень моего эгоцентризма. И, друзья мои, пожалуйста, помните, что момент просветления ничего не стоит, если сразу за ним не следует действие.

Если вы ещё не работаете по Большой Книге, начните делать это как можно скорее!

А если вы уже работаете по ней, мы обязательно встретимся с вами на передовой!

Огромное вам спасибо!

---

\*Гэри Браун – трезвый с 1964 года. Много сделал для АА. Один из трёх основателей конференции «Сообщество Духа» и один из четырнадцати человек первой группы алкоголиков, которые создали «рабочий цех». Гэри живёт в городе

Индианаполисе штат Индиана. На пенсии с 2014 года. До этого в течение многих лет был директором Центрального Офиса АА штата Индиана.

\*\* – речь идёт об американском футболе; высшая лига называется НФЛ (NFL), что в расшифровке означает Национальная Футбольная Лига. К 30-ти годам большинство игроков американского футбола уходят на пенсию.

\*\*\*амиши – одно из самых консервативных религиозных движений, затем ставшее отдельной протестантской религиозной деноминацией. Амиши отличаются простотой жизни и одежды, нежеланием принимать многие современные технологии и удобства. Движение последователей Якоба Аммана возникло в 1693 году в Европе, но потом большинство амишей были вынуждены, спасаясь от преследований, эмигрировать в Америку и Канаду. Вероучение амишей основано на буквальном и строгом толковании Библии. Они допускают крещение только в сознательном возрасте, а не в младенчестве, выступают против насилия и любой военной службы. Амиши обычно не строят культовых сооружений и проводят богослужения на дому. Они ценят сельскую жизнь, ручной труд, скромность и простоту.

\*\*\*\*лимфома – это злокачественное (*раковое*) заболевание опухолевой природы, которое поражает лимфатическую систему. Основное назначение лимфатической системы – защита организма от инфекций. Подобно всем злокачественным новообразованиям, лимфома возникает, когда клетки тела начинают бесконтрольно делиться, вызывая появление опухоли. Клетки лимфомы имеют тенденцию формировать плотные опухоли в лимфатической системе или внутренних органах.

\*\*\*\*\*викодин — опиоид, сильнодействующее обезболивающее средство. Длительный приём в больших дозах может вызвать слабую эйфорию, а в дальнейшем — пристрастие (зависимость).

## Шелдон Ф.

*трезвый с 17 июля 1996 года*

*Аудиозапись сделана на Конференции «СоберФест» 26 сентября 2015 года в Шампейн-Урбана штат Иллинойс*

Всем привет!

Я – Шелдон Ф. И я – алкоголик.

Я считаю честью выступать на различных Конференциях нашего Сообщества. И мне всегда радостно видеть людей, преисполненных энтузиазма.

Я живу в Лас-Вегасе штат Невада. Моя домашняя группа называется «Единая связь». И мне нравится быть активным членом моей домашней группы. Я горжусь своей домашней группой и тем служением, которое несую там. Мне приятно, что мой спонсор и ребята, которых я спонсирую, тоже ходят на эту группу. И если вы не любите вашу домашнюю группу так, как я люблю мою, вам, возможно, кто-то посоветует найти себе другую домашнюю группу, которую вы полюбите. Но я вам этого не посоветую. Я порекомендую вам взять служение в вашей группе. Да! То есть, принять активное участие в жизни и деятельности этой группы. И тогда вы полюбите свою домашнюю группу не меньше, чем я люблю свою.

Я люблю Анонимных Алкоголиков. А как я могу не любить их после всего, что они для меня сделали? Я расскажу немного о том, что было раньше, о том, какой была моя жизнь и об удивительном, казалось бы, невозможном изменении, которое произошло со мной в АА. Полагаю, что моя история не будет особо отличаться от историй многих из нас. Все мы страдаем одним и тем же заболеванием. И, придя сюда из этой адской депрессии, мы вместе отправляемся в потрясающее путешествие.

Я родился в Англии в небольшом городе под названием Лидс. Он находится приблизительно в трёхстах километрах северней Лондона. У меня были самые обычные родители. Он не были алкоголиками. Возможно, если бы я родился в семье алкоголиков, то мог бы бравировать этим в Сообществе. Но мне не повезло. Однако, мои родители развелись, когда я был ещё совсем маленьким. И в результате, вскоре после того, как отец ушёл, мы стали получать государственное пособие и переехали из хорошего района в субсидированное жильё. Мы – евреи. А когда мы переехали, то оказались в районе, где было много антисемитизма. Я ненавижу своё детство. И если бы вы спросили меня, когда я пил и после того, как я пришёл сюда, почему я так много пил, то в ответ вы бы услышали, что причиной является моё несчастное детство. Если бы вы жили так, как жил я и если бы вы росли так, как рос я, то... вы бы тоже много пили. Разве не так?

Свою первую серьёзную обиду в Анонимных Алкоголиках я испытал именно тогда, когда узнал, что моё детство не имело абсолютно никакого отношения к моему пьянству. В комнатах Анонимных Алкоголиков я встретил людей, которые объяснили мне это. Хотя мне не понравилось их объяснение. Если детство, которое я сейчас опишу хоть чем-то похоже на ваше, то, пожалуйста, поймите, что я никоим образом не умаляю той боли, которую вам довелось испытать. И я вовсе не пытаюсь заставить вас отказаться от того, что вы чувствуете по этому поводу. Видите ли, я встречал людей, у которых было воистину ужасное детство. Их били электрическими шнурами, запирали в чуланах, морили голодом. Над ними издевались эмоционально и физически. Их насиловали. Материалы пригодные для газетных статей и телепередач. Ужасные, кошмарные вещи. Но не все эти люди – алкоголики! Понимаете?

А знаете, что было самым худшим в моём детстве? Это случилось СО МНОЙ! Да. Ведь если бы это произошло с кем-то из вас, я бы посоветовал вам быть выше этого и просто забыть всё, что было. Но я заметил, что когда что-то случается СО МНОЙ, это всегда много хуже, чем, если это случается с вами. Так ведь?

Я помню первый раз, когда я выпил. И это интересно, потому что я, например, очень люблю M&M's с арахисом. Разноцветные, хрустящие, такие шоколадно-ореховые прекрасные вкусняшки... Они обалденные! Ну, кто-то же здесь кроме меня любит M&M's? Я обожаю их! Но я не помню первую свою упаковку M&M's с арахисом. Резонно предположить, что такая была. Этот с треском рвущийся целофан и первый взгляд на горсть радостных, ярких, зелёных, жёлтых, красных и синих кругленьких конфет... Вообще не помню! Но зато я помню, как выпил в первый раз!

Я находился в гостях у Бэрри. Мне было 9 лет, Бэрри – 11. То есть, он был на пару лет старше меня, что делало его крутым в моих глазах. Я бы сделал всё, что он пожелал. По сути дела, оглядываясь назад, если честно, я рад, что он хотел выпить. Будь у него другие пожелания, кто знает, как бы могла сложиться моя жизнь. Ха-ха. Но Бэрри хотел выпить. И, разумеется, я согласился. Мы пошли к винному магазину и упростили какого-то мужика купить нам что-нибудь алкогольное. Он вышел из магазина с бутылкой «Старого английского яблочного сидра». Проще говоря, яблочного сока с алкоголем. Мы зашли в близлежащий лесок. Бэрри открыл бутылку и сделал большой глоток. Он передал бутылку мне. Я тоже сделал большой глоток. И со мной произошло то, что с тех пор происходило со мной почти всегда, когда я пил. Меня стошнило через нос... да, видимо, я так устроен. «Нособлюй» какой-то... В нашей книге сказано, что когда мы пьём, мы часто бываем отвратительны и опасны для окружающих! Я не из опасных. Я просто отвратителен. Я из тех, кто по

пьяне будет заигрывать с вашей мамой и описает ваш диван. Это я! Вот как я веду себя, когда напиваюсь. И я не из тех, кто способен выпивать большие дозы. У некоторых из вас после бутылки водки получалось лучше находить контакт с противоположным полом. Вы начинали лучше играть на музыкальных инструментах или в бильярд. И даже, Господи помилуй, лучше водить машину! Я не из этой категории. Я тот, кого встречают ваши друзья, когда напиваются и сползают под стол – я уже там! Привет! Добро пожаловать под стол! Здесь уютно..., а вы, часом, бутылочку с собой не прихватили? Вот я какой. Но я обожаю пить.

Именно тогда, в 9 лет, я принял решение, что буду пить как можно чаще и как можно больше. Потому что внутри меня что-то изменилось. В целом ничего такого не случилось. Но нечто волшебное произошло со мной на эмоциональном уровне. Я даже не предполагал до этого момента, что со мной было что-то не так. Я был неуклюжим ребёнком. В обществе я чувствовал себя некомфортно. Я не нравился себе. Низкорослый, толстый еврей в нееврейском районе и мои родители разведены. Мне не нравилось быть низким и толстым. Мне не нравилось, что мои родители в разводе. Мне не нравилось быть евреем. Вообще не было того, что мне нравилось. Мне не нравились вы. Мне не нравился я. Мне всё не нравилось!

Но стоило мне попить этого яблочного сидра и там внутри, на каком-то эмоциональном уровне, я почувствовал словно вырос на несколько сантиметров и похудел на несколько килограммов. У меня появилось чувство, будто мои родители опять поженились... и моя крайняя плоть\* отросла заново... просто хотел убедиться, что вы меня внимательно слушаете. Мне за это было стыдно. Мне вообще за всё было стыдно. Извините. Но вдруг я почувствовал, что всё нормально. И я полюбил это волшебное чувство. Это было чудесно.

Итак, в 9 лет я принял решение, что буду пить как можно чаще и столько, сколько смогу выпить. Но, когда тебе 9 лет и ты живёшь в доме с такой матерью, как моя, по её

правилам, то это значит, что тебе удастся выпить, скорей всего, ещё один раз в этом году. Может быть, парту-тройку раз в год 10-летия. Возможно раз 5 в 11 лет. И, наверное, раз 6 в 12-летнем возрасте. Но к тому времени, когда мне было 14, я ежедневно что-то пил, курил или на чём-то торчал.

Но я – алкоголик. У меня алкоголизм. Это единственное заболевание, от которого я страдаю. И скажу вам, что бы я ни употреблял, это всегда до упада. Так у меня было постоянно. Я не часто цитирую других спикеров, но однажды услышал то, что нахожу забавным и с чем полностью согласен. Вот, что он сказал: «В Анонимных Алкоголиках ты можешь стоять у микрофона, рассказывать, что когда ты пил, ты бил свою жену. И тебе будут аплодировать. Ты можешь рассказывать, что когда ты пил, ты терроризировал своих детей. И тебе будут аплодировать. Ты можешь рассказывать, что когда ты пил, ты воровал, обманывал, ездил пьяным за рулём, издевался над близкими людьми. И тебе будут аплодировать. Но, как только ты скажешь, что кроме алкоголя, ты ещё иногда употреблял кокаин, так сразу найдётся масса людей, которые начнут кричать, что тебе не место в Анонимных Алкоголиках».

Так вот, я именно этот человек. Это моя история. В 14 лет я пил практически каждый день. Я реально любил это дело. Мне нравился весь процесс. В нём было что-то мистическое, что-то чарующее... Алкоголь позволял мне дышать свободно. Когда я не пил, все мои мысли были о том, как бы выпить. Я придумывал, где раздобыть денег на алкоголь и под каким предлогом поскорее ускользнуть из дома. А когда я пил, то постоянно искал, как научиться пить больше. Я обо-жал пить! Для меня это было волшебством. Я дал себе обещание, что буду пить всегда, до самой смерти. И что я брошу пить, если захочу. Но я не хочу бросать. Под этим девизом я жил – «я брошу, если захочу, но я не хочу!» Это работает блестяще до тех пор, пока к тебе не приходит желание



остановиться, и ты вдруг обнаруживаешь, что не можешь. Так произошло со мной. Я пил пока учился в школе. Когда мне исполнилось 16 лет, я перебрался из Англии в Калифорнию. Мне было страшно. Я не знал, есть ли в Калифорнии пьющие. Оказалось, что американцы пьют и калифорнийцы тоже пьют. Я сразу нашёл «своих». Мы умеем это делать, не правда ли? Мы переезжаем из одного места в другое и быстро находим своих людей. Вот и я нашёл собутельников и продолжал пить. Я получал от этого истинное наслаждение.

У меня часто всплывает одно воспоминание. Оно не особо отличается от сотни каких-то других воспоминаний. Но именно этот момент чаще всего мелькает в моей памяти. Я был на концертной площадке под названием «Шоулайн». Она находится в окрестностях города Сан-Хосе в штате Калифорния. Там выступала группа «Грэйтфул Дэд»\*\*. Я их обожаю. Я квасил весь день. А день выдался туманный, облачный, периодически шёл дождь. Помню, как сверкают молнии, но дождь ещё не начался. Играют «Дэд». Народ вокруг весь с разрисованными лицами... Боби Вейр – гитарист группы – кричит в микрофон: «Похоже, будет дождь!» И я испытал в тот момент такой духовный опыт, который затмил бы любой, сделанный мной, Двенадцатый Шаг. Это было неопишимо и прекрасно.

А где-то в возрасте двадцати двух или двадцати трёх лет моя жизнь начала разваливаться у меня на глазах. Я по-прежнему получал удовольствие от выпивки. Мне всё так же нравилась та раскрепощённость, которую давал мне алкоголь. Он продолжал забирать у меня все мои беспокойства и волнения относительно того, что вы обо мне думаете или того, что меня ждёт в будущем. Он по-прежнему избавлял меня от переживаний из-за того, что я считал себя куском дерьма, от этого противного чувства внутренней напряжённости и от страхов. Но всё в моей жизни начало рушиться.

Я был представителем компании «Кенвуд»\*\*\* на телевидении. Послушайте-послушайте, вас это удивит. Я когда-то работал продавцом ножей «Гинсу» на ярмарках. Подождите! Это ещё не всё! Благодаря этой работе, я попал на телевидение, где представлял оборудование компании «Кенвуд». Но они уволили меня. Я был самым молодым из когда-либо работавших у них представителей. Мне было 23 года, а они избавились от меня. Я знал, почему они так поступили. Мы ведь всегда знаем. Ну, конечно, это произошло потому, что они не любили евреев! Вот она, настоящая причина. Хотя они утверждали, что не хотят, чтобы вечно пьяный алкаш был их представителем и позорил компанию перед людьми. Признаюсь, я счёл такое заявление довольно жёстким с их стороны. Потеряв эту работу, я нашёл другую хорошую работу. Но и её потерял. Потом нашёл ещё одну. Снова потерял. А к тому времени, когда мне было 25, я уже не мог найти работу. И я ночевал у приятеля на диване. То есть, если бы не его доброта, я был бы бездомным. Отец больше не пускал меня к себе в дом. Мне не разрешалось проходить на территорию дальше калитки. Видите ли, я причинил ему столько боли, что моя мачеха устала смотреть, как он плачет после моих визитов. Поэтому она запретила мне входить в их дом. А я продолжаю жить под девизом: «я брошу, если захочу, но я не хочу!» Однако я уже начинаю хотеть... Но тут у меня появляется ещё одно кредо: «Оставьте меня в покое! Не лезьте ко мне! Я никому кроме себя ничего плохого не сделал». Знаете, что самое удивительное? Я пользуюсь этими фразами только тогда, когда беседую с теми, кому причиняю боль.

И вот я стою возле дома своего отца. Мы с ним беседуем. Я пришёл, чтобы выпросить у него денег. Потому что он единственный, у кого я ещё мог их раздобыть. Слова «отец» и «банк» имели для меня одинаковое значение. Я ходил к отцу за деньгами. Мы стоим с ним возле дома. Времени часов 10 утра. А я уже полупьяный. Потому что я просыпаюсь и

первым делом выпиваю. Так начинается мой день. И вдруг он спрашивает меня:

– Неужели ты так ненавидишь меня, что тебе надо пить эту гадость перед тем, как прийти сюда?

А я отсмеиваюсь:

– Да брось ты, пап... Я выпиваю ещё до того, как чищу зубы. Это не имеет никакого отношения к тебе. И вообще, я кроме себя никому ничего плохого не делаю.

Я беру деньги, сажусь в машину, отъезжаю и замечаю через зеркало заднего вида, как отец стоит неподвижно, и слёзы катятся по его щекам. Потому что он видит, как его ребёнок убивает себя. Потому что он смотрит на того мальчишку, у которого, как он считал, были способности, на пацана, который подавал надежды. Потому что ещё совсем недавно он видел, как его молодой сын достиг успеха в делах и поверил в него. Но теперь он вынужден беспомощно смотреть, как его мальчик уничтожает себя. А я не чувствую этого. Я не вижу этого. Я даже думать об этом не могу. Потому что, как только я начинаю об этом думать, мне сразу же хочется выпить. Я не могу жить с этими мыслями. Но ведь я кроме самого себя никому не причиняю боль.

Вскоре после этого я действительно захотел завязать. Дело в том, что однажды мы выпивали с тем приятелем, у которого я ночевал. Он не такой, как мы. Он может начать пить, а потом резко остановиться в любой момент. Я никогда так не мог. Приятель принёс домой упаковку\*\*\*\* пива и другие развлекательные вещества. Он выпил пару банок пива, побаловался веществами и пошёл спать. Я тоже лёг на диван. Но я не мог заснуть. У меня в голове вихрь мыслей: «Там же ещё много чего осталось! Почему мы так рано пошли спать? Полно пива! Куча разного кайфа! Как можно спать, когда ещё столько всего? Там ведь так много осталось! Много-много...!» Буря в моей голове не утихала. Я продолжал гонять эти мысли. Правильнее будет сказать, они

продолжали гонять меня до утра. Я еле дождался, чтобы мой приятель ушёл на работу. Как только за ним закрылась дверь, я обшарил его комнату, забрал пиво и всё остальное. Вечером он вернулся с работы и, не найдя ничего, спросил меня: «Ты взял мою выпивку и мой кайф?» Я ответил: «Нет! Что ты, братишка? Конечно, нет! Как ты мог такое подумать? Я не при делах!» Он внимательно посмотрел на меня и спросил ещё раз: «Это ты взял?» «Нет, – ответил я – это, наверное, твой сын». Разве мы не так поступаем?

Я не лжец, не обманщик и не вор. Мне доводилось слышать в АА, как люди говорили, что они лжецы, обманщики и воры. Полагаю, что среди нас, скорей всего, есть такие. И мы знаем, кто вы... Вас легко определить. Но, если серьёзно, то я всего лишь стараюсь выжить. Загоните меня в угол. Поставьте меня в положение, из которого я не вижу выхода, и я буду врать, я буду обманывать, я буду воровать.

Мой приятель знал, что это я обчистил его комнату. И он выгнал меня. Так я стал бездомным. Мне было некуда идти. У меня не осталось ни друзей, ни каких-либо идей относительно того, куда податься. Что мне было делать?

Я слышал об АА и позвонил вам. Я позвонил Анонимным Алкоголикам. Приехал какой-то парень и отвёз меня на собрание. Вечером после собрания он отвёз меня в детокс\*\*\*\*\*. Я пробыл там 7 дней. А после этого меня поселили в доме «на полпути». Кто-нибудь бывал в таком месте? Это было прекрасное место. Шикарное. Они не потребовали с меня денег. Они просто сказали: «Первый месяц ты будешь жить у нас бесплатно. Но за этот месяц ты должен найти работу». Они кормили меня три раза в день – завтрак, обед и ужин. Если я не успевал поесть, потому что мне надо было куда-то поехать, мне давали еду с собой. Обалденно. Но после двадцати дней проживания там, мне захотелось узнать, кто такие эти люди, что они позволяют себе требовать от меня, чтобы я возвращался не позже определённого времени. Я взрослый

человек, чёрт побери! Я работал представителем «Кенвуда»! Да, некоторым бездельникам, живущим здесь, нужен такой надзор! Но не мне же!

А, кроме этого, знаете, чего ещё они хотели от меня? Вы не поверите! Они заставляли меня заниматься уборкой и другими хозяйственными работами! Знаете, я женат уже 17 лет. И даже моя жена не может заставить меня заниматься хозяйством! Поэтому я не очень понимаю, что они все в этом доме «на полпути» о себе возомнили... Они хотели, чтобы я застилал свою кровать. Я не застилаю свою кровать. И не собираюсь начинать. Короче, я ушёл оттуда. А дальше последовали три самых худших года в моей жизни. Я трезвел, чтобы вновь надраться, надирался, чтобы потом опять трезветь, трезвел, чтобы надираться и надирался, чтобы трезветь... И так снова и снова.

Но я ходил на собрания. Иногда я оставался трезвым неделю. Иногда – один день. Иногда я уходил посреди собрания и напивался. У меня дважды за это время было по 30 дней. И однажды я соврал, что у меня 60 дней. Но все эти три года я жил, чтобы напиться, чтобы протрезветь, чтобы напиться, чтобы протрезветь. Я всё время возвращался в Анонимные Алкоголики и продолжал посещать собрания. Но никак не мог зацепиться и остаться здесь. Я не мог понять, почему так происходит. Просто не мог. Я чувствовал неладное на каком-то интуитивном уровне. Но я не мог поделиться этим ни с кем.

Происходило следующее. Кто-нибудь вставал и говорил: «Привет! Меня зовут так-то и так-то. Я трезвый 19 лет и у меня прекрасная жизнь».

Я слушал его и думал: «А я, между прочим, тоже трезвый... уже давно. Дольше, чем я когда-нибудь был. Я ведь трезвый уже четыре с половиной дня! И у меня в жизни нет ничего прекрасного. Может, я не алкоголик?»

Когда я прекращаю употреблять алкоголь или наркотики, я становлюсь, как сказано в книге, беспокойным, раздражительным и неудовлетворённым. Это шикарное описание, собственного нам состояния. Но кроме этого лично у меня возникает чувство жуткого напряжения. Мне начинает казаться, что у меня жар. Появляется ощущение, что судорога сводит мышцы. Я всё время скриплю зубами.словно вес всего мира навалился на меня. Я не способен выразить это состояние словами. Остаётся только рычать и выть. Я даже сказать ничего не могу. И таким я сижу на собрании. Вы спрашиваете меня: «Как дела?» А я едва способен выдавить из себя: «Хорошо». У меня всё хорошо. Всё в порядке. И вскоре это становится так невыносимо, что я вынужден пить. Но я не собираюсь напиваться. Я выпью немного, может быть одну или две рюмки, ну, максимум три! Я не собираюсь снова разрушать свою жизнь. Мне просто надо... Ух, мне надо передохнуть. Мне просто необходимо немножко облегчения. Я так больше не могу! Я не в силах продолжать так жить!

Когда вы говорите мне, что у вас 5 лет трезвости или 10 лет, или 19 лет, или как у моего спонсора, 37 лет трезвости, когда вы называете мне эти цифры, я думаю: «Несчастный мудака...» Потому что, с моей исходной позиции кажется, что все 37 лет он ощущает себя так же, как я, когда у меня неделя трезвости! У меня нет понимания, как чувствует себя активный член Сообщества Анонимных Алкоголиков, у которого есть служение и домашняя группа, который спонсирует других и сам имеет спонсора, который продолжает работать по Шагам, который возместил ущерб, который продолжает практиковать дисциплины Десятого и Одиннадцатого Шагов! Ведь для меня длительная трезвость означает, что я буду чувствовать себя так же, как сейчас... только очень долго! И не в силах вынести этого, я снова иду пить. А потом я возвращаюсь в АА. И кто-нибудь спрашивает меня: «Ну, ты закончил?» Знаете, я сам иногда говорю так. И когда

эти слова слетают с моих уст, я жалею, о том, что задал этот вопрос. Потому что в такие моменты вспоминаю себя. Закончил что? Вы думаете, мне это нравится? Вы думаете, я получаю удовольствие от своей жизни? У меня заболевание, которое называется алкоголизм. И это не из области нравственных слабостей. Хотя и таковые у меня тоже имеются. На их свидетельства мы посмотрим в Четвёртом и Пятом Шагах. А исправляться они будут только посредством действий Восьмого и Девятого Шагов. Но убивает меня не слабость моих моральных качеств. Меня убивает алкоголизм!

*«Наступит время, и он не сможет представить себе жизнь без алкоголя»* — мне девять лет; мы с Бэрри в лесу... *«Потом наступит время, когда он не сможет представить себе жизнь без алкоголя или с ним. Он окажется на краю. Он захочет умереть»* — мне 23 или 24 года, я продолжаю ходить в Анонимные Алкоголики и срываться. В 25 или 26 лет я безумно хочу бросить пить, но не могу остановиться. Я больше не хочу жить так, как я живу. Но стóит мне набрать несколько дней или несколько недель, или пару месяцев трезвости и я больше не могу... я не могу так жить! Я просто НЕ МОГУ! Мне необходимо облегчение. Алкоголизм требует лекарства. А единственное лекарство, с которым я знаком, надо принимать внутрь, чтобы оно позволило мне ощутить всем нам знакомое «у-у-у-х...».

Может уже хватит? Чего именно хватит? В книге сказано, что мне никогда не хватит! Как может хватить того, чего никогда не будет хватать?! У меня по отношению к веществам отсутствует концепция «достаточно». Я напиваюсь, я торчу, а потом снова напиваюсь! И моя проблема в том, что я вижу свою одержимость — это чувство дискомфорта и осознание, что причиной являются беспокойство, раздражительность и неудовлетворённость. Я знаю это! Невозможно быть в моей шкуре и не знать. Но у меня кое-какие проблемы с пониманием феномена тяги. Потому что из наших

рассказов в АА иногда получается, как будто открываешь бутылку виски, делаешь глоток и как только алкоголь касается твоих губ, начинаешь пить против собственного желания. Что это значит? У бутылки выросли ноги и руки. Она швыряет меня на барную стойку, захватывает в стальной зажим и начинает вливать своё содержимое в меня. А я сопротивляюсь и кричу: «Нет! Нет! Мне нельзя! Я же алкоголик!» Так, что ли?

Со мной так не бывает. У меня это происходит следующим образом. Я принимаю решение выпить в этот раз совсем немножко – максимум пару-тройку рюмок. Но выпиваю одну или две и... меняю своё решение. Вот как срабатывает феномен тяги у меня. Я выпиваю пару рюмок, заранее приняв твёрдое решение, что на этот раз не напьюсь, а потом передумываю. И я выпиваю третью, четвёртую, пятую рюмку. А после этого начинаю корить себя: «Почему?! Почему я снова делаю то, чего не собирался?» Моя голова начинает рассказывать мне: «Да ты просто убудок! Кусок дерьма. Что ты творишь? Ты просто дрянь!» И я ухожу в штопор...

Затем я в очередной раз прихожу в АА. Я опять возвращаюсь. 17 июля 1996 года я вошёл в двери ААевского клуба под названием «K.I.S.S.»\*\*\*\*\* Он очень похож на большинство клубов АА. Я был там тысячу раз. Я пришёл и сел. Девочка, которая работала за стойкой, по доброте душевной не выгнала меня оттуда. Если бы вы тогда спросили меня пришёл ли я туда, чтобы, наконец-то, протрезветь, я бы ответил «Нет».

- То есть?

- Я здесь не для этого.

- А для чего?

- Не знаю... Отдохнуть. Мне некуда больше идти. Меня ото всюду выгоняют. Вы единственные, кто разрешает мне остаться. Поэтому я здесь.

- Так почему ты не собираешься трезветь?



- Не знаю. У меня никогда не получается. Я всегда срываюсь. Это всё, что я умею. А значит, я снова сорвусь. Обязательно сорвусь.

- Когда?

- А я откуда знаю?! Через 30 дней, через две недели, через два дня, через месяц... Не знаю.

- Почему?

- Я не знаю! Я не знаю, почему и я не знаю, когда! Но я точно сорвусь. Потому что я всегда срываюсь. Всегда! Это единственное, что у меня получается! Уже больше трёх лет я трезвею, чтобы напиться, чтобы потом снова протрезветь, чтобы опять напиться... Иногда я держусь 1 день, иногда 30 дней. В среднем у меня получается оставаться трезвым дней 10. В году 365 дней. Это значит, я срываюсь раз 30 в год. За три с лишним года получается, что уже около ста раз я клялся больше никогда не притрагиваться к алкоголю... и снова напивался! Так чем этот раз отличается от всех остальных? Я не знаю...

Говорят, когда ученик готов, появляется учитель. Человек, ставший, и по ныне являющийся моим спонсором, вошёл тогда в клуб на собрание, которое начиналось в полдень. У Бога есть чувство юмора. И я предпочитаю рассказывать эту историю в присутствии моего спонсора Боба\*\*\*\*\*. Дело в том, что он обычно не ходит на это собрание. А тогда он пришёл, потому что у него разваливались отношения с одной девушкой, которая ходила туда. Иначе бы его там не было. Спасибо Богу за наши недостатки! Да хранит их Господь!

Боб начал высказываться. Он говорил о муках одиночества и о страданиях алкоголика-абстинента, которому нечего противопоставить алкоголизму из-за отсутствия программы выздоровления. И я услышал его. Мне было хорошо знакомо всё то, что он говорит об одиночестве и отчаянии. И я точно знал, что он не врёт. Но меня озадачило то, как он держал себя. Я видел, что он не испытывает тех чувств,

о которых говорил. После собрания я подошёл к нему и попросил его помочь мне. Она согласился быть моим спонсором. И он сразу же вовлёл меня в Анонимные Алкоголики, как активного участника. Мой спонсор один из активных членов Сообщества. Он яркий пример активиста. Очень скоро, буквально через три или четыре дня, мы стали регулярно ходить в наркологическую больницу, нести весть пациентам в детоксе. Я стал каждую неделю бывать в приюте, в доме «на полпути», в наркологической больнице или в тюрьме. С тех пор я принимаю активное участие в этом служении. На первой же неделе нашего знакомства спонсор привёз меня к себе домой, где собирается группа по изучению Большой Книги. И с этого дня не было ни одной недели без таких собраний и собраний, посвящённых работе по Шагам. Эти собрания по вторникам у него дома я очень редко пропускаю. Такое бывает, но только когда у меня возникают какие-то срочные дела дома или обязательства в Сообществе. Благодаря моему спонсору, я погрузился в Служение и в Большую Книгу. Мы начали двигаться по Шагам.

Первый Шаг дался мне довольно легко. Ну, просто нельзя жить так, как жил я и не знать, что ты бессилен перед алкоголем. Невозможно обещать себе не пить столько раз, сколько я обещал, каждый раз продолжать срываться и не осознавать, что на определённом уровне твоя жизнь неуправляема.

Я считаю, что мы в Анонимных Алкоголиках очень часто говорим о неуправляемости так, что это непонятно новичку. Я знаю, что собой представляет неуправляемость в моей жизни. Я так же прекрасно понимаю, что у меня самого, предоставленного самому себе, жизнь управляемой быть не может. Сегодня мне это понятно. Но когда я был новичком, мне было бесполезно объяснять, что мои эмоции управляют мой жизнью и моими взаимоотношениями с другими людьми. Я тогда ещё не мог понять, как мои страхи, моё постоянное чувство тревожного дискомфорта и мои реакции

на жизненные обстоятельства взаимосвязаны с неуправляемостью. В то время я не был готов к восприятию и осознанию того, о чём говорится в Шестом и Одиннадцатом Шагах. Поэтому мой спонсор даже не пытался. Он говорил со мной о неуправляемости на достаточно простом уровне.

Он говорил:

- Шелдон, если посмотреть на последние сто раз, когда ты пил, что было общего во всех этих случаях?

- Не знаю.

- Ну, хорошо. Что было, когда ты запил в последний раз?

- Я поругался с шефом на работе.

- А ты каждый раз ругался с шефом, когда напивался? Все 100 раз? Ты же понимаешь, что это не так. Ладно. А что насчёт предпоследнего раза?

- Я поругался с подругой. Она рассталась со мной.

- Каждые 100 раз, что ты напивался, от тебя уходила женщина?

- По правде говоря, это случалось чаще, чем мне бы хотелось... Но, нет, не каждый раз.

- Ну, так было ли что-то общее во всех этих срывах?

- Я не знаю.

И тут Боб сказал:

- Одно я знаю с абсолютной точностью. Ты был физически так же трезв, как сейчас, каждый раз, когда принимал решение снова начать пить. А это значит, что того, кто принимает на трезвую голову решения в твоей жизни, имея все свидетельства результатов твоего предыдущего пьянства, и, тем не менее, считая, что тебе всё-таки можно выпить, следует незамедлительно уволить. Это плохой руководитель. Я бы назвал эту ситуацию неуправляемой. А, значит, тебе нужен новый управляющий. Согласись, что это были идиотские решения.

Я не мог с ним спорить. Я не мог оспаривать тот факт, что я снова и снова, будучи столь же трезвым, как в данный момент, игнорируя опыт плачевных последствий, принимал решение пить. Так был сделан Первый Шаг.

Мы подошли ко Второму Шагу. И я сказал спонсору:

- Я не могу сделать Второй Шаг.

- Почему ты не можешь?

- Не могу сделать Второй Шаг. Я не верю в Бога. Значит, не могу сделать Второй Шаг. Во Втором Шаге сказано, что я должен прийти к вере в Бога. А я не верю. Так что, мы никуда не двигаемся. Я не приду. С места не сдвинусь. Я в Него не верю.

- Почему?

- У меня есть причины! Во-первых, я же говорил, что я из еврейской семьи...

Кстати, это не совсем правда. Я из еврейской семьи атеистов. Это значит, что, хотя мы и евреи, но мы уверены, что заблуждаемся.

Моя мать могла сказать мне: «Религия – это опиум для народа. Она создана для дураков и детей. Одевайся! Мы пойдём в синагогу». Мы соблюдали кое-какие ритуалы и отмечали какие-то праздники. Но у нас в семье никогда не было разговоров о настоящей вере. Да меня и не интересовала эта тема. Она мне не нравилась. А кроме этого у нас в школе был учитель. Все называли его «Преподобный комиссар». Он был руководителем хора и ещё он являлся рукоположенным священнослужителем в иудаизме. Так вот, он попался на том, что домогался маленьких девочек и мальчиков. Я ненавидел его. Должен признаться, что даже после многократных инвентаризаций этой темы, я не могу понять, ненавидел ли я его за то, что он приставал к девочкам и мальчикам или же потому, что я чувствовал себя отвергнутым, поскольку на меня он не обращал внимания. Короче, я толком не знаю, в чём именно кроется моя застоялая обида на этого дядьку. Но я всё равно злюсь на него. Я его ненавижу. И всех евреев тоже ненавижу. Так я списал подчистую весь иудаизм.

Ещё один учитель в школе изредка рукоприкладствовал по отношению ко мне. Он шлёпал меня и давал мне

подзатыльники. Ненавижу его. Ненавижу. Ненавижу всех евреев. У меня есть причины их ненавидеть. У них дрянная, тупая религия. Я не собираюсь быть к ней причастным.

Но и к вашей религии я тоже не буду принадлежать! Я вырос в еврейском доме. А это создаёт определённый менталитет. Я просто не смогу его изменить. Представьте себе, что вы решили протрезветь в исламской стране. Вокруг вас только мусульмане. А вы единственный – христианин. А они говорят, что нужно верить в такого Бога, каким Он демонстрирует себя в групповом сознании. Как вы думаете, что бы это значило? То же самое в моей ситуации. Вы могли и не говорить, кого имеете в виду. Я и так знал! Так что, ни со своим, ни с вашим Богом я дел иметь не могу. Со своим Богом нелады. С вашим – нелады. **ВООБЩЕ** с Богом нелады! Я не могу поверить в Бога. А, значит, не могу сделать Второй Шаг.

Мой спонсор ответил:

- Ты всё сказал?

- Вроде да...

- Давай посмотрим, что сказано в Большой Книге.

Он открыл книгу на 46-ой\*\*\*\*\* странице и сказал:

- Вот наша с тобой задача во Втором Шаге. Слушай.

И он прочёл вопрос:

- Веришь ли ты теперь?

Я ответил:

- Нет. Не верю. Нет. Всё. Мне хана. Я не верю!

Он прервал меня:

- Не торопись! Успокойся. Я понял, дружище. Ты не веришь.

- Да! Я не верю!

- Я тебя услышал! Но это ещё не всё предложение. Может дальше почитаем? Там сказано: *«Веришь ли ты теперь или хотя бы готов поверить, что существует Сила более могущественная, чем ты сам?»*

- А что это значит?

- Ты готов хотя бы поверить, что, может быть, есть Бог?

- Возможно. Но, скорей всего, нет. Я сомневаюсь, что Он есть. А если вдуматься, я уверен, что Его нет. Подключите меня к детектору лжи, и я скажу, что Бога нет.

- А готов ли ты поверить, что, может быть... с натяжкой..., но не исключено, что Он всё-таки есть? Ты можешь предположить, что такое возможно?

- Но я не верю в Бога!

- Я уже понял, что ты не веришь! Я услышал тебя! Но готов ли ты хотя бы предположить, что, несмотря на твою уверенность в маловероятности Его существования, Он всё же есть? Может быть... Возможно...

- Да... Может быть...

Даже такой идиот, как я способен дать положительный ответ на этот вопрос.

- Я полагаю, что, может быть, можно допустить, что Бог есть. Я мог бы предположить... И, хотя я не верю, но возможно Он существует.

В книге сказано, что *«как только человек признаёт, что он верит (а я не верю!) или готов поверить, мы настойчиво заверяем его в том, что он на правильном пути»*. А что это значит? Настойчиво – это что-то из разряда «Молодец! Красавчик! Второй Шаг сделан! Он у тебя в кармане! Двигаемся дальше!»

- Что? Как это?

- Вот так! Мы всё сделали. Со Вторым Шагом покончено! Готов поверить, что может быть, возможно, предположительно Бог есть!

- Так, а в чём смысл-то?..

Он сказал:

- Сделай вот что – спроси у тех из нашей группы, на чью жизнь ты бы хотел, чтобы твоя была похожа и чьи глаза сияют, почему они трезвые?

- Зачем? Я и так знаю, что каждый из них скажет: «Я трезвый сегодня, благодаря Силе более могущественной, чем я,

которую я нашёл в комнатах Анонимных Алкоголиков. Я хочу поблагодарить Бога за АА». Это как будто надпись на открытках, которые им вручили перед собранием и сказали, чтобы они выучили, что там написано. А когда их спросят, почему они трезвые, чтобы они отвечали именно этими словами: «Я трезвый сегодня, благодаря Силе более могущественной, чем я, которую я нашёл в комнатах Анонимных Алкоголиков. Я хочу поблагодарить Бога за АА и поблагодарить АА за Бога».

Должен признаться, что сегодня это именно то, что я чувствую и то, за что я благодарен. Кстати, спасибо вам за Бога. Вы привели меня к Нему. И сейчас я говорю абсолютно серьёзно. Я признателен вам за это. И сегодня я трезвый, благодаря Богу, которого я нашёл в комнатах Анонимных Алкоголиков. А если я когда-нибудь встречу Бога, то обязательно скажу Ему: «Батя, эти Анонимные Алкоголики – шикарная идея! Мне нравится многое из того, что Ты дал нам. Например, персики... Но АА – это самое лучшее в моём списке». Сегодня я благодарен за то, что есть Анонимные Алкоголики. И мне не надо никого спрашивать, почему они трезвые. Я знаю.

А теперь, давайте посмотрим на Двенадцатый Шаг. *«Испытав духовное пробуждение, как результат этих Шагов...»*. То есть, мне говорится, что я испытаю духовное пробуждение, как результат этих Шагов. Да! Там мы «встречаемся с Богом», как это называют в Анонимных Алкоголиках. Вот скажите, если бы вы могли встретиться с Богом во втором или в Третьем Шагах, с какого ляду вы бы стали делать Четвёртый Шаг? Нет, серьёзно, это же такая тягомотина! А Пятый? Да он просто унижен! Шестой и Седьмой? Их никто не понимает. Восьмой и Девятый – очень дорогие, правда? Десятый и Одиннадцатый половина народу в Сообществе не могут отличить друг от друга. Большинство из нас путают эти Шаги. Двенадцатый? Кому охота этим заниматься, скажите на милость?!

Я купил новую машину, когда у меня было 3 года трезвости. Знаете, что мне сказал мой спонсор? «Хорошая машина. Но она не твоя, пока новичок её не заблевал». Ну, кому это надо? У меня нет никакого желания заниматься Двенадцатым Шагом.

Итак, если бы я мог получить духовное пробуждение после Второго Шага, то зачем бы мне были нужны остальные Шаги? Значит, мне придётся пуститься в это путешествие для того, чтобы Бог мог стать реальным в моей жизни.

Так что же мне делать дальше? Это просто. Третий Шаг. Произнеси молитву. Не морочься. Просто помолись, как написано в книге. Четвёртый и Пятый Шаги – честно напиши и откровенно расскажи. Шестой и Седьмой никто не понимает... и я тоже. Восьмой и Девятый – расплатись и исправь. Десятый и Одиннадцатый – просто продолжай делать. Двенадцатый – стань служащим в Анонимных Алкоголиках. Делай то, что нам полагается.

И я отправился в это путешествие. Должен сказать вам, что со мной произошло нечто совершенно удивительное. Я ведь начал с неистового антагонизма типа «я не верю в Бога», «я не хочу иметь с Ним никаких дел» и прочего вздора. И где-то как-то среди всего этого, против моей воли, без моего разрешения, Бог прокрался в мою жизнь через действия, которые я предпринял в Анонимных Алкоголиках. И Он стал реальной неотъемлемой частью моей ежедневной жизни. Я не знаю, когда и как это произошло. Я не давал на это разрешения. Я просто предпринял действия.

В книге «АА взрослеет» есть высказывание Сэма Шумэйкера, в котором он называет АА «научным подходом к алкоголизму». «Научность» нашего метода заключается в том, что вы берёте гипотезу, нечто, во что вы верите, как в истину. А затем вы начинаете вести себя, словно она таковой является. Спустя какой-то период времени вы смотрите на результаты и по ним определяете, оказалась эта гипотеза истиной или



же нет. Свидетельства будут очевидными. Поэтому мне было сказано начать вести себя, как человек, который верит в Бога.

Мой спонсор давал безумные, как мне казалось, советы. Я прибегал к нему с очередной проблемой. То с каким-то конфликтом на работе, то с неурядицей в отношениях, то ещё с чем-нибудь, а он говорил:

- Шелдон, давай обратимся к духовным принципам.

- Я не знаю, о чём ты говоришь! Какие принципы?

- Тогда скажи мне, как бы повёл себя активный член Сообщества Анонимные Алкоголики? Речь, не о тебе, Шелдон. Я говорю о человеке с хорошей программой выздоровления. О человеке, который действительно в АА, который старается жить в соответствии с духовными принципами. Короче, не ты, Шелдон. Вот как бы повёл себя в данной ситуации человек, который верит в Бога и достойно служит в своей домашней группе?

Тут я начинал упрямяться:

- Э-э-э-э... Понятия не имею!

А мой спонсор продолжал:

- Помнишь новичка, которого ты возишь на собрания?

Не знаю, как вы, а я всегда веду себя лучше, когда присутствует новичок.

- Представь себе, что он рядом в этот момент. А лучше представь, что я рядом! Или твой начальник с работы. Твоя мама. Твой инспектор по надзору за УДО. Или представь, что в комнате находится не твоя подружка, а мама твоей подружки! Ты прекрасно знаешь, что такое духовные принципы. Вот и начни себя вести, как человек, соблюдающий их.

Знаете, я веду машину гораздо лучше, когда сзади едет полицейский, чем когда его нет. Я знаком с духовными принципами. Я просто не всегда хочу жить в соответствии с ними. Но у меня стали происходить интересные вещи, когда я начал применять их. Я стал раньше появляться на работу, потому что мой спонсор дал мне такую инструкцию. И я начал

оставаться подольше, потому что он мне так сказал. А ещё я начал делать свою работу, пока я там находился. И это тоже порекомендовал мне мой спонсор. Самое печальное, что я тот, кому надо говорить эти вещи. Но я делаю то, что он мне сказал. Он говорил мне: «Приложи усилий на 10 центов за 5 центов зарплаты». И я не могу сказать, что сразу поверил в Бога, когда я начал так поступать. Но знаете, чего не происходит? Меня не увольняют! Наоборот, меня продвигают по службе.

Когда у меня появилась подруга. А мой спонсор сказал мне: «Представь себе, что у тебя есть сестра. И относись к ней так, как ты бы хотел, чтобы какой-нибудь парень относился к твоей сестре». И я не могу сказать, что, начав так себя вести, я поверил в Бога. Но мы поженились. В следующем месяце будет 17 лет, как мы вместе. Так моя жизнь начала приобретать смысл. Где-то по пути, предпринимая действия и поступая так, словно Бог есть, я даже не заметил, как Он стал реальным.

Я начал относиться к людям с уважением, потому что мой спонсор сказал мне, что так ведут себя хорошие ААевцы. Я начал честно жить в этом мире, потому что мой спонсор сказал мне, что так следует делать.

И вот что я вам скажу – приблизительно через год или около этого, я перестал дебатировать наличие Бога. Не знаю, верил ли я уже в Него в тот момент. Но я перестал задаваться вопросом Его существования. Я ушёл из команды спорщиков, как называл это мой спонсор. Я начал иногда задумываться о Боге. И я стал говорить людям в АА, что верю в Него, дабы не прослыть еретиком. Сомневаюсь в твёрдости тогдашней своей веры, но я определённо допускал, что Бог есть.

Однажды, когда у меня было 9 лет трезвости, я ехал к спонсору во вторник вечером на занятия по Большой Книге и вдруг я расплакался... Я хочу, чтобы вы понимали, что к тому времени мои размышления о существовании Бога уже давно

исчезли без следа. И вот я со слезами на глазах приезжаю к спонсору. Увидев меня, он спросил: «Что случилось?» Я ответил: «Ничего». Тогда он спросил: «А почему плачешь?» И я сказал: «Это может быть прозвучит странно, но я больше не делаю вид, словно Бог есть. Да, я по-прежнему совершаю ошибки. Но я искренне хочу стать лучше. Я хочу жить по тем принципам, которые ты мне показал! И это не произошло сегодня. Я даже не знаю, когда это случилось. Это как будто свершилось само по себе. А самое поразительное, я абсолютно, без тени сомнения уверен, что Бог есть! И это случилось не сейчас! Это произошло много лет назад! Но я не замечал этого! Просто на пути сюда, я вдруг осознал, что программа АА сработала!»

Позже я вернулся домой, где кроме жены на веранде меня ждали мой отец и брат, которые приехали в гости из Калифорнии. Жена, посмотрев на меня, спросила: «Ты в порядке?» Я ответил: «У меня сегодня появилось удивительное ощущение». Она поинтересовалась: «А что случилось?» И я сказал: «Ко мне вдруг пришло понимание, что я не кусок дерьма». Мой отец, жена и брат засмеялись. Они стали говорить: «Ты уже много лет им не являешься!» Мой отец добавил: «Раньше ты действительно был куском дерьма. Но это было давно, Шелдон». Помните, в Большой Книге сказано: *«Очень часто друзья нового члена АА осознают произошедшую в нём перемену гораздо раньше его самого»*. До меня всё медленно доходит...

Пожалуйста, не подумайте, что в течение девяти лет я не верил в Бога. Я верил! Просто до этого дня я не осознавал своей веры так чётко. Я не сопротивлялся духовному прогрессу. Мне реально повезло. Все 9 лет я активно практиковал дисциплины Шагов АА. Это включало работу по Большой Книге, постоянный контакт со спонсором и служение. То есть все три наших завета. И я делал всё это с первых дней своего выздоровления. Но я всё равно не заметил, как и когда

это произошло со мной. Другими словами, я пытаюсь объяснить вам, что это не было «событием». Это не было чем-то ярким. Мне бы хотелось какого-нибудь там сияния. Но это было не так. Мой опыт принадлежит к «образовательной разновидности». Он возник медленно.

Если вы новичок или у вас пара лет трезвости и вы такие же, как я, то есть, вроде бы дела обстоят лучше, чем были, но у вас по-прежнему нет уверенности ни в чём, то я вас прекрасно понимаю. Я открою вам маленький секрет. Он, возможно, не окажется истиной для всех, но это непререкаемо для меня. Я трезвый уже 19 лет. Я продолжаю быть активным в Анонимных Алкоголиках. Сегодня, как никогда, я люблю Бога. У меня всё великолепно! Но изредка я начинаю сомневаться в том, что имею. Мои вера, умиротворённость, душевное спокойствие и осознанный контакт с Богом, похожи на приливы и отливы в океане. Иногда они, как волны, захлёстывают меня, и тогда я купаюсь в духовном блаженстве. А иногда волн нет. Значит, наступил отлив. И тогда я просто продолжаю совершать действия. Совершая их, я снова и снова напоминаю себе – только сегодня делай то, что предлагают Анонимные Алкоголики, двигайся по этому пути. Прилив вернётся, и снова появятся волны. Я не всегда подключён к источнику. Я не святая святых. У меня нет «горячей» линии с Богом. Но я обожаю Анонимных Алкоголиков. Я обожаю нашу программу и всё, что она для меня сделала.

Я хочу поделиться с вами кусочком своей инвентаризации, чтобы показать, какое волшебство АА совершило в моей жизни. Если вы новичок или же если вы просто ещё не написали свой Четвёртый Шаг, уверяю вас, это очень-очень просто. Не давайте никому себя пугать. В книге даны чёткие инструкции. Там нет ничего сложного. Мы даже могли бы с лёгкостью написать первую часть этого списка за вас. Но мы не делаем этого, потому что любим посмотреть, как вы маетесь. Но наши списки во много схожи. Мой был похож

на ваши. Отец, мама, брат, нынешняя подруга, нынешний шеф, предыдущая подруга, предыдущий шеф... и так далее, насколько я способен это вспомнить, до последнего человека, который якобы оказал какое-то мизерное влияние на мою трудную жизнь.

Расскажу вам об одном таком воспоминании, от которого стыдно. Я учился не в Америке, поэтому точно не помню, в каком именно классе это было. Но мне тогда было 7 лет. Это вроде бы второй класс... Что-то в таком роде... Женщина, которая выдавала нам обед в школьном кафетерии, попала в список моих обид. Он не клала еду в тарелки, а накидывала её туда. И за это я возненавидел её. Когда я писал свой список, мне было 28 лет. Она оказалась в первой десятке моих обид! Через 21 год! Плачевно, не правда ли? Убожество. Да, это я!

Самым первым в моём списке был отец. Именно с него мы и начали беседу, когда я приехал к спонсору, с кипой всего написанного:

- Я ненавижу своего батю. Ненавижу! Мой отец ушёл от нас, когда мне было 2 года. Поэтому я ненавижу его.

- Конечно, ты ненавидишь его. Он же ушёл, когда тебе было 2 года.

Почему я его ненавижу? Потому что он ушёл. Что задето? Всё!

В ситуации с моим отцом у меня никак не получалось поменять направление. Для меня тема *«Наш путь был таким...»*, к которой пытался привести меня спонсор, просто не работала. Я даже толком не мог понять, почему это так. Я просто ненавидел его. Ведь я ни в чём не виноват. И если бы с моим отцом я *«выбросил из головы мысли о зле, которое причинили другие...»*, то там просто ничего бы не осталось. Потому что это ВСЁ, что там было! А мой спонсор начал городить какую-то духовную абракадабру, из которой мне больше всего нравится:

- А знаешь, ведь твой отец, скорей всего, делал лучшее, что он мог... В тех обстоятельствах, в которых он находился...

- И что?! Надо было менять обстоятельства! Мне ведь было всего 2 года!

Наш спор на эту тему стал доходить до перепалки. И когда мой спонсор увидел, что я просто уже не могу больше говорить об отце, он перешёл к беседе о моей матери. Но её я тоже ненавижу. А маму я ненавижу за то, что она очень много и часто орала на меня. Не могу сказать, что она жестоко со мной обращалась. Но мама был ростом метр двадцать семь и весила 47 килограммов. С такими данными особо не разгуляешься. Я думаю, что мог с ней потягаться, когда мне было лет 8. Так что, особого рукоприкладства с её стороны не было. Но кричала она на меня регулярно. Приходя домой и, открывая дверь, я никогда не знал, чего ожидать от неё. Из-за этого я испытывал постоянное чувство дискомфорта. Кроме этого, она часто меняла мужчин. И многие из них мне не нравились. Да и мама мне совсем не нравилась.

Что задето? Всё!

Мой спонсор снова открыл книгу и сказал: «Я считаю, что это самая важная часть Четвёртого Шага: *«Наш путь был таким: мы осознали, что люди, причинившие нам зло, были, возможно, духовно больны. Хотя симптомы их недуга не нравились нам и вызывали возмущение, всё же они, как и мы, тоже были больны»*. Как и мы! В чём я такой, как моя мать? Где и когда я веду себя так же, как она? Могу ли я понять её? Если бы я был на её месте... Если бы я был ведом её страхами... Если бы то, что произошло в жизни с ней случилось со мной, мог бы я стать таким, как она? Речь идёт о женщине, которая молодой осталась разведённой с двумя маленькими детьми. У неё не было профессии. Она вышла замуж за обеспеченного человека. Но муж бросил её. Он уехал сначала из города, а потом из страны и оставил её одну. И это было не в 2015 году. Сегодня подобное встречается так часто, что

можно подумать, будто это модно. Мы говорим про 1972 год. И произошло это в маленькой еврейской общине, в небольшом городке на севере Англии, где ты становился изгоем, если разводился. Не то чтобы отверженным, но почти что...

Мою мать звали Мёрна. После ухода отца, её стали называть не иначе, как «бедная Мёрна». Для всех вокруг она стала как бы другим человеком. Ей, наверное, было очень тяжело так жить. Могу ли я понять это? Не знаю, как вы, но если я пришёл на работу, а там не оказалось сливок для кофе, то я полдня буду козлом по отношению к окружающим. Знакомо? Так мог бы я оказаться таким же, как она, если бы столкнулся с теми трудностями, с которыми пришлось иметь дело ей? Думаю, что мог бы... А каким сыном я был? Ведь даже если предположить, что она была бы прекрасной, уравновешенной женщиной и всё у неё в жизни складывалось бы гладко, я бы свёл её с ума! Ну, разве не так? В чём моя вина? Да будь она самой знатной, богатой, влиятельной и уважаемой женщиной в прекрасном браке, такой сынок, как я всё равно бы вынудил её перейти на крик!

Пожалуйста, поймите, осознав эти вещи, я не сразу же полюбил свою мать. Ведь у нас с ней длинная история трудных взаимоотношений. Но в стене отчуждения стали появляться трещины. Я, наконец-то, начал допускать и осознавать возможность оказаться на её месте. Я смог представить себя реагирующим так же, как она. Я стал понимать, каково́ ей было. Я смог увидеть, что был плохим сыном. Я стал отдавать себе отчёт в том, что причинял ей боль и душевные страдания. Но всё это пришло не сразу. А сегодня, спустя 19 лет, у нас с мамой прекрасные взаимоотношения. Я не говорю, что они идеальные. И вполне возможно, что у кого-то из вас отношения с мамой гораздо ближе, чем у меня. Но это самые лучшие отношения, которые у нас когда-либо были. И мы оба благодарны за это.

Мой спонсор сказал:

- Давай ещё раз поговорим о твоём отце.

В ответ я лишь громко вздохнул:

- Э-э-э-х.

Он начал так:

- Ты говорил, что твоя мама часто кричала, что она плохо реагировала на всё происходящее и что с ней было трудно жить. Как ты думаешь, она стала такой после ухода твоего отца или же она всегда была такой?

Кстати, к этому времени я уже много чего рассказал спонсору о своих родителях. И он знал, что у моей матери были панические атаки, что у неё была депрессия и другие расстройства. И что разные болячки периодически настигали её.

Спонсор продолжил:

- А может так быть, что твой отец женился на ней в 1965 году, во времена, когда на севере Англии в маленькой еврейской общине люди женились быстро и поэтому не имели возможности действительно узнать друг друга? Может ли быть, что он женился на ней, не ведая, что она предрасположена ко всем этим недугам? И ведь сразу после того, как они поженились, он ушёл в армию, поскольку на тот момент воинскую повинность, учреждённую в Англии во вторую мировую войну, ещё не отменили. Он отслужил два года в ВВС, вернулся домой и обнаружил, что они совсем не знают друг друга. Но они оба оказались в этом трудном браке. И потом твоя мать забеременела твоим старшим братом. Так возможно ли, что твой отец прожил с ней столько, сколько смог? Можно ли допустить, что он собирался расстаться с твоей матерью и предоставить ей финансовую поддержку, но понимал, что ему надо дождаться, пока твой брат выйдет из грудного возраста? Но тут она забеременела тобой! Ты можешь предположить такое развитие событий? Может так быть, что



жизнь с ней была для него невыносимой? И поэтому он ушёл! А когда он ушёл, то сразу уехал сначала в Лондон, потом в Торонто, а затем в Калифорнию, вместо того, чтобы сделать так, как было бы правильно на твой взгляд. Ты хотел, чтобы он остался жить где-то рядом и принимал активное участие в твоей жизни! Но ему надо было уехать из этого городка. Потому что если бы он остался, ему бы пришлось защищать свою репутацию и честь, рассказывая людям о недугах твоей матери. Но для того, чтобы она могла сохранить свою репутацию и честь, он уехал сначала из города, а потом из страны. Ведь сделав это, он оставил своих отца и мать. И по этой же причине до самой их смерти он был вынужден очень редко видеться с ними. Кроме этого, ему пришлось расстаться с двумя своими братьями и со всеми друзьями. Но он сделал это, пожертвовав своей честью и репутацией. Он выбрал быть «плохим», чтобы она могла сохранить свою репутацию и свою честь. Ты можешь допустить, что всё произошло таким образом?

- Не знаю...

- Что значит, ты не знаешь?

- Не знаю...

- Ты ведь выстроил свою жизнь, базируясь на том, что твой отец злой, чёрствый человек, бессердечно бросивший свою семью. Ты же вроде бы абсолютно уверен в правдивости той истории, которую рассказал сам себе о своём отце. Так как же ты можешь не знать?

Вот он – я! Это то, как я поступаю! Получив 10% информации, я придумываю всё остальное. Вот что я делаю! Это может быть 5%, 10% или 20% информации о ком-то, а дальше я сам сочиняю сценарий! И у меня никогда не получаются истории любви. Ни разу не случилось, чтобы из нескольких процентов информации о ком-либо из вас я делал вывод,

что это прекрасный, добрейший человек, хороший член АА, всегда готовый помочь, благородный, милосердный и великодушный. О, нет! В моей истории вы окажетесь грубым лицемером, который изменяет своей жене, красиво высказывается на собраниях, но живёт совсем не так, как говорит. Вот что я придумываю! Я сочиняю ужасы и страшилки, а не истории любви.

Показав мне, что история моего отца – это лишь плод моей фантазии, спонсор вдруг спросил меня:

- Шелдон, а как бы ты поступил на месте своего отца?

- Так не честно. Когда мне было 16 лет, я стал свободным взрослым человеком. Я собрал в рюкзак свою грязную потёртую одежду, испачкал себе лицо, чтобы выглядеть постарше, пришёл в здание городского совета, зарегистрировался там, получил субсидированное жильё и ежемесячное пособие. Я сделал всё это потому, что не мог жить с ней ни секунды дольше. Как бы я повёл себя на месте своего отца? В тот день, когда я пришёл бы домой, и она сказала бы мне, что беременна, я бы ушёл. Я бы исчез в тот же миг. Счастливо оставаться, чокнутая! Вот что я бы сделал. Я бы смылся. Просто сбежал.

Но в Большой Книге сказано: *«Выбросив из головы мысли о зле, которое совершили другие...»*. Мой отец оказался благородней меня. Он был в сложной ситуации. И я понятия не имею, что в действительности послужило причиной развода. Но разводиться никогда не бывает легко. А я только ухудшил ситуацию. Ведь я обвинял отца в том, что он бросил меня. Издевался над ним. Постоянно требовал от него денег, вынуждая его таким образом пытаться исправить мою внутреннюю проблему. Я считал его виновным. Хотя он не имел к этой проблеме никакого отношения. И исправить её такими средствами было невозможно. Я был скверным ребёнком.

Негодяем. Моему отцу – человеку, прошедшему через все трудности развода, ещё долгое время пришлось иметь дело с ужасным сыном. Я причинил ему огромную эмоциональную боль. Он не заслужил такого отношения к себе.

Полюбил ли я своего отца сразу после того, как понял всё это? Нет. Но с этим пониманием постепенно начала рушиться стена, которую я возвёл между нами. Так я узнал самую главную вещь, которую может узнать человек в Анонимных Алкоголиках. Я узнал, что я не знаю. Мне кажется, что я много чего знаю. У меня придуманы истории про всех людей, которые были в моей жизни и про их ужасные деяния по отношению ко мне. Но на самом деле я знаю совсем немного. Я смог построить свою новую жизнь, на основе утверждения, что я не знаю. И в результате сегодня у меня хорошая жизнь.

К сожалению, у меня не остаётся сегодня времени рассказать вам о том, как я делал Девятый Шаг матери и отцу. Надеюсь, что мне когда-нибудь ещё представится такая возможность.

В заключение хочу сказать, что я пришёл сюда сломленным, измученным алкоголиком, который не мог перестать пить. Я был на грани самоубийства. А точнее, я просто не хотел больше жить. Говорят, что самоубийство – это выход для трусов. Уверяю вас, так говорят те, кто никогда не хотел наложить на себя руки. Потому что, если бы я был чуть отважней и решительней, я бы поступил именно так. Я бы нашёл в себе силы, разогнавшись на машине, врезаться в разделительное ограждение какой-нибудь скоростной автострады, чтобы это безумие закончилось. Но я не смог. У меня не хватило духу убить себя.

А сегодня у меня потрясающая, чудесная жизнь, наполненная друзьями и семьёй. У меня прекрасный четырнадцатилетний сын, который никогда не видел своего отца пьяным.

Моя жена является активным членом нашего Сообщества. Мы женаты уже почти 17 лет. Я принимаю живое участие в делах своей домашней группы, и меня там ценят. У меня есть спонсор и много подопечных. И я обожаю Сообщество Анонимных Алкоголиков!

Если вы спросите мою маму, чем одарили её Анонимные Алкоголики, она скажет вам, что её сын больше не пьёт. Если бы мой папа был жив и вы бы спросили, чем удивили его Анонимные Алкоголики, он ответил бы вам, что его сын больше не курит крэк\*\*\*\*\*. А если вы спросите меня, в чём заключается чудо Анонимных Алкоголиков, я скажу вам, что с 17 июля 1996 года самоубийство перестало быть целесообразной перспективой моего будущего...

Кстати, а я упомянул, что больше не пью и не курю крэк? Это тоже здорово.

Я благодарен вам за мою жизнь!

Спасибо!

---

\* Крайняя плоть — складка кожи, покрывающая головку полового члена. У евреев операцию по удалению крайней плоти (обрезание) обычно делают мальчикам на восьмой день после рождения.

\*\* Grateful Dead (дословно: Благодарные Мертвецы) — американская рок-группа, основанная в 1965 году в Сан-Франциско. После выступлений на фестивалях в Монтерее (1967) и в Вудстоке (1969) группа заняла значимое место в американской музыкальной контркультуре. Grateful Dead известны по уникальному и эклектичному стилю их песен, включающему в себя элементы жанров рок, психоделическая музыка, блюз, кантри, фолк, блюграсс, джаз и госпел, а также по длительным импровизациям на концертах.

\*\*\* Кенвуд (Kenwood) — японский производитель видео- и аудиозлектроники, раций и кухонной бытовой техники.

\*\*\*\* Упаковка (пива) — обычно содержит 24 банки по 12 унций (около 355 мл.) каждая.

\*\*\*\*\* Детокс — [англ. detox] (разг.) отделение больницы, где алкоголикам и наркоманам помогают пережить абстинентный синдром (похмелье и ломку).

\*\*\*\*\* K.I.S.S. — в переводе само слово означает «поцелуй». Но, поскольку это аббревиатура фразы "Keep It Simple Stupid" (Не усложняй, дурачок), то по-русски эта аббревиатура теряет смысл.

\*\*\*\*\* Боб — Шелдон говорит о Бобе Дэрралле.

\*\*\*\*\* Номера страниц в переводе даны в соответствии с русским текстом, в оригинале это на странице 47.

\*\*\*\*\* Крэк — кристаллическая форма кокаина, представляющая собой смесь солей кокаина с пищевой содой или другим химическим основанием. В отличие от обычного кокаина, крэк-кокаин принимается внутрь посредством курения.

## Чак Ч.

### НОВЫЕ ОЧКИ

*Эльзе – женщине в моей жизни, без чьей любви, заинтересованности, поддержки и помощи этого бы никогда не произошло.*

### ПРЕДИСЛОВИЕ

В эпоху распространения изданий по самосовершенствованию и поп-психологии вполне резонно прозвучит вопрос, имеет ли книга «Новые очки» хоть какое-то значение. И, если да, то в чем ее особенность?

Я думаю, ценность этим страницам придают два основных фактора, представляющие собой суть прикладных принципов одной из самых динамичных философий этого века, изложенных человеком, прошедшим путь от буквально «бормочущего заплетающимся языком идиота» до одного из самых харизматичных людей в мире.

Речь идет, разумеется, о философии Анонимных Алкоголиков, за последние полвека в корне изменившей жизнь большему числу алкоголиков, чем, вероятно, вся вместе взятая терапия за всю историю лечения алкоголизма. Содружество АА, созданное в середине 1930 годов алкоголиком – биржевым маклером и алкоголиком-доктором, чьи пути сошлись в Акроне, штат Огайо, пустило корни по всему миру и насчитывает свыше миллиона активных участников – трезвых алкоголиков.

Тем, что ставит АА на голову выше остальных попыток остановить алкоголизм, является бесспорный успех в стремлении кардинально изменить отношение алкоголиков к собственному миру – то есть предоставить *иное восприятие* окружающей действительности. Самое тяжело преодолимое свойство алкоголизма – для алкоголика и для тех, кто имеет с ним дело – это конфликт с трезвой реальностью,

где противоречия, в конце концов, становятся невыносимыми, а поиски облегчения всегда заканчиваются возвратом человека к алкоголю или наркотикам. (Ученые, изучавшие алкоголиков, утверждают, что их пациенты могут достигнуть момента в трезвости, когда они вынуждены пить для того, чтобы не сойти с ума!)

И тогда химикат «облегчения» начинает создавать очевидную проблему. Давление извне относительно употребления усиливается, а боль и беспокойство пациента начинают возрастать. Ни трезвость, ни химическая альтернатива не способны разрешить этот конфликт. Такое практически безнадежное состояние ума и тела известно как *алкоголизм*... воистину загадочное заболевание, когда отказ от алкоголя имеет незначительный, если вообще какой-то эффект и зачастую лишь увеличивает эмоциональную агонию.

Так называемое «чудо» АА – если неуклонно следовать его принципам – в возможности постепенно изменить восприятие реальности внутри обезумевшего. Цель, часто достигаемая – в конечном итоге ощущать жизнь на комфортном уровне, доселе неведомом людям с таким заболеванием ума и тела.

А поскольку синдромы трезвого алкоголика фактически идентичны синдромам обостренного неврастеника, эти же принципы АА применимы и ко множеству прочих жизненных ситуаций. (Но, как неоднократно подчеркивается в книге, эти принципы должны быть *использованы*, а не просто оценены, проанализированы или пассивно приняты.)

Человек, который объяснил свою интерпретацию и понимание Программы выздоровления АА на последующих страницах, столь же неординарен, как и описанная им Программа. Чак Ч. (вместо фамилий Анонимные Алкоголики используют лишь инициалы – духовный принцип, позволяющий членам сообщества всегда помнить о недопустимости самовозвышения за счет учения) стал неутомимым активистом АА вскоре после того, как достиг трезвости в 1940 годах.

В 1946 году он был мужем (чья жена подала на развод), отцом (чьи оба сына смотрели на него со страхом и презрением), бизнесменом (чьи подчиненные заявили ему, что его «вышвырнут в окно», если он снова появится за своим столом). Короче говоря, Чак Ч. был конченным неудачником во всех аспектах своей жизни.

Сегодня этот удивительный человек является почти что живой легендой – насколько этого возможно достичь в анонимной Программе. С годами он стал, пожалуй, наиболее известным, самым любимым и действительно успешным примером воплощения в жизнь принципов АА. И, как он сам доходчиво объясняет, его успех полностью основан на том, чему он научился в АА, и что постоянно использует в своей жизни. Прочный брак, шагнувший за порог золотой годовщины, любовь и уважение двух его сыновей, уход на пенсию в качестве владельца компании, по сути, выгнавшей его в 1946 году, – это лишь поверхностные показатели гораздо более глубоких изменений, произошедших в нем.

«Обнаруживай, узнавай и избавляйся!» Это стало основой его развивающейся философии. Но в отличие от большинства философий, напичканных заумными фразами и псевдопсихологическими бреднями, в этой книге описан прагматический путь жизни, любви и обретения смысла существования.

Мне посчастливилось знать Чака в течение многих лет, и я нахожу его жизненный *пример* гораздо более привлекательным, нежели все бессчетные страницы «как надо...» книг, в которые я долгие годы погружал свои беспокойство и упадок. (Найдутся многие, кто скажут вам как... и только единицы могут *показать* это!)

На протяжении лет я был ошеломлен неисчерпаемой энергией и самоотверженностью Чака. И что еще более поразительно в этом грубом и меркантильном мире и о чем следует помнить – это абсолютное отсутствие какой-либо финансовой компенсации за свои труды. Как он говорил,



«...мы делаем это *бескорыстно* и с *удовольствием*». Большинству из нас довелось слышать речи известных духовных лидеров, призывающих к такому подходу, но на практике это встречается редко.

Книга «Новые очки» при первом прочтении может показаться странной и не относящейся к какой-либо определенной проблеме; большинство из нас, нуждаясь в помощи, пытались укрыться за тонким слоем цинизма, который мы использовали как рваный плащ для самозащиты.

Однако я имел возможность более четверти века наблюдать, как эти принципы постепенно стали работать в моей жизни, и я знаю, что многое еще впереди. Я настоятельно прошу вас не попасться в ловушку, которую описал Герберт Спенсер и которая так часто сводит к нулю наши лучшие усилия:

«Есть принцип, который является препятствием для любой информации, доказательством против всех аргументов и который безошибочно удерживает человека в вечном невежестве – этот принцип называется презрение до исследования».

Короче говоря, друзья, пощадите себя. Возьмите то, что вам нужно сейчас и отложите на будущее все остальное. Удивительно, как такой простой подход может изменить взгляд на жизнь. И разве не для этого мы приобретаем новые очки...

Клэнси И., Лос-Анджелес,  
1983 г.

## ВВЕДЕНИЕ

День, который изменил мою жизнь, начался, как и все остальные за последние месяцы. Я был пьян. Через свое пьянство я умудрился потерять почти все, включая семью, свой бизнес и самоуважение. Все, кроме собственного «я». На удивление, даже лежа в постели на отходняке, дрожа и покрываясь холодным потом, с пустыми бутылками и мусором, разбросанными по всему дому, я по-прежнему умудрялся верить в свою способность делать все, что захочу – включая бросить пить. Я уже много лет периодически посещал собрания АА, и даже умудрился оставаться «сухим» почти год. Но, хотя я прекрасно знал, что многие люди бросили пить и выздоравливали с помощью товарищества, я не находил ничего общего ни с этими людьми, ни с Программой и, соответственно, продолжал пить.

Я пытался решить, действительно ли я хочу увидеться с человеком, которому позвонил вчера. Он был известен в содружествах Анонимных Алкоголиков всего мира, и мое это подсказывало мне, что если кто-то и может помочь такой важной персоне, как я, так это он. Я позвонил ему и попросил приехать ко мне (он предложил мне приехать к нему, но в моем состоянии я и до машины-то не мог дойти, а уж сесть за руль и подавно). Я и представить себе не мог, как много я прошу, и только через неделю я узнал, что по состоянию здоровья он редко ездит куда-либо сам.

Позже утром, после того как он заблудился и позвонил, чтобы уточнить, куда ему нужно ехать, он прибыл. Он сел в кресло-качалку моей бабушки и проговорил со мной до позднего вечера...

После нескольких часов я стал отходить от алкоголя и меня начало трясти так, что я не мог слушать его. Я спросил виновато, не будет ли он против, если я выпью, чтобы утихла дрожь, и он сказал мне делать то, что я считаю необходимым.

Потом мы продолжили разговор.

Но то, что изменило мою жизнь, произошло, когда он уходил. Выходя за ним, я увидел его согнувшимся от боли над кухонным прилавком среди моего мусора и пустых бутылок. Я спросил, чем я могу помочь, и он сказал, чтобы я не волновался, что это пройдет через несколько минут. Скоро ему стало немного легче, и он уехал. Но в эти минуты на кухне я вдруг понял Программу Анонимных Алкоголиков. Этот человек, бывший когда-то таким же пропойцей, как я, пренебрег своим комфортом и самочувствием ради того, чтобы поделиться со мной опытом, силой и надеждой, и его единственной целью было желание помочь алкоголику в беде. Этот человек, который никогда не слышал обо мне, любил меня настолько, что никакие неудобства или боль не могли удержать его от попытки помочь мне.

И по сегодняшний день, спустя уже больше года, то чудо, которое принес мне этот человек, чудо Анонимных Алкоголиков, позволило мне оставаться трезвым с того вечера, когда я последний раз выпил у него на глазах. Но самое главное, духовная философия Программы Анонимных Алкоголиков, олицетворенная этим человеком, полностью изменила мое отношение и мой жизненный путь. Полное принятие этой философии дало мне возможность иметь все то, что я всегда искал в бутылке. Я доволен. Я доволен собой и миром, в котором я живу.

Человек, который приехал ко мне, Чак Ч., первый из тех, кого я встречал, у которого действительно есть то, что я хотел бы иметь. Я хочу то, что есть у него. Я однажды спросил его, какая из сотен сделанных за годы записей его речей лучше всего демонстрирует его мышление. Он без задержки ответил, что семинар на мужском съезде алкоголиков в Пала Месе в 1975 году включает в себя, пожалуй, все его мысли о Программе Анонимных Алкоголиков и о Программе Жизни.

С помощью Чака и его жены Эльзы мы составили книгу из магнитофонных записей, чтобы множество людей, на чьи жизни Чак уже повлиял, и те, на чьи жизни он повлияет в будущем, могли взять ее в руки и найти в ней поддержку.

Вот мысли Чака, как они были поведаны шестидесяти четырем мужчинам в Пала Меса. Мысли, которые помогут вам увидеть мир через новые очки.

Ли Т.,  
16 августа 1983 г.

## ПРОБЛЕМА

Меня зовут Чак Ч., я алкоголик. Я не знаю, когда я чувствовал такую признательность, как сейчас. Банда собравшихся здесь послушать мой лай в течение шести собраний – это нечто. Спасибо, что пришли. И тех, кто приехал, чтобы просто сбежать от своих жен, я также хочу поблагодарить. Как здорово видеть всех вас – вы прекрасны. Я люблю вас.

Эта неделя выдалась довольно бурной. В понедельник в Пасадине похороны одного дружка, которому был 51 год. Он толкал речь в АА и прямо на середине рухнул и больше не встал. Сердце. Это было в понедельник, а во вторник добавился еще один. Этот был одним из первых в комтонской группе. Пришел в нее, когда она только зародилась. Старик Текс М. был трезвым двадцать один год. Ему пришлось туго потому, что он был еще и заядлым игроком. Он обожал играть. И он выигрывал, и он проигрывал иногда. Последний раз в Лас-Вегасе он выиграл семнадцать тысяч в кости. Он отдал деньги жене и сказал: «Пошли их домой», но она не послала. Она положила их в сейф в отеле, и он проиграл почти все до отъезда! Он относился к этому, как к шуточке. Считал свою жену виноватой целиком и полностью, потому что он сказал ей отослать их домой. И вот он снова поехал играть, с ним случился сердечный приступ, и он покинул нас. Пришлось хоронить его во вторник.

В среду я получил торт на двадцати девятилетие, что для такого мямли, идиота, пропойцы трудно представить. Двадцать девять лет без выпивки и таблеток. Очень даже неплохо. И вот, чтобы закончить неделю, я могу поделиться с вами, а вы со мной. Еще раз огромное вам спасибо, что пришли.

Я думаю, что правильно будет начать с проблемы. Этот слет предполагает тематику «во всех наших делах». В Двенадцатом шаге сказано: «Достигнув духовного пробуждения как результат этих шагов...» (имеются в виду первые

одиннадцать) «...мы старались донести наши идеи до других алкоголиков и применять эти принципы во всех наших делах». *Во всех наших делах.*

И, думая о проблеме, я вспоминаю первого протрезвевшего в Хьюстоне кореша из Техаса. У него, кажется, тогда уже было где-то тридцать пять лет трезвости. Он в пол-Техаса в ширину и Техас с половиной в высоту.

Вот его история. Он говорил, что если ты пытаешься решить проблему, то не плохо бы знать, в чем именно она заключается. Например, он рассказывал: «Я всегда боялся собак. Какая-нибудь красотка гуляет с догом на поводке, и она не боится его (пудель выскочит, и я наутек!)». Он больше двух метров ростом – представляю его себе, бегущим от пуделя! Он говорил, что ему часто было стыдно из-за этого, и он понял, что ему необходимо разобраться в причинах этого страха. Долго он копался в своей прошлой жизни и откатился в памяти аж до семилетнего возраста. Он вспомнил, что когда ему было семь, маленькая собачка укусила его, и поэтому он стал бояться собак. Но это объяснение не принесло ему облегчения. И тогда он вспомнил, что собака укусила его потому, что он гнался за какой-то девчонкой. Так вот, он говорит: «Всю жизнь я гонялся за женщинами, попадая в передряги, и убегал от собак; так что собаки изначально не являлись моей проблемой!».

Вот потому-то он и говорит, что надо знать, в чем заключается проблема.

Я тоже так думаю. Я скажу вам, что является проблемой, и я скажу вам, каким я вижу ее решение. Среди вас найдутся те, кто не согласится со мной, и это нормально. Но если я буду говорить, то я должен сказать, как это вижу я.

Когда мы пришли сюда, нашей непосредственной проблемой была выпивка. Алкоголь. Он пригнал нас сюда. И меня он пригнал сюда после двадцати пяти лет беспробудного пьянства потому, что у меня больше не было сил продолжать этот

бой с бутылкой. Итак, я пришел сюда в расцвете своих сорока трех лет, потерпев полный крах во всех аспектах жизни: как муж, отец, бизнесмен, человек и даже как пьяница. У меня все кончилось, включая людей, места, вещи, деньги, виски и дом, и все остальное. И не осталось ни одного места, куда я бы мог пойти, кроме как сюда. Однако в мой последний запой мне крупно повезло. Бутылка прибила меня! Она забила меня до смерти, забила меня в ничто, и только тогда я смог приглядеться к Анонимным Алкоголикам. До этого никто бы не смог уговорить меня прийти сюда. Покуда я мог выбирать, я бы не выбрал прийти в АА, и я не приходил до тех пор, пока не потерял все, включая возможность выбора.

И я утверждаю, что лучшее, что произошло в моей жизни, а мне семьдесят два, случилось в январе 1946 года, когда бутылка добила меня. Если бы мне было необходимо добровольно сдаться для того, чтобы быть здесь, я бы подох, не добравшись сюда. Я не мог сдаться. За сорок три года своей жизни я ни разу не признал поражения. Ни перед Богом, человеком, женщиной или даже Дьяволом. Слово «сдаться» не входило в мой словарь. Его искоренили из меня предыдущими поколениями. Слава Богу, что бутылка позаботилась изменить это. Стену снесло, и я пришел на Программу полностью отреченным от самого себя. И все, что написано в Пятой главе книги Анонимных Алкоголиков, я хотел сделать сразу, как только услышал. В первый же вечер все, что читали из Пятой главы, я был готов делать. И я уверен, что это произошло только из-за моего полного отречения от себя, в котором я попал сюда.

Правда, я не был уверен, что мне удастся сделать Третий шаг, но не потому что я не хотел. Я не имел ничего против Третьего шага. Я бы отдал свою волю и жизнь любому дураку, лишь бы мне избавиться от себя. Но там, где говорится, что мы препоручили свою волю и свою жизнь Богу, как мы его понимали, я не представлял это возможным для себя, так как

не считал, что будет честно пытаться сплавить такую дрянь как я кому-либо, не говоря уже о Боге. Я бы себя не взял даже с шикарным приданым, и, ненавидя себя, я не мог предположить, что Богу я милей, чем самому себе. Короче, я отложил это дело. Просто отложил. Зато я взял последнюю треть Двенадцатого шага и стал «применять эти принципы во всех моих делах».

Шесть месяцев я ежедневно ходил на собрания АА и вдруг обнаружил, что все это время я трезвый. Это было чудо, потому что я ходил на все эти собрания в страхе, что я не смогу следовать Программе, что у меня просто не хватит физических и моральных сил делать то, что требуется. Но спустя шесть месяцев ежедневных собраний я вдруг осознал, что трезв и что оставался трезвым все это время. И тогда я стал задумываться над Третьим шагом, решив, что «может быть, Бог согласится на такой подарочек, как я». Но никакого решения я так и не мог принять. Спустя какое-то время мне в голову пришла такая мысль: «Ты отец». Тогда я стал выдумывать самые страшные преступления, которые могли бы совершить мои дети. В своем воображении я рисовал картины ужасных деяний, совершаемых ими, а потом спрашивал себя: «Стало бы это поводом отречься от них? Заставило бы это меня отвергнуть их навечно?» И я отвечал себе: «Нет, я бы не смог так поступить». Что бы они ни совершили, я никогда не смог бы проклясть их. Так я пришел к мысли, что Небесный Отец, будучи хорошим, может простить меня, плохого. Это устроило меня. Но для меня это должно было прийти через какие-то действия.

Как только я понял, что я трезвый уже шесть месяцев, я стал отдавать другим алкоголикам то, что было дано мне. Заблудыги дали мне трезвость. Помогая другим алкоголикам, я вдруг обнаружил, что интересные вещи стали происходить у меня дома. За год до этого жена собиралась разводиться со мной, дети не хотели приходить, когда я был дома,



начальник собирался вышвырнуть меня в окно, если я еще раз попадусь ему на глаза, у меня не осталось здоровья, рас-судка, дома, работы или чего-то еще, и складывалось впечат-ление, что бой проигран. И вдруг дома стало все гладко. А это радовало.

Это произошло где-то спустя год после моего прихода в АА. А спустя еще месяцев шесть или восемь я вдруг заметил, что все еще стараюсь разгрести все на своем рабочем столе (мы побеседуем о применении принципов АА в биз-несе чуть позже). Итак, я разгребаю свой рабочий стол, и биз-нес идет хорошо. Сливки. И это радовало! Где-то спустя еще год я осознал, что я чувствую себя лучше, чем я когда-либо чувствовал в своей жизни. Мое состояние, возможность быть собой оказались лучше любой мечты. И это радовало.

А когда прошло пять или шесть лет, я сделал открытие, которое считаю Великим. Когда это происходит с нами, поиск окончен, и начинается жизнь – она не кончается, она только начинается. Честно! И этим открытием было то, что я больше не одинок. Я, который сорок три года шел по жизни одиноким, совершенно одиноким, больше не одинок. У меня был мой Бог. И он там, где я. Я часто один, но я не одинок. И это так с момента открытия, и это было так и до него. Потому что я не был одинок с первого собрания Анонимных Алкоголиков. Я верю в то, что эта наша Программа, Программа Анонимных Алкоголиков, учит находить, узнавать и избавляться. Вот что такое Программа АА для меня. Находить, Узнавать и Избавляться.

Первые девять Шагов Программы являются шагами поиска, очисткой от обломков прошлого. Наше «я» выжимается из нас; мы избавляемся от нашего эго – временно, потому что, как мне кажется, мы никогда не сможем избавиться от него полностью. Я убежден в невозможности, пройдя первые девять Шагов, не обнаружить, что что-то произошло, и это здорово! Потому что, когда мы честно сделали первые девять Шагов, наше эго временно исчезает.

Я абсолютно, полностью с головы до ног уверен, что в этой жизни существует только одна проблема. Одна проблема, включающая в себя все проблемы, и одно решение этой проблемы, включающее все решения. Похоже на упрощение, не правда ли? Одна проблема, одно решение. Но я уверен, что единственной преградой между мной и вами, мной и моим Богом является человеческое эго. Это единственная преграда.

Я, кстати, считаю, что лучшим определением эго, которое мне довелось слышать, является «чувство осознанного отделения от...». От чего? От всего. От Бога. (Мне нравится использовать три слова, которые я считаю синонимами: Жизнь, Добро и Бог.) Осознанное отстранение от Бога, друг от друга и, в конце концов, от самих себя. Это то, что говорит мне: «Вот мое большое я, маленькое я, умное я, глупое я, богатое я и несчастное я против всего мира. Я должен быть умнее, продуктивнее и изворотливее других, чтобы хоть как-то влачить жалкое существование в этой враждебной вселенной». Так меня приучали с детства. Крылатые фразы жизни типа «кто первым встал, того и тапки», «не поспел – пропал», «быть первым из первых» стали условиями, на которых все строилось. Вот он я против всего мира. Я должен быть умнее, продуктивнее и изворотливее других. Сознательно отделяя себя ото всех и от Бога. Я думаю, что это самая большая преграда – кстати, единственная преграда между мной и вами и между мной и Богом. Человеческое эго. Это семя всех наших одержимостей. Вот откуда они приходят.

Еще я абсолютно уверен, что никоим образом невозможно удовлетворить наше эго. Я люблю сидеть в своем большом кресле (многие из вас видели его, некоторые даже сажались на минутку, но я не позволяю никому сидеть в нем долго!) и смотреть поверх маленького городка Лагуна Бич на линию берега и пролив (прямо перед моим креслом Авалон) к острову Каталины. Это где-то в тридцати четырех-тридцати пяти милях от моего дома. Я люблюсь водой пролива, а ведь

тридцать пять миль – это только на поверхности. Он к тому же глубокий. И я рассуждаю сам с собой: «Предположим, что весь этот пролив не вода, а виски». Много выпивки! Удовлетворило бы это количество виски мою потребность? И я вынужден признаться, что нет. Всего этого чертового пролива недостаточно, чтобы утихомирить мою одержимость, потому что когда я начинал пить, то вскоре я пил, лежа пластом в кровати днем и ночью, и как только открывал глаза – пил, и нет способа удовлетворить эту тягу. Это невозможно.

Предположим, что вместо выпивки я бы испытывал такое же чувство по отношению к деньгам. Что тогда? Та же картина. В течение многих лет у меня был клиент, который жил в Фениксе, штат Аризона. Он был сирийцем, его звали Эдди, и он из пачки зелени сделал тридцать пять лимонов, но при этом был самым нищим человеком, которого я знал. Видите ли, к сожалению, в одном из его бизнесов – а он занимался нефтью – у него был партнер, состояние которого составляло сто пятьдесят миллионов. У него был «люкс» в престижном клубе – одно из самых шикарных мест, что вы когда-либо в жизни видели: панели из шикарного дерева, коллекции редкого оружия, слоновьи бивни, чучела экзотических животных и все, что только можно придумать.

И когда я сидел там с ними, то Эдди аж из кожи вон лез. Несчастный, у него ведь было только тридцать пять миллионов, а у старика Стила сто пятьдесят. Бедняжка!

Эдди порой говорил мне:

- Чарли (в бизнесе меня называли Чарли), могу я стать таким, как ты?

Я отвечал:

- Нет, не можешь.

Он спрашивал:

- Почему?

И я говорил ему:

- Эдди, зачем тебе Бог, если у тебя есть тридцать пять лимонов?! Кончай дурачиться! Ты можешь купить все, что ты хочешь, включая женщин, что ты и делаешь. Кому нужен Бог, если есть такие бабки? Иди, заработай сто пятьдесят миллионов, ты сможешь, если не помрешь (потому что все, до чего бы он ни дотронулся, превращалось в золото). А когда ты их заработаешь, то поймешь, что они не сделали для тебя внутренней работы. И ты придешь ко мне и скажешь: «Чарли, могу я стать таким, как ты?».

Скажу вам, что таким, как я, можно стать только понимая эти вещи.

Но он говорил: «Объясни мне это». И мы с ним катались по штату Аризона, беседуя так же, как мы сейчас тут с вами. Но бедный Эдди не заработал сто пятьдесят лимонов; у него так много всего было в башке, что она взорвалась. Инсульт. Он был на десять лет моложе меня, и его уже лет пять или шесть как нет в живых. Невозможно удовлетворить алчность.

Предположим, что у меня жажда власти. Как насчет этого? Никаких шансов. Гляньте на Уотергейт: хорошенькая борьба за власть. Жажда власти неутолима. Если ты президент Америки, то в этом нет ничего хорошего, потому что любой диктатор имеет больше власти, чем наш президент. А у Чингисхана было больше власти, чем у всех у них вместе взятых. Это бесконечно.

А как насчет женщин? Я собрался было сказать «насчет секса», но это могут не правильно интерпретировать (меня тут в последнее время приглашают побалакать с теми, у кого «отклонения», но, слава Богу, все никак не получается. Пока что либо я чем-то занят, либо я нахожу себе занятие). Так что «насчет женщин»? Допустим, я помешан на женщинах. И допустим, что я самый известный в мире ловелас и что я уже переловил всех женщин, которых хотел, за исключением одной. Вам не кажется, что в моем возрасте это была бы целая армия? Удовлетворило бы это меня? Вроде, да. Только

вот нет мне покоя из-за той одной. Короче, если не можешь завоевать их, то союзничай с ними. Мы должны избавиться от своих одержимостей. А для этого мы должны избавиться от нашего эго, потому что они происходят именно от него. Я хочу, Я не хочу, Я люблю, Я не люблю, Я-Я-Я-Я-Я. Вот откуда это.

Именно поэтому в книге «Анонимные Алкоголики» используются такие формулировки. В двух параграфах первой страницы Пятой главы четыреста пятьдесят два указателя. Вот где огромное количество информации! «Мы редко встречали человека, который бы строго следовал по нашему пути и потерпел неудачу». Я встречал людей, которые утверждают, что слышали, как Билл Уилсон говорил, что если бы он начал все сначала, то он изменил бы в книге одно слово. Убрал бы «редко» и заменил его на «никогда». Так вот, Билл никому такого не говорил, потому что знал, по какой причине он использовал там слово «редко». Если бы он написал «никогда», то я вижу, по меньшей мере, четырех человек, сидящих за передним столом, и глядящих на меня, которые бы сказали: «Никогда не встречали. Ну что ж, придется показать им!» Вот почему там написано «редко». И это Билл сам мне рассказал (а я его хорошо знаю).

«Мы редко встречали человека, который бы строго следовал по нашему пути и потерпел неудачу». Однажды мне довелось услышать это в варианте, который звучит лучше, чем это написано. Какой-то парень прочел: «Мы редко встречали человека, который бы с удовольствием следовал по нашему пути и потерпел неудачу». Я считаю, что это блестяще. «Не излечиваются те люди, которые не могут или не хотят целиком подчинить свою жизнь этой простой Программе; обычно это мужчины и женщины, которые органически не могут быть честными сами с собой». *Честными сами с собой*. Честность и следование по пути. Вот уже два указателя. Быть честным и следовать по пути, строго следовать по пути.

«Они по натуре своей не способны усвоить и поддерживать образ жизни, требующий безупречной честности». И здесь указатель. Усвоить и поддерживать. Видите ли, мы те люди, которых никогда не устраивал статус-кво. Ничему нормальному мы не уделяли внимания больше, чем на секунду. Если это не было лучше обычного, нам это не нравилось. И так было еще до того, как мы впервые выпили. А значит, мы должны это хорошо усвоить и поддерживать, иначе счастливая трезвость превратится в пьянство. Нам надо двигаться. Продолжать движение. Как только мы наполнимся самодовольством и остановимся, мы попали. Значит, усвоить и поддерживать образ жизни, требующий неумолимой честности, становится нашей основной работой.

«Такие несчастные есть. Они не виноваты; они просто родились такими». Мне не нравится эта фраза, потому что за двадцать девять лет мне встретились около пятисот людей, утверждающих, что они органически не способны быть честными сами с собой – действительно не способны. Однако я считаю, что если ты еще дышишь, и все шарниры у тебя работают, то ты не можешь продолжать прятаться за таким оправданием, но иногда мы все же пользуемся им.

«Вероятность их выздоровления ниже средней. Есть люди, страдающие от серьезных эмоциональных и психических расстройств, но многие из них все-таки выздоравливают, если у них есть такое качество, как честность». Я должен рассказать вам одну историю. Я знаю, что многие из вас ее слышали. Когда-то в Лос-Анджелесе не было никого, кто бывал на собраниях АА, и один еврей приехал сюда с книгой. Он и не знал, что она у него есть. Пришел в себя в Палм Спрингс и стал искать бутылку виски в чемодане, а нашел эту книгу («Анонимные Алкоголики» – первое издание в красной обложке). Он понятия не имел, как она попала к нему в чемодан. Но виски там не оказалось, и он стал читать эту книгу, и продолжал читать ее, и она понравилась ему; его впечатлило то, что он читал.

Он добрался до Лос-Анджелеса с этой книгой, нашел людей, и они решили провести собрание, но они не знали, как его надо начинать. И таким образом в Лос-Анджелесе берет начало традиция, распространившаяся по всему миру: чтение первой части Пятой главы. Этот еврей сказал: «Я не знаю, как начинать собрание, но в этой книге есть глава «Программа в действии», и там именно это и объясняется, так что давайте прочтем». И они прочли первую часть Пятой главы. И сегодня вы будете удивлены, узнав, где ее читают – в Австралии, в Новой Зеландии, в Канаде, в Техасе. Ее продолжают читать, и это прекрасно. Каждый раз это чтение напоминает мне о том, что мое выживание зависит именно от этой части Пятой главы.

Спустя какое-то время полдюжины этих ребят отыскивали где-то в бомжатнике одного синяка. Его звали Уайти, и, похоже, что Уайти дружил с винищем слишком сильно и слишком долго. В ходе собраний он бормотал что-то, просто сидел и все время бормотал, а это мешало. Тогда они решили отвести его к врачу, чтобы тот сказал им, как быть. Они отвели Уайти к доктору, и тот быстро разъяснил им: «Ребята, оставьте этого парня. Вы ему не поможете. Лучше потратьте свое время на тех, кому вы можете помочь. Его мозг настолько поврежден, что все ваши попытки – это пустая трата времени».

Ну, разумеется, на следующем собрании они обсуждали, что делать с Уайти. Практически все хотели избавиться от него, чтобы не слышать его мычания на собраниях. Но был там один парень, который вычитал кое-что в Большой Книге, и он сказал: «Минутку, братва. Здесь сказано, что единственным требованием для участия является желание бросить пить, а Уайти хочет быть трезвым. Мы не можем его выгнать». И остальные согласились, что именно так сказано в книге, и не выгнали его. И нынче в медицине и в АА документально зарегистрирован факт, что через год Уайти приняла служить в морскую пехоту. Последнее, что я слышал – он заведует какой-то средне-западной газетой. Вот вам и чудо.

«Есть люди, страдающие от серьезных эмоциональных и психических расстройств, но многие из них все-таки выздоравливают, если у них есть такое качество, как честность. Истории из нашей жизни рассказывают в общих чертах, какими мы были, что с нами произошло, и какими мы стали. Если Вы решили, что хотите обрести то же, что и мы, и у вас появилось желание сделать все ради достижения цели» – *все ради достижения этой цели* – «значит, вы готовы предпринять определенные шаги». Для чего это написано?

Вам придется вернуться к началу второго параграфа Третьей главы и прочесть там: «Мы уже усвоили, что первым шагом к выздоровлению является полное осознание того, что мы – алкоголики». Зачем? Почему это там? К началу Третьей главы? Ведь Программа выздоровления в Пятой главе! Это в Третьей главе потому, что если мы алкоголики, то мы в ловушке, из которой нам не выбраться. Нам нужна помощь, но мы не можем получить ее до тех пор, пока не поймем, что она нам нужна. Замкнутый круг. Мы странная порода. Мы не слышим, пока мы не способны слышать, и не видим, пока мы не способны видеть. И не имеет никакого значения, кто и что нам говорит.

Например, несколько лет назад в штате Вирджиния я провел долгое время со звездой кино и телевидения; они с женой были алкашами, а я очень тепло к ним относился и надеялся, что мы добьемся хороших результатов. Днями мы просиживали в Ричмонде, штат Вирджиния, и трепались. И на все, что я говорил, жена этого человека отвечала: «А я так и живу. Мне это все давно известно». И в таких разговорах мы проводили каждое утро. Они не знали, что я знал, что они только недавно вышли из Меннингера. Оба! (Меннингер – для тех из вас, кто не знает – это «дурка».) Но они не слышали раньше, и они не слышали, когда говорил я. И вы услышите здесь многое из того, что, как вам покажется, вы уже знаете – может быть. А может, вы услышите многое из того, с чем



вы не согласны. Меня и это устраивает. Если вы не согласны и знаете, почему вы не согласны, может быть, вы должны тут стоять вместо меня, а я должен сидеть на вашем месте. Но пока что все будет, как есть.

Разумеется, еще одним условием является то, что трезвость должна быть главной целью. «Если Вы решили, что хотите обрести то же, что и мы, и у вас появилось желание сделать все ради достижения цели...» – это превыше всего. Я один из тех, кто уверен, что до тех пор, пока трезвость не является главной целью, у нас ее не будет. И если она перестанет быть главной, мы ее потеряем. Вот о чем здесь речь. Это позитив. «...и у вас появилось желание сделать все ради достижения цели, – значит, вы готовы предпринять определенные шаги. Некоторым из них мы противились. Мы думали, что можно найти более легкий, удобный путь. Но мы такого не нашли. Со всей серьезностью мы просим вас быть с самого начала бесстрашными в выполнении этих шагов и следовать им неуклонно». Здесь речь не о головной боли. Мы говорим о смертельной болезни, об алкоголизме. Вот для чего все это написано здесь. Нам нужна помощь, и мы должны понять, что она нам нужна прежде, чем мы можем получить ее, и это должно быть превыше всего.

«Некоторые из нас старались придерживаться своих старых представлений и не добились никакого результата, пока полностью не отказались от них». В книге не сказано, что полумеры дали нам 50%. Там сказано, что полумеры ничего нам не дали. *Ничего*. «Мы подошли к поворотному моменту. Все отринув, мы просили Его о попечении и защите». Мы отринули все. А до этого сказано: «Без помощи нам с ним не совладать. Но есть Некто всемогущий – это Бог. Да обретете вы Его ныне!» Это потрясающе. Великолепно.

Вот наша проблема. Мы в ловушке, из которой нам самим не выбраться. Мы уже обращались к людям за помощью. Когда я впервые услышал эти шаги, Первый и Второй

оказались решающими. Я знал, что проиграл бой жизни. Я не знал ничего об алкоголизме, но я знал, что бой жизни проигран. И я знал, что моя жизнь стала неуправляема мною. Я по-прежнему знаю это, и это никогда не менялось. Моя жизнь все так же неуправляема мной. Но это больше не является проблемой. Двойное признание: поражения в Первом Шаге и сумасшествия во Втором. Вот два огромных шага для алкаша, первые два. Бой проигран – номер один; ты сумасшедший – номер два. Итак, тебе нужна помощь, срочно нужна; и если ты такой же, как я, то ты уже ходил к проповедникам, священникам, докторам и тем, кто знает психиатрию наизусть, прежде чем ты оказался здесь, на Третьем Шаге. Но тебе нужна помощь, которую ни один человек не в силах дать. И тогда мы решаем препоручить нашу волю и жизнь Богу. Вот об этом следует побеседовать.

Это лучшее из того, что есть на Земле. Ничто несравнимо с чувством, которое мы испытываем, сделав это. Не когда *мы читаем* об этом, а когда *мы делаем* это. Отдаем себя целиком этой Программе. Принимаем решение препоручить нашу волю и нашу жизнь Богу.

Я не думаю, что кто-то в этой комнате, проанализировав себя, решил податься в Анонимные Алкоголики. Не верю, что даже один найдется. Если бы у меня была хоть какая-то возможность остаться там, где я был, я бы там остался. Мы не из тех, кто сдаются на каждом углу. Мы так не делаем. Но мы проиграли этот бой, мы сумасшедшие, и нам нужна помощь.

Я уже говорил, что лучшее из того, что могло произойти со мной за всю мою жизнь, – а мне семьдесят три – случилось в январе 1946 года, когда бутылка прибила меня окончательно, и было мне тогда сорок три. Я прочел статью Джека Александера из журнала «Ивнинг Пост» в марте 1941 года. Жена нашла ее, прочла и положила на подлокотник моего кресла, оставив открытой на нужной странице. Я пришел домой и

прочел эту статью. Я был пьян в стельку, когда читал, и, полагая, решил, что это очень полезная информация для тех, кому она нужна. Уверен, что именно так я и подумал. И вот пять лет спустя я «пришел в себя», ничего не помня после четырехнедельного запоя (моя последняя пьянка началась в пятницу перед Рождеством 1945 года, а «пришел в себя» я где-то в середине января 1946 года). Я не помню, ни сколько было на часах, ни какой это был день. Но за эти четыре недели то, что удерживало меня, сгорело дотла. И я принял тот факт, что все, чем я дорожил в этой жизни, исчезло, и должно было исчезнуть, и что я не заслужил возврата этих ценностей. Это включало мою жену, моих детей, мой дом, мою работу, мое здоровье, мое здравомыслие и мои деньги. Все это безвозвратно исчезло.

Я знал, что умру, потому что я уже был близок к смерти несколько раз. Однажды я упал лицом вниз на кухне, поси-  
нел, и родным пришлось вызывать «скорую» с кислородом, чтобы спасти меня. Врач, который мне тогда помог, сказал, что по всем признакам я был на том свете, и что они еле вытащили меня, и что никто не сможет снова оживить меня в такой ситуации. И еще он сказал: «На Вашем месте я бы больше не пил!» Он сказал это не кому-то, а мне. Но я снова напился. И я знал, что умру, и принял это. Но я не хотел помирать с таким послушным списком.

Теперь послушайте, потому как эта ситуация отличается от многих других. Я, честно говоря, и трезветь-то не хотел, потому что знал, что умру. Я для себя уже ничего не хотел, но я не хотел умирать с таким табелем о рангах. Я не хотел, чтобы жена и дети запомнили меня как пьяного, бормочущего заплетающимся языком идиота. И вдруг посреди всего этого я вспомнил ту статью из «Ивнинг Пост», и только две вещи, о которых в ней говорилось, что пьяницы помогают пьяницам не пить и что они называются Анонимные Алкоголики. И я сказал себе: «Если я доживу до того, чтобы выбраться из этой

койки, я найду Анонимных Алкоголиков». И мгновенно занавес упал – бум! – рухнул. У меня больше не было здравомыслия. Я был смертельно больным, пьяным и сумасшедшим; и мне предстояло долго умирать этой смертью.

С момента этого приговора и до сих пор я не пью. Это одна из причин, по которой я безоговорочно верю, что существует только одна преграда между мной и вами и между мной и Богом – это человеческое эго. Единственная преграда. Потому что сегодня я сижу в том же кресле, в котором я просидел десять лет как в Аду. В этом же кресле я уже двадцать девять лет сижу как в Раю. С креслом ничего не произошло. Ничего не произошло с моей женой. Ничего не произошло с моими детьми. Но что-то произошло со мной, доказывая, что Рай всегда был в этом кресле. С креслом ничего не случилось, я по-прежнему сижу в нем, и я в Раю. Вот почему в словах Большой Книги так много позитива. Полностью освободиться от себя – там сказано, отринув все. И препоручить нашу волю и нашу жизнь Богу.

Вот такая у нас проблема. Что-то должно произойти, чтобы мы избавились от одержимости, и именно для этого составлена Программа АА. Американская Медицинская Ассоциация (у нас здесь сегодня находятся одни из самых ярких ее членов) утверждает, что алкоголизм – это заболевание; у него есть симптомы, они лечатся, но не излечиваются, и если алкоголик хочет жить нормально, он не может сделать ни одного глотка спиртного. Но они не могут нам сказать, как не сделать этот глоток. А книга АА объясняет нам, как избавиться от одержимости, которая заставляет нас пить. Для этого и существует Программа АА. Чтобы избавить нас от безумия, вынуждающего нас пить.

Почему я сегодня трезвый? Хороший вопрос! Я, бормочущий заплетающимся языком пропойца-идиот. Почему я сегодня трезвый? Сегодня пятница. В четверг вечером мы стартуем, не так ли? Разогрев начинается в четверг,

в пятницу зажигаем на всю катушку, а в субботу расплата, ведь так? Трезвеем в воскресенье, слезаем помаленьку, чтоб до работы в понедельник добраться. Точнее, в некоторые воскресенья мы слезаем помаленьку, чтобы добраться до работы в некоторые понедельники. Так почему я сегодня трезвый? Потому что я нашел то, что искал в бутылке, – вот единственная причина. Единственная. Я нашел то, что искал в бутылке. Что же это? Большая Боль исчезла.

Вы знаете Большую Боль. Дети называют ее дыркой в животе, сквозь которую дует ветер, когда они стоят на углу улицы. Когда я услышал, как дети рассказывали об этом, я подумал, что они ходили на одно из наших собраний и услышали это там. Я был уверен, что они умыкнули это у кого-то из этих комнат. Но это не так. Я узнал, что именно детям принадлежит описание чувства, похожего на ветер, который дует сквозь большую дырку в животе, когда ты стоишь на уличном углу. Большая Боль – она исчезла. Я больше не в борьбе с собой, с вами, жизнью, Богом или Дьяволом. Я в мире с собой и с вами, и с моим Богом. Это единственная причина, по которой я сегодня трезвый.

Когда я говорю, что я алкоголик, это означает, что я не могу жить и пить, но и сам по себе я не в силах отказаться от выпивки. И это такая же правда сегодня, как и тридцать лет назад. В Первом Шаге сказано, что мы признали свое бессилие перед алкоголем, и что наша жизнь стала неуправляемой для нас. Я перерыл всю Большую Книгу и оригиналы рукописей, с которых она была напечатана, и последнее издание, но так и не нашел, чтобы там говорилось, что после десяти, двадцати или двадцати девяти лет трезвости моя жизнь станет управляемой для меня. Нигде такого не сказано – я искал – там этого нет!

И сверх того мой личный опыт после двадцати девяти лет трезвости подтверждает, что моя жизнь уже никогда не сможет быть управляема мной. Но, слава Богу, что это больше

не представляет собой проблему, потому что у меня есть Одиннадцатый Шаг; я уже двадцать девять лет живу с помощью этого Шага. «Стремилась путем молитвы и размышления углубить соприкосновение с Богом, *как мы понимали Его*, молясь лишь о знании Его воли, которую нам надлежит исполнить, и о даровании силы для этого». Я живу в полной уверенности, что он направит меня туда, куда надо, и именно так и происходит.

Вы можете спросить: а откуда ты знаешь, что это так? У меня элементарный ответ: мне еще никогда не было так хорошо. Это единственная хорошая жизнь, которую я когда-либо знал, единственная легкая жизнь, которая у меня была за всю мою жизнь. И у меня есть двадцать девять лет трезвого взгляда на то, что я имел в течение двадцати пяти лет, будучи пьяным или пьющим, и девятнадцать лет до этого. Вот и получилось, что это единственная хорошая и легкая жизнь, которую я имел. Настоятельно рекомендую ее. Таков способ избавиться от одержимости.

Вот шаги, которые мы *предприняли*. Мы трезвые. Не говорите: «Вот шаги, которые мы прочитали, или услышали, или выучили наизусть». Не говорите так. Не говорите: «Вот шаги, которые мы интерпретировали». Этого нет у нас в книге, так что не говорите этого. Не говорите: «Вот шаги, которые мы заманили Бога сделать за нас». Были тут разные люди, считающие себя экспертами интерпретации шагов. Один парень из долины некоторое время продавал свои интерпретации и учил, как делать по ним шаги, а потом он сорвался! Его меры отправились псу под хвост. В книге так не сказано. Там говорится: «*Вот шаги, которые мы предприняли...*», а предпринять их мы должны потому, что мы в ловушке, из которой нам самим не выбраться. Нам нужна помощь, получить которую мы не можем, пока не осознали, что она нам нужна.

Первые три шага – это шаги решения. Четвертый и Пятый – шаги действия. Мы «глубоко и бесстрашно оценили себя

и свою жизнь с нравственной точки зрения». Мы пишем – книга однозначно говорит о том, что все это следует написать. У нас получается правильно, если мы пишем. Это занимает чуть дольше, но нам это на пользу, поэтому мы пишем. Так как это моральная инвентаризация, нет нужды описывать каждую ситуацию, в которой мы пошли налево там, где должны были пойти направо. Это не значит, что мы обязаны перечислить все, что мы украли, или каждую сказанную нами ложь, или каждый раз, что мы напивались. Суть не в этом. Но мы должны написать достаточно, чтобы увидеть, что являлось побуждающим нас фактором. Нашей движущей силой. Конечно, если мы хотим упрощать, то все сводится к одержимости, которая является нашим эго. Все они будут сведены к попыткам удовлетворить его, а это невозможно сделать. Итак, мы пишем, а потом мы делимся этим. Мы признаем это перед Богом, собой и другим человеком. Этот другой человек выводит нас на нужную позицию. Я могу признать перед Богом и собой, оставляя это в тайне! Никто, кроме меня и Бога, не знает. Но если я разложил всю эту грязь перед другим человеком, и после этого у меня осталась хоть капля эго, то я ничего не сделал! Этот шаг убивает эго.

Итак, мы пишем, потом мы делимся этим, а потом мы должны избавиться от этого, и мы избавляемся. Я везде встречаю людей, которые ломают головы над тем, как избавиться от одержимостей – от недостатков. Готов поспорить, что миллион часов было потрачено на споры о том, почему в Шестом Шаге сказано: «Полностью подготовили себя к тому, чтобы Бог избавил нас от наших недостатков», а в Седьмом Шаге сказано: «Смиренно просили Его исправить наши изъяны». И миллион часов потрачено на вопрос: «Какая разница между «недостатками» и «изъянами?» Должна же быть какая-то разница! Я спросил Билла, и он сказал: «Я не знаю, но, по-моему, я просто не хотел закончить два рядом стоящих предложения одинаковым словом. Они означают одно и

то же». Вам не кажется, что теперь дебаты по этому поводу можно прекратить?

Но главное, что мы приготовились избавиться от них, и мы от них избавляемся. Если бы мы могли справиться с нашими недостатками, мы бы избавились от них до того, как пришли сюда. Я не скакал от радости и не визжал от восторга: «Ой, как здорово, что я пойду к Анонимным Алкоголикам!» Уверен, что и моя мать не растила меня для того, чтобы я стал членом АА. Ей девяносто шесть, и она до сих пор не верит в это! Когда я говорю: «Я трезвый двадцать девять лет», она отвечает: «Ну и что в этом особенного, я трезвая девяносто шесть лет!» Короче, мы приготавливаемся избавиться и избавляемся от наших изъянов.

Теперь у нас остались еще два самых лучших шага. Самые эффективные шаги из всей Программы, дающие незамедлительные результаты, – это Восьмой и Девятый. Мы «составили список всех тех людей, кому мы причинили зло, и преисполнились желанием загладить свою вину перед ними. Лично возмещали причиненный этим людям ущерб, где только возможно, кроме тех случаев, когда это могло повредить им или кому-либо другому». Если вы еще не сделали этого, сделайте. Сделайте как можно быстрее. Гора весом во весь мир упадет с ваших плеч, если вы честно сделаете Восьмой и Девятый.

Я расскажу вам одну коротенькую историю. Многие из вас знают ее, но я до сих пор обалдеваю от нее. Лет десять назад в пятницу вечером мне позвонил один парень из Уиттиера и сказал: «Чак, я сижу здесь с заряженным револьвером и собираюсь застрелиться. Но Джим сказал, чтобы я поговорил с тобой прежде, чем я это сделаю, и он дал мне твой телефон; вот я и звоню, чтобы поговорить. Что скажешь?» И я ответил: «У меня сейчас нет времени! Я выступаю на собраниях сегодня вечером, завтра вечером и в воскресенье вечером, но в понедельник вечером я свободен. Если хочешь встретиться,



приходи ко мне в понедельник. Ну а если не хочешь, то стреляйся». Именно так я ему и сказал. В 7:30 вечера в понедельник раздался звонок в дверь, и парнишка вошел ко мне. Здесь надо кое-что пояснить. Джим уже много лет является мужем Сибил. А она четырнадцать лет проработала у нас в Центральном Офисе; а Джим заядлый игрок, который создал общество Анонимных Игроков и написал их книгу. Позже он оказался еще и алкоголиком, и, позвонив мне однажды, сказал: «Приезжай, забери меня». Я спросил: «Где ты?» Он был в своем офисе в Пико, и я приехал и забрал его. Он протрезвел. Сейчас он болен и плохо видит, но он трезвый. Я говорил с ним на днях по телефону, и он был в хорошем настроении.

Короче, Джим сказал этому пареньку, что сам он не только алкоголик, но и заядлый игрок. И он также сказал, чтобы тот поговорил со мной, прежде чем наложит на себя руки. И вот он здесь. Ну, мы стали беседовать, и в 2:30 ночи мы оказались как раз там, где мы сейчас – на Восьмом и Девятом Шаге, – и я втолковываю этому дурику: «Вот что тебе придется сделать. Ты проиграл много денег, которых у тебя нет (а он проиграл их профессиональным игрокам). Это не очень хорошо для здоровья и не способствует долголетию». Продолжаю объяснять ему: «Короче так, слушай сюда. Тебе придется пойти к этим людям и сказать: «Я не тот, за кого себя выдавал. Я алкоголик, и я нашел способ, который, может быть, даст мне возможность жить только сегодня трезвым до конца моей жизни. Но одним из условий является то, что я обязан возместить причиненный ущерб, и именно поэтому я пришел к вам. За мною долг. Я должен вам деньги, и я заплачу вам, как только смогу, но сейчас у меня их нет». А он мне говорит: «Чак, я не могу, они меня убьют!» Тогда я ему сказал: «Ну и что? Зато ты грех самоубийства не возьмешь на душу!» И он засмеялся, и до сих пор смеется. И с тех пор, как он ушел от меня, он ходит по улицам свободным человеком и продолжает смеяться, и он по-прежнему трезвый. Он расплатился

с ними, никто его не убил. Удивительно. Так что, если вы еще не сделали Восьмой и Девятый Шаг, сделайте. Гора с плеч, когда сделаете.

В заключение хочу сказать, что Алкоголизм прорезал наше общество сверху донизу. Мы люди разных профессий, разных уровней богатства и бедности, разных вероисповеданий. Среди нас есть ученые и банкиры. Ни один из нас не пришел бы сюда, если бы мог избежать этого. У нас проблема, которую ни вы, ни я не в силах разрешить. Нам нужна помощь. И эти первые девять Шагов расчищают путь, потому что это Шаги, которые помогают нам сдаться. Шаги капитуляции. А капитуляция отворяет нам двери к помощи; потому что сам Бог не может помочь нам до тех пор, пока мы не позволим ему это сделать. Осознание того, что помощь необходима, препоручение нашей воли и нашей жизни Богу и расчистка обломков нашего прошлого являются началом победы. Это чудесно. Не бойтесь этого.

Я уверен, что все мы должны делать это, не относясь к этому слишком серьезно. Когда мы слишком серьезны, то ничего не происходит. Если мы ищем что-то слишком усердно, то мы никогда не находим то, что ищем. Я искал это тридцать лет, прежде чем оказался здесь, и я не смог найти. Я не искал этого, придя сюда, но это нашло меня, или мы нашли друг друга. Я не искал ничего, кроме способа жить сегодня без выпивки, чтобы я мог хоть как-то подчистить свой послужной список. А вообще-то я хочу, чтобы нам с вами было весело здесь. Так что не будьте слишком серьезными. Полагаю, вы знакомы с Правилом 62. Некоторые заказывают его себе на машину как номер. Правило 62. Хорошее правило. Есть такая маленькая зеленая книжечка, и на обложке написано: «Правило 62». А когда ты ее открываешь, то все страницы в ней пустые, кроме той, что посередине. И на ней написано: «Не принимай себя всерьез!» Именно это мы и хотим сделать: повеселиться, не быть слишком серьезными, но отдавать себе отчет в том, что

у нас проблема, с которой нам самим не справиться. И прежде, чем мы тут закончим, – понять, что-то, что я не могу, мы можем с Божьей помощью.

## ЗОЛОТОЙ КЛЮЧИК

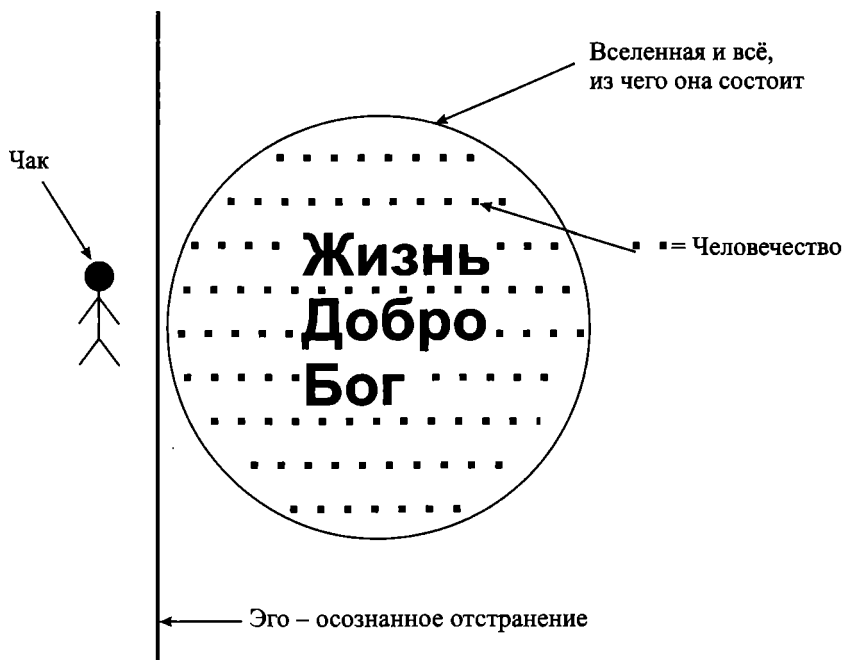
Я думаю, что если мы слушали, то нам ясно, что на самом деле у нас жизненная проблема, которая требует жизненного решения. Я считаю, что как для неалкоголика, так и для алкоголика нет жизненного ответа, в котором отсутствует личное удовлетворение, то есть осознанная связь с Богом, создавшим нас, во всех аспектах нашей жизни. Во всех ее аспектах. Без этого, как мне кажется, ответа ни для кого из людей существовать не может. Потому что двадцать девять лет, прожитых с такими людьми, как вы, убедили меня вне всяких сомнений, что все мы дети Божьи. Если один из нас дитя Божье – все мы такие, а если хоть один из нас не такой, то все мы не такие. Совершенно независимо от того, верим мы в это или нет, нравится нам это или нет. Даже если мы отрицаем это, нам все равно не изменить реальность нашего существования. Мы дети Божьи. Все мы.

Жить в одиночестве не нормально и не естественно. Основная масса таких, как мы проводили большую часть своей жизни в одиночестве. Я был одинок сорок три года, постоянно стремясь быть причастным, но находясь в стороне. Это ненормально. Сторониться Отчего дома ненормально. А приходиться к Богу, сотворившему нас, так же естественно, как дышать. Так должно быть. Избегать этого ненормально. Значит, нашей проблемой является сознательный уход, а решением – сознательная связь.

Меня иногда обвиняют в том, что я хожу по воде. Некоторые считают, что я перегибаю насчет духовности. Я не согласен с ними. Я просто знаю, что ничего кроме духовности нет. Это все, что есть – и больше ничего. Поэтому я склонен двигаться в этом направлении. Но я никогда не слышал никого из выступающих на собраниях, включая меня самого, кто бы так настойчиво утверждал это, как это утверждает книга «Анонимные Алкоголики». Вот пример из второй главы, которая называется «Выход есть». Там говорится: «Разные люди расскажут о своем жизненном опыте» (речь об историях в конце

книги). «Каждый из них, рассказывая историю своими словами и со своей точки зрения, описывает путь, приведший его к общению с Богом». Вот, что там сказано. Во второй главе. «Путь, приведший его к общению с Богом». Это и есть ответ. Сознательный уход – это проблема, сознательная связь – это ее решение.

У меня тут есть диаграмма, которая показывает, о чем я вам толкую. Круг, который я изобразил, в моем понимании, – это Вселенная и все, из чего она состоит. Абсолютно все – больше ничего нет. Это все.



Те три слова в кругу «Жизнь», «Добро» и «Бог», по моим понятиям, являются синонимами. Они все означают одно и то же. И это все, что есть, – больше ничего нет. Вертикальная линия представляет собой осознанное отстранение, или, как мы уже говорили, – это человеческое эго. Это единственная

преграда между мной и вами и между мной и моим Богом. И я там за ней в полном одиночестве. Я провел за этой чертой сорок три года. И это реальный опыт, но это не реальность. Мы уже говорили, что человеческое эго невозможно удовлетворить, но когда мы сдаемся, оно оказывается за бортом, правда, временно. К сожалению (хотя я считаю, что к счастью), оно возвращается. Нам надо сдаться навсегда, но, насколько мне известно, необходимость сдаваться никогда не прекращается для нас. Когда исчезает эго, ты просыпаешься в середине этого круга и ощущаешь себя причастным к Жизни, Добру и Богу, а не в стороне от них. Нет жизни в стороне от Бога. Ведь Бог – это и есть жизнь, а мы живы, и значит, мы его составная часть.

В Нем мы живем и двигаемся, в Нем наше Существо. Это и есть правда жизни. Плотник сказал: «Кто из вас, постаравшись, может прибавить себе роста хоть на один локоть?» Я полагаю, это значит, что ты не можешь изменить своей реальности. Ты можешь только изменить свой опыт этой реальности. За сорок три года я получил реальный опыт, но к реальности это не имеет никакого отношения. А она пришла ко мне в кровати в январе 1946 года.

Но я тогда не знал об этом. Не знал. Я узнал об этом спустя какое-то время. Сразу после разговора со мной моя жена поняла, что что-то произошло. Я не знал; зато она знала. Потому что я позвал ее и сказал: «Милая (а ведь она собиралась разводиться со мной), для меня больше не имеет абсолютно никакого значения, буду ли я жить под этой крышей. Это не важно. Пока мы живы, я больше никогда ничего у тебя не попрошу, кроме одного. Если я могу хоть что-то дать тебе в этой жизни, позволь мне сделать это». На этом мы закрыли тему и больше никогда не возвращались к ней.

Она знала, что что-то произошло, а я не знал. Я позвал детей и сказал: «Мальчики, в этом доме больше нет отца. Вы можете не любить меня и не слушаться. Пока вы живы, я не

попрошу у вас ничего, кроме одного. Если у меня есть хоть что-то, будь то деньги, совет или кровь, которые помогут вам в жизни, позвольте мне дать это вам». И мы закрыли эту тему и больше никогда к ней не возвращались. Они были слишком молоды, чтобы знать, что что-то произошло со мной.

Я приехал в офис еще до того, как я пришел на собрание АА, потому что мой босс сделал для меня доброе дело в пятницу перед Рождеством 1945 года. Он позвал меня и сказал мне (вместо того чтобы пристрелить меня): «У тебя было много неприятностей в этом году». Он ничего не сказал про бухалово, но он знал, что я знаю, что он подразумевает под «неприятностями». Но, будучи неалкоголиком, он сказал: «Я догадываюсь, что с тобой. Ты слишком перегружен, и я решил слегка облегчить твою ношу». И вместо того чтобы пристрелить меня, на что он имел полное право, он дал мне три тысячи долларов как рождественский подарок в пятницу перед Рождеством 1945 года. Если вы когда-нибудь квасили, то вам должно быть известно, что хуже, чем невезение для любого пропойцы, это когда ему везет. Короче, я напился по дороге домой и не появлялся на работе до конца января, а босс, видать, по мне соскучился. Мне сообщили, что он сказал, что если я появлюсь в офисе, то он вышвырнет меня в окно. А окно, о котором идет речь, даже не открывается! Там панель из стекла.

Итак, я притащился туда еще до того, как попал на первое собрание Анонимных Алкоголиков, потому что я не знал, где вас искать, но зато я знал, где мой офис. И я пришел туда, зная, что он выбросит меня в окно, но я ничего не мог поделать, потому что он заплатил мне за то, что я не сделал. Если бы он действительно решил вышвырнуть меня из окна, я бы не смог защитить себя даже с оружием, потому что я был слишком слаб; я был в плохом состоянии. Я ведь только отошел от четырехнедельной отключки. На мое счастье я был на телефоне, когда он пришел, и так как у него было время,

он отодвинул мои чертежные доски и все, что было на пути к окну. Как только я повесил трубку (кстати, это был его телефон; а, будучи человеком бережливым, он не хотел выкинуть его в окно вместе со мной), он был готов сделать то, что обещал. Он собрался сказать что-то, но я прервал его: «Виктор, оставь меня в покое. Я больше не работаю у тебя. Я здесь, чтобы разобрать все на своем столе. И, кроме этого, я должен отработать то, за что ты мне уже заплатил в прошлом году. Как только я рассчитаюсь с тобой, я тут же сам уберусь отсюда, и тогда мы не будем должны друг другу ничего. Но, ради Бога, оставь меня в покое. Я обязан рассчитаться с тобой». И он ошарашенно спросил меня: «Что с тобой, Чарли?» Я ответил: «Не знаю». Но он знал, и не вышвырнул меня в окно.

Все эти люди и многие мои клиенты знали, что со мной произошло что-то задолго до того, как я понял это. Порой я сидел с кем-то во время ланча, беседуя о бизнесе, и вдруг этот человек говорил: «Чарли, что с тобой случилось? Я знаю тебя уже двадцать пять лет, но я не узнаю тебя». А я отвечал: «Не знаю», и я не знал. А случилось вот что: мое эго исчезло, и постепенно я очнулся в том самом кругу, будучи причастным, а не отстраненным.

В отстранении нет жизни, она существует только в причастности. Так что внутри круга на картинке находится все человечество. Я в нем одна из точек, и каждый из вас в нем представляет собой точку. В Библии сказано, что Бог это Жизнь, а ведь мы с вами живы. Вот и получается, что Бог – это то, чем являюсь я и то, чем являетесь вы. Вот что означают слова «как мы Его понимали» в нашей книге. «Как мы Его понимали» не относится к нашему пониманию бесконечности. Это относится только к необходимости личного опыта. Мой Бог. Твой Бог. Необходимость личного опыта. До прихода сюда я тридцать лет искал вашего Бога и не мог найти Его. А когда я пришел сюда, уже не ища его – мы нашли друг друга.



Мы должны найти Его там, где Он есть, а Он здесь, во мне и в вас. Так что каждый из нас должен найти своего.

Тут есть один человек, который ругается со мной из-за того, что я цитирую. Он говорит: «Терпеть не могу людей, которые цитируют Библию». А я отшучиваюсь: «Это потому, что ты не знаешь никаких цитат из нее». А потом я вынужден объяснять свою позицию. Единственная причина, по которой я пользуюсь этими цитатами, заключается в том, что они выражают то, что я хотел бы сказать лучше, чем я могу это сделать, вот и все.

Ведь все, что я рассказываю, является моим личным опытом. Все, чем я делюсь с вами, стоя здесь, произошло со мной. Но при этом многие библейские цитаты мне нравятся. Например, апостол Павел сказал: «Так же как и у вас есть тело и состоит оно из многих частей, и все эти части разные, и назначение их различно, но при этом все они вместе составляют единое целое, таковы и мы во Христе». Вот что это такое. Все человечество вместе взятое составляет Христа. Христос второй в Троице: Бог Отец, Бог Сын. А все мы вместе составляем Христа, каждый из нас. Все мы дети Божьи, и вместе мы составляем единого Сына – это и есть круг.

Осознанное понимание этого является разницей между Адом и Раем. Я верю в то, что перевоплощение из состояния сознательного ухода в сознательный союз становится возрождением, то есть рождением Христа во мне и в вас. Я считаю, что это должно произойти с каждым. Мы самые счастливые из всех Божьих детей, потому что у нас кончились и время, и люди, и места, и вещи, и деньги, и горячее. Нам больше некуда идти, и мы приходим в АА за трезвостью. И мы делаем то, что нам говорят такие люди, как вы, – уже сделавшие это трезвые пропойцы. И они трезвые. И они говорят: «Если вы хотите то, что есть у нас, то делайте это». И мы хотим и делаем это ради того, чтобы быть трезвыми. И много чего происходит с нами. Мы становимся трезвыми. А все связанные с пьянством расстройств исчезают.

У меня фетиш на это дело. Потому что нынче развелось так много экспертов по этим расстройствам, что стало трудно-вато найти умеющего разговаривать с пьянью! Мне придется поделиться с вами, потому что я не могу держать это в себе. Вообще-то мне бы следовало не говорить никому об этом, потому что я не должен был этого делать.

Я пришел к одному человеку в госпиталь, где у них была реабилитационная фигня для алкоголиков, типа ремонт-починка, но этот парень в ней не участвовал. Хоть он и был алкашом, но там оказался по другим проблемам со здоровьем. Я побыл у него, а уходил как раз через то место, где они проводили этот концерт для алкоголиков; и люди там узнали меня и стали говорить: «У нас тут сейчас идет сеанс терапии, так почему бы вам не заглянуть туда? Может, зайдете?» И я ответил: «Если только не помешаю».

Меня привели туда. А там терапевт, одна из нас, втолковывает дюжине синяков, как совладать с такими эмоциями, как ревность, злость и негодование. Как справиться с ними. Я сидел и слушал, сколько мог, а потом я поступил очень плохо. Я просто встал и сказал: «Одну минутку! С чего вы взяли, что можно справиться с такими эмоциями, как ревность, злость или негодование? Если бы мы могли справиться с ними, мы бы справились двадцать лет назад. Вы не можете с ними справиться. Вам придется избавиться от них. Они дети эго. Они являются нашей одержимостью. И единственный способ избавиться от них – это избавиться от эго, полностью сдавшись». И вдруг я вспомнил, что я вообще не должен быть там, и я ушел (прежде чем меня выгнали!). Обратно меня пока что не позвали! Но я уверен, что, как всем нам говорили, перевоплощение из состояния сознательного ухода в сознательный союз должно произойти с каждым из нас: вам придется родиться заново. И нам очень повезло, что нам *необходим* ответ для того, чтобы выжить. Это здорово.

Мы уже говорили о том, что мы пишем свою инвентаризацию и делимся результатами, а потом избавляемся от нее. Отдаем ее. Мы «полностью подготовили себя к тому, чтобы Бог избавил нас от наших недостатков. Смиренно просили Его исправить наши изъязны». Я уверен, что это единственный путь избавиться от них. Единственный. А как я знаю, что я от них избавился? Это просто: если у меня их больше нет! Ошарашивает, не правда ли? Если они у меня есть – я от них не избавился. Так что мне придется продолжать работать над ними до тех пор, пока они не исчезли, потому что если я от них избавился, то их больше нет. Они исчезают на время, но потом снова появляются, потому что возвращается эго, от которого мы можем избавиться только постоянной капитуляцией.

Программа Анонимных Алкоголиков дает нам новую движущую силу и новую структуру действий во всех наших жизненных делах. Так мне это объяснил лет двадцать тому назад Святой Отец Эд Доулинг. Дело было на банкете очередной годовщины АА, в Сент-Луисе, где он жил. Те из вас, кто читал книгу «АА взрослеет», знают, что он был священником-иезуитом, но не был алкоголиком. Он был как бы в АА, а точнее, с нами с самого начала. Мы были близки с ним, и я любил его, а он меня. Он сказал мне однажды: «Чак, твоим крестом был алкоголизм, а моим – слабость веры. Я выучил все, что было нужно, и был посвящен в духовный сан, но при этом ни во что не верил». Фиговая позиция, если вдуматься. Восемнадцать лет он изучал все эти дела, в духовный сан его посвятили, а он ни во что не верит. И он сказал мне: «Я стал верить, когда увидел, что происходит со всеми вами в сообществе Анонимных Алкоголиков».

Сильно сказано. «Я стал верить, когда увидел, что происходит со всеми вами в сообществе Анонимных Алкоголиков». После банкета мы пошли выпить кофе. Моя жена предложила: «Чак, давай пригласим Отца Эда пойти с нами на

кофе». И я ответил: «Конечно, давай, милая, пригласи его!» Я не хотел услышать отказ. Я ведь из обидчивых алкоголиков! Ну, жена позвала его, и он пошел с нами. А когда мы сели за столик, он стал безостановочно забрасывать меня вопросами. Я каждые пятнадцать минут говорил ему: «Рассказали бы Вы что-нибудь, Святой Отец. Я и так весь вечер говорил. Теперь Ваша очередь. Я люблю Вас слушать». Но он продолжал задавать вопросы, и последний из них был: «Чак, расскажи мне про семью. Что произошло в семье?» И я ответил: «Нет, Святой Отец, я не буду Вам рассказывать. Миссис Ч. здесь, пусть она расскажет».

И жена рассказала ему, что произошло в семье. А он сидел, слегка приоткрыв свой маленький рот и задумчиво глядя в окно. Это была его очаровательная привычка: его рот становился как бутончик розы и он задумчиво смотрел куда-то в пространство. Наконец он повернулся ко мне и сказал: «Знаешь, Чак?» Я спросил: «Что, Святой Отец?» И он сказал: «Иногда я верю, что Рай – это всего лишь новые очки». Я думаю, что это одно из самых мудрых высказываний, которое мне когда-либо довелось услышать. Это именно то, чем Программа АА явилась для меня. Я спросил у моей жены: «Дорогая, а в чем разница?» Эта Программа является новой движущей силой и новой структурой действий.

Все, чему меня ребенком научили дома, в школе и в церкви, пришлось обернуть вспять, когда я стал старше. Абсолютно все. Не осталось ничего из того, чему меня учили, кроме таблицы умножения. Это все. Остальное пришлось изменить. Мы уже говорили о чувстве необходимости быть умней, результативней и изворотливей остальных, чтобы кое-как влачить жалкое существование в этой враждебной вселенной. И мы вернемся к этому, когда будем говорить про «АА в бизнесе», так что пока пропустим это. Одна сторона моей семьи была из южных методистов, а другая из ярых баптистов, которые хуже ведьм. Нас учили, что все, что

происходит с нами, должно произойти между колыбелью и могилой, и что в жизни есть только одна важная вещь. Сама жизнь ничего не стоит; «Завеса слез» – так они называли ее. Единственное, для чего она была нужна, – это подготовка к смерти. Смерть была самой важной, и все вознаграждения ты получал, попав в Рай; ну, а если у тебя не получалось, то в Ад. В адов огонь. Нас учили, что мы должны заслужить, заработать милость Божью и быть достойными ее. И это пришлось изменить. Видите ли, если бы мы должны были заслужить, заработать Божью милость или стать достойными ее, то первый алкоголик никогда бы не протрезвел.

Билл Уилсон был агностиком, и когда его разговор с Эбби дошел до упоминания о Боге, Билл выключил слуховой аппарат и углубился в джин (он попивал тот джин, от которого Эбби отказался). Эбби обрел трезвость в оксфордском движении, и у них тоже был свой Бог. Вот откуда пришло «как мы понимали Его», из оксфордского движения и от Джима Бурвелла.

Так что, когда Эбби заговорил про Бога, Билл продолжал пить джин, и прежде, чем кто-нибудь глазом успел моргнуть, оказался в городском госпитале, где он услышал доктора Силкуорта. Доктор Силкуорт – единственный из начального состава этой шайки, с которым я не был знаком лично, и я очень жалею об этом, потому что он жил долгое время после того, как я уже пришел в АА. Я никогда не встречал «Силки», но уверен, что он был мужик что надо. Бил слышал, как Силкуорт сказал Лоис, жене Била, что единственное, что она может сделать, это просто облегчить ему жизнь, потому что ему осталось не более шести месяцев, после чего ей придется либо похоронить его, либо посадить его в дурдом. Диагноз – необратимое сумасшествие. Билл тогда чувствовал себя не лучшим образом, будучи на тяжелых отходняках со страшного запоя, и был явно не готов к таким новостям. И он сказал себе: «О-о... Я уже перепробовал все, что

только можно, кроме этой затеи с Богом, про которую говорил Эбби». А когда он предстал перед возможностью сумасшествия или алкоголической смерти, ему мало что оставалось кроме как попробовать то, о чем говорил Эбби. Полностью отринув все, а главное самого себя, он сказал: «Боже, если ты есть, покажи мне себя». И БУМ! Случилось! Он испытал это на себе – чувство, известное многим из нас. И с момента этого озарения он больше никогда не пил.

Когда Силкуорт снова пришел проведать его, Билл рассказал ему о том, что с ним произошло, и спросил: «Доктор, как Вы думаете, это действительно случилось, или у меня опять галлюцинации?» А Силкуорт ответил: «Билл, я не знаю, что это, но держись за это. Потому что впервые с момента нашего знакомства я слышу от тебя что-то разумное!» А ведь у Билла не было времени заработать, заслужить или быть достойным. У него не было времени ни на что, кроме полного отречения от всего, чем он являлся. Там отсутствовал инстинкт «выгоды».

Если бы требовалось понимать Бесконечность для того, чтобы быть здесь, меня бы тут не было. Я использовал все, что у меня было, и проиграл. И тогда я сказал: «Если я выберусь из этой постели, я найду АА». И с той секунды по сегодняшний день я не пью и не глотаю пилюли. Простая *готовность* прийти сюда оказалась ключевой в моем случае. Ничего не было заработано или заслужено, и я уж точно не был достоин. Я дожил до шестидесяти пяти, прежде чем понял, что слово «милость» означает подарок. Бесплатный подарок. И никто из нас не может заработать бесплатный подарок.

Есть еще одна чрезвычайно важная для меня вещь. Когда я наконец-то понял, что я трезвый, то я стал пытаться делать Одиннадцатый Шаг, а там сказано: «Стремилась путем молитвы и размышления...», и я думал, что мне придется «молиться и размышлять». Но у меня голова – «Гранд Централ»; она только позже изменилась. А «Голова Гранд Централ» – это когда десять тысяч мыслей мечутся в твоей голове

одновременно, но ни одну из них ты не можешь удержать ни на секунду. А я знал, что мне надо «молиться и размышлять», потому что там сказано: «Стремились путем молитвы и размышления...». Вот сижу я дома в том самом кресле, пью чай и стараюсь медитировать. И у меня полный бардак! Но потом пара библейских историй пришли мне на ум, и я не променяю их на миллион баксов за штуку. Первая была такой: кажется, Плотник шел куда-то по дороге однажды утром и кто-то, желая чего-то, окликнул его: «Хороший человек, Хороший человек». А Плотник подошел к нему и, посмотрев на него, сказал: «Почему ты называешь меня хорошим? Есть только один хороший, и это Отче Наш». Напомню вам, что это сказал Плотник.

А позже какой-то дурик подошел к нему и сказал: «Эй, братишка, ты творишь фантастические чудеса. Как это тебе удастся?» И Христос ответил: «Иди торгуй своими бумажками. Я ничего не делаю. Сам я ни на что не способен. Это Отец внутри меня. Он творит чудеса». И я не взял бы по миллиону за каждую из этих историй потому, что, вспомнив их, я тут же сказал себе: «Если для него этого достаточно, то и для меня этого тоже будет достаточно». У меня отпала надобность пытаться быть хорошим или пытаться стать совершенным. Вы понимаете? Если это достаточно хорошо для Него, то это достаточно хорошо для меня.

С тех пор и по сей день я живу, полностью полагаясь на Его руководство и указания. Я слегка изменил Одиннадцатый Шаг для себя. Теперь, вылезая утром из кровати, я говорю: «Отец, я готов к исполнению обязанностей. Я тут буду все передвигать и буду пытаться делать все лучшим образом, ну насколько я способен, а у тебя я только прошу немножко руководства, указаний и сил, чтобы исполнить все это. Большое Тебе спасибо». И я занимаюсь своими делами, полностью полагаясь на Его руководство и указания. Это так в бизнесе, в АА, на отдыхе, дома и на работе. И я получаю то, что прошу.

Люди спрашивают меня: «Откуда ты знаешь?», а у меня есть очень простое мерило: мне еще никогда не было так хорошо. Это единственная легкая жизнь, которую я когда-либо знал, единственная хорошая жизнь, которая была у меня за всю мою жизнь. Это единственное мерило, которое мне требуется.

А еще мне говорят: «Я молюсь о знании его воли, которую мне надлежит исполнить, и о даровании силы для этого. Мне кажется, что он дает мне направление, но откуда я знаю, моя это воля или Его?» Это хороший вопрос, и у меня для себя есть на него простой ответ: если это важно лично для меня, то это моя воля. Если это важно для меня, то это удовлетворение собственного «я». И если я молюсь о чем-то, то только не для себя. Я молюсь только о том, чтобы я был нужен вам.

Возможно, вы подумали: «Вот мы здесь собрались. А почему ты не открываешь и не закрываешь каждое собрание здесь молитвой?» Да потому что я считаю, что каждое наше собрание и есть молитва. А если рассматривать это на более глубоком уровне, то каждая серьезная мысль – это молитва, даже волнение по какому-то поводу – это молитва о том, что мы не хотим, чтобы случилось. Предварительные опасения обычно создают то, чего боишься. Именно создают. Старик Иов сказал: «Боже, то чего я боялся, случилось». Предварительные опасения создают то, чего мы боимся.

Прежде чем мы двинемся дальше, я должен вам сказать, что я не верю в капризного Бога. Я не верю в Бога судящего, карающего и награждающего, но я знаю, что многие из вас верят в него, а я не верю. И я бы хотел объяснить вам почему. Во-первых, если существует нечто, кроме Бога, то Бог не бесконечен. Если бы было «нечто отличное от», то Бог не был бы бесконечен; Он был бы ограничен. В Библии сказано: «В Начале Бог...». Бог плюс ничто дает в сумме только Бога. «В Начале Бог...». Так что, я считаю, что ничего «отличного от» не существует. Бог это все, что есть, и нет ничего больше.



Скорей всего процесс созидания проходил следующим образом: Бог думает и Сам становится тем, о чем он думает. Помните, когда маленький мальчик спросил учителя: «А где стоял Бог, когда он создал Землю?» Обалденный вопрос, не правда ли? Где Он стоял, когда создал Землю? Не мог же он стоять на куске глины из реки Миссисипи. Он же тогда еще не создал эту реку! А ему не надо было ни на чем стоять. Он думает, и Сам становится тем, о чем он думает.

Платон восемнадцать сотен лет тому назад думал, если не ошибаюсь, что во вселенной где-то около ста двадцати звезд. Он посчитал их с помощью самодельного маленького телескопа. Через какое-то время Галлилей решил, что на небе приблизительно пятьсот звезд. На сегодняшний день говорят, что число галактик бесконечно. Бесконечно! Короче, увеличилось слегка. Знаете, когда я смотрю на все вокруг, то вижу Бога. Тело Божье – создание такое же, как наше тело. Осознаешь это и говоришь: «Вон старина Кис; но это вовсе не он – это то место, где Кис живет. Когда он оттуда съедет, это тело вернется к первичным элементам, из которых состоят горы и кочки. Одно и то же. Так что тело реально настолько, насколько ему положено – в состоянии постоянного изменения. Именно поэтому Плотник сказал: «То, что сделано, не сделано из того, из чего оно выглядит сделанным». Это свидетельство тела Божьего. И как таковое, это самое прекрасное, что я когда-либо видел. Хотелось бы поговорить об этом более детально. Это потрясающая вещь.

Мы дублируем Бога в нашем маленьком мире. Мы думаем, и сами становимся тем, о чем мы думаем. Например, мы с вами хорошо знакомы с тем, как пить виски, и бормотуху, и самогон. Я, помнится, дорвался до Белой Молнии – 73°, а потом и все 85°. Чудесная штучка, я ее пил из банки из-под варенья. Просто прелесть, как вмажешь – сразу появляется складка на переносице. Хлебаешь большими глотками – ах, красота! Уж это пошло делало свое дело исправно.

Вот так мы думаем, и становимся тем, о чем мы думаем. Через какое-то время все алкаши становятся похожи друг на друга. Мы все начинаем выглядеть одинаково. У всех у нас появляется фиолетовая цветная капуста на носу, у нас на рожах все написано, и еще у нас выпирают маленькие кругленькие животики. Все мы становимся похожи друг на друга. Увидишь кого-то из нас, сразу скажешь: «вон идет бухарик, глянь на алкаша». Все гурманы похожи. Мы становимся рыхлыми, вялыми и добродушными, потому что все равно морду набить никому не сможем. Мы все похожи. Мы думаем и становимся тем, что мы думаем.

Я начертил каждый магазин, который мы открыли. Для каждого клиента я делал отдельный план своими руками. Я проектировал отделы и рассчитывал необходимое для них пространство. Я проектировал складские помещения в зависимости от количества поставок в каждый магазин. Я делал разметку для электрики и трубопровода. Потом я отдавал это архитекторам, которые вместе со строителями возводили объект, а я поставлял все для внутренней отделки. И после всего этого туда завозились продукты, и магазин открывался. Но прежде чем появиться на бумаге, он рождался у меня в голове. Мы думаем и становимся тем, о чем мы думаем. Мы дублируем Создателя в нашем маленьком мире. Вот почему нам следует знать, как работает наш мыслительный аппарат.

Я уже говорил, что не верю в осуждающего Бога, потому что я не верю, что Бесконечное мыслит в сравнительных категориях. Я не думаю, что Бог видит разницу между размерами кочки и горы, потому что Он является и тем и другим. У него нет необходимости мыслить в сравнительных категориях. Он и то и другое. Вы понимаете, что для сравнения требуется «нечто, отличное от»? Именно поэтому отпадает необходимость в судящем Боге. У нас есть Бог любви и великого закона справедливости без осуждения. Закон гласит: «Что посеешь, то и пожнешь». Нельзя посадить редиску, а собрать

огурцы. Что посеешь, то и пожнешь. «К чему сердце человеческое стремится, тем он и является». Это прекрасный жизненный закон. И он так же беспристрастен, как любой закон во вселенной. Он так же беспристрастен, как закон электричества. Этот закон связан с тем, что включается свет, нагревается плита и жарится мясо или обжигается чья-нибудь задница; и этому закону одинаково, что включить свет, что обжечь чью-то задницу. В этом состоит сущность закона. Она такова, что если я вливаю помои, то обратно я получаю те же помои. И закону абсолютного все равно, возвращать мне помои или возвращать мне любовь.

Я проповедовал этот закон другим сорок лет назад и был уверен, что люди могут жить по нему, но они не могут. Если ты алкаш, ты не сможешь жить по такому закону. На интеллектуальном уровне тебе понятно, что нельзя посадить редиску, а получить урожай огурцов. Но тебе кажется, что ты вне этого закона, и ты пытаешься проконтролировать это дело своим мышлением. Ты не получаешь то, чего хотел, но тебе кажется, что ты *можешь* додуматься до того, чтобы было так, как ты хочешь.

Тебе нужна страсть (любовь), которой нет в беспристрастном законе. А где взять такую страсть? Перед храмом Соломона стояли два столба, которые назывались Иахин и Воаз. Ты должен был пройти между ними, чтобы попасть в храм – святую святых. Иахин и Воаз означают закон и любовь. Закон и Любовь. И древние говорили так: «С одной стороны, все закон». То есть, как закон работает. Что посеешь, то и пожнешь. «А с другой стороны, все любовь, которая является исполнением закона». Любовь – это исполнение закона. А что это значит? Это значит, что рано или поздно у вас и у меня остается только одно побуждение для любого действия, и это любовь. Единственная причина что-то делать, это потому что мы любим это – бескорыстно и с удовольствием. Это так в работе, отдыхе, АА, дома и во всех остальных делах.

Любовь – это исполнение закона. Простая аксиома: если любовь это единственное, что я даю жизни, то и получить по закону я могу только любовь. Вот что такое исполнение закона.

Я вас люблю и точка. Почему? Сначала потому, что вы пропойцы, которые успокоили меня, дали мне Программу Анонимных Алкоголиков и помогли мне пройти ее. Поэтому мне пришлось любить вас. Прежде чем я попал сюда, я ненавидел вас больше любой другой группы людей. Прежде чем во мне стали происходить изменения, я думал, что все человечество это просто какая-то космическая ошибка. Дети Божьи были слишком злыми и слишком глупыми, чтобы заслуживать моего внимания. Меня интересовал Бог. Я много узнал о Нем, и чем больше я узнавал, тем больше я напивался. Но это происходило не потому, что я узнавал больше, а потому что я ничего не делал. Я знал так много, что мне не нужно было ничего делать; я вам говорил, что вы должны делать. Но вы же понимаете, что мне это не надо было делать потому, что я все это уже знал. Таким образом, у меня заняло почитай семьдесят лет, чтобы понять, что образ жизни может привести к правильному мышлению, но мышление никогда не приведет к правильному образу жизни. От вас требуется просто делать эти вещи, и тогда начинает что-то происходить; если их не делать, то ничего не происходит, вне того, как много вы знаете о Программе Анонимных Алкоголиков.

Когда я впервые пришел сюда, был у нас тут парень, которого мы все называли Тренером. Его звали Пол. Кое-кто из вас здесь достаточно давно, чтобы помнить его. У него было два словарных запаса. Один был из-под моста (я считал себя знатоком, но он умудрялся затмить меня) и другой был из высших слоев. Он знал книгу АА наизусть. Он мог цитировать Третью или Пятую главы полностью, не заглядывая в книгу. Но нам пришлось наблюдать, как Пол умер. Мы видели его смерть. Он подошел ко мне однажды на собрании в Беверли Хиллз, незадолго до того как он нас покинул, при-

пав к моей груди, плакал как ребенок: «Чак, посмотри на себя и посмотри на меня. Представляешь, я собирался выгнать тебя, когда ты приходил ко мне». Он умер, потому что забыл, что эти вещи надо делать. Он знал их, но не делал. Мы можем образом жизни привести себя к правильному мышлению, но мы не способны мышлением привести себя к правильному образу жизни.

Я люблю вас. И это не моего ума дело, что вы думаете обо мне. Это не моего ума дело. Моего ума дело это то, что я думаю о вас, а я вас люблю. Если вы меня тоже любите – это плюс. И получается, что вы мне можете только прибавить к моей жизни, но не отнять от нее. Вы слышите меня? Это одно из лучшего, что вам доведется услышать. Вы мне можете только прибавить к моей жизни, но не отнять от нее, потому что я с вами не обмениваюсь – я люблю вас и все. Во-первых, потому, что вы забулдыги. Во-вторых, потому что я знаю, кто вы, независимо от того, знаете вы это сами или нет. Вы дети Господни, каждый из вас, и этого достаточно, чтобы я вас любил.

И я хочу еще кое-что вам подбросить. Многие из вас знают, что я делаю в Анонимных Алкоголиках, и я делаю это уже двадцать девять лет – как, например, у меня бывает по восемь спикерских подряд. Я делаю это не потому, что хочу послушать свой голос, я его уже слышал. И я делаю это не потому, что мне нужны ваши аплодисменты, я их уже получил. Я здесь только для того, чтобы поделиться собой с любимым из вас, кому нужен любящий я. Это единственное, для чего я здесь, и единственное, почему я делаю то, что я делаю. Если бы я думал о том, как спасти ваши души, то меня бы здесь не было, потому что если кто-то из вас потерял свою душу, то у меня нет ни малейшего представления о том, где ее искать. Ни малейшего. И я здесь уж точно не для того, чтобы сделать из вас христиан, потому что, так как я понимаю или не понимаю христианство, я и сам вполне возможно не христианин (прошу священников обратить на это внимание!).

У меня никогда не было спонсора. Никогда. Когда я пришел сюда, я ничего не знал о спонсорах, а когда узнал, то решил, что мне не полагается столько внимания ни от кого. Я долгое время не задавал никаких вопросов. Я подслушивал. Когда я пришел в себя настолько, что мог удержать в руках чашку кофе, я брал кофе, находил кого-нибудь, кто умел хорошо говорить об АА, пристраивался за спиной этого человека и начинал подслушивать его разговоры. Я стал офигительным подслушивателем. Если меня ловили на этом деле, я отходил и пристраивался к кому-нибудь другому, а если меня ловили и приглашали принять участие, я терялся. Я не мог в это поверить и, как правило, уходил на улицу, садился под деревом и плакал как дитя. Позже, когда я бы уже мог начать работать со спонсором, у меня их оказалось несколько сотен. Все, кого я вижу в АА, являются моими спонсорами. Те, кто участвуют в Программе, и те, кто в ней не участвуют, все они мои спонсоры. Я считаю, что каждый человек является моим учителем, потому что одни учат меня, что следует делать, а другие, что не следует делать. И для меня тот, кто учит, что не следует делать, не менее важен, чем тот, кто учит, что нужно делать.

Я рассказывал многим из вас, что за последний год мне пришлось пережить смерть двух людей, одного из которых я знал двадцать пять лет, а другую – двадцать восемь. И оба они наложили на себя руки. Одному из них было всего сорок пять лет, и он был трезвым двадцать пять из них; а я был причастен к тому, что он пришел сюда. Но его «я» встало между ним и Богом. Это погубило его. А для другой что-то стало важнее Бога, и она погибла. Двадцать восемь лет. Именно поэтому те, кто учат нас, что не следует делать, не менее важны, чем те, кто учат нас, что нам надо делать.

Почему же закон и любовь освобождают от необходимости Бога, который судит? Вполне возможно, господа, что единственными оковами в этой жизни является абсолютная

свобода в законе. Например, нет закона Божьего или человеческого, в котором сказано, что я не могу пить виски. Вы не найдете такого закона. И по милости Божьей, и благодаря АА, у меня сейчас достаточно денег в кармане (только не говорите об этом никому!), чтобы поить всех нас довольно долго. Мне даже в банк не надо будет заходить. Так почему же я сейчас не пью виски? Священник скажет: «Тебе не следует», а я скажу: «О чем ты говоришь, сынок». Я понятия не имею, что значит «тебе не следует». Кто сказал, что мне «не следует»? Но зато я знаю, что значит «я не могу себе этого позволить». И я не могу себе этого позволить. Когда я пью виски, оно забирает у меня все, за что я люблю себя, вас и жизнь. Вот почему я не могу себе это позволить, и я не пью. Нет закона Божьего или человеческого, в котором говорится, что я не могу ненавидеть вас. Я могу ненавидеть всех вас до чертиков, если пожелаю. Нет закона, который утверждает обратное. Так почему же я этого не делаю? И снова священник скажет: «Тебе не следует». И снова я скажу: «Я понятия не имею, о чем ты говоришь». Но я точно знаю, что не могу себе этого позволить, потому что то, что я вкладываю, я получаю обратно, а я уже поимел достаточно этой дряни. Я больше не хочу, поэтому я больше так не делаю.

Нет и закона, в котором сказано, что я не могу судить вас. Я могу судить вас весь день подряд, если захочу, и я один из тех, кто умеет это делать! Много лет подряд я разбирал по косточкам всех тех, кого я знал, и тех, кто просто проходил мимо! Так почему же я не делаю этого теперь? Да потому, что я не могу себе этого позволить. Плотник сказал мне, что со мной произойдет, если я буду это делать, но Он не сказал мне не делать этого. Он сказал: «Не судите, да не судимы будете, ибо каким судом судите, таким будете судимы; и какою мерою мерите, такую и вас будут мерить». Вот что произойдет со мной, если я буду судить, но Он не сказал, что я не могу судить. Если я согласен платить такой ценой, то я могу это делать. Но я не

согласен, поэтому не делаю. Ни один закон не говорит, что я не могу держать на вас злобу. Почему не держу? Не могу себе позволить. Зависть. Не могу себе позволить, потому что, если я это посею, то я это и пожну. Так что единственными оковами в этой жизни является абсолютная свобода в законе. Вы можете делать все, на что способно ваше воображение, если вы согласны на неизбежные последствия ваших мыслей и дел. Я не согласен, и я не делаю этого.

Давайте-ка мы с вами уделим минутку тому, о чем большинство из нас частенько думает, и от чего нам следует избавиться. Люди годами говорили мне: «Чак, ты не можешь пить. Тебе надо бросать это дело». Но вокруг себя я видел людей, у которых не было неприятностей из-за того, что они пили, и я никак не мог понять, почему я не могу пить так, как они. Теперь я сижу у себя в комнате, в том самом кресле, и смотрю на маленький городок Лагуна Бич, в котором, по последним подсчетам, живут пятнадцать тысяч сто человек. Пятнадцать тысяч из них могут делать то, что я не могу. И все они дети Божьи. Почему же так вышло? Они могут немножко есть и немножко пить, немножко любить, немножко ненавидеть, немножко судить, держать немножко затаенной злобы, немножко врать и немножко обманывать. Они дети Божьи, такие же, как я. Так почему они могут, а я не могу? А просто потому, что пока что у них не кончилось время. Они могут немножко кушать и немножко выпивать. Мы с вами никогда этого не умели. Мы всегда считали, что если делать что-либо, то делать это следует сверх всяких мер. Наше время кончилось, а у них оно пока еще есть. И я думаю, что для вселенной не имеет никакого значения, когда их время кончится. Не важно, произойдет это сейчас или через пятьсот лет. В конце концов, все мы когда-нибудь вернемся домой, к Богу, который сотворил нас, потому что все мы Его дети.

Время не имеет никакого значения для вселенной, но оно имеет значение для меня. Жизнь удалась, когда вокруг меня такие люди, как вы. И ничего она не стоила там, в тех



джунглях, где я когда-то жил. Вот такие дела. Теперь нами движет желание исполнять волю нашего Отца: заботиться о Его детях и помогать им. Это то, о чем нам говорит Двенадцатый Шаг: «Достигнув духовного пробуждения, к которому привели эти шаги, мы старались донести смысл наших идей до других алкоголиков» – до детей Божьих – «и применять эти принципы во всех наших делах». Это относится как к детям Божьим, так и ко всем аспектам нашей жизни: к дому, к работе, к отдыху и к АА. И если единственное, что движет нами, это любовь, то мы делаем это бескорыстно и с удовольствием, а в этом случае *единственное*, что мы получим обратно по закону, – это любовь. Вот как работает эта движущая сила, и при этом она избавляет нас от судящего Бога. Так это устроено. Что посеешь, то и пожнешь. Что человек думает, тем он и является.

Теперь я могу идти посередине дороги с Богом закона, порядка и любви, но закон этот справедливый, а не осуждающий. С этим я могу идти до конца. Но с тем Богом, о котором мне рассказывали в детстве, я и шага не пройду. Понимаете? Мне говорили, что Бог заберет у меня моих детей, за все мои грехи. И помнится, когда я был метр с кепкой ростом, я сказал: «Если Бог такой, то я лучше возьму вилы и подружусь с Дьяволом. А если этот Бог попадетсЯ мне на пути, то я посажу его на эти вилы». Я тогда не принимал такого Бога и теперь не принимаю. Я был всем нутром против этого тогда, и я по-прежнему против этого. А вот с Богом любви и закона справедливости я готов идти, куда Ему угодно. Это же здорово. Так уж случилось, что я не верю в «хорошо» и «плохо». Я не верю в «правильно» и «не правильно». Я не верю в два мира. Я верю в один мир. Я верю, что это опыт, но не реальность.

Плотник сказал: «Не суди по наружности, но суди по справедливости». Это значит, что в какой-то момент мы начинаем видеть себя в других людях, а других людей в себе,

и мы видим то, что стоит за всем этим. Я не видел пьяниц уже лет двадцать. Двадцать лет я не встречал ни одного пропойцу. Когда я работал, мой офис был на углу Сороковой и Аламеды; и каждый раз, когда я ехал в центр города, если у меня было время, я ехал по Пятой улице на запад. Меня туда тянуло как магнитом. И практически каждый раз, когда я ехал по Пятой, впереди меня ехал черный воронок. Я знал его как родного; бывало, ездил в нем закованный. Разумеется, ребята на улицах тоже знали его. И вот я вижу коротышку – синяка с бутылкой в коричневом бумажном пакете (ну чтоб никто не догадался, что у него там! Кстати, ничто так не похоже на бутылку вина в коричневом бумажном пакете, как бутылка вина в коричневом бумажном пакете!). Он увидел воронок, попытался спрятаться и грохнулся на жопу (забудьте, что я сказал такое!) раза четыре, пока бежал к проходному двору. Но бутылку он не разбил. Задницу разбил, а бутылка осталась цела. И когда он, наконец, исчез в проходном дворе, я промолвил: «Слава Богу, спасибо тебе, Господи». Потому что это я, и это был бы я, если бы не милость Божья.

Еду дальше и вижу: сидит кадр возле парадной; на улице июль, а на нем два пальто, одно черное, а другое серое. Он сидит прямо у дверей. Перед ним, у всех на виду стоит початая бутылка дешевого вина. Он сидит, смеется, беседует с друзьями и вообще у него все чудесно – только вот друзей нет рядом, он там один! Я еле сдерживаюсь, проезжая мимо него. Мне хочется бросить машину посреди улицы, подойти к нему и посадить его себе на колени, потому что это был бы я, если бы не милость Божья. Видите ли, я тоже носил пальто в июле, и я тоже встречался и вел душевные беседы с друзьями. А они беседовали со мной, и у нас все было прекрасно. Но их там не было. Из всего того, что я вытворял в пьяном виде, мою семью больше всего ошарашивало, когда мы сидели в одной комнате, и у меня появлялась компания, а у них никого не было! Они не могли понять этого. Вот почему

мы не судим по внешнему виду. Мы смотрим сквозь него и под отбросами видим детей Божьих, и мы делимся с ними. Мы любя делимся нашим опытом, силой и надеждой друг с другом, и поэтому наша Программа работает. Без всего этого никто бы не выздоравливал в Анонимных Алкоголиках.

Я уже говорил вам, что моего ума дело то, что я думаю о вас, а вашего ума дело, что вы думаете обо мне. То, что вы думаете обо мне, не мое дело, разве что вы хотите меня в это посвятить. Но меня это не трогает, и я об этом не волнуюсь. Меня это не заботит потому, что я люблю вас, а любовь сама по себе является единым целым. Это как добродетель. Но, когда добродетель признает себя как таковую, она моментально становится пороком. Добродетель, как и любовь, являются своим же вознаграждением. Так исполняется закон. В этом нет ничего удивительного. И в личных отношениях это имеет самое большое значение, потому что все мы дети Божьи. Все мы делаем то, что мы делаем, потому что у всех нас одержимость разума. В ранней стадии моего присутствия в Анонимных Алкоголиках я думал, что одержимость разума является частью моего заболевания и что другие люди не могут претендовать на нее. Они не алкоголики, а «алкоголизм это двоякое заболевание, состоящее из физической аллергии, сопряженной с одержимостью разума». У них нет физической аллергии, поэтому и страдать одержимостью разума они не могут. Это может быть только у алкоголиков. Но прожив какое-то время, я увидел, что все мы дети Божьи, и каждый из нас со своим пониманием жизни пытается делать лучшее, на что он способен.

Люди не делают то, что они делают, потому что они так хотят; они поступают так потому, что не могут иначе. Мы обязаны понять, что так же, как вы и я пили против собственного желания, любому, у кого есть одержимость разума, сила воли не поможет. Когда сила воли находится в конфликте с воображением или эмоциями, то последние всегда

выигрывают. Мы пили против собственной воли. Поэтому люди не делают то, что они делают потому, что они так хотят; они поступают так потому, что не могут по-другому. Не жил еще человек, который ненавидел бы меня настолько, чтобы ему было необходимо разрушить меня. Только ради самоутверждения кто-то может попытаться сделать это. И когда мы осознаем это, люди больше не могут причинить нам боль. Они не могут сделать нам ничего плохого.

Когда мы лучше знаем, мы лучше поступаем. Это вводит в заблуждение многих людей, которые считают, что если они знают все это на интеллектуальном уровне, то они действительно знают это. Они ошибаются. Сорок лет назад я знал все то, что я знаю сейчас о последствиях моей жизни, кроме одного: о заболевании алкоголизмом. Об этом я ничего не знал. Я по-прежнему верю во все то, во что я верил когда-то. Я был рожден с верой в Бога и никогда не напился настолько, что перестал верить в Него. Верить в Бога хорошо, но этого недостаточно. Если ты алкаш, жить в Боге становится единственным решением проблемы. Сознание *живого* присутствия Всемогущего. Вот единственный ответ. В Нем я живу, двигаюсь и ощущаю свое существо. Поэтому, когда мы лучше знаем, мы лучше поступаем. Я знал это в своей башке сорок лет назад. А теперь я знаю это всем своим существом. И я не сею слишком часто то, что не хочу пожинать, но иногда случается.

У меня есть одна маленькая штучка, которую я ни на что не променяю. Я делюсь всем, что происходило у меня в жизни с Богом. Абсолютно всем: хорошим, плохим и никаким. Я делюсь этим, а потом избавляюсь от этого. Например, когда я вытворил какую-нибудь глупость, что случается иногда (чаще, чем хотелось бы), я беру ее с собой в укромное место и говорю: «Глянь, Батя, глянь, что я вчера натворил. Ну как я мог так напортачить? Я ведь знал лучше, но старался произвести впечатление. Мне это не нравится, и я знаю, что Тебе

это тоже не нравится, но я обязательно сделаю лучше, а с твоей помощью я это сделаю много лучше. Спасибо Тебе за все». А потом я выбрасываю это и больше никогда к этому не возвращаюсь. Когда что-то хорошее происходит, я делаю то же самое. Я говорю: «Посмотри, Отец, здорово получилось, правда? Это не должно было случиться с таким оболтусом, как я, но ведь случилось же. И я знаю, откуда это пришло. Спасибо Тебе огромное за все». А затем я избавляюсь и от этого. Потому что таким, как мы, тяжело таскать и так называемое хорошее, и так называемое плохое. Нам не нужно ни то ни другое, потому что жизнь должна быть непринужденной. Нам не нужны никакие помехи. Избавься от всего и начинай каждый день по новой без вчера и без завтра.

Непринужденность. Вот тот Золотой Ключик к штуковине под названием жизнь. Мой друг Харольд ждет этого уже двадцать лет. Он ходит за мной по пятам вместе со стариком Доком, который таскается за мной уже лет пять, и оба ждут, что я уроню Золотой Ключик. Они знали, что в какой-то момент я обязательно проколюсь, и они будут там на подхвате. И каждый раз, что они приезжали ко мне и весь вечер трындели у меня в гостиной, я говорил им: «Послушайте, я давал вам этот ключик каждый раз, когда вы слушали мои выступления. Я уже давал его вам. Просто начните делать те вещи, о которых я говорю». Но они чувствовали, что я что-то скрываю. И вот спустя двадцать лет я наконец-то даю им Золотой Ключик.

Золотым Ключиком к штуковине под названием жизнь является неумолимая честность перед самим собой. Я повторяю, неумолимая честность перед самим собой. Почему? Потому что внутри каждого из нас установлен монитор. Мы его там не устанавливали, и отключить его мы не можем. Религиозные люди называют это совестью (вот еще одна вещь, которую я не понимаю – ничего о ней не знаю). Я называю это Богом. Богом во мне, Богом, который является мною.

Я не Бог, но Бог это я. Непомерно больше, чем я, ибо Он так же является всеми вами. Не отличающийся чем-то, не какой-то другой, не «отстраненный от», а «причастный к». Я сознательно ощущаю живое присутствие Всемогущего. Так что Золотой Ключик – это неумолимая честность перед самим собой. Шаблон перед нами. Когда я делаю все самым лучшим из доступных мне образом – образец передо мной; и это не гора, не храм и не Иерусалим; это у меня во рту, чтобы знать и делать это. Это здесь, во мне. Когда я делаю все самым лучшим из доступных мне образом, то вселенная кивает в одобрение, а это называется «покой». Но когда я делаю вещи не самым лучшим образом, то включается старая мясорубка, вот тут, внутри, и начинает раздирать меня: «Эх, Чак, зачем ты это сделал? Зачем ты так поступил?» Единственный способ избавиться от этого – это принять то, что я сделал таким, как это есть, и решить, что я сделаю лучше с Божьей помощью. И это проходит, и я снова в седле. Помнить, в чем заключаются наши приоритеты, вот в чем секрет того, что называется жизнью: неумолимая честность перед самим собой. А образец здесь, во мне и в вас.

Я получаю огромное удовольствие от разговора с вами – это самое большое наслаждение в моей жизни. Я обожаю говорить об этом, потому что это произошло со мной. Со мной, во мне и через меня. И я люблю делиться этим. Поэтому мы продолжим нашу беседу и поговорим немного о самой большой силе в этой жизни. Сильнее водородной бомбы, мощнее всех остальных сил простая чистая правда. Это самая большая сила, которая только существует. И зерно этой силы внутри каждого из нас.

## СИЛА ПРАВДЫ

*«И применять эти принципы во всех наших делах».* В Десятом Шаге сказано, что мы *«продолжали самоанализ и, когда допускали ошибки, сразу признавали это».* Для меня это не значит, что мы должны снова возвращаться в наше прошлое и переделывать Четвертый Шаг. Я думаю, это значит, что мы должны взглянуть на прожитый день. Придерживались ли мы этих принципов сегодня? Все ли у нас в порядке сегодня? Десятый Шаг был чрезвычайно важным для меня потому, что до прихода в АА я не мог сказать: «Я не знаю». Особенно я не мог произнести этих слов в бизнесе. В бизнесе не говорят: «Я не знаю». Что бы тебя ни спросили – отвечай! Я просто не мог сказать: «Я не знаю». Уверен, что если бы меня попросили объяснить теорию Эйнштейна, я бы это сделал. Если бы вы спросили меня, как Бог создал землю, я бы вам рассказал, и скорей всего, вы бы услышали от меня что-то вроде: «И на третий день мы делали так-то и то-то...». Я не мог сказать: «Я не знаю». Я пришел на Программу и, делая то, что вы мне сказали, я узнал, что правда – самая мощная вещь на земле. Я узнал это только потому, что делал то, что вы мне сказали. И я научился в бизнесе говорить: «Я не знаю, но это важный вопрос. Завтра я узнаю ответ на него». И назавтра я узнавал ответ. А про все, что я не знал, я говорил: «Я не знаю». И это очень легко, потому что тебе не надо помнить, что ты сказал, если ты не говорил о том, чего не знаешь. Нет нужды запоминать сказанное тобой. Просто скажи людям правду, и тебе не надо помнить, что ты там нагородил. Зато следует запомнить фразу: «Я был не прав». Я, между прочим, не славился тем, что от меня часто слышали: «Я не прав». Я, по-моему, говорил вам раньше, что однажды я подумал, что был не прав, но ошибся.

Двадцать четвертого июня этого года, если мы будем живы, и если миссис Ч. не разведется со мной к тому времени, у нас с ней будет пятьдесят лет в одной упряжке (с небольшим

перерывом за плохое поведение!). И я теперь ловлю себя на том, что говорю жене: «Я был не прав. Ты была права все это время. Я был абсолютно уверен в своей правоте, но оказалось, что все время я был не прав». Это же ужас какой-то! Представляете себе, быть женатым пятьдесят лет на одной и той же бабе и говорить ей, что ты не прав! Разве это не кошмар? Но на самом-то деле это хорошо, потому что ты чувствуешь себя комфортно. Когда ты так поступаешь, тебе спокойно.

Самая мощная вещь на земле, это простая чистая правда. Настолько, что кто-то однажды сказал: «Узнай правду, и она сделает тебя свободным». *Правда* делает тебя свободным. И во всех наших делах это так – в бизнесе, в отдыхе, в семье, в АА, во всем. За эти годы мне довелось познакомиться со многими так называемыми «разъездными ораторами», которые считали, что легкие преувеличения делают их истории более интересными. И они раздували свои рассказы понемножку, а потом напивались. Или им начинало казаться, что они большие люди в этой Программе, они эксперты, потому что все вокруг хвалили их. И они верили в это, а потом, ну кто бы мог подумать, напивались. В нашей Программе нельзя становиться большим. Это недопустимо.

Если бы мы могли справиться с этими делами, мы бы уже справились и не были бы членами Анонимных Алкоголиков. У нас было полно времени. Чтобы распоряжаться своей жизнью, у меня было сорок три года, в течение которых я был звездой этого шоу и директором своих потенциальных возможностей. Я старался, как мог. Я вложил в это всю свою смекалку и все свои знания, но все равно проиграл. Я пролетел. Как я уже говорил, в расцвете своих сорока трех лет я потерпел полный крах во всех аспектах жизни: как муж, отец, бизнесмен, человек и как пьяница. А у меня других аспектов не было. Если бы они были, я бы и в них потерпел полный провал. За все это вы можете похвалить меня, а вот за



последние двадцать девять лет я никакой похвалы не заслужил. За них я благодарю Бога и вас, а, может быть, следует сказать по-другому: я благодарю вас и Бога. Потому что такие люди, как вы, смогли успокоить меня в первый же вечер. И потому что, живя с такими людьми, как вы, я, наконец, увидел, что у меня есть мой Бог. Я даже не понял, что именно произошло. Поэтому, может быть, мне стоит сначала поблагодарить вас, а потом Бога. Для меня в этом нет никакой разницы, потому что я стал видеть Бога в людях. Бог – это люди, поэтому, кого я благодарю первым – безразлично.

Теперь, «во всех наших делах» означает дома. Видите ли, тем, что заставляет работать нашу Программу, является содружество мужчин и женщин, которые делятся – *которые делятся* – своим опытом, силами и надеждой, любя друг друга. *Которые делятся*. В Анонимных Алкоголиках мало тех, кто *говорят* вам что-либо. Мы не говорим, мы делимся. Есть у меня один паренек, звать Клэнси, который считает, что я его спонсор, так вот он говорит. И, признаться, у него это хорошо получается. Я ему говорю: «Ты же даже не член Анонимных Алкоголиков. Ведь АА состоит из людей, которые делятся. Ты же ни с кем не делишься. Ты говоришь им. Но знаешь, продолжай-ка ты делать то, что делаешь!» Потому что я пришел к нему на день рождения, а там собралось шестьдесят пять трезвых чокнутых. Каждый из этих шестидесяти пяти – его дитя, и ни к одному из них я не смог бы подойти с нашей Программой. А они трезвые. Так что «продолжай-ка ты делать то, что делаешь». Общество не могло бы существовать без одного Клэнси, но два таких – это уже слишком много!

Я стал делиться, когда понял, что я трезвый. Я начал делиться с пьяницами. Я представляю себе это следующим образом: многие из вас уже слышали, как я об этом говорил – я думаю о себе, как о стакане грязной воды, грязном стакане с грязной водой. И когда я пил, я его частенько

опрокидывал – завязывал пить. Как только становилось фигово, я бросал. А когда я бросал, это было, как вылить грязную воду из стакана, и у меня оставался пустой стакан, пустой и грязный. Но пустым этот стакан долго оставаться не мог, и я снова наполнял его, и, разумеется, наполнял я его грязной водой. Когда я пришел на Программу, я еще не остановился. Я не перестал пить. Я пришел с грязным стаканом, наполненным грязной водой. А на первом собрании тоненькая струйка чистой воды полилась в мой стакан, и мне это понравилось, и я стал возвращаться туда снова и снова, и тонкая струйка чистой воды продолжала вливаться в стакан. Спустя какое-то время я обнаружил, что стакан стал чистым и был наполнен чистой водой. Тогда я стал пытаться отдать это, но только пьяницам, потому что именно они дали это мне. И я продолжал делиться с забулдыгами.

Спустя еще немного времени я заметил, что мой стакан стал выпрямляться и, в конце концов, полностью выпрямился, а чистая вода продолжала течь в него потому, что я по-прежнему ходил на собрания. И эту чистую воду я наливал кому угодно. И мне было хорошо от этого. Я делился со многими людьми: с евреями, не евреями, греками; черными, белыми. Всех видов и мастей. Я делился с ними.

Но своему младшему сыну я говорил; я не делился с ним. Видите ли, я говорил ему потому, что он родился, словно вышел из гримерки. А я родился с вилами в руке, и я не мог понять его, просто не мог понять. Когда ему было лет шесть или около того, мы жили в Беверли Хиллз, и у нас позади дома проходила улочка, куда все выставляли свой мусор. Туда приезжали забирать его раз в неделю. Дик бегал туда и находил то выброшенное кем-то цветастое платье, то еще что-то в этом роде; притаскивал к нам в гараж и делал из этого себе костюмы. Потом он находил где-то серьги, накрашивался, надевал свои наряды и устраивал представления. Ему было тогда шесть или семь. А я смотрел на него

и говорил сам себе: «Что это за чертовщина у меня тут происходит?» И я стал пытаться подогнать его под свое понимание того, каким он должен быть. Короче говоря, я хотел передать ему вилы. А он знать не знал, что это такое.

Когда он стал чуть старше (по-моему, ему было десять или одиннадцать, когда я протрезвел), мы определили его в школу в Пономе, и там он развернулся во всю. Пацан научился рисовать, играть в театре, петь и танцевать. Он брал классы по искусству и к тому же по философии; искусство у него было главным предметом, а философия вторым. Я иногда приезжал навестить его, мы шли в какой-нибудь ресторан, и он рассказывал мне о достоинствах модернистских и футуристических картин, а этого ему не следовало делать! Замечу вам, что я поделился со всеми тем, что мой сын талантлив. Но он рассказывает мне о достоинствах этих картин, и я отвечаю ему: «Меня коробит от одной идеи того, что человек, в котором течет моя кровь, видит какую-то ценность в этой мазне!» Я говорю: «Корова хвостом на стене сарая и то лучше нарисует». Подобные слова не самый лучший способ обрести друга или повлиять на мнение человека, особенно если это ваш сын. Он к тому же беседовал со своими друзьями о философии. У него есть друг-художник, которого зовут Мартин и который знает свое дело, – его выставки проходят успешно. Однажды они беседовали о философии у меня дома, а я сидел, слушал их какое-то время, и мне было ясно, что они понятия не имеют, о чем говорят. Пришлось растолковать им, что к чему! Им пришлось сидеть и слушать меня полтора часа. До сих пор удивляюсь, почему они меня тогда не убили.

Я не понимал, почему мы с ним не можем жить мирно. Я старался, как мог, сблизиться с этим пацаном и не понимал, почему у меня это не получается. Мы жили уже десять лет в том доме, в котором мы живем сейчас, и у нас потрясающий вид из всех комнат, особенно из гостиной.

Люди говорили мне, что они видят из моего окна, и постепенно до меня дошло, что все они, глядя в окно, рассказывали мне то, что видят они, и что никто еще не рассказал мне, что я там вижу. И я понял, что никто не видит там то, что вижу я. Раньше я никогда не задумывался над этим. Мне это и в голову не приходило. Я вырос, полагая, что белое это белое, черное это черное, а корова это корова. Все, кто смотрели на корову, видели корову, и если они смотрели на ту же корову, которую видел я, то они видели ту же корову. Однако я понял, что это не так, когда послушал рассказы людей о том, что они видели из моего окна. И я задумался: «Похоже, что со мной что-то не так. Дело не в пацане. Дело во мне. Он видит то, чего я не вижу».

А потом я задумался по поводу всей этой философии и вдруг понял, что я пытался объяснить ребенку, как перейти улицу в Сент-Луисе, когда он находился в Чикаго. Так нельзя поступать с детьми. Надо быть в Сент-Луисе, чтобы там переходить улицу. И я сказал жене: «Мы едем в Лондон», она спросила: «Зачем?», а я ответил: «Чтобы узнать поближе своего ребенка». И мы отправились в Лондон. Мы пошли на ужин, и я сказал своему сыну, что я был слепым по отношению к нему. Я и не предполагал, что люди не видят то, что вижу я. Каким же я был слепым! Я поведал ему, что понял его беседы со мной о ценности картин, только когда послушал рассказы людей о том, что они видели из моего окна. Я сказал, что приехал извиниться перед ним и загладить свою вину. А потом я извинился перед ним за мои высказывания относительно его философии. Я загладил свою вину, а потом нас чуть не выгнали из ресторана. Мы смеялись, шумели и веселились. Нас едва не выставили. Все это потому, что плотину снесло, и мы делились друг с другом.

После этого мы объездили всю Европу, а когда вернулись домой, то он приехал с нами. Мы с женой должны были говорить на собрании в Роаноке по дороге домой. Мы прилетели

в Чикаго и навестили нескольких наших людей. Он раньше никогда не хотел делать этого, но теперь изъявил желание. Потом мы заехали к моей маме. Ей девяносто шесть, и она не сдается. Она уже практически не ходит, но полна энергии. После нашего визита мы собрались поехать оттуда на машине в Роанок, а пацан сказал: «Мне надо вернуться в Нью-Йорк, но я приеду в Роанок в пятницу. У меня кое-какие дела в Нью-Йорке». Когда он уехал, я сказал жене: «Он не приедет в Роанок». Именно потому, что мы оба с женой должны были говорить на этом собрании, я был уверен, что он не приедет. Но в пятницу он приехал. Я говорил ему еще до того, как он вернулся: «Дик, там будут наши люди; они любят твою мать и меня, и они не оставят тебя в покое. Ты не сможешь быть анонимным там, потому что они не отстанут от тебя». А он ответил: «Меня это не волнует». Он был там и слушал, как его мать говорила в пятницу вечером, а на следующее утро ему пришлось послушать меня. Там были круглые столы, вокруг каждого сидело по десять человек, и он рассказал мне после собрания, что он сидел, слушал нас и периодически повторял: «Я не знал этого, я не знал этого». И чуть позже: «Я даже не догадывался».

Так о чем мы сейчас говорим? Мы говорим о том, как принести это в дом; *делиться* своим опытом, силой и надеждой. Дома никто не любит, когда им читают лекции. Нам кажется, что мы достаточно взрослые и достаточно умные, чтобы мы могли выговаривать нашим детям. А они не хотят, чтобы им говорили, они хотят, чтобы с ними делились. Их не интересует, какие мы умные, они хотят знать, чем мы измучились и как мы из этого вылезли. Они хотят делиться с нами. Язык сердца не имеет возраста. Пару лет тому назад я мотался я Норт Баттлефорд, в провинции Саскачеван, где получил одно из самых больших удовольствий в своей жизни. Там был провинциальный съезд членов Алатина, и мне довелось поделиться с двенадцатью или пятнадцатью детишками.

Это были чудесные выходные. Не стоит думать, что дети не поймут вас, когда вы делитесь с ними; они поймут, если вы делитесь, а не говорите им. Это потрясающе.

А женщины, на которых мы женаты! Если поменять нас местами, я бы и неделю не протянул со своей женой. Я бы не кушал от нее все то, что она проглотила от меня. А ведь она выдерживала меня двадцать лет. Двадцать! Вот мы с вами (предположим, что вы такие же, как я) мечтали всю жизнь, что, просыпаясь каждое утро, мы будем видеть новую женщину. Я думал, что кайф именно в этом. Понимаете, я считал, что мужику это полагается по ранжиру. Нельзя засиживаться в обыденности. Быть женатым пятьдесят лет на одной и той же бабе – это просто неприлично в Калифорнии! Но я наконец-то понял, что каждое утро у меня новая женщина, потому что мы все меняемся. Люди меняются. Вы меня до этого никогда не слышали. Я не тот, кем я был вчера. Я тот, кем я был вчера плюс вчерашний опыт и уроки, которые я вынес оттуда. Поэтому мы становимся новыми людьми, и женщины, на которых мы женаты, тоже новые.

Одним из самых больших препятствий, которые мы ставим на своем пути, является наша склонность категоризировать друг друга, особенно членов нашей семьи. Когда мы живем вместе с ними, то предполагаем, что заранее знаем, как они поведут себя или как отреагируют на какую-то ситуацию. Мы прокатегоризировали их. Но, видите ли, это ошибка с нашей стороны. Ведь они все время меняются. И это одна из вещей, с которыми нам приходится иметь дело в Анонимных Алкоголиках. Это одно из увлекательных занятий для наших партнеров, будь то женщина или мужчина, состоящие в Ал-Аноне (или те, кто неалкоголики и, может быть, не состоят ни в каком сообществе). Когда человек трезвеет в Анонимных Алкоголиках и делает то, чему учит эта Программа, он начинает расти так же бурно, как сорняки. Если он делает то, что надо, он не может не расти, он разрастается.

Моя жена шесть лет ходила со мной на собрания АА до того, как появился Ал-Анон, и она была уверена, что прекрасно знает всю эту кухню. Она знала все слова, но она слушала *меня* в течение этих шести лет (ей нравилось, когда я рядом, чтобы можно было пихнуть меня, и когда я был рядом, она пихала!). Все это время она слушала только меня. А потом появился Ал-Анон, и она начала первую группу в Беверли Хиллз у нас дома. Эта группа росла и крепла, а она радовалась, что дела идут так хорошо, потому что она была для всех них, как нянька-наседка, и она *поучала* их. А когда я был трезвым одиннадцать лет, мы переехали в Лагуну, и у нее не оказалось рядом никого из тех, кому она могла выговаривать. Тогда в Лагуне еще не было Ал-Анона. Мой бизнес был по-прежнему в городе, но пока мы жили в Беверли, я мог брать ее на собрания каждый вечер (мы ужинали дома и ехали на собрание), а в Лагуне так уже не получалось. Ну, она, конечно, была жутко расстроена этим. Наехала на меня. Я должен был проводить больше времени дома, потому что ей не уделялось достаточно внимания. У нее не было друзей в Лагуне.

Я протянул с февраля до Дня благодарения, стараясь проводить с ней как можно больше времени, но стал чувствовать себя не в своей тарелке настолько, что жить стало тошно. И вот после праздничного ужина, на котором собралась вся семья, я заявил: «Дети и дорогая миссис Ч., я хочу вам кое-что сказать. С этого момента, когда звонит телефон, мне надо идти. Я не могу выбирать, что я буду делать, а что не буду. Я не могу сказать одному парню: «Давай поговорим», а другому: «Я сейчас не могу». Это кончится тем, что народ начнет бухать, а значит, я не могу продолжать вести себя так. Когда звонит телефон, я обязан делать для них все, что в моих силах. А если вам это не нравится, то ты найди себе другого мужа, а вы найдите себе другого отца».

Я вынужден был сделать это, потому что не мог жить по-другому. «Представьте себе, что человек бы не явился, когда мне это было нужно». И тут вступил Дик. Он сказал: «Мам, а почему бы тебе не организовать здесь группу Ал-Анон?», ведь его мать была в депрессии. И что вы думаете, она занялась организацией группы и стала ездить в город, потому что на этот раз она делала это для себя. И она начала расти бурно, как сорняк, и она нашла то же, что нашел я. И она прекрасна. Мы делимся, мы с ней делимся все время. Мы не всегда соглашаемся друг с другом, но в этом нет необходимости. Мы научились не соглашаться, но при этом жить в согласии. И, вы знаете, это прекрасная вещь. Мы делимся, а не говорим. Я не говорю ей ничего, она не говорит мне ничего. Мы делимся. Вот об этом-то мы с вами и говорим: применять эти принципы во *всех* наших делах. Во *всех*. Мы уже говорили, что, когда узнавали, почему люди делали то, что они делали, они больше не могли причинить нам боль, и что люди делают то, что они делают потому, что они вынуждены делать это, а не потому, что они хотят это делать. Когда мы лучше знаем, мы лучше делаем.

Одна из вещей, о которой мы с вами еще не говорили, – это о том, что в психологии нас убеждают, будто двумя самыми большими потребностями человека являются быть нужным и быть любимым. Я полагаю, имеется в виду, что это составляет часть психологии каждого человека. Быть нужным и быть любимым. Это такая же мура, как и все остальное, что я от них слышал. А как насчет дела и Бога? Все у них через задницу. Две величайших человеческих потребности – это любовь и дело. Да, именно они, любовь и дело. Один такой доктор позвонил мне как-то в 12 часов ночи и спросил: «Чак, что является для тебя определением любви?». А я ответил: «Оно такое же в 10 часов утра, как и в 12 ночи! Ты совсем спятил звонить мне так поздно?». Но он повторил: «Чак, что является для тебя определением любви?», и я сказал:



«Тебе оно не понравится!». Но он не отставал: «Так что это?». И я ответил: «Действие!». Он удивился: «Что значит действие?». Я ответил: «Действие. Если ты любишь кого-то, ты делаешь что-то для них». Ты просто делаешь. Ты не обмениваешься с ним ничем. В любви нет торговли. В ней не торгуются. Ты делаешь, потому что ты хочешь, без всяких условий. Брак это не пятьдесят на пятьдесят, эти не семьдесят пять на двадцать пять; брак – это тысяча на ноль. Ты не торгуешься. Ты не торгуешься ни с Богом, ни со своим партнером. Вот вам простая чистая правда. Любовь является движущей силой, и она же является исполнением закона. Ты делаешь это потому, что ты любишь делать это, бескорыстно и с радостью. Это потрясающая вещь. И да, у тебя новая женщина каждое утро, и это прекрасно. Жить так гораздо интересней!

У меня в жизни есть еще одна обалденная вещь, которой я бы хотел с вами поделиться. Это получилось из полного краха и развала. Я ведь практически разрушил свое тело и мозги. Многие из вас слышали, как я рассказывал, что, когда я пришел сюда, у меня заняло больше шести месяцев, чтобы собрать до кучи по-английски Молитву о душевном покое. Не духовно, а по-английски. Я никак не мог понять ее смысл. Вот какую голову я притащил сюда. У меня заняло три с половиной года, чтобы прийти в себя после того, как я рухнул лицом вниз, когда напился последний раз. Вот какое тело я сюда приволок. Полагаю, что у меня были все связанные с моей болезнью расстройства, которые только можно иметь. Моя жена собиралась разводиться со мной, и я считаю, что это одно из таких расстройств! Мои дети не появлялись дома, если там был я. Думаю, что это еще одно связанное с болезнью расстройство. Мой шеф попросил передать мне, чтоб я шагу не ступал в офис, иначе он вышвырнет меня в окно. Полагаю, что и это тоже расстройство, ведь это значило, что ничего хорошего мне не светит. У меня не было ни здоровья,

ни разума, ни работы, ничего. Я пришел сюда, просто чтобы протрезветь. Протрезветь и хоть как-то подчистить перед смертью свой послужной список.

Я уже говорил вам вчера, что знал, что умру, потому что мой предпоследний запой чуть было не закончился именно этим, и становилось только хуже. Я смирился с исчезновением всего, что мне было дорого в этой жизни, и все это должно было исчезнуть, и я не имел никакого право заполнить это обратно. Я принял смерть. Я уже ничего не хотел для себя. Даже трезвости. Как ни странно, это является, пожалуй, самой большой свободой на земле.

Свобода, это когда ты ничего не хочешь для себя. Это не просто свобода, это полная свобода. Моя первая капитуляция, к которой меня вынудила бутылка, продолжалась три с половиной года. Это самое уникальное волшебство, свидетелем которого мне довелось быть. К тому же в течение этого периода времени у меня не было абсолютно никаких ожиданий. Я не ждал ничего от Бога, людей, жены, детей, моего босса или кого-либо вообще. Это было удивительное время. Все кусочки пазла моей жизни вдруг сложились в эти три с половиной года.

Но случилось и кое-что плохое. Я вновь стал что-то представлять собой за эти три с половиной года, а когда ты что-то собой представляешь, то ты имеешь определенные права, которые иногда приходится защищать. И вот после трех с половиной лет покоя и свободы я нашел себя там, где я был вынужден научиться осознанно капитулировать. Меня это жутко грузило. Я не мог понять, почему это происходит. Ведь три с половиной года у меня все шло гладко, я был свободен от этого, а теперь я снова должен капитулировать, и я спрашивал себя: «Почему эта фигня вернулась ко мне? Почему? Почему? Почему?» Я пытался разобраться с этим в течение следующих пятнадцати лет, и когда я был трезвым шестнадцать лет и шесть месяцев, наконец-то я нашел ответ, который устраивал меня.

Да, только спустя так много лет я понял, в чем дело. Я нашел кое-что положительное в человеческом эго. Это то, что не дает нам покоя. Это то, что заставляет нас продолжать двигаться. Ведь когда вы и я взяли на себя обязательство, а именно: «приняли решение препоручить нашу волю и нашу жизнь Богу», то не существует причины, по которой мы можем остановиться. Когда мы становимся ленивыми, самодовольными и прекращаем двигаться, нас ждут неприятности. В такой ситуации нам остается либо снова сдаться, либо идти бухать. Поэтому мы вынуждены осознанно сдаться, что я и сделал. Но пока я не нашел ответ, все шестнадцать с половиной лет мне не нравилось это делать. Я уверен, что никогда не настанет момент, после которого у нас больше не будет необходимости сдаваться. Такого не произойдет. Вечный Отец, вечное Дитя и вечное Путешествие.

Представьте себе, что у меня заняло семьдесят лет, чтобы понять, что нашу жизнь делает чрезвычайно интересной не то, что мы знаем, а то, чего мы не знаем. Именно открытия, которые мы совершаем, взбираясь по этой лесенке, делают жизнь увлекательной. Впереди нас всегда будет ожидать не меньше, чем сейчас. Вечный Отец, Бесконечность; я ведь даже понятия не имею, что это значит. Вечность. Вечный Отец, вечное Дитя и вечное Путешествие без определенного места назначения. И в этом вечном Путешествии впереди нас всегда будет ожидать не меньше, чем сейчас.

Это же здорово! В этом-то и состоит прелесть жизни. Это именно то, что делает ее безумно интересной. Это не то, что мы знаем, а то, чего мы не знаем. Это когда мы во всех аспектах нашей жизни с любовью делимся нашим опытом, нашими силами и надеждами. Это о том, что язык сердца безвременен. И что в жизни нет бартера и даже в мире бизнеса. А когда мы осознаем это, то она становится прекрасной. Прекрасной и чудесной.

Теперь поговорим о мире бизнеса. Весь его мы, конечно, не охватим, но кое-что обсудим. В четверг перед Рождеством 1945 года я ненавидел свою работу. Я терпеть не мог своего шефа. И я на дух не переваривал всех тех, кто работал на него. Я считал эту работу ниже своего достоинства. По моим понятиям, такой одаренный, как я должен был быть хотя бы сенатором, если не президентом Соединенных Штатов, а не прозябать в арматурном бизнесе. Для меня было очевидным, что я там единственный, кто что-то смыслит в этом деле, но все деньги были у босса, и он командовал. Эта вопиющая несправедливость уже сама по себе вынуждала меня выпивать понемножку.

Так обстояли дела в четверг перед Рождеством. В пятницу перед Рождеством он вызвал меня к себе и после непродолжительных наставлений дал мне три тысячи баксов как рождественский подарок. Я надрался по дороге домой. «Пришел в себя» после середины января. Появился на работе в конце января, а он пришел, чтобы вышвырнуть меня в окно, но не сделал этого. Физическое и моральное состояние, в котором я находился, требовало от меня титанических усилий для выполнения элементарных вещей. Мне было тяжело даже одеться.

Это вынудило меня отдать весь свой интерес, все свое внимание и всю любовь тому, что я делал или, точнее, не мог делать. И это оказалось лучшим уроком моей жизни. Разумеется, что все это происходило от необходимости. Я тогда не понимал, что то, чему мы отдаем все наши силы, все внимание и всю любовь, является самым интересным в мире, даже если это такие простые вещи, как побриться и одеться.

Я отправился в офис, чтобы расчистить завал на своем столе; в офисе и дома у меня были два самых больших бардака. Вот где мне пришлось делать основную работу. Она заключалась в том, чтобы подчистить мой послужной список. И я начал с бизнеса. Я стал помогать людям делать то,

что им было нужно, потому что мне этого хотелось, и таким образом по необходимости отдавал всю свою заинтересованность, любовь и все внимание тому, что делал. Я растворился в том, чем был занят. И, как я уже говорил вчера, спустя где-то два года, я обнаружил, что по-прежнему пытаюсь расчислить свой стол.

Пока я не забыл, будучи трезвым одиннадцать лет, я купил этот бизнес и продал его три года назад. Когда я продал его, у меня работали около пятидесяти механиков, многие из которых были там старожилами. Это были машинисты, металлообработчики, плотники, установщики – люди, у которых были загрубевшие от работы руки. Так вот, когда я продал этот бизнес, все эти чертилы поголовно рыдали, и я тоже плакал. Я научился любить этот бизнес и ребят, которые работали у меня. А ведь это был бизнес, который я ненавидел в четверг перед Рождеством. Вот о чем речь. Когда ты отдаешь все свои силы, все внимание и всю свою любовь чему-либо, это становится самой интересной штукой в жизни.

До того как все это произошло со мной, я бы не стал делать чертежи для самого Иисуса Христа. Я был слишком большим человеком. У меня был парнишка, которому я говорил, что мне надо начертить. Если он делал что-то не так, я рвал его на куски... (вы же меня понимаете!) Но когда я пришел в офис в конце января 1946 года, у меня не было никого, кто бы выполнял за меня какую-то работу, и я начал чертить свои планы сам. И я чертил их сам до тех пор, пока не продал свой бизнес. Больше никто никогда за меня не чертил. И мне было очень интересно заниматься этим. Обалденно.

Так о чем мы говорим? Мы говорим о чистке послужного списка. Его невозможно очистить, размышляя: «Я хочу, я не хочу, я люблю, я не люблю, я-я-я-я». Послужной список можно очистить только, если ты делаешь что-то для кого-то, не вешая бирки с ценой на то, что ты сделал, и тогда происходят чудеса. Чудеса! Например, когда я уже был трезвым

приличный период времени, был там один еврейский господин, который работал в продуктовой индустрии, а потом ушел на пенсию. Он поднял большие бабки. У него было два зятя, для которых он решил построить здание под супермаркет. В то время это было самое большое одноэтажное здание в стране для подобного рода бизнеса. Оно называлось «Панорама Маркет» – некоторые из вас видели его. Когда мне нужно было с ним встретиться, он осматривал другое место, которое называлось «Палас Маркет». Один из его зятьев заведовал этим магазином. Над мясным отделом были несколько офисов и маленький балкон, а на нем столпился народ, ждавший своей очереди в эти офисы. Подошел мой черед, а на тот момент там уже собралось много людей, которые стремились увидеться именно с этим господином. Дверь офиса открылась, и я вошел.

Его звали Моррис Вайнштейн, пусть земля ему будет пухом, его уже нет в живых, и он сидел там с лицом, которое не предвещало ничего хорошего. Он объяснил мне, что потребуется от меня для того, чтобы я мог заслужить его бизнес. Эта лекция заняла у него минут пять, а когда он закончил, я сказал: «Моррис, ты меня не правильно понял. Ты говоришь так, будто я явился сюда, чтобы продать тебе что-то. Я не за этим пришел. Я здесь для того, чтобы помочь тебе, если могу, а если ты считаешь, что я не могу тебе помочь, то давай не будем тратить время попусту, ведь мы оба занятые люди». Он откинулся в кресле и сказал: «Я знаю, Чарли». И я поставил ему этот магазин за где-то семьдесят пять тысяч долларов. На открытие магазина собралась толпа народу, и среди них были многие из тех, кто был тогда на балконе, потому что в те времена у поставщиков было принято появляться на подобных церемониях.

А когда я пришел, эти ребята оттащили меня в сторонку и стали говорить мне:

- Чарли (в бизнесе меня все называли Чарли), это была лучшая демонстрация метода реверсивной психологии, которую мы когда-либо видели. Мы до сих пор это обсуждаем.

Я спросил их:

- Ребята, вы о чем?

Они объяснили:

- Понимаешь, мы слышали ваш разговор, когда ты был у Морриса. Ты ведь сказал ему, что ничего не продаешь, а вышел оттуда с заказом на семьдесят пять тысяч. Реверсивная психология в лучшем своем проявлении!

А я ответил:

- Вы, братцы, очумели. Если бы этот человек поддавался на всякую психологию от обратного, то у него никогда бы не было двух с лишним миллионов баксов расхожих денег на такие проекты! Он знает про эту реверсивную психологию лучше, чем мы все с вами вместе взятые. Я сказал ему простую, чистую правду, и он знал это. В том-то и дело. Он знал. Когда я сказал ему, что он ошибается, если думает, что я пришел, чтобы что-то продать ему, и что я явился вовсе не за этим, а что я бы хотел помочь ему, если смогу. Но если нет, то не стоит тратить наше время впустую, потому что мы оба занятые люди. Он знал, что я именно это имел в виду и подписываюсь под каждым словом.

Правда – это сильнейшая вещь. Это самая мощная сила на земле, и в ней не торгуются. За двадцать пять лет в бизнесе я имел дело со многими людьми. Сначала они мне говорили: «Ты врешь. Бизнес так не делают! Это вранье». Но меня это даже не злило – я смеялся, потому что знал то, чего они не знали: я десять лет поступал именно так, и все у меня работало. Я продолжал делать то же самое, и вскоре они приходили снова, все, кто был в таком же бизнесе. Мы бы назвали их конкурентами, если бы мы считали кого-то из них такими, но у меня не было конкурентов, потому что я ни с кем не соревновался. Я просто помогал людям делать то, что им было нужно, потому что мне хотелось им помочь.

В последние несколько лет практически все, кто были в таком же бизнесе, побывали у меня (это те самые люди, которые говорили мне, что я вру), и все они спрашивали: «Как ты это делаешь?». Они не могли даже предложить цены в тех бизнесах, с которыми я работал.

Они приходили к Вону и говорили:

- Послушайте, мы знаем, что вы строите новый магазин. Мы бы хотели предложить вам наши расценки.

А Вон отвечал:

- Чарли будет его строить.

Они спорили:

- Но разве так можно? Откуда вы знаете, что он не обчистит вас? Надо же рассмотреть несколько предложений для сравнения!

Но Вон говорил:

- Я же сказал, что Чарли будет его строить. Вам придется дорого заплатить, чтобы я посмотрел на ваши цены. Идите-ка вы куда-нибудь в другое место.

Тогда они стали приходить ко мне и спрашивать, как мне это удастся. И я по два часа подряд досконально объяснял им, как я работаю. А потом они уходили и, наверное, думали: «Ну вот он и попался. Теперь-то я ему покажу! Я знаю, как он это делает. Теперь ему от меня не уйти».

Но у них ничего не получалось, и бизнеса они не получали. Потому что они мотивировались не тем, чем я. Они считали, что надо быть сообразительней, результативней и изворотливей. А я знал лучше, потому что работал таким вот образом тридцать лет и в результате оказался в заднице.

Зато после этого в течение двадцати пяти лет я делал это бескорыстно и с радостью, помогая детям Божьим делать то, что им нужно, потому что мне так хотелось, и я разбогател. Я даже не пытался разбогатеть; те, кому я помог, сделали меня богатым.



Теперь я вам скажу еще пару вещей, потому что почти все вы по-прежнему занимаетесь бизнесом, и вы будете уверены, что последующее невозможно, так что можете сказать, когда дослушаете: «Послушал я этого болвана, все он врет». У нескольких моих еврейских друзей был магазин на Креншоу и 101-ой, который назывался «Продовольственная Компания». Это были молодые ребята, где-то вашего возраста. Я был в бизнесе с их отцами, когда они были еще детьми, которые бегали по всему магазину, а теперь я работал с ними.

Они решили полностью переоборудовать винный отдел и заказали у какого-то архитектора новые планы, а когда чертежи были готовы, они позвонили мне и попросили:

- Приезжай и посмотри на это. И скажи, стоит ли нам так делать.

Я приехал, посмотрел и сказал:

- Ребята, этот парень начертил вам тут моднейшие выкрутасы. Я никогда не чертил вам ничего такого потому, что это очень дорого.

Они спросили:

- Как ты думаешь, сколько это будет стоить?

- Полагаю, около \$4,500, – ответил я.

Они сказали:

- Установи это нам.

И я установил для них все так, как они хотели, и они были довольны. После всех подсчетов оказалось, что там сидят \$5,700 моих денег. Пятьдесят семь сотен зелени. Я позвонил Эйби и сказал:

- Слушай, ты случайно не помнишь, сколько, я сказал, будет стоить ваша арматура?

Он ответил:

- Нет, не помню, но где-то тут у меня записано.

- Ладно, – сказал я, – можешь не искать. Я помню. Это \$4,500. И знаешь, Эйб, пусть она будет твоей за \$4,500. Она уже стоит и, как я понимаю, вы довольны. Она ваша за \$4,500,

потому что я предположил, что она во столько обойдется, но я ошибся. Там моих \$5,700.

Он сказал:

- Чарли, посчитай с прибылью и пришли мне счет.

Но я ответил:

- Мне не нужна прибыль. Это была моя ошибка, но я бы хотел получить то, что вложил.

Он повторил:

- Чарли, добавь прибыль и пришли мне счет, я заплачу тебе.

Я сказал:

- Нет, я пришлю тебе счет на \$5,700, если ты согласен.

Он ответил:

- Если тебя это устраивает.

Так не делают! Никто бы так не поступил. Но я послал ему счет на \$5,700, и он его оплатил.

А еще была одна компания, для которой я делал свой последний проект на углу Фолбрука и Виктории в Западной Долине, и это была огромная работа. Мы все установили, магазин открылся и проработал на тот момент уже девять дней. Они были довольны – получилось очень красивое место.

Дэйв Шор позвонил мне однажды и сказал:

- Чарли, ты до сих пор не прислал нам счет.

Я ответил ему:

- Нет, Дэйв, не прислал, потому что не имел всех расценок, но вот теперь они у меня есть, и я могу подытожить его довольно быстро, если тебе надо.

Он спросил:

- Как быстро?

Я ответил:

- Я перезвоню тебе где-то через час.

- Давай, – сказал он, – поторопись, пожалуйста, если не трудно. Понимаешь, мы хотим профинансировать это дело, и

нам необходимо знать точную цифру как можно быстрее.

Через час, когда все было готово, я позвонил и спросил его:

- Дэйв, ты сидишь?

Он ответил:

- Да.

А я спросил:

- Ты один в офисе?

Он сказал:

- Нет, Чик сидит у меня.

Тогда я спросил:

- Как твое сердце?

И он ответил:

- Пока нормально, не жалуюсь.

- Ладно, – сказал я, – вот оно. Ты мне должен \$225,000.

А он сказал:

- Ну как тебе это нравится? Я только что написал на бумажке \$225,000 и дал Чикю. По-моему, тебе надо взять меня на работу оценщиком. Высылай мне этот счет.

Вы же знаете, что так не может быть. Он должен был сказать что-то вроде: «Эй, а как насчет налога? Ты налог-то с меня брать не будешь?». Но все, что он сказал: «Высылай мне этот счет».

В 1958 году у меня были неприятности. Большие финансовые проблемы требовали срочного бизнеса. У меня простаивал пустой завод, который стоил мне \$13,500 в неделю, чтоб держать двери открытыми, и мне было необходимо как можно быстрее получить контракты на работу. Я стал искать их, и у меня появились пять сделок, которые, как мне казалось, я могу заключить. Я уже работал над ними какое-то время и думал, что они у меня в кармане. Я поехал закрывать их, и одна за другой эти сделки пролетели.

Я был уверен, что последняя из них будет заключена потому, что оба хозяина компании, с которой я работал, были членами

Анонимных Алкоголиков. Сорок восемь человек из верхнего эшелона этой компании тоже были членами АА. Разумеется, я был уверен, что это моя сделка. Это просто не могло быть дано кому-то другому хотя бы потому, что я все для них продумал и спланировал, абсолютно все. Короче, я поехал туда, чтобы закрыть это дело, и мы вчетвером или впятером повеселились за ланчем в Вечес на Атлантике.

А когда мы вернулись обратно, то все почему-то разбежались, как крысы с тонущего корабля! Остались только я и Харольд. Мы зашли к нему в офис, и он сказал:

- Чак, я думал, что ты уже не выкарабкаешься из проблем, которые у тебя там сложились, и я отдал контракт Хиллу.

Это был мой последний контракт! Других у меня не было. Так прошло минут пять, а потом он спросил:

- Чак, ты можешь хоть что-нибудь сказать?

Я ответил:

- Харольд, мне нечего сказать.

Я вышел и поехал обратно в город – их офис был в Лонг Бич, а мой завод был на углу Четырнадцатой и Алмедина. Но я не мог вести машину и, съехав на обочину, сидел и смотрел на себя, пытаясь собраться с мыслями. Только что все мои надежды растаяли, как дым. И вдруг я понял, что впервые за многие годы бизнес был единственной целью, которую я преследовал. В течение двенадцати лет до этого я делал Двенадцатый Шаг в бизнесе: помогал людям делать то, что им было нужно, потому что хотел им помочь. А тут я, оказавшись в критическом положении, и так как мне срочно был нужен бизнес, отправился именно за ним и потерпел фиаско. И тогда я сказал себе: «Хуже уже не будет. Почему бы тебе не начать делать Двенадцатый Шаг в бизнесе, как ты когда-то делал. И пусть будет, что будет».

Я передал бизнес моему партнеру и начал делать визиты с Двенадцатым Шагом. А потом произошло то, что любой из

вас назовет невозможным (даже те, кто не в бизнесе – иезуиты – не поверят в это). Я вернулся к себе в офис, и то ли в этот же, то ли на следующий день мне позвонил один парень из Сан-Бернардино и сказал:

- Чарли, у меня такое чувство, что у тебя неприятности, и на моем столе лежит чек на \$50 000, который я выписал на твое имя. Тебе не надо давать мне расписку или платить интерес; мы просто вычтем эту сумму из нашей следующей сделки. Приезжай и забери его, если хочешь. Я не знаю, нужен он тебе или нет, но у меня было чувство, что он может тебе пригодиться.

И он добавил:

- Я улетаю в Майямы сегодня вечером, и проведу неделю в СМИ (это Супермаркетный Институт). Ты можешь приехать сейчас или после того, как я вернусь.

Я вам скажу, ребята, это было что-то! Я сказал ему:

- Милтон, поезжай в Майямы, и, если мне будут нужны эти деньги, когда ты вернешься, то я обязательно приеду. Но я хочу, чтобы ты знал, что я никогда не забуду того, что ты мне сказал. Это потрясающе.

А когда он вернулся из Майямы, мне уже не нужны были эти деньги. Ко мне повалил народ, и у меня было полно работы до тех пор, пока я не продал свой бизнес.

Так о чем же я тут распинаюсь, господа? Уж не хочу ли вам рассказать, какой я хороший? Никоим образом. Я пытаюсь объяснить вам, до чего хороша эта штучка. Дар Божий был сделан с зарождением земли. Он дал нам вселенную. Он дал нам Себя, когда создал землю. Когда я сидел в своем кресле и все, что у меня было, сплыло, в тот самый безнадежный момент моей жизни вся вселенная была моей. Бог был моим, и все, что было у Него, было моим. Он знал это, а я не знал, и мне пришлось это узнать. А будучи алкоголиком, я узнал это своим способом и только тогда, когда пришло мое время. Бог любил меня тогда точно так же, как Он любит меня сейчас.

Никакой разницы. Но Он дает мне ошибаться. Бог – Джентльмен. Он не вторгается туда, где его не хотят, и поэтому Он никогда не удерживает меня от совершения ошибок. Он любит меня настолько, что дает мне ошибаться, чтобы я скорее исчерпал все мои ресурсы и вернулся домой, где мне место.

Так что мое дело заниматься Его делами, а Его дело заботиться обо мне. Не мое дело, а Его. Так каким же его делом я занимаюсь? Помогать Его детям делать то, что им нужно, потому что я хочу им помочь. Двенадцатый Шаг во всех делах, Двенадцатый Шаг дома. Двенадцатый Шаг в АА, Двенадцатый Шаг в развлечениях. Просто делать Отцовские дела, вот мое дело. А Его дело заботиться обо мне, и он делает это куда лучше, чем я когда-либо мог, и за это я чрезвычайно признателен.

Мы с вами уже говорили о молитве, правда, совсем немножко, просто тут удивлялись, почему мы не начинали и не заканчивали наши собрания молитвой. И я уже сказал вам, что, на мой взгляд, то, что происходит сейчас, и есть молитва. *Это* молитва. Моя жизнь – молитва. Если вы спросите меня: «Какая у тебя религия?», я отвечу: «Это то, как я живу свою жизнь». Вот моя религия. Значение имеет не то, как я себя называю, а то, как я живу. Это моя религия, поэтому я занимаюсь Его делом по собственному желанию.

Есть пара маленьких тонкостей, о которых я узнал много лет тому назад и которые чудесно вписываются в эту картинку. Существует один древний индийский упанишад (большинство из вас, грамотеев, знают, что такое индийские упанишады). Когда мы последний раз были в Палм Спрингз, я познакомился там с одним педантом. Он утверждал, что в АА свора палачей по отношению к духовности. Он доказывал мне, что мы должны очистить свои сердца, чтобы быть достойными узреть Бога. Мы должны очистить свои сердца! Я сказал ему: «Да, я, помнится, уже проходил по этой дорожке.

Я вычистил из сердца все, что только можно, и чем чище оно становилось, тем сильнее я напивался». И добавил: «Знаешь, браток, я вот сижу тут, смотрю на тебя и вижу Бога». А он не понял, о чем я говорю. Он не мог понять, потому что думал, что обязан сделать четыре разные вещи. Сначала такую йогу, потом такую йогу, а потом еще вот такие две йоги, и на этих йогах приедешь прямо к чистоте духа! А после этого можешь начинать видеть Бога. Как я рад, что дела обстоят не так. Я безумно рад, что Бог совсем иной, нежели тот, о котором мне рассказывали. Вы себе представить не можете, как я рад.

Так вот, в упанишаде сказано: «Весь мир – это одеяние Божье. Откажись от него и получи его обратно как подарок от Бога». Что же это значит? Это значит, что до тех пор, пока эти вещи были важны для меня, я не мог их иметь. Я тридцать лет ломал голову над тем, как получить то, чего, как мне казалось, я был лишен с рождения, и в результате оказался у разбитого корыта. Я не гнался за быстрой наживой и не был самоуверенным. Я достаточно тяжело работал, чтобы иметь, а в результате оказался ни с чем. Но следующие двадцать пять лет я провел, стараясь что-то привнести, и все то, из-за чего я ломал голову, теперь стало моей сторицей. Когда они не важны для меня, они становятся моими. «Весь мир – это одеяние Божье. Откажись от него и получи его обратно как подарок от Бога». Как это красиво!

Еще говорят такую вещь. Говорят, что все, что стоит делать, само по себе является целью, а все, что делается по схеме «цель оправдывает средства», является само ограблением. Что же это значит? У меня работали пятьдесят человек. Тридцать пять из них работали ради зарплаты. В неделю они теряли пять дней, а жили только два. Они работали ради зарплаты. А другие пятнадцать работали ради удовольствия. У них была дискотека! Они никогда не теряли ни одного дня и были моими лучшими людьми. Они получали больше денег, чем все остальные и жили все семь дней недели; никакой

потери времени. Все, что делается по схеме «цель оправдывает средства», – это само ограбление. И быть хорошим ради чего-то, это тоже само ограбление, даже если это быть хорошим ради того, чтобы попасть в Рай. Это хорошее побуждение, но это по-прежнему само ограбление. Потому что в *этом деле* полностью отсутствует взаимовыгодный обмен. Мы делаем это бескорыстно и в свое удовольствие потому, что мы хотим это делать. Потрясающе. Быть хорошим просто так, вот в чем свобода жизни. Просто быть хорошим. Это не само ограбление, это бескорыстно и ради удовольствия.

Я уже говорил, что в моем понимании дар Божий был сделан при создании земли. Я не первый, кто это сказал. Ведь написано: «Не бойтесь, ведь Отец даровал нам Царство». Там не сказано, что мы обязаны заслужить его. А еще там написано: «Не думай о том, чем ты будешь питаться завтра, что ты будешь пить, или как оплатишь ты свое одеяние». Небесный Отец знает, что тебе нужно до того, как ты попросишь это. А написано так: «Поверь, что ты уже имеешь, что желаешь, когда молишься, и ты это получишь». Ну и как же поверить, что ты уже имеешь то, что ты не имеешь? Как это сделать? Для этого необходима одна вещь. Ты обязан *знать*, что дар Божий был сделан при создании земли, и что, поскольку ты дитя Его, воля Господня для тебя – это осуществление желаний, покой и радость; и что каждый идеальный подарок ты получаешь из Его рук. Когда мы осознаем это, мы понимаем, что все, о чем мы молимся, уже дано нам. Это уже наше. Подарок Бога его детям. Без всякой взаимной выгоды.

И вот последняя мысль. Самый простой путь – это правильный путь. А трудный путь – путь не правильный. Есть простой способ делать эту Программу, и есть трудный способ. Трудный способ – это пытаться делать ее самому. А простой способ – это понять, что тебе самому не справиться, и тебе нужна помощь. За двадцать девять лет я ни разу не попросил Бога оставить меня трезвым. Ни разу. Я благодарил Его



миллион раз, но ни разу не просил оставить меня трезвым, потому что я не читаю нашу книгу таким образом. Когда я ее читаю, то там написано: «Вот предпринятые нами шаги». Когда мы их предпринимает, что-то начинает происходить, а когда мы их не предпринимает, ничего не происходит.

Я когда-то сказал Отцу Барни:

- Я никогда не попросил Бога оставить меня трезвым.

Он спросил:

- Почему?

И я ответил:

- Я думаю, что это не Его забота. Это мой бизнес делать то, что положено по Программе, а Его бизнес – заботиться обо мне. И Он свое дело делает. Я не указчик Ему в Его делах.

Вы те, кто сказали мне, что я должен делать, и я делаю это. Я делаю шаги и остаюсь трезвым. И масса чудесных вещей произошла в моей жизни, включая исчезновение побочных отклонений, на которые я не потратил и пяти секунд. Я не потратил и пяти секунд, чтобы вернуть жену, детей, моего Бога, физическое здоровье и здравомыслие. Но каким-то образом это все сработало. Так что воля Господня для вас и для меня – это осуществление желаний, покой и радость. А дар Божий был сделан при создании земли. То, что вы пришли сюда искать, вы принесли с собой. Мы просто должны найти, где это находится, а это внутри нас. Это внутренняя работа. Находить, Узнавать и Избавляться – вот Программа Анонимных Алкоголиков. Это потрясающий образ жизни, и, основываясь на двадцатидевятилетнем опыте, с уверенностью говорю, что он становится только лучше, и будет продолжаться улучшаться вечно. «Мир без конца, Аминь».

## ТРЕЗВОСТЬ – ДУХОВНЫЙ ОТДЫХ

Мы уже говорили о том, что когда мы немного повзрослели, то были вынуждены изменить все, во что нас приучили верить дома, в школе и в церкви относительно жизни. И, конечно, нам пришлось научиться убираться с собственного пути. Самопознание. Его неотъемлемой частью является капитуляция, хотя нам внушали, что сдаются только слабые. «Сильные побеждают, слабые сдаются». Поэтому мы думали, что должны сами управлять своей жизнью и побеждать в боях.

Но в нашей новой жизни нам нечего выигрывать, нечего доказывать, и мы никуда не рвемся. Либо я управляю своей жизнью и принимаю результаты, которые это принесет, либо я не управляю своей жизнью и приемлю результаты того, что это даст; но одно из двух я вынужден делать. Мы не можем делать и то, и другое. Ведь сказано, что нельзя служить двум хозяевам. Или ты льнешь к одному, но желаешь другого, или наоборот. В розницу не устоять. Так что, либо я управляю своей жизнью и получаю соответствующие результаты, либо я не управляю своей жизнью и получаю другие результаты, но эти выборы не сочетаются. Я уже говорил, что в течение сорока трех лет я правил бал и являлся звездой манежа и мастером церемоний. И в результате я добился полного провала во всех аспектах своей жизни.

Это доказывает, что я не могу управлять своей жизнью, я не могу управлять ничем. Я не могу управлять своим бизнесом, своей женой, своими детьми, вообще кем или чем-либо другим, и я это знаю. Я знал это, когда пришел сюда. А сюда я пришел, уже зная, что проиграл в этой жизни, хотя вложился в нее, как мог. Я вложил в нее свою жену, детей, дом, работу, здоровье, разум и деньги и все равно проиграл. Поэтому я не способен управлять своей жизнью. Но я считаю, что не велика беда, потому что мне не надо этим заниматься.

Я живу последние двадцать девять лет в уповании на Его руководство и распоряжение. Так что у меня нет нужды хозяйничать в своей жизни. У меня нет в этом необходимости, и я принимаю тот факт, что не способен это делать.

Еще одной предпосылкой является то, что либо Бога хватает на все мои нужды, либо нет. Одно из двух. Если Его не хватает, то это не повод для переживаний, потому что в этом случае жизнь не стоит и гроша. И чем быстрее она кончится, тем лучше. В этом случае нам остается наплевать на все и пойти под откос вместе с поездом; затовариться пойлом и пуститься во все тяжкие, и бухать, пока не помрем! Если Бога не хватает на все наши нужды, то чем раньше это кончится, тем лучше. Ведь тогда и жить незачем. Так что, если Его не хватает, то и волноваться не стоит.

Но если Его хватает, то и в этом случае нет причины для волнений, так что у меня это схвачено со всех сторон! А схвачено это со всех сторон потому, что единственное, что от меня требуется, это вести себя, как Его дитя, и доказать, что я являюсь таковым. Об этом написано так: «Веди себя как подобает, и стань собой, сказано Господом». Поведу себя, как мне полагается, и буду собой. Вот и все, что мне надо сделать: вести себя правдиво, и правда восторжествует, и именно это мы делаем в нашей Программе. Больше делать нечего. Ничего не осталось потому, что мы уже потеряны. Мы уже прикладывали человеческие усилия.

Я ходил к лучшим из лучших: к священникам, проповедникам, докторам, и, как я уже говорил, даже к парню, который знал о психологии больше, чем положено. И все они говорили мне про силу воли, твердость и о том, что надо подняться и быть мужчиной. Все они твердили мне об этом! Потому что, видите ли, еще двадцать девять лет тому назад практически никто ничего не знал об алкоголизме. Авторитетнейшие люди, к которым я ходил, ничего не знали об этой болезни и, соответственно, ничем не могли мне помочь.

Я тоже ничего не знал об алкоголизме и поэтому не мог помочь сам себе. Я вынужден был продолжать пить до тех пор, пока бутылка не прибила меня, прежде чем я мог прийти сюда, чтобы хоть что-то разузнать. Я знал, что моей проблемой было не отсутствие силы воли и твердости или неумение вести себя с достоинством, как мужчина. Это мне было известно. Я родился с вилами в руке! Я не помню, когда я не работал. Я всегда работал. Еще я был довольно приличным спортсменом в годы своей юности и могу сказать это, не беспокоясь о том, что кто-то решит оспаривать сказанное мною, потому что здесь нет никого из тех, кто достаточно стар, чтобы помнить мою молодость! А моя твердость не доставляла мне ни малейших проблем, и хотите знать что-то? До сих пор не доставляет. Моя твердость работает что надо. Если бы все, что у меня есть, работало так, как она, я бы был в прекрасном состоянии! Так что дело не в твердости.

И дело совершенно точно не в силе воли. Если у кого-то в это мире есть сила воли, так это у пьяниц. О да! У нас силы воли хоть отбавляй. Я бы мог достать виски в Канзасе в день выборов, даже если бы он выпал на воскресенье! Сколько времени это бы заняло, зависело только от того, насколько я был пьян, когда отправлялся за выпивкой. В любом уголке страны, если было очень нужно, не занимало долго, чтобы отыскать пузырь.

Каждый раз, когда я слышу, как люди земли начинают говорить о твердости характера и силе воли, мне хочется задать им один вопрос: «Кто из них хоть когда-нибудь прополз милю в грязи, темной ночью только для того, чтобы добыть ведерко льда?» Для бухариков это обычное дело. У нас с силой воли все в порядке. А в отношении мужского достоинства мы кому хочешь фору дадим. Таких философов, как алкаши, вы нигде не найдете. У нас есть ответы для всех, кроме нас самих. Одним из наших самых больших достоинств и тем, что привлекало нас в мире неалкоголиков, всегда было то, что мы

прекрасно знали, в чем их проблема и спешили рассказать им об этом. Замечу, что это не самый лучший способ подружиться с людьми или пользоваться у них авторитетом. Мы потрясающие философы. Вы можете заглянуть в любой бар в этих краях и задать первому попавшемуся синяку абсолютно любой вопрос, который взбредет вам в голову, и вы получите ответ. Он не будет заикаться, запинаться и уж точно не скажет: «Я не знаю». Он ответит. Великие философы!

Итак, я знал, что моей проблемой не является отсутствие силы воли, твердости характера или мужского достоинства, но я понятия не имел, в чем она заключается. Я вынужден был продолжать пить, пока чуть не сдох, прежде чем пришел сюда и узнал. Я вовсе не критикую врачей, проповедников, священников или психиатров, ведь они тоже не знали. В те времена вообще мало кто знал. И только недавно люди этих профессий получили информацию о том, что алкоголизм – это заболевание. Теперь они могут рассказать нам, что такое алкоголизм и куда мы можем обратиться за помощью, но тогда дела обстояли не так. Слава Богу, что сегодня об этом знают больше, чем в те времена, и что у многих людей появилась возможность прийти сюда прежде, чем они полностью погубили себя, как некоторые из нас.

Но при всем при этом мы все равно должны делать то, что положено. Моя жена часто спрашивает меня: «Допустим, я бы знала что-то про Ал-Анон в те времена, когда ты еще пил. Вот если бы он уже существовал, и я в нем участвовала, ну и я бы знала, как надо вести себя с тобой и что надо делать. Как ты думаешь, смогла бы я ускорить твой приход в АА?»). И я отвечаю: «Не думаю, что тебе бы это удалось». В моем конкретном случае я не думаю, что у нее бы это получилось, потому что я из категории тех людей, которые не слышат, пока не услышат, и не видят, пока не увидят. Помните, я вам говорил, что прочел статью Джека Александера в журнале «Пост» еще в 1941 году и вспомнил о ней только через пять

лет. Я был в стельку, когда читал эту статью, и мне запомнились только две вещи: что пьяницы помогают пьяницам и умудряются не пить, и что это называется Анонимные Алкоголики. Поэтому я и сказал себе: «Если я доживу до того, чтобы выбраться из кровати, я найду АА». С момента этого решения и по сей день я не пил. Так что я не знаю. Но в моем случае, вплоть до последнего запоя, я не видел своей вины в том, что пил.

Я двадцать пять лет пил постоянно, а последние десять лет периодически, и в течение этих десяти лет, между запоями, я бывал так же трезв, как сегодня. За эти десять лет я мог взглянуть трезвыми глазами на все то, что я вытворял, тем не менее, до последнего запоя я не считал себя виноватым в том, что пью. Виноваты были вы, моя жена и даже ее мать. Кстати, вот причина всех причин, чтоб надраться – теща! Напоминает мне об одной истории, которую мне рассказал Ал Б. из Далласа. Он теперь в иных местах. Вот был в порядке мужик. Он пришел в АА на три или четыре месяца раньше меня и был трезвым, до того как умер около года тому назад. Он был потрясающий рассказчик, и это его история.

Короче, два алкаша встретились на улице, и один спрашивает другого:

- Ну, как дела?

А тот отвечает:

- Да ничего хорошего.

- Это плохо, – говорит первый.

Второй отвечает:

- Ну не так уж и плохо. Я женился.

Первый говорит:

- Так это ж хорошо.

Второй отвечает:

- Ничего хорошего. Получил тещу в придачу.

Первый говорит:

- Это плохо.

Второй в ответ:

- Не так уж и плохо, она при деньгах.

Первый говорит:

- Так это ж хорошо!

А второй говорит:

- Ничего хорошего, она все время всеми командует.

Первый говорит:

- А вот это плохо.

Второй отвечает:

- Не совсем плохо, она нам дом купила.

Первый радостно:

- Это хорошо.

Второй отвечает:

- Ничего хорошего, дом сгорел.

Тогда первый говорит:

- А вот это уже совсем плохо.

А второй отвечает:

- Не так уж и плохо, братишка, она тоже в нем сгорела!

Так что наше последнее оправдание должно исчезнуть. Оно должно сгореть. Если у вас или у меня остается хоть одно приемлемое для нас оправдание, значит, нас ждет очередная запой. Никто не станет искать и поддерживать трезвость, если есть хоть какой-то шанс повесить это на кого угодно: тещу или босса, или кого-то еще. Мы точно не станем.

Я уже говорил, что произошло в мой предпоследний запой, когда я отправился на кухню выпить стан кефира, а Дик и миссис Ч. сидели в гостиной. Когда они слышали, как я вскрикнул и упал на пол, они прибежали, думая, что у меня начались алкоголические конвульсии, но дело было не в этом. Я просто тихо, мирно лежал на полу, не двигаясь. Они не смогли привести меня в чувство, и к тому же говорят, что я был какого-то странного цвета. Я посинел. Они не на шутку запарились и вызвали скорую, и те, приехав, сумели через какое-то время разбудить меня. Он и объяснили мне, что,

по всем показателям, я был мертв; что им с трудом удалось вернуть меня к жизни и что в следующий раз никто не сможет это сделать в такой ситуации. И они мне сказали, что на моем месте они бы перестали делать то, что я делаю!

Но я снова сделал это, однако рассказать я вам хотел кое-что другое. Спусти где-то двадцать четыре или тридцать шесть часов после того, как меня привели в чувство, я смог найти какой-то старый грязный халат и стал в нем расхаживать, пытаясь отойти от своего плачевного состояния. Так мне приходилось трезветь. Я не знал, что есть простой способ, пока не пришел в Анонимные Алкоголики. Единственный способ, известный мне, был умирать, пока я не смогу жить, и я делал это, прохаживаясь по дому. И вот я в этом старом халате брожу по комнатам туда и обратно; меня трясет, я весь в холодном поту, я дрожу и продолжаю умирать, но хожу.

Миссис Ч. стояла возле камина, и, когда я проходил мимо нее, сказала:

- Чак, тебе не кажется, что если ты прочтешь эту книгу «Анонимные Алкоголики», то тебе это поможет?

Я рыкнул на нее, как лев:

- Дожили! Моя собственная жена предлагает мне прочесть книгу, которую написало сборище алкашей! Мне, который прочел лучшие из книг, написанные лучшими из авторов. А ты хочешь, чтобы я..., - и добавил, - ты так глубоко ранила меня этим.

Сорок восемь часов назад я был трупом, а теперь она, видите ли, ранила меня! И под конец я добил ее, заявив:

- Я, между прочим, мог бы сам написать книгу получше этой.

Вот какое заявление я сделал за девяносто дней до того, как приполз сюда. Всего за девяносто дней. Я напивался вдрызг двадцать пять лет, и после этого она глубоко ранила меня, предложив мне прочесть эту книгу.



Именно поэтому я сомневаюсь, что мог бы попасть сюда каким-то другим образом, то есть пока я полностью не спалил себя на последнем заходе. Услышав о моих или ваших приключениях, которые могли произойти с любым из нас, многие люди говорят: «Со мной такого не случилось. Я никогда не сидел в тюрьме. Меня никогда не трясло на отходняке. У меня никогда не было конвульсий, у меня никогда не было никаких проблем (признаюсь вам, что у меня частенько были проблемы со слонами. Я, пожалуй, один из очень немногих, когда-либо живших в Беверли Хиллз, за кем гонялось стадо слонов! Они мчались на меня прямо из города!). Итак, они говорят: «Раз со мной ничего такого не случилось, значит, я не алкоголик».

Должен вам сказать, что у алкоголизма нет уровней: вы либо можете пить нормально, либо не можете. Одно из двух. В этом алкоголизм очень напоминает беременность: девчонка не становится более беременной в восемь с половиной месяцев, чем она беременна через пятнадцать секунд после зачатия. Это просто становится виднее. То же самое и с нами. Мы не становимся большими алкоголиками. Просто со временем это становится видно все больше и больше. И не имеет никакого значения, если что-то еще не произошло с вами.

Вы и сами знаете, можете вы пить нормально или нет, а если нет, то вполне возможно, что вы алкоголик. Так у нас говорят. Если алкоголь мешает вам в личной жизни, в работе или в общественной жизни, то если это в одном из трех – вы из категории «может быть», если в двух из трех, то «скорей всего», а если во всех трех, то «вне сомнения».

Но есть еще один вопросик, который мне нравится даже больше, чем эти три. И он очень простой. Приходится ли вам задумываться над тем, алкоголик вы или нет? Если да, запишитесь у нашего секретаря, прежде чем уйдете отсюда. За двадцать девять лет я ни разу не встретил неалкоголика в раздумьях, алкоголик он или нет. Это всегда алкаш, который пытается найти способ избежать наказания.

Так что дело не в том сколько, где и когда. Главное в том, что это делает с тобой. Мне тут вспомнилась история, которую я услышал много лет назад. У нас был один врач из Сан-Франциско, и он был очень уважаемым членом Анонимных Алкоголиков. Он, кстати, был не просто врач, а пятикратный врач. Он был терапевтом, хирургом, акушером, гинекологом и психиатром. У него были дипломы во всех этих областях, так вот он и рассказал эту историю.

Как-то раз он оперировал одну даму, которая была в годах – за шестьдесят. Во время осмотра он определил, что у нее было очень слабое артериальное древо. Он также узнал, что она вообще никогда не пила спиртного. Поэтому он выписал ей немножко коньяку, как пост операционный курс выздоровления, и ей стали давать его небольшими дозами. В результате, как он рассказывал, через три дня после операции она утащила ключ у одной из медсестер и залезла в кладовку, где хранился коньяк. А ведь она до этого вообще никогда не пила спиртного!

Так что дело не в том, сколько и как долго, а дело в том, что мы творим после этого. Вы либо можете пить нормально, либо не можете, и если вы не можете, то эта Программа для вас. И чем быстрее вы это поймете и начнете делать что-то по этому поводу, тем лучше, потому что алкоголизм в своих проявлениях только ухудшается, он никогда не становится лучше. Через двадцать девять лет я по отношению к выпивке нахожусь в худшем состоянии, чем я был, когда пришел сюда, и я это знаю. Я знаю это, и мне не надо пить, чтобы это доказать. Я принимаю активное участие в нашей Программе с тех пор, как появился здесь, а когда вы принимаете в ней активное участие, то просто внимательно наблюдайте за происходящим. Ваши друзья будут пить за вас, так что у вас нет необходимости делать это. Они экспериментируют за вас, если вы внимательно смотрите.

Есть еще пара-тройка мыслишек, которые я хотел бы добавить. Когда я впервые появился здесь, то был абсолютно уверен, что те, кому не довелось испытать все то, что выпало на мою долю, не могут любить эту Программу так, как люблю ее я. Мне даже было жаль тех, с кем не произошло то же, что со мной, потому что они просто не могли испытывать такие же чувства, как я. А потом мне довелось работать по Программе со священником, у которого не было таких неприятностей, и который продолжал служить у алтаря. Но ведь он был священником, и до меня дошло, что когда я был пьяным ничтожеством, никого особо не волновало, пью я или нет (ну, может быть, полдюжины людей). А священник, как же он страдал от того, что плохо делает свою работу.

А еще мне довелось работать с моим банкиром, который был одним из самых крупных банкиров в стране. Он преподавал банковское дело и, кроме этого, долгое время работал на правительство Соединенных Штатов как специалист по подъему экономики. Вот уж кого ни откуда не выгоняли. Он вообще был членом всего, что есть в городе! Его даже из дома не выгоняли. Он жил во Фримонт Плэйс; в это место въезжают и выезжают одной дорогой. Там нет пересекающихся улиц или другого выезда. Одна дорога. Это приватное место. Вот где он жил, и его никогда не выгоняли из дома и вообще ни откуда не выгоняли. Но он не мог нормально пить, поэтому не мог нормально делать свою работу, и он пришел к Анонимным Алкоголикам.

Когда пришло время, и он почувствовал, что пора начинать отдавать, как это полагается делать по Программе, он пришел на собрание комитета (он возглавлял исполнительный комитет одного из самых крупных банков в городе) и сказал: «Послушайте, у меня проблема с алкоголем, и я нашел путь, который, возможно, позволит мне прожить мою жизнь трезвым. И одна из вещей, которую мы обязаны делать, это работать с другими алкоголиками, а значит, я должен начать

работать с ними, потому что они работали со мной, и теперь я трезвый. Мне придется говорить с разными людьми и выступать на собраниях, а значит, люди могут узнать о том, кто я, и это может повредить репутации банка, поэтому я сейчас же подаю комитету на рассмотрение свое заявление об отставке». Ему сказали: «Идите к себе в офис». Не успел он еще туда дойти, как его позвали обратно. И они сказали ему: «Если вы считаете, что вам необходимо заниматься этим, занимайтесь. Мы с вами на тысячу процентов». Ну, скажите, это не потрясающе? И до конца своих дней это был один из самых скромных людей, которых я когда-либо знал (он тот, кто помог мне купить мой бизнес). Потрясающе, здорово! Раньше мы между Рождеством и Новым Годом ходили с ним на ланч в «Калифорния Клуб», в котором он состоял. Я не состоял, а он состоял; он вообще везде состоял. Он садился и рассказывал мне, что ланч со мной каждый год между Рождеством и Новым Годом является для него лучшим моментом года, а я слушал его и рыдал как ребенок. Сказочный был человек. И ведь его ни откуда не выгоняли, но как ему, наверное, было больно.

И так я научился понимать, что ни вы, ни я не можем решать, насколько другим больно. Я не знал, что происходит внутри у кого-то еще. Ему, может быть, в десятки или сотни раз хуже, чем мне, а я его тут жалею, потому что он не способен любить эту Программу так, как люблю ее я!

Мне было хорошо известно, что когда люди не применяли эти принципы, как это следует делать, они не могли оставаться трезвыми. В нашей книге говорится, что мы перестали бороться с чем-либо и с кем-либо, или со всем и всеми; мы прекратили борьбу. Был у нас в группе в Беверли Хиллз один дедуля, который воевал со всем и вся. Он был трезвым полтора года, когда я пришел сюда, и он на год с половиной старше по Программе, чем я сейчас. Он так и не перестал бороться. Он уже одной ногой в могиле, и все еще

продолжает борьбу. Когда-то я пытался заставить его говорить со мной, но он отказывался. Уже почти год прошел — мы в одной группе — а я не могу заставить его говорить со мной. Я пускался на разные хитрости. Я подходил к нему, когда он был на середине предложения в беседе с кем-то другим, вынуждая его таким образом обратить на меня внимание, но он поступал иначе. Он отворачивался и уходил, не закончив фразы! Я не мог заставить его поговорить со мной. Но когда у меня была двадцать первая годовщина, он мне ее устроил. И этот бандюга чмокнул меня в шею, когда преподнес мне праздничный торт. Вполне возможно, что теперь он один из тех, кто любит меня больше всех в этом городе. Поэтому мы должны понимать, что существенным является не где мы, а откуда мы пришли. Эдди, может быть, вырос в нашей Программе в десять раз больше, чем я, но ведь он и не начинал оттуда же, откуда я. Он начинал много ниже. И когда мы начинаем понимать это, то наш жизненный опыт в Анонимных Алкоголиках становится прекрасным.

В Книге есть такая фраза: «Блажен, кто не осуждает себя за то, что избирает». А что это значит? Я думаю, что это значит, что если ты можешь делать что-то, не осуждая себя, то это совсем не плохо. Но если ты осуждаешь себя за это, то тебе следует побыстрее перестать это делать, иначе это убьет тебя. В этом-то, как мне кажется, и заключается разница между традиционной субботней пьянкой и алкоголизмом. Мы с вами порицали себя с самого начала. Даже если мы выросли с религией, в которой умеренное потребление алкоголя не осуждается, мы судили себя не за потребление, а за то, что плохо держимся. Так что с самого начала мы осуждали себя. Я знал, что мне не следует пить еще до того, как я впервые выпил. Я осуждал себя с первого глотка, и спустя какое-то время осуждение превратилось в ненависть, и я возненавидел себя до мозга костей. Мы с трудом можем смотреть на себя в зеркало от отвращения к самим себе, даже когда бреемся.

«Блажен, кто не осуждает себя за то, что избирает». Все это говорит нам, что не существует определенного метода классификации так называемого греха среди тех, кто нас окружает. Многие могут делать то, что я не могу, вовсе не осуждая себя. Лично я пять лет назад мог делать многие вещи, которые сегодня не могу. И от того, где мы находимся, зависит, что мы можем делать, а от чего нам следует избавиться. И это постоянный процесс, потому что чем выше мы поднимаемся, тем больше того, от чего нам следует избавляться, а чем больше мы избавляемся, тем свободнее мы становимся. Это удивительная вещь.

Нет такого понятия как значение слова. Я и сам обалдел, когда с некоторых пор стал задумываться над этим: первые две с половиной страницы Пятой Главы заканчиваются на пункте «в» и насчитывают где-то четыреста пятьдесят или шестьдесят слов. Это все, что там есть (я никогда не считал их, но полагаю, что где-то около того). Я перечитал эту часть не менее двадцати пяти, а скорее все тридцать тысяч раз за двадцать девять лет. Вы, конечно, можете сказать: «Но ведь это жутко сухое чтиво. Это даже не вчерашний снег, это прошлогодний снег». Но это не так. Слова все время читаются по-новому. Каждый раз, что я их слышу, они звучат по-новому. Каждый раз, когда я их читаю или говорю о них, они становятся новыми. Слова-то те же, но мы меняемся. И в зависимости от того, где мы находимся, они обретают свое значение. И они всегда будут становиться более значительными. В них будет появляться новое значение в зависимости от того, на каком уровне мы находимся. А мы будем подниматься по этой лестнице всегда. Мир без конца, Аминь.

И еще одна вещь, о которой я частенько думаю, сидя у себя на холме. Я полагаю, что буду прав, но если нет, то кто-нибудь из вас, моряков, меня поправит. Мне кажется, что если ты сидишь в лодке на воде, то в погожий день горизонт виден где-то в семи милях. По-моему, это та дистанция, которую ты

можешь видеть, находясь на уровне воды. А мой дом где-то тысячу футов над этим уровнем, и в чистый день для меня горизонт почти бесконечен. Ну, сто пятьдесят миль уж точно. Иногда острова Каталины, Сан-Клементе и Поинт Фермин так близко, что, кажется, могу дотянуться до них. Эта небольшая возвышенность меняет линию горизонта с семи миль на сто пятьдесят миль.

А мы вечно идем по нашей лесенке. Единственное, что мы не в силах изменить в нашей жизни и в нас – это то, что нам никуда от себя не деться. Мир без конца, Аминь. Довольно мрачная перспектива, не правда ли? Так ведь и о самоубийстве начнешь задумываться! Вы ничего не можете поделать; вам от себя никуда не деться. Все остальное в этой жизни вы можете изменить; вы можете не возвращаться домой, если не хотите. Вы можете пойти в любое другое место. Вы можете больше никогда не видеться со своей женой, если не хотите. Вы не обязаны больше видеть своих детей, если вам этого не хочется. Вы можете не оставаться в Калифорнии, можете не оставаться в Штатах, вы можете изменить все в своей жизни, кроме одного. Вы не можете убежать от себя. Вы навсегда сами с собой, а я сам с собой.

Следовало бы предположить, что, когда мы появляемся в этом мире, нас научат, как дружить с собой, но никого этому не учат. Нас учат, что мы должны сотрудничать с другими людьми, что мы должны стараться произвести хорошее впечатление на соседей и людей, которые нас окружают. Мы обязаны проявлять уважение к старшим, священникам, начальникам и особенно к тещам. Но никто нам не расскажет, как наладить отношения с самим собой и стать другом самому себе.

Я считаю, что определением трезвости является способность жить комфортно, мирно и радостно с самим собой. Вот что такое трезвость. Все, что не дотягивает до этой планки, является частичной трезвостью. Когда я приполз сюда,

я об этом не думал. Когда мы пришли на Программу, все мы полагали, что, если не выпили сегодня, то мы трезвые, и мы много беседовали на тему «как загнать пробку в бутылку». Завязать. У меня никогда не было проблем загнать пробку в бутылку. Я пил периодически последние десять лет и после каждой попойки загонял пробку в бутылку. Периодически приходится трезветь – периодически не могу не трезветь – потому что мы свиньи. Мы пьем все, что нельзя жевать! Все, что попадает под руку. И наступает момент, когда мы не можем глотать это, не можем вытошнить это, и мы не можем жить, и мы не можем сдохнуть. Так что нам приходится трезветь. Поэтому у меня никогда не было проблем с «загнать пробку в бутылку». Я бросал навсегда с клятвами и без них! Загонял пробку в бутылку.

Моя проблема заключалась не в том, чтобы загнать пробку в бутылку, а в том, чтобы не вынимать ее оттуда. Потому что, когда наступало мое время, я вытаскивал пробку из бутылки, и все начиналось заново. Конечно, физическая трезвость необходима. Для меня она является синонимом жизни. Я не могу жить и пить, а сам по себе я не могу удержаться от того, чтобы пить. Поэтому я должен быть физически трезвым, чтоб не умереть. Я не умаляю достоинств физической трезвости, она является фундаментом трезвости. Но трезвость бывает физической, психической, эмоциональной и духовной. Четыре составные части единого целого, позволяющие мне жить комфортно, мирно и радостно с самим собой. Вот что такое трезвость.

Сегодня эта Программа важнее для меня, чем она была двадцать девять лет назад, потому что тогда, если бы я мог просто умереть, и на этом бы все кончилось, то для меня это было бы лучшим, что могло произойти. Я с рождения знал, что самоубийство – это не вариант, но пока я не был трезвым пять лет, мне даже в голову не приходило, что продолжать пить, пока не умрешь, – это то же самоубийство.



А ведь я старался, как мог, упиться до смерти, но у меня не получилось. У вас никогда не получится напиться до смерти, если вы хотите умереть. Те, кто умирают от алкоголизма, не хотят умирать. Если мы хотим допить до смерти, то мы просто сходим с ума и остаемся сумасшедшими, но у нас не получается шагнуть с обрыва. Я хочу подчеркнуть этот факт.

Одна из самых больших страховых компаний в стране была создана человеком, чей сын обрел трезвость в Анонимных Алкоголиках. Сын был адвокатом и никогда не планировал заниматься страховым бизнесом, он собирался оставаться адвокатом. Положение казалось безвыходным. Я не знаю, насколько я повлиял на него, но я вел с ним длительные беседы о том, что ему следует заняться этим бизнесом потому, что его отцу было уже много лет. В конце концов, он согласился. Замечу, что старик, создавший страховую империю, попивал, а сын иногда беседовал с ним об этом.

И вот в одном из таких разговоров отец заявил:

- Я могу упиться до смерти, если захочу.

А сын ответил:

-Нет, не можешь.

Это еще почему? – сказал отец. – Вон такой-то именно так и сделал (он назвал имя одного большого человека в страховом бизнесе, который умер от пьянства).

И парень ответил:

- Да, но он не хотел этого.

Вот тут-то меня осенило, потому что это именно то, что я пытался сделать и не смог.

Я спешил в Анонимные Алкоголики после двадцати пяти лет пьянства, потому что знал, что не умру. Я просто буду сумасшедшим. Я, помнится, сидел в своем кресле и мечтал, как ребята с улицы спрашивают моих мальчишек: «А где ваш отец?». И те отвечают: «Он умер». А потом они отворачиваются и уходят, потому что они не могут рассказать, что я в дурдоме и еще могу сам завязать шнурки и кое-как понимать,

почему я там. От одних таких мечтаний можно сойти с ума! Именно это сумасшествие подхлестнуло меня прийти сюда. У нас не получается умереть, когда мы хотим, а до меня не дошло, пока я не был пять лет трезвым, что пить до смерти и было самоубийством.

Как же мне оставаться трезвым? Я должен быть трезвым. Трезвость и жизнь – это синонимы. Так как же мне оставаться трезвым? Я буду поступать таким образом, чтобы чувствовать себя комфортно вот здесь, внутри меня. Только так я могу быть трезвым. А когда у меня вот тут, внутри, появляется то, другое, определенное чувство, я напьюсь.

Мне довелось слышать многих людей, которые говорили, что если вы провели длительное время в Анонимных Алкоголиках, то вы обязательно в какой-то момент подумаете о том, чтобы выпить. Я не верю в это. Я считаю, что вам и делать ничего не придется, а просто перестать поступать так, чтобы чувствовать себя комфортно. И вы очнетесь уже выпивши, потому что мы с вами прекрасно знаем, как остановить Большую Боль. А если мы подпустим к себе ту боль, которая терзала нас раньше, то мы напьемся так же, как в былые дни. И мы можем вовсе не думать об этом. Просто перестать делать то, что позволяет нам чувствовать себя комфортно вот здесь.

Я, как и доктор, верю, что алкоголизм – это заболевание, и что оно смертельно. Я верю, что это, по сути, двойное заболевание; аллергия тела в паре с одержимостью разума. Я полностью принимаю все это, однако я не верю, что только в этом весь алкоголизм. Если бы это было только умственное и физическое, то хороший терапевт и хороший психиатр могли бы разобрать меня на части, а потом собрать заново, и я бы тикал, как новые часики.

Но такое редко случается с нами. Иногда кому-то удастся протрезветь и оставаться трезвым, но такое бывает не часто. Значит, есть в этом что-то еще. Жизненная проблема, для которой нам требуется жизненное решение. Так же, как

никогда не существовало Программы массового выздоровления алкоголиков без упора на духовность, для меня по-детски очевидно, что суть всех этих проблем лежит в основах духовного беспокойства.

Я часто говорю, когда заканчиваю свой рассказ, что в нашей жизни настало время, когда мы должны понять, что если есть недостаток, то у нас. Если есть недостаток, то у меня. И я говорю «если есть недостаток», потому что я не верю в его существование. Я верю, что мы с вами жертвы сочетания характеристик, являющихся неотъемлемой частью нас, которые делают невозможным наше участие в той жизни, в которой мы рождены; в той, так называемой цивилизации, в которую нас поместили. Я смотрю на себя и на вас и, похоже, что есть три настолько общих для всех нас характеристики, что их легко увидеть в каждом из нас, несмотря на происхождение, цвет кожи, убеждения, религию и образование или их отсутствие – не имеет никакого значения.

Каждый алкоголик, которого я когда-либо знал в этом мире, перфекционист. Идеалист с потрясающим стремлением добиваться превосходства во всем, что свойственно перфекционистам. Это то самое стремление, которое породило с детства знакомую нам избитую фразу. «Самый лучший механик, который у нас когда-либо работал, но...» «Самый лучший адвокат в этих краях, но...» «Лучшая стенографистка в этом офисе, но она же не появляется до вторника или среды. Пьет слишком много». Потрясающее стремление добиваться превосходства. Перфекционизм. На самом деле перфекционизм – это чудесная черта или, можно сказать, свойство характера, когда мы научились с ним жить, но до этого он убивает нас. Он заставляет нас ставить цели, которых мы не можем достичь, и мы вечно не удовлетворены тем, как у нас все получается. А это заставляет нас требовать от окружающих больше, чем они могут сделать. В свою очередь, это вынуждает нас начать переделывать их: наших жен, детей, сотрудников и так далее.

Вот что нас убивает, пока мы не научимся с этим жить. Перфекционизм, идеализм. Они очевидны в нас.

Вторым фактором является то, что мы рождаемся с внутренним осознанием того, что жизнь – это чудесная, огромная и прекрасная штука. Когда мне было шесть лет, я уже знал, что жизнь должна быть такой, какая она сейчас. Все мое нутро провозглашало, что так должно быть, но когда я смотрел на мир, то он выглядел дешевым, грязным и мерзким. И это была одна из самых больших моих проблем. Я не мог приспособиться к этой жизни, потому что она мне не нравилась.

В фильме «Дни вина и роз», если вы его помните, есть сцена, от которой у меня сердце кровью обливается, а я ведь уже не пью двадцать девять лет. Каждый раз, когда смотрю эту сцену, она меня достает. Там женщина приходит к своему бывшему мужу домой, чтобы уговорить его снова стать пьющим. Он ушел в Анонимные Алкоголики и упрасивал ее последовать ему и познать новую жизнь. Она долго стояла и смотрела в окно, из которого открывался чудесный вид на Нью-Йорк, а потом сказала: «Я не могу, не могу, не могу! Когда я смотрю трезвой из этого окна, все выглядит дешевым, грязным и мерзким. Но когда я смотрю из него пьяной, это прекрасно». Двадцать пять лет я мог переносить все, что видел, только будучи упитым в хлам. И это было моей серьезной проблемой; у вас, полагаю, была такая же проблема.

И последнее (на самом деле их много, но мы будем использовать только три), а это прозвучит самой большой нелепостью, которую вам довелось когда-либо слышать из уст алкаша, и я не рекомендую вам обсуждать это с вашим психиатром. Мы чрезвычайно чувствительные люди. Ну, как вам это нравится, учитывая, что мы валяемся в канавах, надравшись так, что и свинья рядом с нами не ляжет? Мы очень чувствительные люди. Вот почему все психиатры мира определили нас, как «эмоционально недоразвитых». Все до единого. Мы эмоционально недоразвиты.

Я не верю в это! Я считаю, что наша способность чувствовать многократно превышает способности любого психиатра. Если бы психиатр пришел ко мне и увидел, что я лежу на полу около моего большого окна пьяный настолько, что я не в силах подняться, и рыдаю от красоты заката, он бы сказал про меня: «Эмоционально недоразвит». Ему невдомек, что я просто не мог вынести этой красоты. Я не пью уже двадцать девять лет, и где-то год назад я был на одном холме недалеко от Луисвилла, в штате Кентукки, возле реки Огайо. Это было в октябре, и краски листьев превратили все вокруг в прекрасное и сказочное место. Все эти цвета неопишуемой красоты! Они растянулись на мили – красота необычайная. Я сидел один в машине и плакал навзрыд. Это было так красиво, что я просто не выдержал. Мы не эмоционально недоразвитые, мы чрезвычайно чувствительные люди.

Я уже говорил большинству из вас, что мне довелось побывать во многих тюрьмах мира, в основном, в качестве гостя. То есть я мог выйти оттуда сам. И среди прочих я побывал в Фолсоне. Всем известно, что Фолсон – для рецидивистов. Туда не попадешь за первое убийство. Говорят, что тех, кто гнездится там, раньше сажали в Капистрано, но так как все они имеют по меньшей мере четыре ходки, их стали селить за каменными стенами. Мне довелось выступать там перед людьми, которых было раза в два или три больше, чем у нас здесь, и я смотрел, как они плакали вместе со мной. Слезы текли у них по лицам, а они даже не пытались скрывать их, и вовсе не потому, что они эмоционально недоразвиты. Это потому, что они понимали меня. Они чувствовали вот здесь, внутри, то же, что чувствовал я. И они плакали со мной и смеялись со мной не потому, что они эмоционально недоразвиты.

Я абсолютно уверен, что у таких людей, как мы, когда мы приходим сюда, налицо все симптомы алкоголизма, кроме алкоголя. Все, что нам нужно сделать, это добавить немножко

алкоголя, и понеслось... Нам мало что светит; с момента рождения мы либо становимся священниками, проповедниками и монахами, либо наркоманами или алкоголиками, потому что мы не в силах приспособиться к этой жизни. И это не потому, что мы не хотим. Мы хотим. Мы очень хотим быть причастными, но мы вечно отстранены. Вот в чем наша проблема: в основах духовного беспокойства. К сожалению, учителя не знают ответа.

Я похоронил несколько людей, и, как я уже говорил, двоих на этой неделе; в понедельник и вторник я был на похоронах. Пару месяцев назад меня попросили сказать несколько слов на похоронах шестнадцатилетней девочки, которая умерла от передозировки кокаина. Это последний писк моды у нас в стране, кокаин. И она умерла. Я приехал в это место, на кладбище. Там не было часовни, церемония проводилась рядом с могилой, которая была на холме, а вокруг собралась толпа молодежи. Я не знаю, сколько их там было, но много – подростки – целый холм. И я сказал себе: «Это не может стать чем-то обыденным. Я должен поговорить с этими детьми». Сначала я немного побеседовал с родителями и несколькими взрослыми, которые там были, и я сказал им, что не верю в смерть и объяснил почему, а потом я стал говорить с молодежью.

Я сказал им о своем глубоком сочувствии, потому что и я тоже родился в обществе, которое не переваривал и к которому я никак не мог приспособиться. Но, когда мне было девятнадцать, я нашел способ чувствовать себя комфортно в этом обществе, и в течение следующих пятнадцати лет я использовал этот химикат для решения своей проблемы. Он продолжал прекрасно работать эти пятнадцать лет, но потом он восстал против меня, и сам обернулся проблемой. Следующие десять лет заставили меня искать решения этой проблемы, и я нашел его. Потом я сказал ребятишкам, что было бы здорово, если бы они просто поняли, что есть решение,

которое всегда остается с нами. Я сказал им: «Когда вы под кайфом, то у вас есть все решения, но когда кайф проходит, то и решения исчезают. Их больше нет, поймите это. Но есть решение, которое остается с вами, и оно настолько лучше, чем любой химикат, которым вы можете себя напичкать, что вам останется только восторгаться. Восторгаться жизнью. И вам не понадобится еще одна доза зелья. А если вы просто определитесь, что хотите найти это решение и приложите к этому усилия, то вы найдете его. Есть много людей, которые готовы вам помочь. И если вы это сделаете, то смерть этой девочки можно будет считать оправданной».

Ее мать позвонила мне в начале недели первый раз с тех пор, как я был там, и сказала, что учителя и ученики стали предпринимать серьезные попытки найти жизненную замену всему этому товару. Она рассказала мне об одном человеке, который предоставил свой дом в Лагуна Бич детям, и что они хотели, чтобы я приехал к ним в прошлую пятницу. Ну, скажите, разве это не чудесно, что они ищут что-то, что займет место этих химикатов?

Напоследок хочу поведать вам одну маленькую историю. Еще до рождения Анонимных Алкоголиков жил один славный малый, которого звали Роланд, и был этот Роланд алкашом. Он лечился у доктора Карла Юнга, который, вполне возможно, и по сегодняшний день является величайшим психологом в мире (если бы я был ученым, с этим мнением бы считались, но я таковым не являюсь). Для меня он – вершина. Он был такого же уровня, как Фрейд или Адлер, но, похоже, что у Юнга было свое решение, у него было жизненное решение, которого не было у других. А Роланд лечился у него, и каждый раз, когда он возвращался к доктору, он был в еще худшем состоянии. Однажды он вернулся, и Юнг сказал ему: «Медицина сделала для Вас все, что только возможно, и она больше не может Вам помочь. Психология сделала для Вас все, что было в ее силах, и она тоже не может Вам помочь.

И я считаю своей обязанностью сказать Вам, что единственная надежда для Вас – это испытать духовное пробуждение, которое может Вас спасти. Это Ваш единственный шанс».

Это было незадолго до появления Анонимных Алкоголиков. В конце концов, Эбби пришел к Биллу, а потом Билл услышал приговор, о котором мы уже говорили. Ему оставалось шесть месяцев жизни, а потом его жена будет вынуждена либо закрыть его в сумасшедшем доме, либо похоронить его. И он взмолился: «Господи, если Ты есть, откройся мне». Что-то произошло, и Билл протрезвел. И он делился этим до конца своей жизни. Он больше никогда не пил. Билл и доктор Боб, и еще несколько человек вывели эту формулу и доказали, что она работает, если ты работаешь по ней, а потом они вложили ее для нас в книгу «Анонимные Алкоголики». Позже Билл услышал о Роланде и о том, что ему сказал доктор Юнг насчет духовного пробуждения, которое было его единственным шансом.

Билл послал письмо Карлу Юнгу в Цюрих, в Швейцарию, в котором интересовался, откуда доктору известно столько об алкоголизме, чтобы так правильно объяснить Роланду, что ему нужно. И доктор Юнг написал Биллу ответ, в котором было сказано, что он всегда знал, что проблемой алкоголика является его поиск единства с чем-либо. Алкоголик ищет этого единства и не может его найти. Он даже процитировал одну из моих любимых фраз: «Как лань желает к потокам воды, так желает душа моя к Тебе, Боже!». Он всегда знал, что является проблемой алкоголика – попытки найти единство с окружающей его жизнью и с Богом, который сотворил его. И когда алкоголик нашел бутылку, она казалась тем, чего ему так не доставало. Она позволяла ему жить чуть более комфортно с самим собой и обществом вокруг него. Он нашел химическое единство, и оно хорошо работало, пока не стало проблемой, которую можно решить только духовно. Это потрясающе, и большинство из нас согласны с этим.



А вот еще один случай, от которого у меня мурашки по телу. Это фантастика, это прекрасно, это потрясающе, как мне кажется. Роланд, услышав об этом, вступил в Оксфордскую группу и протрезвел. Затем он встретился с Эбби и привел его в Оксфордскую группу, и Эбби протрезвел. А Эбби пришел к Биллу, и тот протрезвел. Вот где перст Божий. Как это прекрасно! Через всю нашу историю перст Божий очевиден. От доктора Юнга к Роланду, от него к Эбби, от него к Биллу, от Билла к доктору Бобу, от доктора Боба и Билла к нам. Какая чудесная вещь! Как нам повезло. Я считаю нас самой везучей частью человечества среди детей Божьих. Потому что, видите ли, мы должны – *мы должны* – найти решение, чтобы не умереть. Мы должны – чтобы найти Бога, или чтобы вернуть наших жен, или чтобы вернуть любовь наших детей. Во многих случаях (как в моем) мы даже не ищем здоровья, а только путь, по которому мы можем жить трезвыми только сегодня, чтобы мы могли хоть чуть-чуть подчистить свой послужной список. И мы узнаем, что формула трезвости и формула хорошей жизни, как и формула Божья, одинаковы. И мы находим решение, которое делает химикаты ненужными и которое присутствует не только на наших собраниях. Когда мы уходим, оно идет с нами, и мы больше не одиноки. Везет же некоторым!

## БЛУДНЫЙ СЫН

Ну вот мы и подошли к концу, я полагаю. Но если подумать, это вполне может оказаться началом, а не концом. Я хочу поблагодарить вас, господа, за то, что вы пришли сюда. Я не думаю, что можно было бы выбрать группу мужчин, которая лучше подходит для нашей цели, нежели та, которая собралась здесь. Потрясающая компания парней. Получились чудесные выходные. Любовь и гостеприимство царили повсюду в этих комнатах и на собраниях. Много любви – это была прекрасная атмосфера. Насколько я помню, мне еще не доводилось бывать там, где я бы чувствовал себя так правильно, как в этом месте, и я благодарю вас от всего сердца за то, что вы здесь.

Кажется, я не упустил ничего из того, что хотел сказать вам за те часы, которые мы провели вместе. Конечно, мы можем продолжать говорить обо всем этом аж до Рождества и даже в этом случае не сможем закончить, потому что об этом просто невозможно закончить говорить. Когда стареешь в Анонимных Алкоголиках, одной из лучших вещей являются воспоминания, накопившиеся за эти годы. Воспоминания и громадный опыт, которым мы делимся друг с другом, проходя через все это. Я помню, как мы поехали в Торонто в 1965 году на международную конференцию. Был там один старина, которого звали Франк М. из Эдмонта. Я был знаком с Франком еще за несколько лет до этого, и у нас были прекрасные отношения. Я надеялся, что увижу его там, и он приехал. Как только я его нашел, мы сразу пошли попить кофе, посидеть и поговорить. Я рассказал ему, как я надеялся, что он приедет и как по пути туда думал: «Допустим, лет пять назад я бы сказал себе, что я уже сделал достаточно, норму выполнил. Что мне пора расслабиться – уйти на пенсию. Пусть другие ребята теперь займутся этим. Я свое дело сделал. И как я рад, приехав сюда, что я так не поступил, потому

что чувствую, что последние пять лет были самым великолепным периодом моего духовного роста». У Франка в глазах показались слезы, и он сказал: «Я ехал сюда на машине из Эдмонта, и всю дорогу благодарил Бога за то, что продолжаю активно участвовать в Анонимных Алкоголиках, потому что я тоже чувствую, что последние несколько лет были лучшим периодом моего духовного становления».

Я уверен, что одной из огромных духовных ценностей этой Программы являются воспоминания, которые мы пронесем через года. И мы делимся с любовью друг к другу нашим опытом, нашими силами и надеждами. И это потрясающая вещь. И, как мы уже говорили, это просто. В этом нет ничего сложного. Люди не трезвеют от глубоких мыслей или от высокоинтеллектуальных знаний, это не сложно. Это мелочь. А помним мы, как правило, именно мелочи. Двадцать с лишним лет назад в Клермонте ко мне подошел один парень, и я думаю, что это был самый уродливый мужик, которого мне довелось когда-либо видеть. Он был высокого роста, метра два с хвостом, его курчавые волосы стояли дыбом. У него были большие уши, и огромный рубильник, и ни одного зуба. Вообще ни одного. После выступления он подошел ко мне, и от него разило, как из двух сивушных бочек. Не из одной, а из двух. И он сказал: «Чак, я слышал, что ты сказал, и мне больше не придется пить». И с тех пор на каждое Рождество, где бы он ни был, он звонит мне. Я беру трубку, и он говорит: «Не пей первую. Если не выпьешь первую, то ты не напьешься». Уже прошло двадцать с лишним лет, но он звонит мне каждый год. «Я слышал, что ты сказал, и мне больше не придется пить». Вот такие мелочи делают эту вещь огромной.

Я хочу поделиться с вами еще несколькими мыслями, прежде чем мы перейдем к заключительной части собрания. Многие из вас уже слышали это, но сегодня это для меня актуальней, чем когда-либо. Двадцать с лишним лет назад я выступал в субботу вечером в Хайлэнд Парке, а после

собрания нас осталось человек пять, и мы стояли в кругу посередине комнаты, положив руки друг другу на плечи. И мы говорили друг другу: «Как же это нам так повезло? Как может человек быть таким удачливым? Чтобы пьяный мямля, идиот имел такую жизнь. Как же нам так повезло?». А один паренек ничего не говорил и только поглядывал на меня, но потом он сказал: «Чак, я невежда. Я никогда не читал никаких книжек ни разу. И читать их мне никакой пользы, потому что я их не понимаю. И про Бога я ничего не знаю, и про Библию тоже, но эту Программу ни один человек не сможет отобрать у меня. Когда я делаю, как могу, эти простые вещи только сегодня, я чувствую себя чистым внутри, и хорошие вещи происходят в моей жизни». Когда я наконец смог говорить, я сказал ему: «Сынок, не читай никогда никаких книжек ни разу. Ты только что высказал всю суть всех книг, которые были написаны. Это ведь именно то, чего мы хотим – чувствовать себя чистыми внутри, и чтобы хорошие вещи происходили в нашей жизни».

Года три или четыре тому назад я выступал в одной группе, и там был Эдди. И я подумал, что это был он на том вечернем собрании, когда этот чудик сказал: «Я невежда». Как только собрание закончилось, я поймал Эдди на выходе и спросил:

- Эдди, ты случайно не помнишь, кто сказал, что он никогда не читал никаких книжек ни разу и назвал себя невеждой?

Эдди ответил:

- Нет», - и пошел к выходу, но вдруг вернулся и сказал, - это был я.

Да, это был Эдди, и у него уже было больше двадцати пяти лет трезвости и радости на Программе. Это же здорово!

Еще до этого я трындел в каком-то месте, и вдруг ко мне подошел мальчишка и спросил меня:

- Чак, а знаешь, почему нам так трудно найти Бога?

Мне не хотелось отвечать. Я был жутко уставшим. Мне хотелось уйти оттуда к чертовой матери. И я подумал:

«Сейчас мне придется битый час выслушивать объяснение, почему нам так трудно найти Бога». Но я не мог просто отойти, и мне пришлось сказать:

- Нет, не знаю, ну почему нам так трудно?

И он ответил:

- Потому что он не терялся.

Он добавил:

- Понимаешь, все, что нам надо сделать, это вернуться домой, и мы находим, что Бог всегда был там. Это мы блуждали.

А еще был у нас такой ханурик, его звали Большой Смит. Он был из Флинта, штат Мичиган, и он был синяком моей категории. Он был из тех парней, которые съезжают на машине с причала в воду или с разгону врезаются в кирпичные стены. Он с годами маленько сморщился. Одна нога была на пару дюймов длинней другой, и он ходил так, словно подкрадывался к кому-то. Смит пришел на собрание в Хауторне лет двадцать семь назад, я полагаю, и он принес с собой подмышкой маленькую потертую табличку, которую он подобрал в госпитале в Техасе. На ней было написано: «Если ты не так близок к Богу, как был когда-то или как хотел бы быть, даже не сомневайся: ты тот, кто подвинулся». И Смит сказал: «Видите, все, что мы должны сделать, это вернуться домой». Мы узнаем, что Бог всегда был там. Это мы отлучались.

Есть еще одна штучка, которой я дорожу уже много лет. Я не знаю, откуда она появилась. Я не помню, где я ее нашел, но это история про рыбок. История о трех маленьких рыбках, которые плавали недалеко от берега Лагуны, просто играли. Они уже позавтракали и теперь развлекались, плавая.

Большая рыбина, проплывая мимо, сказала им:

- Доброе утро. Прекрасная вода сегодня, не правда ли?

И она поплыла дальше. Как только она удалилась настолько, чтобы не слышать их, рыбки подплыли друг к другу и стали говорить:

- Подождите одну минуту, подождите. Она говорила о какой-то воде. А что такое вода? Вы когда-нибудь слышали про воду?

Одна из рыбок сказала:

- Нет, а вы?

- Никогда о ней не слышала!

- И я не слышала.

Так они избородили весь Тихий океан в поисках воды, *в которой они жили, двигались и существовали.* Очаровательно!

А теперь я расскажу вам одну историю, но в своей интерпретации. Некоторые из вас могут решить, что я не имею права переделывать ее на свой лад, но я тот, кто ее рассказывает! Это моя история, и это ваша история. Она объясняет меня мне, вас мне и наше отношение к Богу лучше, чем практически все, что я когда-либо слышал. Это история Блудного Сына, и звучит она приблизительно так.

У одного богатого человека было два сына. Младший сын пришел к отцу и сказал:

- Папа, у меня появились кой-какие идеи. Я уезжаю в Голливуд. Там много чего происходит, и там делается большой бизнес. Киноиндустрия работает там с огромным размахом, и там могут выгореть очень прибыльные дела. Так что дай мне мое наследство.

И отец дал ему наследство. Он не сказал: «Подожди, сынок, мы богатые люди, у нас и здесь есть все, что тебе может понадобиться. Оставайся дома. Ты уедешь из дома, оставишь семью и, вполне возможно, наживешь себе там всяких неприятностей – свяжешься с какой-нибудь блондинкой под бутылочку винца, и тогда тебя ждут большие проблемы! Оставайся-ка ты лучше дома». Отец так не сказал. Он вообще ничего не сказал. Парень попросил: «Дай мне наследство». И отец дал.

Парень уехал из дома в далекие края и просадил на гулянках все, что имел. Может, это не похоже на вас, но на меня это очень похоже! Подозрительно похоже. И так, он растратил свое наследство. И когда у него все кончилось, настал великий голод.

Несмотря на всю серьезность этой истории, я нахожу ее забавной. Уж если и есть люди, которые понимают, что такое голод, так это мы! Сколько раз бывало, только приходишь в себя после очередного запоя, а все, кого ты знаешь, тебя ищут (девяносто процентов из них желают сообщить тебе о том, что они больше никогда не хотят тебя видеть, и десять процентов из них пытаются отфутболить тебе чеки, которые ты им понавывисывал, потому что денег-то нет). Я думаю, что такой голод нынче трудно найти – это настоящий голод.

Итак, после того как парнишка все растратил и начался великий голод, что же он сделал? Вернулся домой? Нет. Он поступил так, как поступали вы и я. Он пошел к другому человеку. Мы делали то же самое. Мы ходили к другим людям: к врачам, психиатрам, священникам и проповедникам. Он пришел к человеку, и тот дал ему работу. Но из всех работ, которые этот парень мог бы делать, он не получил ни одной. Человек послал его ухаживать за свиньями. Это имеет огромное значение, потому что в истории сказано, что это был еврейский мальчик, а евреи не любят свиней! Нет ничего более омерзительного для еврея, чем ухаживать за свиньями, но, тем не менее, ему пришлось заниматься именно этим. А огромное значение это имеет потому, что показывает, что дела у парня были плохи. Низко он опустился. Ниже некуда. У нас это называется самое дно. Ухаживать за свиньями. И пока он проводил время со свиньями в свином загоне, то, проголодавшись, он был вынужден есть те же отбросы, которыми питались свиньи. И ни один человек не подал ему. Люди не могли ему помочь. Ни один человек не подал.

«Возможно, никакая человеческая сила не смогла бы избавить нас от алкоголизма». То же самое.

И пока он жил там, оставшись без всего, до парня вдруг дошло, что дома у отца полная чаша. Там есть все, а он тут сидит у разбитого корыта. Но он сказал себе: «Я не могу явиться к отцу и сказать: «Послушай, папа, я твой мальчик. Ты узнаешь меня? Я твой сын». Он не мог сделать этого, просто не мог.

Самоосуждение всегда сопутствует алкоголизму! Как мы себя проклинаяем! Как мы ненавидим себя за провалы в жизни.

То же самое происходило и с ним. А потом он вспомнил, что у отца дома очень хорошо заботились о слугах, которые там работали. Они жили много лучше, чем он, и тогда он подумал: «Я вернусь домой. Но я не буду напоминать отцу, что я его сын и просить принять меня обратно. Я поступлю там на службу. Я буду слугой». Так он принял решение, сказав: «Я отправлюсь к своему отцу».

Мы тоже приняли решение. Мы приняли решение препоручить нашу волю и нашу жизнь Богу. Это прямая аналогия моей жизни. Это моя история и, я думаю, ваша тоже.

А он отправился домой. Он принял решение и отправился домой, а отец, завидев его издали, вышел встретить его. Фантастика!

Это и есть чудо Анонимных Алкоголиков. Оно именно в этом. В этом суть всей нашей Программы. Отец увидел меня издали. Когда я вошел в двери на свое первое собрание АА, ко мне приблизился человек и спросил: «Вы кого-то ищете?». И я ответил: «Нет, сэр». Тогда он спросил: «А что Вы ищете?». И подумав, что он ветеран, я сказал: «Если Вас это интересует, сэр, я ищу трезвость». И все в этом человеке изменилось в одну секунду. Я растаял прежде, чем он снова открыл рот, потому что он явно был рад, что я пришел – и это тогда, когда все, кто знали меня, не сели бы со мной сами знаете что делать на одном гектаре. Мои плоть и кровь не желали иметь со мной никаких дел. А здесь передо мной стоял



незнакомец, и он сиял от радости, потому что я был там, а когда он заговорил, то сказал мне: «Так снимай шляпу и пальто. Ты в правильном месте». И он успокоил меня. Бог пришел ко мне через тех из вас, которые уже нашли свой путь к Нему. Я не знал вас, но вы знали меня, потому что я был алкоголиком, и это не имело значения. Вы не спрашивали, ищут ли меня, есть ли у меня неприятности с законом, должен ли я деньги, решил ли я начать новую жизнь или я сожалею о своих грехах. Вы не говорили мне ничего подобного. Вы даже не спросили у меня, бросил ли я пить. Вы просто сказали: «Снимай шляпу и пальто. Ты в правильном месте».

И вот отец увидел свое дитя издали, и пришел его встретить. А ребенок пытался рассказать ему, каким плохим сыном он был и как он разрушил свою жизнь. Но отец не слушал его. Он не стал спорить с сыном. Он не сказал: «Глянь, у меня тут записано все, что ты натворил, и ты таки очень плохой. В тебе нет ничего хорошего. Вот, смотри, здесь так и сказано. Я знаю каждый раз, когда ты пошел направо, хотя должен был пойти налево. Бери-ка ты грабли и займись-ка прополкой кустов в саду. И если ты сделаешь это как следует, то, может быть, я через двадцать пять лет приглашу тебя на обед». Он так не сказал. Он ничего не сказал. Он обнял его и поцеловал! И он надел кольцо сыну на палец как символ вечной жизни: без конца и начала. А потом он позвал слуг и сказал: «Зарежьте жирного теленка. У нас будет пир. Мой мальчик был мертв, но теперь он жив. Он был пропавшим, а теперь он вернулся домой, так давайте же праздновать». Никаких осуждений, никаких наказаний, никаких споров. Просто любовь отца к своему ребенку.

У нас с вами кончились все наши ресурсы, но нам посчастливилось забрести на собрание Анонимных Алкоголиков и остаться здесь, познав судьбу Блудного Сына. Мы вернулись домой. Идти одному по жизни – это не нормально. Для нас нормально идти по дороге жизни, обнявшись, делаясь

опытом, силами и надеждами с любовью друг к другу. Для нас это, как воздух. Это не нормально быть вдали от Отцовского дома. Мы, как маленькие дети, которые потерялись в лесу, уже стемнело, и мы напуганы до смерти. И мы оказываемся на собрании Анонимных Алкоголиков, где находим себя друг в друге и в Боге. Как это здорово. Это абсолютно сказочная вещь.

Я ведь понимал свою проблему за десять лет до того, как пришел сюда, а это тридцать девять лет назад. Тридцать девять лет. И за эти тридцать девять лет миллионы мужчин и женщин погибли от такого же заболевания, как у меня, от алкоголизма, потому что они не нашли это место. Многие умирают и сейчас недалеко отсюда, умирают от алкоголизма. И они не знают, просто не знают. Мы можем спросить себя: «Как же вышло, что нам так повезло?», но на этот вопрос нет ответа. Повезло и все. По одному дню я набрал более десяти тысяч шестисот дней самой прекрасной жизни, о которой можно только мечтать: от бормочущего заплетающимся языком идиота до полностью удовлетворяющего, осознанного жизненного союза с Живым Богом, который создал нас. Какая перемена! Настоящее чудо! Какая причина, чтобы применять эти принципы во всех наших делах!

И доносить эти идеи до алкоголиков, которые еще страдают. Какие мы все-таки везучие, имея пожизненную работу, которая определена для нас в Двенадцатом Шаге. Я уже много раз говорил, что не знаю, кого и как благодарить за это. Не знаю. Потому что я не пришел к вам, чтобы найти Бога. Я не пришел к вам, чтобы вернуть жену, детей, здоровье или разум. Я тридцать лет искал Бога и не мог найти, потому что я запер Его где-то. Я пришел сюда, чтобы узнать, как я могу жить трезвым только сегодня. И такие же ребята, как вы, приняли меня и поделились своим опытом, силами и надеждами со мной, но что еще важнее – гораздо важнее – своей любовью. Ребята, которых я не знал, но они знали меня. И настолько,

насколько я способен это делать, я, в свою очередь, буду пытаться делиться этим с другими алкоголиками до последнего своего дыхания. Снова, и снова, и снова. Вы, ребята, все время становитесь мне дороже. Все время, потому что вы те, кто выходили меня. Вы помогли мне сделать то, что я не мог сделать сам, и одарили меня такой любовью, которая помогла мне осознать тот факт, что Бог – это любовь. Бог – это любовь, и тот, кто живет в любви, живет в Боге, а Бог живет в нем. Я так признателен вам, что мне застилает глаза. Я люблю вас. Я рад, что мне довелось провести это время с вами, и я никогда не забуду этого, потому что какая-то часть каждого из вас будет со мной до конца моей жизни. И я благодарю вас еще раз. Все, что мне надо сделать, это посмотреть в глаза таким людям, как вы, и я вижу своего Бога. Благослови вас Бог! Огромное вам спасибо.

## ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ

В 1923 году я занимался недвижимостью в Лос-Анджелесе. У меня на столе стояла фотография старичка с седой бородой до пупа, и на этой фотке была надпись: «Я уже старый, и у меня было много неприятностей, большинство из которых никогда не произошли». Мне нравится эта фраза! Перейдем к вопросам.

*- Следует ли нам работать с употребляющими алкоголиками, прежде чем мы сами сделали все шаги?*

- Я думаю, что с того момента, как человек решил, что он хочет обрести то же, что и мы, и согласен сделать все ради достижения цели, он готов к работе с другими алкоголиками. Но его задача не доносить идею алкоголикам, а вести алкоголиков к идее. Как только мы решили, что хотим обрести то, что есть здесь, мы можем сказать любому: «Знаешь, я нашел место, где, так сказать, производят трезвость; там собирается группа людей, которые научились справляться со своим пьянством. Они произвели на меня хорошее впечатление, и я иду сегодня к ним на собрание. Как насчет пойти со мной?» Так ты ведешь алкоголика к идее. В книге написано: «Разумеется, мы не можем передать то, чего не имеем». Вот о чем речь, но так или иначе, главное – донести идею. Это все. Немножко любви.

*- Как нам справляться без эмоций с эмоциями других людей, когда мы работаем с ними по Программе?*

- Трезвость. Можно сказать, что я там. Я уже говорил, что трезвость состоит из четырех частей: физическая, психическая, эмоциональная и духовная. Эмоциональная часть нашей жизни должна быть стабильна. Например, если мы работаем с другими алкоголиками, то мы не можем позволить себе стать эмоционально вовлеченными в их проблемы, иначе мы потеряем возможность помочь им. Вам придется позиционировать себя, как бы поверх проблемы. Я понимаю,

что это выглядит как холодное отношение. Но это не так. Для того чтобы не быть эмоционально вовлеченным, требуется любить больше, чем когда ты погружаешься в их проблемы. Потому что ответ не в проблеме, а в ее решении.

Я десять лет работал над своей проблемой, и чем больше я изучал ее, чем старательней пытался ее решить, тем большей она становилась. Это было все равно, что поливать, удобрять и выращивать сорняк. Он вырос до небес. Я считаю, что мы должны уметь жить поверх проблемы, чтобы быть полезными тем, у кого она есть. Мы не имеем права становиться эмоциональными по отношению к проблеме. Это не потому, что мы любим меньше, это потому, что мы любим больше. Я считаю, что требуется гораздо больше любви, чтобы отпустить, нежели удерживать. Я уверен, что эмоциональная стабильность приходит с самопознанием.

Физическая трезвость приходит, если не пьешь. Если мы не пьем сегодня, то спустя какое-то время мы освобождаемся физически от эффектов алкоголя. Но до тех пор, пока мы не обречем эмоциональную стабильность, умственную стабильность и хотя бы немного духовной стабильности, мы не трезвые. Трезвость – это способность жить комфортно, мирно и радостно самому с собой. Лично я вижу, что дилемма душевного участия в проблемах своих, так называемых, деток, представляет собой полную неразбериху. Многие люди думают, что надо быть эмоционально вовлеченным в них, а я считаю, что когда мы это делаем, то ставим себя в безвыходное положение.

*- А что насчет секса в трезвости?*

- Здесь кто-то хочет поговорить на эту тему? А правду говорят, что за ношение огнестрельного оружия можно и под суд попасть? Рад сообщить вам, что любовь включает в себя обладание, но не потребность владеть. Я считаю, что вполне возможно жить в счастливом браке, не заостряя особого внимания на этой конкретно теме. Я также знаю,

что это очень важно для многих людей. Странно, однако, что это так важно в определенный момент, а потом это вдруг теряет всякую важность. Мы когда-то называли это самым большим «достаточным»! Я понимаю, что это представляет проблему во многих семьях. Я верю, что секс как таковой должен быть таким же спонтанным, как и все остальное. Я считаю, что он должен являться результатом любви, дарованием друг друга друг другу в любви. И я считаю, что только в этом случае он представляет собой какую-то ценность. Я считаю, что мы, как пол, жутко отсталые в этом плане. Все мужики. Потому что у нас есть тенденция хотеть то, что мы хотим, когда мы хотим этого, а мы хотим взорваться, и это именно то, что случается. Когда взрыв окончен, мы полагаем, что работа сделана, а я считаю это абсолютно эгоистическим подходом. Я думаю, что любовь и обожание до и после акта гораздо превосходней самого акта. Другими словами, я не вижу ничего зазорного в половых сношениях, являющихся результатом любви. Но если это самоцель, то я считаю, что она становится самоограблением. Это чудесная вещь, когда это дарование друг друга друг другу в любви. В противном случае я не вижу в этом никакой ценности.

*- Насколько важным является терпение в работе с другими алкоголиками?*

- Если сейчас собрать всех алкоголиков мира в эту комнату, то здесь будет девяносто процентов нетерпения человечества. Мы страшно нетерпеливый люд. Мы хотим все вчера. Терпение – это, вне сомнения, добродетель.

Я сильно сомневаюсь, что мы обладаем одинаковым умением слушать и давать советы. Если вы можете разговаривать человека, вывести его на разговор – дело в шляпе. Я, например, когда разговариваю с кем-то новеньким, всегда обращаю внимание на первую же усмешку. Мы занимаемся пустяками; нельзя быть серьезными. Алкоголики не воспринимают проповеди и лекции. Мы их знаем наизусть; мы сами их себе

читали тысячи раз. Мы точно знаем, что нам скажут еще до того, как нам это сказано. Поэтому делиться, суметь разговаривать их и быть хорошим слушателем для советчика важней, чем говорить самому. Мы не являемся экспертами ни в чем. Ведь двери в таких делах открывают всегда именно мелочи, а не высокие материи. Никто еще не протрезвел от глубоких мыслей. Это всегда мелочи.

Некоторые из вас уже слышали, как я рассказывал эту историю. Много лет тому назад я выступал на собрании группы Боба Уайтса на Санта Барбаре и Ван Несс, и там был один синяк, который сидел в первом ряду в тяжелом подпитии, и в какой-то момент он стал пытаться прикурить, но у него ничего не получалось. Он промахивался, когда подносил спичку к сигарете. Он старался, как мог, но, в конце концов, одна старушка, которая сидела с ним рядом, отобрала у него сигарету и спички, прикурила и вставила сигарету ему в рот. На следующий год я оказался в этой же группе в то же время – у этого парня как раз был первый юбилей, и я подумал: «Похоже, что мне удалось кое-что до него донести!». Ну, вы ж понимаете, что я приготовился услышать комплимент в свой адрес, когда он встал получать юбилейный торт. Но он сказал, что продолжал возвращаться сюда не потому, что услышал или толком понял что-то на первом собрании, а потому что та старушка прикурила ему сигарету. Наш успех зависит не от мудрости и знаний. Все дело в любви, а любовь терпелива. Нет любви без терпения.

Еще один эпизод, который я часто вспоминаю, произошел в группе Ла Хабра. Я всегда выступал там в пятницу перед Рождеством, и где-то лет десять или двенадцать тому назад был там один парнишка, который сидел у стены – у них там были скамейки вдоль стен. Так этого парня трясло – он не дрожал – его колошматило! Я подсел к нему до начала собрания, обнял его и сказал: «Сынок, это ерунда. Если ты не будешь пить, если ты удержишься, через три дня ты будешь

физически чувствовать себя почти нормально. Просто держись и не пей – дело-то пустяковое. Сыграй сам с собой в игру, по правилам которой ты не будешь пить следующие три дня. И посмотри, что с тобой произойдет». И в течение многих лет, по меньшей мере, раз в год, на каком-нибудь собрании он подходил ко мне и шептал в ухо: «Сынок, это ерунда». А потом шел дальше. Так что если вы их любите, вы терпеливы.

*- Как сдаться и препоручить нашу волю Богу, когда, даже попросив Его руководства, мы чувствуем себя потерянными?*

- Часто случается, что молишься, как лбом об стену бьешься. Ну, вот не чувствуешь никакого контакта, хоть ты плачь. Все пустое. Не выгорает тебе там, наверху. В книге по этому поводу сказано, что если все другие средства бессильны, найди себе пьющего алкаша. Потому что, видите ли, когда мы испытываем такое ощущение пустоты, это означает, что мы чего-то хотим, а оно не происходит. Но когда ты работаешь со свежим алкашом, то ты просто не сможешь хотеть чего-то для себя. Этого не будет. Ты не сможешь думать о себе, работая с таким фруктом. Именно там ты отдаешь все свое внимание, весь интерес и всю любовь человеку, который перед тобой, даже если это всего лишь для того, чтобы перехитрить его. Не оказаться ни блюющим, ни тошнотворным в этом случае! Для этого нам приходится перестать думать о себе.

У меня есть такая теория: я не способен решить проблему. Я просто не могу, и поэтому последние двадцать девять лет я не особо пытаюсь, а вместо этого я жду руководства и указания. Если я неожиданно осознаю, что я в кусках, работая над чем бы то ни было, и понимаю, что уже окаменел от этого (потому что подспудно я ломал голову над этим, прокручивая ситуацию снова и снова), тогда я вспоминаю свою теорию, и это всегда срабатывает для меня. Как я уже говорил, я делюсь



абсолютно всем со своим Богом – будь то плохим, хорошим, или никаким – и в таком случае я говорю: «Пап, глянь, у меня тут мозга за мозгу зашла от этой проблемы, и я не могу найти ответа. Но я знаю, что у Тебя он есть, и, когда ты решишь, что я могу получить его, я буду очень рад. Спасибо Тебе огромное». И я отбрасываю эту проблему и больше не трогаю ее. Просто отбрасываю. И все. А очень скоро я узнаю, что либо это вообще не было проблемой с самого начала (таких у меня где-то пятьдесят процентов), либо что у меня есть ответ. В нашей жизни именно беспокойство о самих себе и нетерпение загоняют нас в тупик, а чтобы вылезти из самих себя, лучшей рекомендацией является работа со свежими алкоголиками.

*- Учитывая, что мое «я» и эго периодически главенствуют, не слишком ли много времени я уделяю самоанализу?*

- Ну, ты накрутил! Если бы я был на твоём месте, я бы просто сдался. Я заметил, что многие из наших людей в АА и даже в «Грэйпвайн» пишут о том, что следует обрести самоуважение. Я постоянно слышу от выступающих на собраниях: «Научись любить себя прежде, чем ты сможешь любить кого-то еще». И я очень рад, что на самом деле это не так.

Я не тратил время на то, чтобы восстановить самоуважение или научиться любить себя. Мне такой, как я, и даром был не нужен. Я ненавидел себя. Но я занялся тем, что предлагает делать наша книга, а она не предлагает мне научиться «самоуважать» или научиться любить себя, чтобы я мог любить вас. Я считаю, что дела обстоят совсем иначе. У Святого Франциска сказано: «Помоги мне, Господи, не столько искать утешения, сколько самому утешать, не столько искать понимания, сколько самому понимать, не столько искать любви, сколько самому любить. Ибо воистину, кто отдает – тот получает, кто забывает себя – вновь себя обретает, кто прощает – тому прощается, а кто умирает – тот возрождается в Вечной жизни».

Это именно то, о чем мы говорим с момента нашей встречи здесь, да, именно об этом. Я не верю, что мой образ помогает хоть как-то улучшить мою жизнь. У меня о моем образе такое же представление, как об образе тюленя. Мой образ меня совершенно не интересует, я здесь не для этого. Я здесь для того, чтобы, любя, делиться собой, а там уж как карта ляжет. Меня даже не интересует ваше мнение о том, что произошло, разве что вы хотите высказать его мне. Но это не то, что является моим делом. Я вас люблю, и это все, что мне надо делать. Это то, что меня интересует, это мое дело. И это не мое дело, кого вы любите, или что вы любите, или что вы думаете. Это ваше дело. Я вас люблю, и точка. Мне даже нет причины волноваться по поводу того, что вы думаете обо мне. У меня же нет своего образа.

Я думаю о себе в точности, как о большом окне напротив моего кресла. Для меня окно и *есть* я. И когда ничто его не загораживает, через него проходит свет, но окно это не свет. И я думаю о занавеске, как о моем эго, ведь когда занавеска задернута, свет не проходит, но так же, как окно не является светом, занавеска это не тьма. Она всего лишь закрывает свет. Значит, моя забота держать занавеску открытой, чтобы свет мог пройти. Я не являюсь источником света, я проводник. Всего лишь проводник. Вы и я необходимы Богу как проводники, по которым Он продвигается в свое создание. Мы проводники. И нам надо убраться с пути и дать этому происходить. Как мы уже говорили вчера вечером, и, как я все время говорю себе, я либо буду сам управлять своей жизнью и иметь дело с последствиями этого, либо я не буду сам управлять своей жизнью, и меня ждут соответствующие результаты. Я не могу управлять своей, поэтому и не управляю. Я занят тем, что я живу.

Я считаю, что, погрузившись в жизнь, мы обретаем Бога. Гарантированно, потому что все, что нам надо сделать, это избавиться от преград на пути. Ты найдешь Бога, если ты занят жизнью. Так что я бы на твоём месте не стал тратить

и пяти секунд на поиски себестоимости в чем-то другом. Чтобы найти себя, да. Чтобы понять: то, что ты ищешь, находится вот здесь, внутри тебя; то, что ты ищешь, – это то, с чем ты ищешь; то, что ты пришел искать здесь, ты принес с собой. Все, что ты когда-либо хотел знать, ты уже знаешь, а всем, чем ты хотел быть, ты уже являешься, но это упрятано. Это спрятано, поэтому мы находим и узнаем. Забудь о себе – пошли себя к чертовой матери. Может, ты просекаешь это лучше меня. Может быть, да, а может быть, и нет. Будь, как будет. Самое лучшее в этом деле – не принимать себя всерьез, а сделать из этого игру. Игра в жизнь с самим собой. И веселиться, пока играешь. Мне веселей с Богом, чем, пожалуй, любому другому. У меня с Богом сплошные развлечения. Я считаю, что у Него потрясающее чувство юмора, иначе Он бы не стал прятаться в последнем из мест, где мы ищем! Мне кажется это здорово! Глянем в самое последнее место, а Он там. Я вижу Его! Вот я ищу бутылку, когда нигде уже не продают, потому что мне надо выпить, а Он говорит: «Ну, ты посмотри на этого сукина сына, ведь он Меня обыскался, а Я-то с ним!» Какая прелесть! Умора. Ты слишком серьезен, Фил, сделай из этого развлечения.

*- Может ли член АА работать профессионально в сфере алкоголизма?*

- Я не очень хочу рассуждать по этому поводу, но кое-что все же скажу. Жутко тяжело для таких любителей, как мы, закрутиться с профессионалами и оставаться дилетантами. Мы – странный народ. Нам только дай потереться возле врача, и мы сами становимся врачами. Может быть, кто-то и способен остаться любителем, работая за деньги в области алкоголизма, я не знаю. Лично мне довелось встретить только одного человека, у которого это вроде бы получалось, но он ушел от нас слишком быстро, чтобы можно было сказать, работает это или нет. Его звали Уоррен С., он умер где-то через год после того, как начал работать за деньги в сфере алкоголизма.

Вполне может показаться, что работа на такую организацию, как Национальный комитет по алкоголизму не будет иметь никакого отношения к платному Двенадцатому Шагу, потому что у этой организации нет никакой Программы выздоровления. Они выполняют только образовательные и справочные функции. Это их бизнес, а мы этим не занимаемся, и поэтому, казалось бы, нет проблемы работать на этот Комитет. Главное, что у них нет Программы выздоровления. Но те из моих друзей, кому довелось работать на них, каким-то образом становились профессионалами. Мне вспомнилась одна девушка, которую я обожал и от которой десять лет назад я услышал одно из лучших в АА выступлений. Потом она стала секретарем Комитета по алкоголизму, и год назад ее выступление перед нашей группой было не менее блистательным, но не было речью Анонимных Алкоголиков. Это была профессиональная речь, а одними из главнейших вещей для нас являются забота и стремление делиться. Мы не эксперты ни в чем, мы делимся нашим опытом, силой и надеждой, любя друг друга. Так что я не встречал никого из тех, кому удавалось делать такую работу без того, чтобы не затеряться в профессионализме. Между прочим, и трех месяцев не прошло с момента ее выступления, как она сама оказалась в госпитале. Я уверен, что не из-за таблеток или алкоголя (я говорю, что уверен – я ни в чем не уверен), но из-за какого-то нервного расстройства.

Я не могу это делать. Когда меня просят выступить в организациях, которые платят за это гонорар, скажем семьдесят пять или сто пятьдесят долларов, я не беру. Потому что, хотя они об этом и не догадываются, я узнал все, что рассказываю им, от вас, алкашей, которые не пьют. И для меня брать за это гонорар все равно, что пытаться взлететь, потому что вы за это ничего с меня не взяли. Вы даже не спросили, есть ли у меня что-нибудь. Единственное, что вы мне сказали, когда я пришел на первое собрание, это «Мистер, вы кого-то ищите?». И я ответил: «Нет, сэр». Вы тогда спросили:

«А что вы ищете?». И я сказал: «Если Вас это интересует, сэр, я ишу трезвость». И вы засияли, как Новогодняя Елка! Вы взяли меня и успокоили. Разумеется, любой алкоголик может зарабатывать на жизнь, как он считает нужным. Я считаю, что мы имеем полное право зарабатывать себе на жизнь чем угодно, но если бы я был проповедником, я бы предпочел держать свой бизнес в стороне от наших дел, потому что я бы не хотел стоять здесь перед нашим обезьянником и говорить то, что вы желаете услышать. Я бы не хотел отдать вам в руки свое электричество и воду. Потому что если мои речи будут вам не по вкусу, вы отключите мне те самые электричество и воду, а значит, мне надо ублажать вас. Я не могу этого делать. Я буду держать свой бизнес в стороне. Я хочу, чтобы мои деньги шли из другого места, чтобы я мог говорить вам то, что я думаю. Я не могу говорить вам что-то без того, чтобы чувствовать это, и я считаю, что иначе и быть не должно. Поэтому я бы не смог работать в этой области.

А если бы я был капитаном морской пехоты, и они захотели бы, чтобы я возглавил их Программу для алкоголиков, а я мог бы сам набирать себе штат, как это было позволено некоторым из служащих, я бы скорей всего сделал то же самое, что сделал тот морской пехотинец, который задал этот вопрос. Он аж посинел и спросил: «И что мне теперь делать?». А я ответил: «Пусть твои люди занимаются отдельно всеми расстройствами, так или иначе связанными с алкоголизмом. Пусть те, кто у тебя работает, займутся наркоманами разных сортов, сексуальными маньяками и прочими весельчаками, а ты занимайся Анонимными Алкоголиками, иначе говоря, пьяницами». И он поступил именно так, все сработало прекрасно, и я думаю, что это не пошло ему во вред.

*- Должны ли члены АА посещать собрания Ал-Анона? Упускаем ли мы что-либо, не делая этого?*

- Думаю, что упускаете, ведь там же в основном женщины! Мне с ними весело; конечно, имеет значение, что моя жена принимает в Ал-Аноне активное участие, а уж с ней мы

веселимся на всю катушку. В течение многих лет, когда моя жена начинала спорить со мной, мне удавалось успешно использовать как аргумент такую фразу: «Послушай, сестренка, у вас бы не было никакой Программы, если бы не мы». Потому что это ведь мы дали им нашу Программу. А через какое-то время она вдруг резко поумнела и сказала: «Нам бы не нужна была ваша Программа, если бы не вы!».

Я лично не вижу ни одной веской причины идти куда-то еще, кроме Анонимных Алкоголиков, чтобы узнать, как работает эта Программа. Для меня в этом нет никакой необходимости. Задолго до того как появился Ал-Анон, люди приходили ко мне и говорили: «Вы должны помочь этому парню или этой девчонке протрезветь», а я говорил им: «Вполне может быть, что для вас именно сейчас самое лучшее время в вашей жизни, чтобы найти себя. Может быть, единственный шанс у вас помочь этому алкашу, это не просить меня, а применить эти принципы к самим себе, найти собственное успокоение и поддерживать мир и покой в вашем доме. Это может оказаться единственной положительной вещью, которую вы способны сделать для этого синяка». А это было за много лет до Ал-Анона. И теперь это то, что они пытаются делать. Они пытаются найти жизненный ответ в этой Программе, а мы обязаны найти его вместе с трезвостью.

Я не имею ничего против того, чтобы ходить на собрания Ал-Анона, и часто выступаю на них. Кстати, вы даже не знаете, что смотрите на самого лучшего в Ал-Аноне спикера! Несколько лет тому назад, это было в четверг, мне позвонил один человек из Далласа и спросил:

- Чак, когда ты можешь выехать в Даллас?

Я ответил:

- Я не приеду.

А он сказал:

- Никуда не денешься.

Я повторил:

- Я не собираюсь ехать в Даллас.

Он настаивал:

- Я же спросил, когда ты выезжаешь?

И я снова сказал:

- Я не приеду.

Он продолжал:

- Мне не нужен такой ответ. Когда ты выезжаешь?».

Тут я на него наехал:

- Кто тебя подвел? Что случилось с тем, кто должен был у тебя там выступать? Почему ты меня первым не попросил? Кто от тебя сбежал?

Он рывкнул:

- Не твоего чертова ума дело!

Короче, я слетал в Даллас и выступил в Ал-Анон на торжественном обеде. И я оказался заменой замены! Первая, кто согласилась у них выступать, была покойная Лиз, ну вы знаете, дамочка, которая написала книгу «Покойная Лиз». Как же ее звали? Герт, Герт Б., мы с Герти не ладили в любом случае. Но она должна была выступать и в последний момент ступевалась. А следующей была Адель С., и она тоже скисла. В результате я заменяю двух баб, замена замене, и они там до сих пор говорят, что я выступил с самой лучшей речью, которую они когда-либо слышали в Ал-Аноне (это я на всякий случай добавил). А вообще-то нет никакой причины не ходить на собрания Ал-Анона, если вы хотите.

- Как вы доказываете любовь?

- Я не думаю, что мы что-то доказываем. Я не считаю, что нам надо что-либо доказывать. Нечего выигрывать, и мы никуда не рвемся. Мне придется снова вам сказать то, что я уже говорил, но я с радостью повторяюсь, потому что сам люблю эту тему.

Один врач позвонил мне как-то в полночь и спросил:

- Каким является определение любви?

Я ответил:

- Таким же, каким оно было в 10 часов утра. Ты с ума сошел звонить мне в полночь и задавать такие вопросы?

Но он снова спросил:

- Каким является твое определение любви?

Я сказал:

- Тебе оно не понравится.

Он продолжал:

- Так каким?

И я ответил:

- Действие. Говорить о любви все равно, что говорить о смирении: бесполезно. Только действие. Если ты любишь кого-то, ты делаешь что-то для этого человека. Просто делаешь, не превращая это во что-то экстраординарное. Обычное дело, ничего особенного.

Я не потрачу и пяти секунд, чтобы доказывать кому-то здесь то, что я сказал. Я здесь не для того, чтобы что-то доказывать. И я не потрачу ни единой секунды в попытках отстаивать то, что я сказал здесь. Я имею право на свое мнение, а вы на свое. Вы имеете мое одобрение, если вы не согласны с тем, что я сказал, или с тем, как я это сказал. Меня это полностью устраивает. И то же самое относится ко всем людям в любом другом месте. Я вас люблю; это не моего ума дело, что вы думаете обо мне, разве что вы хотите меня проинформировать. Так что перестаньте делать из этого что-то важное, перестаньте доказывать.

*- Просытаясь с плохими мыслями, как нам следует налаживать отношения с Богом?*

- По-моему, это то, о чем мы говорили с самого начала. Молиться, не прекращая. Я не вижу разницы между молитвой и серьезной мыслью. Они одно и то же. Как мы уже говорили, когда собрались здесь, страх и волнение – это молитва о том, чтобы что-то не произошло. Требуется жить в осознанном ощущении живого присутствия Бога. Мне не очень нравится (я очень много об этом говорю) молитва «Отче наш». Наш Отец, Бог. Я часто говорю о нашем Отце, но отношения, о которых мы здесь ведем речь, гораздо глубже



отношений отца и сына. Вот у меня два сына где-то в Южной Калифорнии, а я понятия не имею, где они находятся. Это невозможно в моих отношениях с Богом, ибо Бог во мне. Бог то, чем я являюсь. Я бы не мог дышать, я бы не мог существовать, вообще ничего бы не было, я бы исчез, если бы не Бог. Потому что Бог – это жизнь, и невозможно в реальности быть отделенным от Него.

Отстранение может быть только сознательным. То самое чувство отделенности от – на отлете. Абсолютно реальное, как опыт, но не реальность. Поэтому я не думаю, что мы должны просыпаться, чувствуя себя иначе, чем когда мы пошли спать, или чувствовать себя по-другому через десять минут после того, как мы проснулись. А вот как обстоят дела. Что насчет меня сейчас? Если бы мне нужно было начать быстренько молиться, я не думаю, что почувствовал бы себя лучше по окончании молитвы. Я считаю, что надо чувствовать себя хорошо до того, как начнешь молиться. Я понятия не имею, когда начинается и когда кончается моя молитва. Я что-то вроде Брата Лоренса в этом деле. Потому что я предпочитаю жить в сознательном ощущении Живого Присутствия Бога во всем, что меня окружает. Во всем вокруг. Так что вбейте в голову: что сейчас и есть время. Видите ли, это жизненно важно для меня, потому что завтра всегда было тем днем, когда я собирался взяться за ум и начать новую жизнь. Завтра я собирался делать все дела, понимаете? Но завтра никогда не наступало. Каждый раз, что я приходил в себя, было сейчас, и меня мучила жажда! Поэтому я пил. Завтра не приходило. Наверное, повторюсь, но не считаю, что надо быть в каком-то определенном состоянии, чтобы удерживать в себе это чувство Живого Присутствия Бога. Я не думаю, что это происходит в церкви, на горе, в храме или в Иерусалиме. Это у меня во рту, чтобы я чувствовал это, знал и делал. Так что это единственный ответ, который у меня есть.

*- Когда вы полностью стали доверять Богу?*

- Я не знаю. Не знаю потому, что я просто вдруг понял, что это произошло, понимаете? Я думаю, что это случилось в первый же раз, когда мое эго было выжжено из меня. И полагаю, что случилось это потому, что я был в круге Жизни, Добра и Бога. Перерождение из осознанного отстранения в сознательное единство превращает это в реальность. Верить в Бога – это хорошо, но этого недостаточно для алкоголика. Нам нужно жить в Боге. *Жить* в Нем. Это и есть суть нашей Программы – убрать нас с нашего же пути, чтобы мы могли заняться делами Отца нашего. Это единственный бизнес, которым я занимаюсь вот уже двадцать девять лет. У меня нет других дел. Я занят только делами Отца, и это мой бизнес, а Его бизнес – заботиться обо мне. Это так же естественно и нормально, как дышать. Я ожидаю этого всем своим существом, но это не значит, что я развалился тут, ничего не делаю и жду, что кто-нибудь возьмет телефон или позвонит. Я знаю, что все хорошее в моей жизни является подарком из Его рук.

Отец Барни сказал мне кое-что десять лет назад, когда я вез его с работы к себе домой. Как только мы выехали на шоссе, он спросил:

- Чак, как ты успеваешь выполнять все свои обязательства?

Я сказал:

- Что ты имеешь в виду?

И он пояснил:

- У тебя три жизни, и любой из них достаточно, чтобы быть постоянно занятым, но ты умудряешься жить всеми тремя. Как ты это делаешь?

А я ответил:

- Святой Отец, Вы должны это знать лучше меня. Вы же познавали всю свою жизнь! Что ж Вы меня-то об этом спрашиваете?

И я добавил:

- Я никогда не разделяю их в своей жизни, вообще никогда.

Так что, когда мы применяем эти принципы во всех наших делах, господа, то никакого разделения в жизни быть не может. Нет ничего, что было бы важнее чего-то еще, и нет ничего, что было бы выше или ниже в своей духовности, чем что-то другое. Ваш бизнес так же духовен, как ваше АА, ваше АА так же духовно, как ваша церковь, а ваш дом так же духовен, как обе эти вещи. Материя так же духовна, как «ха-ха». Все хорошее – это подарок из Его рук. И жить в этом, ощущать это, постоянно ощущать – вот о чем я все это время говорил: поправить паруса, и в зависимости от созданного нами же ветра некоторые суда возьмут направление на восток, а некоторые на запад. Будет зависеть от парусов, а не от бури, в какую сторону они пойдут.

И я поправляю паруса, продолжая повторять себе иногда по пятьдесят раз на день: «Бог – мое убежище и моя сила». А почему я это делаю? Я ничего не боюсь. Я не боюсь вас, я не боюсь Бога, я не боюсь Дьявола, я не боюсь завтрашнего или вчерашнего дня. Так почему же я продолжаю говорить: «Бог – мое убежище и моя сила?». «Обрати взор свой на холм, откуда исходит сила твоя». Я люблю этот холм. Я люблю Бога. И я поправляю свои паруса, напоминая себе, что в Нем я живу, двигаюсь и существую. Сознательное ощущение Живого Присутствия Всемогущего. Вот о чем наш слет здесь. И ничего другого здесь нет, как я это понимаю. Я либо буду продолжать хозяйничать в своей жизни и принимать все вытекающие последствия, либо я перестану хозяйничать в ней и получу соответствующие результаты. *И это не просто слова.* Это то, как я живу. Я не могу жить по-другому. Я пробовал в течение сорока трех лет, и это было на сорок три года дольше, чем надо.

*- Я всегда соперничал в жизни. Как мне перестать соревноваться?*

*- Я всю жизнь соревновался. Я был в прекрасной физической форме, пока не получил травму, играя в футбол. Я мог*

делать все, что угодно. Футбол, баскетбол, бейсбол и легкая атлетика – все это было для меня, как любимое блюдо. Старина Уолтер Кемп говорил много лет назад, что мне не достанется титул всеамериканца только в том случае, если я получу травму, так я ее получил. Из футбола пришлось уйти. Так что соперничать у меня в крови.

У меня был брат, который на три с половиной года старше меня, и мы с ним соперничали. С того момента, как я научился ходить и пока я не ушел из дома, когда мне исполнилось двадцать, мы с ним постоянно дрались. Это продолжалось двадцать лет в рассрочку! Он был на три с половиной года старше меня, на столько же сильнее, и до тех пор, пока мне не исполнилось восемнадцать или двадцать, он мог меня отдубасить, но он не мог заставить меня поверить в это. Он так никогда и не смог заставить меня в это верить. Мы начинали драться за пару миль от дома и каждый раз после того, как он заламывал меня, я кидался на него, как Тузик на грелку. А когда мы устраивали этот бардак в гостинной, мать лупила нас обоих.

Я ушел из дома в твердой уверенности, что могу победить его. Ему так и не удалось убедить меня в обратном. Так что соревноваться было моей жизнью. Нынче я часто играю в кегли, и если я иду играть с целью победить кого-то, я становлюсь тряпкой. Это как будто я никогда шара для кеглей в руках не держал. Но если я иду туда, чтобы просто постараться сыграть настолько хорошо, насколько мне позволяют мои возможности, и получить такое же удовольствие от хорошей игры своих соперников, как от своей, я могу победить любого. В 1957 году я был чемпионом «Бeverли Хиллз Клуба» по кеглям, а я играл тогда только два раза в неделю. Я ходил играть в субботу и воскресенье, когда все остальные ходили играть каждый день. А ведь кегли – это утонченная, изысканная игра.

Так что я могу соревноваться с кем угодно. И опять же, это вовсе не потому, что я решил больше не соревноваться.

Видите ли, мне повезло потому, что я ничего не хотел, когда пришел сюда, даже трезвости. Я просто хотел подчистить свой послужной список насколько это возможно, но его нельзя подчистить с точки зрения понятий соревнования, это не получится. Ты просто помогаешь людям делать то, что им нужно, потому что ты хочешь им помочь. Мне пришлось это делать, чтобы подчистить свой список, а когда я, наконец, осознал тот факт, что все идет хорошо, я уже привык делать это и продолжал делать, и я по-прежнему делаю это и верю, что это именно то, о чем мы с вами тут беседуем. Наша цивилизация наложила на нас массу абсолютно чуждых понятий: ты должен быть этим, иметь это и быть известен как, прежде чем ты можешь нормально жить. Единственное, что можно делать с жизнью, господа, это жить ее. Быть – это единственное, что считается. Реальность сейчас – *единственное*, что учитывается в этой жизни. «Не предавайся мыслям о завтра, чем ты будешь питаться, что ты будешь пить или во что ты будешь облачен». Небесный Отец знает, в чем ты нуждаешься, прежде чем ты об этом попросишь. Я, кстати, научился испытывать гораздо больше радости, получая удовольствие от действий своего соперника, как от своих. Это не просто больше радости – это в два раза больше, а если вы играете вчетвером, то во все четыре. И это куда более естественно – желать лучшего своим соперникам. Пожелайте им добра. Тогда вы делаете свое дело, а они свое, и нет никакого соревнования, если все делается таким образом. Соревнования нет, и чувство, что ты с кем-то соревнуешься, тоже отсутствует.

Пока я не забыл: все, что надо делать, все, о чем эта Программа, – это изменить побуждения в вашей жизни. И это все, что требуется. Измените направление движущей вами силы от того, чтобы брать что-то, к тому, чтобы дать что-нибудь, внести что-то. Даже когда вы идете на собрание Анонимных Алкоголиков, направьте свои побуждения от «получить»

что-то к «привнести» что-нибудь. С того момента как я осознал, что трезв, – а это было через шесть месяцев после моего прихода сюда – и до сих пор я ни разу не ходил на собрание, чтобы что-то получить. И у меня не получается пойти на плохое собрание. Я могу прийти на собрание и не соглашаться со всем, что там происходит: со спикером, со всем, что он говорит, с тем, как он это говорит – и все равно я выхожу оттуда с полной чашей. Если вы идете туда в надежде, что ваше присутствие подбодрит кого-то или кому-то будет просто приятно вас увидеть, так всегда и происходит. Может быть, кто-то задаст вам вопрос, на который вы можете ответить, поделиться. Вы не сможете уйти оттуда без полной чаши. Это просто перемена ваших побуждений от взять к привнести. И в течение вашей жизни вы делаете все таким образом. Это не отношение «благодетеля». К чертям «благодетелей!» (извините меня). Да и не хотите вы становиться благодетелем. Как мы уже говорили, быть хорошими для чего-то – это самоограбление, даже если это для того, чтобы попасть в Рай. Не занимайтесь самоограблением. Будьте хорошими не для чего-то! В этом же вся радость – быть хорошими просто так!

*- Как мне противостоять настойчивым требованиям моей семьи и сослуживцев, которые утверждают, что я должен планировать свой завтрашний день и свое будущее?*

- По-моему, ребята, я не рассказывал вам о том, как в 1957 году мне пришлось отказаться от полумиллиона долларов. Я хочу вам рассказать эту историю, потому что она послужит ответом на ваш вопрос. Когда я был год как трезвый, мне попался один земельный участок на углу Гардины и Нормандии, который принадлежал моим близким друзьям. Братья Джаксоны, строители. Набожные мормоны. Вы слышали такой анекдот? Папа римский собрал кардиналов и сказал: «Ребята, мне тут только что позвонили, и у меня есть для вас хорошая новость и плохая новость. Какую из них вы хотите первой?». Кардиналы посоветовались и сказали:

«Давай сначала хорошую». Тогда он сказал: «Мне сообщили по телефону, что второе пришествие Христа состоялось и что Христос сейчас ходит по земле». Они обрадовались, решив, что это чудесная новость, а потом спросили: «Ну, а что за плохая новость?». И он ответил: «Звонок был из Солт-Лэйк Сити!».

Короче, я знал, что этот участок в десять акров на углу является очень выгодной покупкой и что это будет хорошим местом для магазина. В свои ранние годы в магазинном бизнесе я получал все заказы, продвигая открытие магазинов. Я находил владельцев недвижимости и договаривался с ними либо о снятии места в аренду, либо о строительстве здания на их земельном участке. И если они соглашались, я находил им съемщика. Или я покупал недвижимость для них. Все это делалось только для того, чтобы получить заказ на арматуру. Я ведь в то время не имел никакого отношения к торговле недвижимостью, я был в арматурном бизнесе. Но я умел оценивать и хорошо понимал, какой участок подходит под магазин, а какой не подходит. Итак, мне понравился тот участок, и я стал думать: «Кому можно предложить купить его?». А потом до меня дошло, что, может быть, мой босс захочет купить этот участок, потому что его отец начал тот бизнес, в котором я работал, и босс был богатым человеком еще до того, как унаследовал этот бизнес. Его отец начал это дело в 1908 году, и он уже тогда был очень состоятельным.

Я пришел к нему однажды утром и сказал:

- Виктор, я нашел кое-что и думаю, тебя это заинтересует.

Он спросил:

- Что это?

Я объяснял ему, он слушал, а потом сказал:

- Купи это себе, Чарли.

Я ответил ему:

- Нет, я покажу это тебе, но сам покупать не буду.

-Почему? – сказал он. – Тебе нравится, купи.

Я сказал:

- Нет, Виктор. Садись в машину, поедem, посмотрим. Мы обернемся за час.

Мы съездили, посмотрели, и он сказал:

- Покупай сам.

Я ответил:

- Нет, давай узнаем, если кому-то еще в городе это понравится. Дай-ка мне показать это нескольким владельцам магазинов, и может быть, их это заинтересует. А вдруг они решат построить там здание под магазин.

Но он ответил:

- Чарли, тебе нравится. Иди и купи.

И я пошел и купил.

После того как все условности сделки были пройдены, однажды вечером, когда все, кроме его секретаря, уже ушли из офиса, он вызвал меня к себе. Мы сели втроем. И он сказал:

- Чарли, я не хотел этот участок. И сейчас не хочу, он мне не нужен. Но я хотел бы помочь тебе быть в таком же финансовом положении, как я, и, когда это произойдет, мы можем вместе уйти на пенсию. Я даю тебе двадцать пять процентов от этой сделки. Они твои! Теперь давай найди нам арендатора, мы построим ему здание и уже оттуда двинемся к цели. Двадцать пять процентов твои.

И я пошел и уговорил Вонза на это дело. Им оно не очень понравилось, но они сказали:

- Это первый раз, что у нас появилась возможность сделать что-то для Чарли, а он ни разу не подкачал нас с определением удачного места для магазина. Так что давайте возьмем. Это нам не повредит.

Так они согласились на это дело из-за меня, и они знали про двадцать пять процентов не только от меня, но и от Виктора.



Мы построили им здание. Братья Гатсон построили его за полставки: пять процентов вместо десяти, потому что я знал их еще со времен, когда они были контрактными рабочими – двое ребят, их отец и дядя. Я их нанял строить спаренные дома между Хайлэнд и Ла Брея на Третьей в Хэнкок Парке, и я был королем дуплексов. Мы часто работали вместе, хорошо знали друг друга, и они построили это здание за полцены, потому что хотели сделать что-нибудь для меня.

Для того чтобы построить, нам нужна была ссуда. Я пошел к Верну Дженкинсу, который был председателем совета директоров Западной страховой компании. Я помог протрезветь его сыну, и Верн думал, что солнце восходит и садится из-за меня. Я пришел к нему и сказал:

- Нам нужна ссуда, чтобы построить здание.

Он ответил:

- Что тебе надо? Ты можешь иметь все, что здесь есть, включая саму компанию. Скажи мне, что тебе надо, и ты это имеешь.

И ведь все знали о моей договоренности с Виком.

Мы построили здание, Вонз открыл магазин, и это место оказалось золотым дном. Причем с самого начала. Мы получали с аренды от \$1,700 до \$2,100 ежемесячно (мы имели проценты от сдачи помещения). Это в неделю, господи! Идея сработала прекрасно. Они там в этом месте торговали на \$100,000, \$125,000, \$140,000 в неделю. И все были довольны.

А потом они стали открывать универсальные магазины, а мы их строили для них, и результат оказался таким же, и все было прекрасно. Короче, на одиннадцатый год Виктор собрался уходить на пенсию, ну, и я собрался вместе с ним. Все это время мы с ним говорили об этом, мы обсуждали, чем будем заниматься, мы смеялись и плакали вместе, как единое целое. Так было до последнего года. К одиннадцатому году наших совместных дел мне стало казаться, что Виктор

стал отстраняться от меня, но я решил, что он ведет себя так потому, что в связи с уходом на пенсию его мысли заняты чем-то другим. Я тоже собирался уходить на пенсию – мы ведь говорили об этом в течение десяти лет!

Я купил дом, в котором сейчас живу, и собирался уходить, получив свою долю нашего договора, которая составляла, как минимум, \$500,000. Это обеспечивало меня. Я собирался уходить на пенсию, и у меня были самые лучшие похвальные побуждения. Я собирался уйти на пенсию и посвятить все свое время работе за свой счет с такими оболтусами, как вы. Все ведь в порядке с такой мотивировкой, а? И я купил этот дом, чтобы жить в нем, когда я уйду на пенсию.

А когда подошло время, Виктор не смог сделать то, что был должен. Он просто не смог. Это была слишком большая сумма, и он был вынужден отрицать нашу договоренность. В это было невозможно поверить, потому что мы были так близки! Мы ведь смеялись и плакали вместе, обсуждая наш план снова и снова. Мы же собирались уйти на пенсию вместе. Но он не смог этого сделать. Речь шла о слишком больших бабках, и он стал отрицать наше соглашение, будь оно неладно.

Разумеется, меня это убило, потому что я просто не мог поверить, что этот человек мог так поступить. Это было невозможно! Все мое нутро разрывалось: «Ты не можешь позволить ему сделать такое! Ради него же ты не можешь дать ему поступить так по отношению к самому себе». Я знал с головы до пят, что был прав, и внутренний голос говорил мне: «Это для твоей семьи, твоих детей и твоей жены. Это для них! Так не может быть!»

Я поговорил с советчиками, хорошими советчиками. Адвокатами. Они мне сказали: «Чарли, ты можешь вызвать его в суд и выиграть это дело вчистую. У тебя в этом городе чуть ли не каждый свидетель, здесь все знают об этом и от него, и от тебя. Вызови его в суд, и ты выиграешь». Долго я думал

над тем, чтобы сделать это, но не мог. Почему? Потому что в 1946 году он пришел выкинуть меня в окно, но не сделал этого. Он не выбросил меня в окно, а я не мог вызвать его в суд. Я не мог осуждать его, не мог обижаться на него, не мог ненавидеть его. Если бы я позволил себе любую из этих вещей, я бы пошел пить, а если бы я пошел пить, я бы умер.

Так я оказался между молотом и наковальней. И мучился я, как проклятый, потому что не видел просвета во всей этой чертовщине. Это поставило с ног на голову все, что мы строили десять лет. А еще интересным было то, что его секретарь слышала все это, и мы с ней неоднократно говорили об этом. Она слышала то, что хотела слышать, но когда она не хотела чего-то слышать, она не слышала этого, даже если слышала. Короче, у нее была проблема со слухом, и она мне говорила: «Чарли, я, наверное, чего-то не уловила. Или я не правильно услышала». А говорила она так потому, что отец Виктора приготовил для нее \$30,000, а Вик еще не выплатил их ей. Она ждала свои \$30,000 и не могла пойти против него! Так что ей пришлось сказать мне: «Я ничего не слышала».

Я потратил год в мучениях, размышляя над этой ситуацией. Вы можете себе представить, каково мне было, ведь я подспудно был уверен, что обеспечен. Единственным положительным фактом за время переживания, кроме конечного результата этой ситуации, было то, что за весь тот год я ни разу даже не подумал о том, чтобы выпить. Замечу, что это нечто, учитывая, как безумно я страдал. И вот, наконец, в конце того года я понял, что существует только одна гарантия, и именно она является ответом на ваш вопрос. Единственное, на что я могу положиться, это мои отношения с моим Богом. А там, в мире, нет ценностей. Ценности здесь, внутри меня. Там можно найти только свидетельства ценностей, но не сами ценности. Как только мы превратили в ценность миллион долларов, мы сами себя придушили, потому что мы обязательно их потеряем, как случилось с этими \$500,000.

Так что свидетельства ценностей можно найти там, но сами ценности здесь, внутри нас.

Помните, было сказано: «Не возлагай свои личные сокровища там, где разъедает ржавчина, и воры могут украсть их, а положи их в Раю, куда ржавчина и воры не доберутся. Потому что там, где находятся сокровища эти, и сердце находится». Мне пришлось понять, что единственно надежными могут являться только мои отношения с моим Богом. После этого однажды вечером я позвал к себе Вика – никого не было, только он и я – и я сказал:

- Виктор, я хочу еще раз пройти по нашему делу, и, пожалуйста, не дай мне ошибиться. Если я скажу что-то не так, как было на самом деле, останови меня, и мы разберемся в этом или прекратим наш разговор.

И я прошел через всю нашу договоренность шаг за шагом, а когда я закончил, то сказал ему:

- Виктор, ты не остановил меня.

Он ответил:

- Нет, Чарли, не остановил.

И я спросил:

- Это было именно так?

А он ответил:

- Да, именно так.

И тогда я сказал:

- Виктор, забирай их. Тебе они нужны, а мне нет. Благослови тебя Бог. Продолжай заниматься своим делом.

И он свалился с моих плеч, и \$500,000 свалились с моих плеч, и все остальное тоже свалилось с моих плеч. И я стал свободным человеком.

Вместо того чтобы уйти на пенсию в 1957 году, я купил бизнес. Я проработал в нем больше пятнадцати лет и ежедневно ездил из Лагуны Бич на Сороковую и Аламеду. Люди спрашивали: «Как у тебя это получается? Как ты справляешься?» Но это стало лучшим временем дня, потому что это

было единственное время, когда я мог побыть один. Не сам по себе, а наедине с Богом. И тогда я болтал с Папкой, и это чудесно. А через пятнадцать лет у меня было все, что я хотел, и даже больше.

Так о чем же я говорю? Я говорю о единственной защите, которая существует. Когда мы думаем, что мы в безопасности, потому что у нас есть работа или потому что у нас есть какие-то бабки в банке, или потому, или поэтому, или почему-то еще, то мы глубоко заблуждаемся. Это стало одним из самых важных жизненных уроков, который я получил, потому что с той поры не прошло дня или часа, чтобы я не знал точно, в чем моя защита. Она в моих отношениях с моим Богом. И так по одному дню, по одной секунде, «моментальность» сейчас – это единственное, что есть. Это не значит, что мы ничего не планируем на следующий год (если бы вы видели мой календарь, вы бы поняли, о чем я говорю). И не то, чтобы мы не знали, чем будем заниматься завтра, погружаясь в мир бизнеса, но речь о том, чтобы делать сегодняшнюю работу сегодня, завтрашнюю завтра и не смешивать их. Снова, и снова, и снова я могу стоять здесь и говорить вам, господа: «Бога достаточно для всех моих нужд», и Его достаточно – я говорю правду. Но если я не делаю ничего по этому поводу, то я просто изголодаюсь до смерти. И это утверждение – правда, но у меня есть, что делать. Дар Божий был сделан при создании земли, не на моих условиях, а на Его. И Его условия таковы, чтобы я вел себя, как Его дитя, и занимался Его делом. Когда я следую этому, я получаю наследство. И это ведь так просто, проще некуда. Это моя работа – заниматься Его делом, и это Его дело – заботиться обо мне.

## ЭПИЛОГ

Наверное, самым комфортным местом в активной жизни Чака – и где к нему было проще всего подойти – являлось большое кресло у него в гостиной. Сидя лицом к широкому окну, он отдыхал и получал огромное удовольствие от вида на очаровательный Лагуна Бич и побережье вдалеке.

И это особенно символично, что он сидел в своем кресле утром 14 декабря 1984 года, когда его глаза закрылись, и его доблестная и упорная душа «перешла в мир иной».

Его уход оплакивали десятки тысяч по всему миру. Тем не менее, в реальном смысле он среди нас – завет его жизни будут почитать где бы и когда бы ни собирались мужчины и женщины духовного содружества, известного как Анонимные Алкоголики.

### СВЕТЛОЙ ПАМЯТИ МИЛТОНА Е. ПИКМАНА 1909 – 1993

За бескорыстные усилия и работу,  
которую он проделал, дав возможность  
этой книге стать реальностью.

# Закон Грешема и АА

## ТРИ СПОСОБА РАБОТЫ ПО 12 ШАГАМ

Закон Грешема – одна из закономерностей денежного обращения, в соответствии с которой «плохие» деньги, которые менее ценятся на денежном рынке, вытесняют из обращения «хорошие», высоко ценимые деньги – вполне применим к истории 12-Шаговой Программы. Слабое практикование Программы имеет тенденцию вытеснять сильную работу по Шагам.

Существует три пути практикования 12-Шаговой Программы. 1 – сильный, первоначальный путь, доказавший за 75 лет свою мощь, надежность и эффективность. 2 – средний путь – не такой сильный, не такой безопасный, не такой надежный, не такой хороший, но все же эффективный. И 3 – слабый путь, который по сути вообще не является путем, но обычной ересью, ложным учением, передергиванием и искажением того, что основатели Анонимных Алкоголиков ясно и четко назвали Программой.

Будучи членом Содружества Анонимных Алкоголиков уже 43 года, я до сих пор поражаюсь комбинации простоты, практичности и глубины, заложенных в 12 Шагах – плане выздоровления АА. Мой друг в АА недавно подытожил Шаги таким образом, что можно быстро и просто составить общее представление о духовных принципах, заложенных в них:

1. Признание бессилия.
2. Надежда на Высшую Силу.
3. Полная передача себя Богу.
4. Моральная инвентаризация.
5. Признание истинной природы наших заблуждений.
6. Обязательство полностью измениться.
7. Молитва о даровании целостности.
8. Полная готовность возмещать ущерб.
9. Возмещение ущерба, где возможно.
10. Продолжение инвентаризации.
11. Молитва и размышление, ведущие к улучшенному сознательному контакту с Богом.
12. Духовное пробуждение, несение послания и исполнение этих принципов во всех наших делах.

Когда Шаги резюмированы подобным образом, можно ясно увидеть, на что они нацелены – не на нормализацию личности, но на полную духовную регенерацию в жизни, проживаемой день за днем в сознательном контакте с Богом.

Несмотря на то, что Двенадцать Шагов так четко нацелены на самую «вершину горы», они изложены весьма понятным языком и подробно разъяснены в Главе 5 Большой Книги АА, и их может практиковать каждый. И в этом как раз и заложена их великая гениальность. Нет никаких предварительных требований чистоты жизни или углубленного изучения. Нужна лишь готовность признать свое поражение и искреннее желание измениться.

Двенадцать Шагов противоречат аксиоме светской психологии, что при невысоких характеристиках и возможностях (способностях) субъекта нужно устанавливать невысокий уровень устремлений, чтобы добиться позитивного результата в жизни.

Согласно взглядам традиционной психологии, единственный практичный подход для ранних членов АА выглядел бы так: составить Программу, которая ставила бы перед собой цель не выше, чем воздержание от алкоголя и возврат человека к такой жизни, какой он жил до начала употребления; такой жизни, которой живут обычные мужчины и женщины.

Однако, эти дикие и неотесанные первые члены АА, эти психологически безграмотные отбросы мира сего, эти едва протрезвевшие алкаши поставили перед собой цель стать полностью верными и преданными Божьими людьми.

Авторы Большой Книги знали, что их Богоцентричный, психологически еретический, радикальный план выздоровления весьма вероятно повергнет в шок многих новичков, которых они стремились достичь со своим посланием. Поэтому они предприняли два действия, чтобы покрыть эту «таблетку» сладкой оболочкой. Первое – они поместили следующие смягчающие строки сразу же после списка 12 Шагов в 5-й главе:



*«... Многие из нас восклицали: “Что за режим! Я не смогу следовать ему до конца”. Не отчаивайтесь. Никто из нас не смог совершенно безупречно придерживаться этих принципов. Мы не святые. Главное в том, что мы хотим духовно развиваться. Изложенные принципы являются руководством на пути прогресса. Мы притягаем лишь на духовный прогресс, а не на духовное совершенство...»*

Этот короткий абзац был порывом вдохновения, особенно фраза: «мы не святые». Это облегчило тысячам наполовину уверенных членов АА (включая и меня) принятие того факта, что под руководством Шагов нас будут вести в совершенно незнакомом направлении духовного совершенства.

Большинство из нас начали практиковать Шаги, не понимая в полном смысле, к чему это нас приведет. Опыт быстро доказал нам, что они работают. Благодаря им мы протрезвели и могли оставаться трезвыми. С нашей смертельно серьезной прагматичной позиции, вот что на самом деле имело значение; мы с удовольствием радовались нашей трезвости и оставляли споры и дебаты о том, почему Шаги работают, теоретикам – неалкоголикам – тем людям, чьи жизни не висели на волоске в случае, если они впадали в заблуждения и делали неправильные выводы.

Билл и Доктор Боб сделали еще одну вещь, чтобы духовная строгость и мощь 12 Шагов не испугала новичков (второй раз покрыли «таблетку» глазурью). Они изложили Шаги как рекомендации, а не как директивы. Предложение, которое предваряет Шаги в Главе 5 Большой Книги, говорит: *«Вот предпринятые нами шаги, которые предлагаются как Программа выздоровления»*. Эта идея обрела большую поддержку во всем Движении АА еще со времен первого издания Большой Книги. Мы, пьяницы, терпеть не можем, когда нам указывают или заставляют делать что-либо. Второе покрытие «таблетки» дало нам свободу идти по Шагам своим путем и как мы пожелаем. Эту свободу члены АА быстро начали лелеять и поощрять.

До того, как мы исследуем результаты этого подхода с «подслащиванием» Шагов, давайте обратим внимание на одну весьма интересную странность. АА существовало полных 4 года до того, как Шаги были записаны в своем окончательном виде. В те времена была Программа, и она делала алкоголиков трезвыми. Она состояла из двух частей: Программы из 6 Шагов, передаваемой из уст в уста, и Четырех Абсолютов – абсолютной честности, абсолютной чистоты, абсолютной неэгоистичности и абсолютной любви – взятых из практики Оксфордской группы Христианского движения, из рядов которого вышли АА. Шесть Шагов этой устной Программы ранних лет АА приведены в книжке «АА взрослеет»:

1. Мы признали, что мы были бессильными перед алкоголем.
2. Мы сделали моральную инвентаризацию своих дефектов или грехов.
3. Мы исповедовали или рассказали свои недостатки другому человеку в доверительной беседе.
4. Мы возместили убытки всем тем, кому навредили своим пьянством.
5. Мы старались помогать другим алкоголикам без помыслов о вознаграждении или авторитете.
6. Мы молились такому Богу, в Которого верили, прося о силе для выполнения этих правил.

В те ранние годы АА (1935-1939) вообще не было разговоров о рекомендациях. Более старые члены АА относились к основным положениям Программы, особенно этой устной Программы, как к директивам, принципам первостепенной важности, и передавали их новичкам в таком же виде.

Когда Двенадцать Шагов были впервые сформулированы Биллом, Доктором Бобом и редакционным комитетом из Акрона и Нью-Йорка, то Билл, Д-р Боб и остальные участники комитета задумывали Шаги как инструкции, а не рекомендации. Когда возникла идея представить Шаги как

рекомендации, Билл долгое время решительно ей сопротивлялся. Наконец – неохотно – Билл согласился с идеей «рекомендаций». В книге «АА взрослеет» он рассказывает, как эта уступка с его стороны позволила бесчисленным членам АА попасть в Содружество, а при другом подходе они могли бы быть отвергнутыми АА и вернуться к активному алкоголизму.

Несмотря ни на что Билл был человеком, чьим девизом было благоразумие и рассудительность, и который свернул со своей дороги ради того, чтобы увести Сообщество от пути разрушительных противоречий. Трудно теперь понять, были ли его чувства по поводу решения о представлении Шагов в виде рекомендаций более неоднозначными, чем он мог показать на публике, когда решение уже было принято и заверено. Конечно же, абзацы 5-й главы Большой Книги, которые предваряют Двенадцать Шагов, написаны языком, который полностью бы подошел для преамбулы к набору указаний и руководств к действиям, но почти совсем не годится для представления собрания рекомендаций. Вот начало Пятой Главы, с выделенными нами бескомпромиссными ключевыми словами и фразами:

*«Мы редко встречали человека, который бы строго следовал по нашему пути и потерпел неудачу. Не излечиваются те люди, которые не могут или не хотят целиком подчинить свою жизнь этой простой Программе; обычно это мужчины и женщины, которые органически не могут быть честными сами с собой. Такие несчастные есть. Они не виноваты; похоже, что они просто родились такими. Они по натуре своей не способны усвоить и поддерживать образ жизни, требующий неумолимой честности. Вероятность их выздоровления ниже средней. Есть люди, страдающие от серьезных эмоциональных и психических расстройств, но многие из них все-таки выздоравливают, если у них есть такое качество как честность.»*

*Истории из нашей жизни рассказывают в общих чертах, какими мы были, что с нами произошло и какими мы стали. Если Вы решили, что хотите обрести то же, что и мы, и у вас появилось желание сделать все ради достижения цели, – значит, вы готовы предпринять определенные шаги.*

*Некоторым из них мы противились. Мы думали, что можно найти более легкий, удобный путь. Но мы такого не нашли. Со всей серьезностью мы просим вас быть с самого начала бесстрашными в выполнении этих шагов и следовать им неуклонно. Некоторые из нас старались придерживаться своих старых представлений, и не добились никакого результата, пока полностью не отказались от них.*

*Помните, что мы имеем дело с алкоголем – хитрым, властным, сбивающим с толку! Без помощи нам с ним не совладать. Но есть Некто всесильный – это Бог. Да обретете вы Его ныне!*

*Полумеры ничем не помогли нам. Мы подошли к поворотному моменту. Все отринув, мы просили Его о попечении и защите. Вот предпринятые нами шаги...»*

Даже несмотря на то, что Билл, в конце концов, полностью примирился с компромиссным подходом, его первоначальные опасения, в конечном счете, оказались пророческими. В то время, конечно, не было никаких показателей, что рекомендуемый подход лишь в форме предложений был благом для Движения. В 1938 и 1939 гг., когда писалась Большая Книга, в Содружестве было всего 100 трезвых членов. К 1945 году их количество возросло до 13 тысяч. Основной причиной этого «взрывного» роста Содружества было то, что Программа – Шаги – были победной формулой; они работали, и в них была большая нужда там, извне, среди населения. Америка пьянствовала, и во множестве порождала все новых и новых алкоголиков.

Основным фактором стремительного роста АА было весьма благоприятное освещение Содружества в прессе.

Серия восторженных статей об АА вышла осенью 1939 г. в кливлендской газете «Plain Dealer». Эти статьи создали поток новых членов в АА Кливленда и его округи. Такой внезапный рост был первым заметным свидетельством того, что АА обладало потенциалом вырасти в огромное Движение.

Последовательность событий в этот период очень важна. Большая Книга была опубликована в апреле 1939 г., и рекомендательный подход к выполнению Шагов, представленный в ней, впервые начал распространяться. Через несколько месяцев вышли статьи в «Plain Dealer» и Анонимные Алкоголики Кливленда увидели, что начинают взаимодействовать с новичками совершенно по-новому. Внезапно стала привлекательной идея того, что можно немного ослабить подход, когда все принципы должны практиковаться все время всеми членами АА, подход, который использовался раньше, когда Содружество было меньше, и атмосфера в нем была более тесной и доверительной. Все более и более подчеркивался тот факт, что к Шагам нужно относиться исключительно как к рекомендациям. В то время и при тех обстоятельствах вошел в практику «принцип кафетерия» в отношении к Двенадцати Шагам – берите-что-вам-нравится-и-оставьте-остальное.

И казалось, что это работает. Вышло так, что многие новички могли оставаться трезвыми без какой-либо серьезной и интенсивной работы по всей Программе, той работе, которая, в первые годы, считалась жизненно важной необходимостью. Более того, многие и многие алкоголики начали демонстрировать, что они могут жить без выпивки всего лишь на признании своего бессилия, некоторой работе с другими алкоголиками и регулярном посещении собраний АА.

Нет, конечно же, не все Анонимные начали использовать такой вот все позволяющий подход к 12 Шагам. Очень и очень многие продолжали выбирать первоначальный тип работы по всей Программе полностью. Но суть в том, что впервые члены АА начали массово использовать, и показали

жизнеспособность других, менее строгих подходов к Программе, и возникла тенденция, которая станет все более и более определенной с течением времени.

Сначала это казалось настоящим благословением. Те, кто выбрал для себя активную работу по всем 12 Шагам, были, как и раньше, свободны делать это. Те, кто предпочел применять принципы лишь нескольких Шагов, также оставались трезвыми. И АА привлекало все больше и больше новых членов и пользовалось все большим и большим признанием. В 1941 г. Джек Александер написал статью об АА, которая вышла в газете «Saturday Evening Post». В АА тогда насчитывалось около 2000 членов. В следующие девять месяцев их количество скакнуло за 400% !

Мой отец, Том П.-младший, пришел в Содружество в 1941 году. В 1941 году уже возможно было различить три варианта практикования Программы АА: сильный, средний и слабый подход. Сильное АА практиковало духовные принципы, не ослабляя и не разбавляя их. Сильные члены АА делали все 12 Шагов – делали и продолжали делать. Они не останавливались на признании бессилия перед алкоголем, но сразу же начинали путь к перепоручению своей воли и своей жизни заботе Бога. Они начинали практиковать неумолимую честность во всех своих делах. Без промедлений они приступали к составлению своей моральной инвентаризации; затем признавали свои заблуждения перед как минимум одним человеком; предпринимали реальные и энергичные действия по возмещению ущерба, насколько это возможно; продолжали делать инвентаризацию, признавая свои ошибки и исправляя их ежедневно; молились и медитировали каждый день; посещали два или больше собраний АА, еженедельно и активно делали 12-й Шаг, передавая послание АА тем, кто находится в беде.

Средние члены АА, как и сильные, начинали работу по Шагам стремительно, но уклонялись, или медлили немного

на тех этапах Программы, которых они боялись, или которые им просто не нравились – это либо Шаги, говорящие о Боге, либо инвентаризация – в зависимости от человека и его личных переживаний и предпочтений. И, уже побыв трезвым какое-то время, члены АА среднего подхода расслаблялись еще больше и начинали придерживаться приблизительно такого вида Программы: одно собрание в неделю, случайная работа по 12 Шагу (и чем дальше, тем больше перепоручая эту работу более новым членам АА), кое-какая работа по Шагам (но еще меньше, чем раньше), все меньше и меньше инвентаризации (по мере того, как человек становится все более и более «респектабельным»). Все еще были какие-то молитвы и медитация, но уже не как ежедневное правило. На это не было времени, из-за требующих внимания и участия деловых обязательств, общественных мероприятий и прочего «багажа», который появился в результате возвращения к нормальной повседневной жизни.

Слабые члены АА – публика весьма разнообразная. Общим у них было то, что они оставляли в стороне целые куски Программы – окончательно и бесповоротно. Иногда это были Шаги, относящиеся к Богу, иногда инвентаризация, но чаще всего и то, и другое. Слабые члены АА привыкли говорить примерно так: «Все, что тебе нужно, чтобы оставаться трезвым, это ходить на собрания и держаться подальше от первой рюмки». Большинство слабых членов АА, которые смогли оставаться трезвыми, довольно таки добросовестно посещали собрания. В связи с тем, что они делали так мало из принципов Программы, их трезвость и их выживание, зависело от частоты пребывания среди членов АА, в отличие от сильных и средних членов АА.

По сути, только сильные члены АА практиковали Программу так, как она изложена в Большой Книге. Да, у средних и слабых членов АА было полное право, как у членов Содружества, практиковать эти принципы как они хотят,

или даже вообще почти не практиковать, потому что Шаги были «всего лишь рекомендациями». Но все же, тот метод, каким работали по Шагам первые члены АА, и то, как это записано в Большой Книге – это сильный подход.

Средний подход имел – и все еще имеет – реальное конструктивное место в системе выздоровления Анонимных Алкоголиков; его можно использовать как временную основу для тех новичков, которые выздоравливают без особой охоты и желания. Средний выбор позволяет многим, кто изначально не хочет серьезно работать по шагам, стать на ноги в Содружестве АА.

Но среднее АА может – и часто так и случается – стать ловушкой.

Средний подход не годится для постоянной работы. Люди, которые слишком долго остаются на таком подходе с легкостью проскакивают тот момент, когда они могли бы подняться на ступеньку вверх в сильное АА, и они заканчивают сползанием в слабое АА.

У слабого АА нет ни одного из спасительных качеств среднего АА. Слабое АА явно противоречит Программе, изложенной в Большой Книге. Слабое АА основывается на упорном и безапелляционном отказе от работы над жизненно важными принципами выздоровления. Слабое АА отвергает на практике большинство из 12 Шагов и разбавляет Программу до той точки, когда уже и Программы-то не остается.

Через некоторое время в АА произошло развитие событий, связанное с изменением популярности и распространенности сильного АА и противопоставление ему слабого АА.

В ранние годы Содружества слабое «разбавленное» АА имело тенденцию защищать и петь хвалебные песни своему еретическому подходу, и даже поругивать сильных Членов АА, упрекая их в твердости и фарисействе. Сильные члены АА, в свою очередь, стремились быть более спокойными и толерантными, менее напористыми и не обороняться. Ведь,



в конце концов, их метод был в любом случае более безопасным, т.к. больной принимал большее количество лекарства. Тем более, они следовали оригинальному первоначальному тексту – Большой Книге.

Несмотря на это, такое соседство отношений к Программе привело к необычному эффекту в Движении, которое гордилось своим добрым расположением к тому, чтобы любые, даже самые необычные мнения имели право на жизнь. Самыми громкими голосами в Содружестве стали голоса слабых членов АА, и эти голоса со временем начали иметь решающее влияние на новичков. Слабенькое и разбавленное АА укоренилось и повлияло на будущее АА, а сильное АА стало считаться – не повсеместно, но широко – немного однообразным и устаревшим.

Слабое АА, по сути, доказало, что Билл и первые сто алкоголиков были не правы. Стоящее в предисловии к 12 Шагам (5 Глава Большой Книги) утверждение «мы думали, что можем найти более легкий, удобный путь, но мы такого не нашли» было явным недвусмысленным утверждением, что необходимо практиковать все Шаги. Но слабые члены АА не работали по всем Шагам, и оставались трезвыми. Они нашли более легкий и удобный путь! Учитывая человеческую натуру, не удивительно, что менее требовательный слабый подход все распространялся, в то время как старый, более прямой и строгий путь терял свою популярность. Кто захочет делать тяжелую и сложную работу, если можно без этого обойтись? Кто захочет водить старый автомобиль с ручной коробкой передач, когда можно купить новый с автоматической, да еще и дешевле!

Поворот к снижению усилий, стремление «быть как все» – это веяние времени. Те же, кто продолжают практиковать серьезный, сильный подход к выздоровлению в АА должны быть осторожны в том, как они говорят о своей работе и выздоровлении на группах. Во многих местах слишком

серьезные или слишком долгие разговоры о Боге считаются дурным тоном. То же можно сказать и о выступлениях на темы о Пятом Шаге, о возмещении ущерба и о неумолимой честности, особенно если это касается таких сложных и чувствительных областей жизни, как поиск работы, возврат долгов, деловых или интимных отношений.

Но если все же слабое АА работает – если оно приводит к выздоровлению – в чем же его винить? Может, это тот случай, когда ересь стала полезнее истины? Зачем кому-то сложности практикования сильного АА? По одной простой причине: слабое АА в большинстве случаев действительно не работает. Слабое АА дает человеку изменения в жизни, намного меньшие и глубокие, чем сильное АА. Во многих случаях изменения, к которым приводит слабая Программа, недостаточны даже для того, чтобы разрушить алкогольное мышление, и в результате получается мнимое выздоровление, которое длится недолго, но рано или поздно приводит к срыву. А в тех случаях, когда слабое АА приводит человека к длительной трезвости, можно увидеть, как эти слабо выздоравливающие алкоголики влачат жизнь, полную депрессий, тревоги, горьких обид и настоящего уныния, как и почти все просто сухие трезвенники в истории человечества.

И в итоге слабое АА, по сути, просто пытается обмануть Программу Анонимных Алкоголиков. И мне вспоминается старая песенка, которую в начале 40-х годов пели на группе в г. Уайт Плэйнс (штат Нью-Йорк):

*Я не ходил на группы, я не бывал с людьми,  
пинта и три рюмки, и вызывай такси.*

*Все, друзья, я валяюсь с ног.*

*Приведите меня на группу, чтоб я вспомнил,  
как меня зовут, я должно быть сошел с ума,  
если думаю, что АА можно обмануть.*

Но, как бы там ни было, вернемся к вопросу: на что же было нацелено АА в начале своего существования? Чего эти

люди хотели добиться и на что они нацеливали свою Программу – далеко не просто на трезвость. Стремление просто к трезвости было бы обычным, объяснимым с точки зрения здравого смысла подходом, путем мирской мудрости, разумным и оправданным уровнем стремления.

Но основатели АА были людьми, которыми двигал не здравый смысл, а вдохновение и духовное руководство. Они знали, что лечить алкоголизм, основываясь на здравом смысле, человечество пыталось уже лет 150, не меньше, и постоянно терпело полнейшее поражение. Они знали, что когда едва протрезвевшему алкоголику внушали такой уровень стремления, как: «Да ладно, будь ты нормальным человеком, возьми себя в руки, где твоя сила воли, брось эту гадость раз и навсегда!» – ничего просто-напросто не получалось. Бедный кандидат на выздоровление через непродолжительное время снова возвращался к пьянке.

Великое открытие, которое запустило АА – это, прежде всего, то, что алкоголик должен каким-то образом взлететь к такому состоянию, намного превышающему простое воздержание, которое бы характеризовалось настоящим духовным обращением, совершенно новыми взаимоотношениями с Богом, и лишь после этого постоянная трезвость (воздержание) появится сама, как благословенный и жизнеспасительный побочный продукт. Именно так случилось с Биллом. Именно так произошло с Доктором Бобом. Так же было и с первой сотней алкоголиков – членов АА. Именно так авторы Большой Книги видели, что должно случиться с каждым из нас.

В первоначальной редакции Двенадцатый Шаг звучал так: «Получив духовный опыт, как результат этих Шагов, мы старались нести это послание другим людям, особенно алкоголикам, и практиковать эти принципы во всех наших делах». Две ключевых фразы здесь: «духовный опыт» и «как результат этих Шагов». Утверждение было следующим:

нет духовного опыта – нет выздоровления. Также утверждалось, что нет разных результатов работы по Шагам – есть один результат – духовный опыт (в английском оригинале Шагов написан определенный артикль: as the result of these Steps, не “a result”, что допускало бы другие результаты, а “the result”, то есть, единственный и прямо вытекающий отсюда результат – прим. пер.).

Для первых членов АА этот термин был ясен – духовный опыт, это когда Бог касается твоей жизни – напрямую, непосредственно – и «переворачивает» ее.

Где-то между 1939 годом, когда в г. Кливленде в газете «Plain Dealer» появились статьи о шаговых группах для новичков, и 1941 годом, когда Джек Александер написал свою статью в «Saturday Evening Post», произошло сильное изменение в философии АА. И никто в Содружестве тогда не осознавал, что происходит, и до сих пор этот процесс, тогда начавшийся, остается непонятым большинством членов АА. А изменилась важность и распределение в АА ролей между Шагами – принципами выздоровления, и Содружеством выздоровления.

Вплоть до 1939 года АА было маленькой неизвестной организацией, чей результат работы, несмотря на явную его успешность, проявился в небольшом количестве случаев и даже еще не пережил на тот момент испытание временем. Выздоровливающие алкоголики в молодом Движении надеялись друг на друга и работали друг с другом очень тесно, но именно принципы были основными факторами и инструментами изменения жизни. Движение, как таковое, еще не было достаточно велико или достаточно хорошо устроено, чтоб от него можно было зависеть и возлагать свои надежды на него, а не на честную и последовательную работу по Шагам.

Однако, когда Содружество выросло в большое и серьезное дело, после того как АА стало признанным по всей Америке и приобрело успех, стал возможен новый вид отношения к нему и взаимодействия с ним, который до этого был

не доступен и который основатели не могли предусмотреть. Теперь для алкоголика стало возможным приходить на собрания и оставаться трезвым без прохождения настоящего духовного обращения, а просто путем повторения за другими, как попугай, того, что они говорят и делают, путем подражания, имитации – практикуя старый принцип «будучи в Риме, поступаю, как римляне».

И вот как работало такое выздоровление: присоединяясь к АА, новичок присоединял себя к большой и успешной организации. Одним из обычаев этого конкретного клуба было то, что тебе больше нельзя пить; поэтому, если новичку нравились люди, которых он встречал в АА и он хотел принадлежать к их числу, он прекращал пить. Он ходил на собрания АА. Члены АА и события в Содружестве становились центром его социальной жизни и его времяпрепровождением, и он оставался трезвым, в основном, благодаря силе общей «упряжки».

Истинная природа этого совершенно иного и совершенно не духовного выздоровления никогда до конца не была понята в Содружестве. Несмотря на то, что основателей АА волновал этот вопрос и, как ответ, они сделали попытку расширить смысл термина «духовный» чтобы включить две категории выздоравливающих алкоголиков: - (1) протрезевшие, благодаря духовному обращению – те, кто в результате работы по Шагам получил духовный опыт и стал преображенным человеком, с серьезно изменившейся жизнью и мышлением, в противовес... - (2) протрезевшим благодаря повторению за другими – тем, кто по сути в глубине своей остались такими же людьми, какими они были до прихода в АА, кроме того факта, что они вступили в новое сообщество, приобрели новых друзей и прекратили пить, чтобы соответствовать статусу в своей новой социальной группе.

Со времени публикации Большой Книги в тексте 12 Шагов был изменен лишь один термин – это «духовный опыт»

в 12 Шаге. Член моей домашней группы АА, пришедший в Содружество еще в 1941 году, рассказывает следующее: «Когда я только пришел в АА, они еще говорили о «духовном опыте». Через год или два они начали называть это «духовным пробуждением». Термин «духовный опыт», который прекрасно принимался Содружеством в ранние годы, когда оно было еще небольшим и исключительно ориентированным на духовное обращение, духовное преобразование человека, стал рассматриваться как слишком узкий и заведомо предубеждающий против менее глубоких изменений в жизни, происходящих у тех, кто всего лишь плыл по течению и не практиковал всю Программу (а таких людей уже становилось большинство).

И в Большую Книгу было добавлено следующее пояснение:

*«...Понятия “духовный опыт” и “духовное пробуждение” многократно употребляются в этой книге, которая, при внимательном чтении, свидетельствует, что перемены, происходящие в личности и достаточные для излечения от алкоголизма, проявляются в большом разнообразии форм.*

*Однако же верно и то, что у читателей первого издания сложилось впечатление, что изменения в личности или религиозные переживания должны иметь характер внезапных и ярких сдвигов в сознании. К нашему общему счастью, это заключение ошибочно.*

*В нескольких первых главах описываются такие случаи внезапных коренных перемен. Хотя мы не стремились создать такое впечатление, многие алкоголики, тем не менее, сделали вывод, что для выздоровления они должны обрести непосредственное и переполняющее чувство “Осознания Бога”, за которым сразу же последуют большие перемены во взглядах и восприятии.*

*Среди нашего растущего многотысячного содружества алкоголиков такие перемены хотя и не редки, но отнюдь не*

являются правилом. Большинство случаев относится к той категории, которую психолог Уильям Джеймс называет “образовательной разновидностью”, поскольку в этих случаях события развиваются медленно, на протяжении некоторого времени. Очень часто друзья нового члена АА осознают произошедшую в нем перемену гораздо раньше его самого. В конце концов, и он понимает, что в его отношении к жизни произошли глубокие изменения и что эти изменения едва ли можно отнести лишь за счет его собственных усилий. То, что часто происходит в течение нескольких месяцев, редко могло бы быть достигнуто за годы самодисциплины. За редким исключением, члены АА обнаруживают, что они открыли в себе неизвестный ранее внутренний источник, который они ныне отождествляют в собственном понимании с Силой, более могущественной, чем они сами.

Большинство из нас считает, что осознание некоей Силы, более могущественной, чем мы сами, составляет суть духовного опыта. Более религиозно настроенные члены АА называют его “Осознанием Бога”.

Особенно мы хотели бы подчеркнуть, что любой алкоголик, способный честно взглянуть на свои проблемы, способен, как показывает наш опыт, выздоравливать при условии, что он не отвергнет полностью понятия духовности. Он может потерпеть поражение, только встав на позицию нетерпимости и воинствующего отрицания.

Мы находим, что духовная сторона Программы не должна вызывать трудностей. Желание, честность и непредубежденность – основные качества, необходимые для выздоровления. И они незаменимы...». (Приложение II. Духовный опыт)

Если сравнить вышеприведенное утверждение с утверждением, предваряющим Двенадцать Шагов в 5-й главе Большой Книги, то разница будет просто ошеломляющей. Пятая глава «выстреливает» серию громких утверждений о том, что цель Программы – это жизнь, отданная Богу, а путь к достижению

ее – бескомпромиссно духовный путь. В дописанном после приложении мы видим, по сути, полный отказ от былой мощи и радости в приверженности Богу. Цель этого пояснения, как и было в нем указано – заверить людей в том, что духовные изменения, сопровождающие выздоровление в АА, не обязательно должны иметь внезапную резкую форму. Об этом моменте нужно было сказать, и о нем было хорошо сказано.

Тем не менее, было сказано еще и о следующем: духовность не является неотъемлемой сущностью Программы, но все, что нам нужно – это желание, честность и непредубежденность. Об этом было сказано не прямым текстом, но в виде ясного и недвусмысленного подтекста – путем непрямого, оборонительного, почти апологетического отношения к самому предмету религиозного и духовного опыта. Основатели Содружества были вынуждены ответить на духовную проблему путем снижения духовной «планки» соответственно уровню Сообщества; шаг, который они не осмелились бы сделать в первые годы, но смогли сделать, и даже осознали, что должны это сделать тогда, когда Сообщество стало большим и приобрело респектабельную и здравую репутацию в обществе.

Факты, описывающие ситуацию в АА, которая привела к исправлению 12 Шага и добавлению дополнительного приложения к Большой Книге, можно подытожить следующим образом:

«Теперь стало возможным выздоравливать, выбрав один из двух путей в АА.

Первый путь – это оригинальный, первоначальный путь приобретения духовного опыта, который приходит в результате работы по всем 12 Шагам.

Второй выбор – это частичное применение принципов Программы и, в первую очередь, зависимость от социальных аспектов жизни в АА. Второй подход не приводит к серьезному духовному опыту. Не следует он и нашей Традиции



о необходимости ставить принципы выше интересов отдельных личностей. Но, к его преимуществам отнесем меньшие затраты сил и меньшую необходимость приверженности пути выздоровления, меньше вещей нужно будет менять в своей жизни, да и свою достаточность он доказал во многих случаях, где требовалось достичь длительного воздержания от выпивки».

Конечно же, никто таких проясняющих суть дела заявлений не делал, и переключение терминов с духовного опыта на духовное пробуждение распространилось повсеместно, затуманив сознание людей в вопросе природы ожидаемого изменения личности. Это не было сознательной хитростью, случившаяся ошибка вышла просто из неспособности увидеть разделения на два лагеря, когда это разделение произошло. Не видение развивающейся тенденции было вполне объяснимо, как объяснима неспособность матери замечать взросление и изменения в своем ребенке. Но в Движении, которое теперь строго придерживалось политики недопустимости ссор и споров, «закрытие глаз» на явное разделение было неизбежным.

Это не дало членам АА увидеть серьезные недостатки практикования слабого метода шаговой работы. Относительно поверхностные изменения в жизни, которые дает слабое АА, достаточны для того, чтобы некоторые алкоголики могли оставаться трезвыми. Это не подходит – это не эффективно – это просто не работает для многих других людей. Эта ситуация очевидна как в легких, так и в тяжелых случаях, таких, как алкоголики с сильно поврежденной физиологией и психикой, или те, чей алкоголизм усложнен наркоманией, нездоровым сексом, криминальными или истерическими тенденциями, или тяжелой социальной психопатологией.

Также, слабое АА просто не работает с огромной частью Членов АА, которые известны, как хронические «срывники» – теми алкоголиками, которые привыкли крутиться вокруг

АА, протрезветь на какие-то периоды, но потом снова срываться в пьянку.

Нужно отметить: если вышеперечисленные «тяжелые» случаи приходят на группу, где практикуется только сильное АА, многие из них могут получить продолжительную трезвость. Например, в группе Upstate Содружества Анонимных Всех Зависимостей (ААА) на севере Нью-Йорка, куда я хожу, мы работали и работаем с тысячами таких «тяжелых» случаев за сорок лет нашего существования. Мы практикуем принципы сильного АА на нашей группе, и мы достигли показателей выздоровления более 70% с такими, как их называют, «неудачниками в АА». Многие безуспешные попытки выздороветь становятся успешными, если Программу слабого АА заменить на сильную.

Но есть еще одна, более коварная и скрытая опасность внутри слабого АА. Во многих случаях «выздоровление», к которому привел слабенький разбавленный подход к 12 Шагам, неспособно выдерживать серьезную проверку временем. То, что в начале казалось более легким и удобным путем поддержания счастливой трезвости, приносит плоды в виде все меньшего и меньшего душевного покоя и настоящего счастья и, в конце концов, заканчивается совсем обратным – падением в личностные страдания. Конечным результатом может быть возврат к активному алкоголизму, а может быть и погружение в жизнь неудовлетворенного воздержания, усугубляемую некоторым сочетанием напряжения, переживаемых обид, депрессий, большого компульсивного секса и переполняющего чувства бессмысленности бытия. Это – окончательная неудача собрать плоды Программы АА; это, в конечном счете, провал в выздоровлении.

В современном АА можно заметить две тенденции, не предвещающих ничего хорошего. Первая – это снижение уровня выздоровления. За первые 20 лет средним показателем выздоровления в АА были 75%. Опыт АА в те годы

говорит о том, что 50% алкоголиков, пришедших в Содружество, начинали жить трезво сразу же и оставались трезвыми в дальнейшем. Другие 25% испытывали некоторые неудачи, но через время также начинали постоянную трезвую жизнь. И последние 25% – это те, кто так и не смог выздороветь. Затем начался период времени, когда структуры обслуживания АА перестали указывать 75% уровень выздоровления в литературе Содружества. В 1968 году Главный Совет Обслуживания АА провел анкетирование, в результате которого опубликовал приблизительный индикатор в 67%. Ловушка заключалась в том, что чем больше и мощнее становилось АА, тем меньше становился процент выздоровлений, и к 1968 году эффективность с 3/4 упала до 2/3.

Следующая опасная тенденция в Содружестве не выражена в цифрах и статистике, но она достаточно очевидна любому внимательному наблюдателю за обстановкой в АА. Чем больше становится Содружество, тем многочисленнее становится категория «старичков» со сроками трезвости 10 лет и более, тем, казалось бы, жизнеспособнее выглядит трезвость в АА. Но печальным фактом является то, что все большее количество ветеранов находит радость и удовольствие в уходе от своей трезвости. Многие из них начинают неистово искать пути снова почувствовать тот особый вкус давно ушедших дней, пытаются заполнить внутреннюю пустоту, уходя в тупики каких-то безумных религий, популярных психологических течений, или начинают искать выход в химических зависимостях, употребляя психоделики, марихуану, транквилизаторы или антидепрессанты. И многие заканчивают либо возвратом к выпивке, либо погрязают в унынии, враждебности, разного рода эксцентричном поведении или в обычной разрушающей скуке.

Все это бесполезно. Все снижающийся процент выздоровления и причуды старичков не нуждаются в каком-то сложном или новом решении. Ответ лежит в возвращении

к оригинальному сильному АА. Выходит, что люди, написавшие Большую Книгу, в конце концов, оказались правы. Выходит, на самом деле нет более легкого и удобного пути. Дополнительная работа и приверженность которых требует оригинальная Программа, возвращаются сторицей огромными дивидендами. Вся эта работа и приверженность Программе делают трезвость интересной и радостной, потому что не рассматривают ее как самоцель.

Большинство тех, кто попадают в зависимости, являются людьми с необъяснимым аппетитом к бесконечному блаженству. Мы искали в бутылках то, что можно найти лишь в духовном опыте. АА сработало, прежде всего, потому, что 12 Шагов содержат достаточный для работы набор инструкций и указаний к настоящему духовному опыту. Рост Содружества сделал на время возможным своего рода паразитирование, когда те, кто практиковал духовные принципы частично, могли забирать силы у тех, кто практиковал всю Программу – тех, кто пережил настоящий духовный опыт.

Но сейчас тунеядцы уже высосали из питающего их организма внушительную порцию его жизненных сил, без какой-либо выгоды для себя.

Может показаться, что уже несколько поздно вато возвышать голоса за возврат к оригинальному пути, к честному практикованию всей полноты Программы. Несмотря на это, в Содружестве еще много жизненных сил и серьезное, внушительное пробуждение возможно при условии, что достаточное количество нас, Членов АА, сможет увидеть во времени наше опасное положение, как личное, так и всего Содружества. То, что нам нужно сделать, вполне ясно. Все, что нам нужно сделать, написано в первых семи главах Большой Книги. Суть же, особенно для нас, «старичков», заключается в стремлении продолжать практиковать все принципы во всех наших делах сегодня, вместо того чтобы почивать на лаврах и предаваться воспоминаниям о том, что мы делали

давным-давно, в первые недели и месяцы нашей трезвости.

Но мы должны не испугаться честно признаться в необходимости изменений, необходимости снова посвятить себя этому делу. Самодовольство, самоуспокоенность в своих достижениях – вот наши главные враги. Если мы, как сообщество выздоравливающих зависимых, не желаем изменить наш сегодняшний курс, то перспективы наши достаточно очевидны. Мы придем менее, чем за столетие к тому, что можно наглядно увидеть в величайших религиозных течениях мира на протяжении последних двух тысяч лет: что даже самая лучшая и высочайшая по своей жизни общность людей имеет тенденцию к ухудшению своих качеств с течением времени; и что количество в духовных организациях обычно достигается за счет компромисса с основными принципами и оставления первоначальных задач и практик.

Я обязан своей жизнью АА. И я надеюсь, у нас хватит разума и смирения измениться. Я верю, мы сможем сделать это, если захотим. Ведь это же очевидно: Двенадцать Шагов Анонимных Алкоголиков так же вдохновенны, так же эффективны, так же бескомпромиссны и так же практичны, как они были 70 лет назад, когда впервые были записаны. Многие другое могло потерять за это время свою актуальность, но не Шаги.

*Материал предоставлен Содружеством Анонимных Всех Зависимостей  
(AAA – All Addicts Anonymous)*

*Перевод с английского – Илья Т., 2010 года*

# **Спикер Ал-Анон**

## Линда С.

*Член Ал-Анон более 20 лет*

*Запись выступления проводилась в 2009 году в Киеве.*

Меня зовут Линда. Я член Ал-Анон.

Спасибо большое, что вы все пришли сюда. Спасибо большое, что вы пригласили приехать меня сюда. Я хотела бы рассказать вам о Ал-Анон, но более важно я хотела бы рассказать вам о моем пути с болезнью алкоголизм. Но я понимаю, что вы можете не слышать меня, главное, чтобы вы Олега слышали. Прежде всего, Ал-Анон – это для друзей и семей алкоголиков. Единственное условие, чтобы стать членом Ал-Анон, это иметь члена семьи или друга, который страдает алкоголизмом.

Я родилась в семье, где отец пил каждый день. Я знала своего отца всю свою жизнь, и естественно, всю свою жизнь он постоянно пил. И всю свою жизнь, все, что я слышала, как мой отец и мама ругаются по поводу алкоголизма моего отца. Но когда я вам расскажу о своей семье, вообще как я выросла, то возникает вопрос, но в чем проблема, если человек пьет?

У меня нет ни братьев, ни сестер, я единственный ребенок, что означает, что мои родители естественно любили меня. Они покупали мне кучу одежды, туфли, машину, но из-за алкоголизма моего отца они не могли мне дать то, что хотели; внимание и любовь. Даже когда я была маленьким ребенком, я начала чувствовать какое-то внутреннее состояние, какую-то дыру внутри меня, пустоту. И я начала экспериментировать. Если у меня будет новое платье, может эта пустота как-то заполнится внутри меня? Если я буду лучше учиться в школе, может отец перестанет пить? И что со мной происходило, когда я была маленькой девочкой? Я старалась себя вести, как будто я была взрослым человеком, для того, чтобы сделать моих родителей счастливыми, чтобы

мой отец был счастлив, чтобы он не пил. Но в то время я не понимала, и не знала ничего про алкоголизм, но понимала, что именно пьянство отца причиняет вред нашей семье, как если бы мы каждый день ели картошку и картошка причиняла вред нашей семье. Картошка каждый день – алкоголь каждый день. Я точно так же могла бы сказать, что если мы перестанем кушать картошку, то эта пустота у меня исчезнет изнутри.

Знаете ли вы, что алкоголизм создает чувство одиночества, в независимости от того, какого вы возраста? Болезнь хочет, чтобы мы были одиночками, чтобы вы постоянно находились в состоянии боли. Даже когда я была маленьким ребенком, я постоянно думала, как я могу убежать из этой семьи? Естественно это было давно.

Когда я была молодой девушкой, я поступила в колледж.

Там, в колледже, я встретила одного парня. Я ему понравилась, он мне понравился, и всего через две недели я уже была замужем. Я была просто без ума от него! Все от того, что у меня внутри была какая-то пустота, которую я постоянно старалась чем-то, или кем-то заполнить. Я не знала, что он был тоже алкоголик, потому что толком до свадьбы ничего не знала о нем. И впервые, когда я это увидела, что он был полностью пьян, это после недели нашей супружеской жизни. Мы только поженились, и муж неделю праздновал начало нашей супружеской жизни. Муж напивался и полностью «отрубался» на кровати.

Мы учились в колледже, и у нас была маленькая квартира, там, где мы жили. И вот мой муж пьяный на кровати валяется, а я думаю: я молодая невеста и я его накажу. У меня родился чудесный план! Ну, пожалуйста, скажите мне, если вы тоже считаете, что это был чудесный план! В ту ночь, когда он «отрубился» и спал на кровати, я решила наказать его тем, что я пошла спать в ванную. В то время я считала, что это идеальный план спать в ванной!



Наутро результат – у него страшный отходняк, а у меня страшно болит спина. Так я пыталась его научить и показать, что если он будет вести себя таким образом, то я его буду наказывать, оставлять без секса и уходить в ванную. Мы были в супружеской жизни больше 16 лет, и 16 лет, я его наказывала тем, что у нас не было секса. Я старалась, чтобы он перестал пить, и мы бы могли жить спокойно и счастливо, но он не переставал.

Я подумала, ну ладно! Надо точно завести ребенка и он тогда повзрослеет, и перестанет пить. Я родила первого ребеночка, потом второго, а он все равно продолжал пить. Однозначно, что это не работало. И чем больше я пыталась заставить его не пить, тем больше он пил и, тем больше я становилась тем человеком, который не любит сам себя. Я не хотела быть этим человеком. Я стала человеком, который наполнен злостью и пытается контролировать все вокруг себя.

Я хочу рассказать, до какой степени я была в зависимости от этого человека. Он нашел себе работу музыканта в баре, это была его работа. Но, когда он приходил с работы домой, то выглядел так, и пахло от него так, как будто он был на каком-то «празднике жизни». Он создал группу, они стали ездить по городам и записывать эту музыку. Мне не нравилось, что он ходит в эти бары и играет там. Но он зарабатывал кучу денег. И точно так же, как когда-то мне пришла в голову «гениальная идея спать в ванной», когда он отрубался, мне пришла в голову новая «гениальная идея» – я научусь играть на барабанах! В один прекрасный день я пришла к нему и просто сказала: «Я буду твоим барабанщиком в группе!» И вот я начала путешествовать с ним по всем городам с выступлениями, и следить, что там с ним происходит. Но даже если я внимательно за ним следила и контролировала, он все равно постоянно напивался.

И я стала выглядеть очень злой по отношению к своим детям. Однажды моя старшая дочь сказала младшей дочери: «Не разрешай маме причесывать себя, когда она злится на

папу, потому что она тебе начнет волосы вырывать». Я не хотела быть злой по отношению к своим детям, я просто хотела, чтобы муж перестал пить. И в тот момент я осознала, что самый лучший план, который я могла придумать, это – развестись с этим человеком. Раз я не могу заставить его бросить пить, я не могу сделать его счастливым, значит, мы разводимся. И я ему сказала: «Гуд Бай!»

Теперь я молодая, одинокая мать с двумя детьми. У меня был друг, который мне помог найти работу в бизнесе по недвижимости. И я подумала, что теперь мне не надо быть «ударником» в группе, теперь я стану бизнес-леди. Теперь у меня был новый план. Я заработаю кучу денег, я буду успешной и, мои девочки будут счастливы. Теперь я расскажу, что стало происходить, когда я на самом деле зарабатывала «хорошие» деньги.

Моя дочка звонит, и говорит:

- Мама, приходи на ужин.

А я отвечаю:

- Нет, Я зарабатываю деньги, чтобы вы были счастливы!

- Мама, приходи в школу на спектакль, в котором я играю!

- Нет, я не могу, я слишком занята!

Я повернулась спиной к своим детям ради карьеры, чтобы заработать денег, точно так же, как алкоголики поворачиваются спиной к своей семье, когда они пьют. Алкоголики это делают ради алкоголя, я это делала ради денег. Я заработала очень много денег.

Пришло Рождество, и я накупила кучу подарков, которыми можно было заполнить всю эту комнату. Ну, почти всю... Ну, может тот угол, но очень много подарков!

Я делала все то же самое, что делали мои родители. В своей голове я говорила детям: «Я куплю вам достаточно подарков, достаточно вещей и вы поймете, что я вас действительно люблю, и мне не надо будет заботиться о той пустоте, которая находится внутри вас».

Рождество прошло, и я смотрела на те фотографии, которую мы сделали в тот день, и, что я увидела? Молодая мама, которая заработала кучу денег, почему-то не выглядела счастливой. Старшая дочка, которой было 11 лет, тоже какая-то несчастливая, среди кучи подарков и вещей. И младшая дочка, которой 3 года, тоже, почему-то не выглядит счастливой, хотя вокруг нее куча игрушек и вещей. Я смотрю на это фото, и пытаюсь понять, что тут не хватает на этой фотографии? Почему мы несчастливы? Я поняла: на фото не хватает мужчины! Вот почему мы несчастливы! К тому же я подумала, что у меня мало времени, мне уже за 30, поэтому я выйду замуж за своего начальника. И тогда мы точно будем все счастливы!

Но я не знала, что начальник на самом деле алкоголик. И так же он увлекался кокаином. А самое главное, что он еще и продавал кокаин. И теперь в нашей семье было очень страшно находиться. Мы жили в большом доме, в котором было 6 туалетов, куча новых машин, наши дочери ходят в частные школы, путешествуем по всему миру, целый погреб с винами. Мы жили очень богато, но продолжали быть несчастными. Люди, которые приходили в наш дом и нашу жизнь были с пистолетами, и было очень опасно и очень страшно на самом деле.

И я становилась все более и более сумасшедшей. Я пошла к своим друзьям и говорила, что наверно я с ума схожу. Они отвечали: тебе нечего жаловаться, ведь ты такая богатая! Я ухожу от них, и иду в свою церковь, и там тоже мне говорят, что мне грешно жаловаться, ведь я такая богатая. Тогда я пошла к врачам, к одному, второму, третьему, ведь я думала, что схожу с ума, но мне и врачи опять говорили, что мне не на что жаловаться, ведь я богата.

В течение 8 лет, будучи замужем за этим человеком, мои дети и я находились в большой опасности. Было очень много злости, страха, стыда. Это не было счастливым местом для

жизни. У каждого была своя комната, свой телевизор, но мы никогда не ужинали вместе, все были по отдельности. Когда я сейчас смотрю на то свое время, я понимаю, что всегда пыталась ублажить болезнь алкоголизм. А болезнь не хочет, чтобы мы были счастливы, болезнь хочет, чтобы я находилась в злости и страхе. И не зная, что делать со своей жизнью, я пошла к еще одному доктору. Когда я к нему вошла, он сказал: «Привет. Меня зовут доктор «зеленый» и я алкоголик». Он знал, что происходит в моем доме, потому, что он был трезвым членом Анонимных Алкоголиков.

Он посоветовал мне идти в Ал-Анон, моему мужу сказал идти в АА. Я пошла в Ал-Анон. И в самый первый день, когда я пришла в Ал-Анон я была так счастлива, как будто мне подключили кислородную подушку. Но муж не был счастлив в АА. Мне хотелось, чтобы мы оба были счастливы вместе. В то же самое время, когда моей старшей дочери было 16-17 лет, начался ее путь в алкоголизм. Хорошо, что мне в Ал-Анон сказали, что я не являюсь причиной алкоголизма своей дочери. Мне объяснили, что, если в семье болеет алкоголизмом хоть один человек, начинает болеть вся семья. А я очень хотела, чтобы моя семья была в гармонии. Я хотела быть в Ал-Анон и иметь счастливый брак. Но это было невозможно иметь и то, и другое. Поэтому я развелась и со вторым мужем.

Теперь я счастлива в Ал-Анон. Моя дочь, которая начала пить, приходила домой избитая парнем, с которым встречалась, явно несчастлива от той жизни. В конце концов, в Ал-Анон я поняла, что мне надо было прекратить давать дочери деньги, которые она пропивала. Я должна была отойти в сторону, чтобы она могла вырасти сама в своей жизни. Я отошла в сторону, я перестала вмешиваться в ее жизнь, и она нашла АА. И сегодня она трезвая уже 19 лет. Она подарила мне трех внуков, а ее муж трезвый уже 14 лет. В их семье есть

гармония и баланс, потому, что они оба трезвые. Они воспитывают моих внуков в молитве и счастье, потому что они продолжают работать по 12 Шагам АА и Ал-Анон.

Но вернемся к моей истории. В то время я была опять не замужем, и говорила себе: «Никогда в жизни не выйду больше замуж!» И в один прекрасный день, когда я была на открытом собрании АА, потому что как член Ал-Анон я ходила на открытые собрания АА, я естественно ни с кем из алкоголиков там не разговаривала. Я просто слушала истории надежды, чтобы лучше понять свою болезнь алкоголизм. И вот я сижу на одном собрании с установкой для себя, никогда больше в жизни замуж не выходить, и верьте- не верьте, в комнату входит этот «красавчик!»

Скат пригласил меня на свидание. Мы встречались определенное количество времени. Ну, и естественно, мы поженились. И естественно, что опять я вышла замуж за алкоголика. Но разница в том, что в этот раз я вышла замуж за трезвого алкоголика. То, что мой муж знает обо мне, так это то, что я обожаю алкоголиков. Я люблю своего отца, я обожаю мою дочку, я люблю своего мужа!

Помню, что когда я была в старшем классе, я пошла на свидание с молодым человеком. Всего один раз. Я не думаю, что он был алкоголиком, уж слишком скучным он был. Я обожаю алкоголиков, и могу безошибочно выбрать из толпы алкоголика, потому, что у меня первый муж был алкоголик, второй алкоголик, и третий тоже алкоголик. Мой муж удивляется, как у меня так хорошо получается, узнавать алкоголиков, считая, что это часть моей Ал-Аноновской любви в сердце.

Несколько лет назад мой муж дал мне визитные карточки, попросил носить их в сумочке и предложил, что, когда я в продуктовом магазине увижу мужчину, который мне понравится, то могу смело доставать визитную карточку и отдать ее ему. На карточке было написано: «Меня зовут Линда, я член Ал-Анон, я нахожу тебя очень привлекательным,

поэтому я предлагаю, чтобы ты немедленно шел в ближайший детокс и определил, алкоголик ты, или нет. Потому, что, если я нахожу тебя привлекательным, то ты, скорее всего – алкоголик!»

Когда я попала в Ал-Анон, а я хочу поделиться, что вообще происходит в Ал-Анон, то, в первую очередь, я спросила: «Что это за звук?» Мне ответили: «Это смех». Я нашла смех на собраниях Ал-Анон и АА. Я нашла хороший юмор и смех от всего сердца. В моей семье говорили со страхом, или даже злобой, а если и были шутки, то какие-то злые, потому что было небезопасно смеяться просто так.

В Ал-Анон я узнала, что алкоголизм – это болезнь. Доктора четко определяют, что алкоголизм – болезнь. И что, я не являюсь причиной алкоголизма, я не вызываю его, я не могу контролировать алкоголизм, я не могу никого исцелить от алкоголизма. Но для меня это был очень тяжелый урок для того чтобы его выучить. Но в один ужасный день, мы узнали, что моя мама больна раком. Я не думаю, что я являюсь причиной болезни мамы, я не думаю, что могла исцелить свою маму от болезни рака, и я не думала, что могла контролировать болезнь рака у своей мамы. И тогда проведя параллель между раком и алкоголизмом, я начала понимать болезнь алкоголизм. На сегодняшний день моя мама, проболев раком, жива.

Я выучила, и наконец, осознала, что алкоголизм – это болезнь, но встал вопрос: «Что мне делать, если я находилась под влиянием алкоголизма и сама, в какой-то степени больна?». Все время, когда я жила с чужим алкоголизмом, а эти люди пили, и у них все было чудесно, либо они в «отключке», либо гуляют, либо пьют, а я в этот момент потихонечку сходила с ума.

В Ал-Анон мне сказали: нужно найти спонсора, нужно работать по шагам, нужно ходить на собрания, нужно изучать литературу Ал-Анон, и со временем та пустота, которая была внутри меня, стала заполняться хорошими вещами,

которые я находила в Ал-Анон. У меня очень нежный Бог, которого я нашла в Ал-Анон в процессе работы по шагам. Это был тот Бог, который всегда заботился обо мне и, который меня привел в стены Ал-Анон. Раньше я думала, что я такая поврежденная женщина, и что Бог меня из-за этого не любит и наказывает: вышла замуж – развелась, опять вышла замуж – развелась, злая по отношению к своим детям. Я думала, что такого человека, как я Бог не может любить.

А в Ал-Анон я нашла Бога, который любит меня, который находится на моей стороне. В Ал-Анон мне пришло откровение, что я достойна того, чтобы ко мне вернулось здравомыслие. В Ал-Анон я узнала, кто я есть на самом деле. До того как я попала в Ал-Анон, я использовала неправильные местоимения. Я представляла, что мой муж и я – одно тело с двумя головами. Когда меня спрашивали, Линда, а как ты провела время в отпуске, то я всегда отвечала, МЫ отпуск провели хорошо, или плохо. «Линда, а тебе понравилось кино?» «НАМ? Нам да, кино понравилось». Я не знала, что являюсь личностью и индивидуальностью. Поэтому в Ал-Анон я должна была учиться узнавать правду о себе, и учиться говорить эту правду. Ведь, если я знаю правду о себе, делюсь этой правдой, то вы можете отреагировать на эту правду. А узнать правду о себе мне было очень тяжело. Я думала, что осознать и прийти к заключению, что я бессильна перед алкоголем, это было очень тяжело. Потому что очень часто во всех этих взаимоотношениях алкоголики постоянно меня обвиняли. Например, если в машине спустило колесо, то это была моя вина, если мы идем в ресторан и нам подали плохую еду, это тоже была моя вина. И я думала, что если у меня есть столько силы, чтобы сделать мужа несчастным, то у меня должна быть сила, чтобы сделать его счастливым. Вот почему мне было тяжело сделать первый шаг в Ал-Анон – признать свое бессилие перед алкоголем.

Мне нужно было пройти и принять этот Первый шаг, и потом продолжать работать по остальным шагам в Ал-Анон. Так же в Ал-Анон я узнала, кто ВЫ ЕСТЬ на самом деле. Перед тем как я попала в Ал-Анон, я думала, что все женщины пытаются украсть моего мужа, а все мужики пытаются залезть мне под юбку. А в Ал-Анон я узнала, что алкоголики учатся жить трезвой жизнью и готовы общаться со мной только взглядом. Первый шаг начинается со слова – МЫ, это говорит о том, что мы вместе, мы едины. Неважно, разговариваем ли мы на английском, или на украинском языке, в Ал-Анон и АА мы разговариваем на языке сердца.

Спасибо большое, что вы дали мне возможность поделиться жизненным опытом, спасибо, что вы меня слушали. И в течение этих выходных я бы хотела провести с вами время и, если у кого-то будут вопросы – ответить на них, если смогу. Я могу поделиться своей историей, ведь в Ал-Анон я хожу более 20 лет. Ал-Анон спас мне жизнь, изменил всю мою жизнь, и теперь Ал-Анон – это образ моей жизни.

Теперь я до такой степени счастлива со своим мужчиной, что хотела поделиться этой радостью и с вами.

Спасибо Олегу за перевод.



# **Спикеры АН**

## Адам Т.

*Лос-Анжелес, штат Калифорния*

Меня зовут Адам, я зависимый. Сначала хотелось бы поблагодарить Комитет за то, что попросили прийти, и отспикерить сегодня. Участие в НА – всегда честь, это всегда привилегия. Главное – это ответственность отдавать то, что так бескорыстно отдали мне. Хочу поприветствовать вас – те, кто новички, или те, кто пробует AN еще раз. Может, вы не знаете, получится ли у вас в этот раз. Может вам не хочется быть здесь.

Я лично ненавидел всех вот этих вас, счастливых людей. Меня выпускали из центров, и мне ни за что не хотелось связываться с этим. Ведь многим нужно раскумариться, чтобы не чувствовать себя чужим. Мне просто хотелось быть подальше от всех. И я шел по этой дороге стыда: у меня было столько брелков, медалей... Семнадцать лет я вставал и брал их, в покер могу ими играть, бред полный. Серьезно, вообще не шучу, но я шел по этой дороге стыда снова и снова; и что я делал? Я влезал в ваши головы и оттуда смотрел сам на себя и говорил: «Ну, и лузер! Почему до тебя не доходит? Да что с тобой вообще?». В смысле, я знаю, что впереди идущие осуждали меня, понимаете? Ну, ведь мы никого не оцениваем? *(Смех)* Правильно? Они говорят: «О-о-о, в НА мы никого не оцениваем». Слыхали такое? Через пять минут говорят: «Нужно держаться победителей». *(Смех)* Так ведь, да? *(Смех)*

Знаете, в выздоровлении куча есть вещей, которые совсем не обязательно есть в базовом тексте. Вот тебе говорят: «Не принимай больших решений на первом году». Ребята, да вы вообще Третий Шаг видели? *(Смех)* Это все из центров идет. *(Смех)* А вот еще – типа, не вступай в отношения на первом году. Да никто не знает, потому что никто не пробовал.

*(Смех)* Понятно, всегда найдется парочка, всегда в нашей толпе сидит пара «святых». Как только у тебя нимб появляется, все сразу тебя хотят придушить.

Но вот то, что мне нравится – это – «Бог не дает нам то, что нам не по силам». И знаете, если бы это было правдой, – тогда зачем мне помощь Бога вообще? И чем дольше я трезвый от наркотиков, чем дольше я выздоравливаю, тем больше мне абсолютно точно нужна помощь Бога. И НА сделало для меня то, что я ни за что бы не смог сделать для себя сам. Для нас это делается коллективно, групповым сознанием то, что ни одному из нас не под силу.

И знаете, я ни за что не хотел признаваться в этом, что вы нужны мне. Мне кажется, чаще всего в выздоровлении мы говорим, это важнее всего в выздоровлении – «Да, и мне тоже». И знаете, я никогда не мог понять это, потому что для меня, как и для многих из нас – это болезнь изоляции. Болезнь, в которой ты отрезан, ты другой. Но, в конце концов, я начал ложиться в центры (и я не рекламирую центры). Но к тому времени, когда я по-настоящему стал чистым и отлежал в 28 центрах.

Я помню, говорю спонсору:

- Знаешь, а я 28 раз был на лечении.

Я-то надеялся, что он от меня откажется, от лузера.

А он мне говорит, прямо в глаза смотрит и говорит:

- Это не значит, что ты зависимый.

Я подумал:

- Гонишь, что ли?

Он говорит:

- Нет, ты просто за наш базовый текст – полмиллиона долларов заплатил. *(Смех)*

А мне смешно не было. Ничего смешного вообще! Мой опыт показал мне, что любая схема, если она хочет оградить зависимого от искушения – она точно не работает. Понимаете, центры – это такое замечательное место для меня,

чтобы набраться «жирка» для еще одного захода. Но лечение никогда не решало проблемы.

А я-то всегда думал, что проблема в наркотиках. А он говорит мне:

- А вот тот пакет с отравой, трубка крека – ты думаешь это твоя проблема? Если у тебя проблема эта – значит ты не зависимый. А если ты тот зависимый, про которого пишут в литературе – тогда не в наркотиках твоя проблема.

И знаете, чтобы понять, что он имел в виду, у меня еще лет 10 ушло, потому что к старшим классам уже было понятно, что я не в состоянии жить с наркотиками. Знаете, обоссанные штаны, слюни пускал на парту в 7 классе, да? Каждому было ясно, что я не способен жить с наркотиками. Меня назвали «космическим», все думали, что я азиат, потому что я глаза никак не мог раскрыть до конца. (Смех) Да я не мог жить с наркотиками! Но если ты – выздоравливающий зависимый, то ты поймешь, что важнее тот аспект твоей болезни – что ты не можешь жить без наркотиков. И у меня такие мозги, – они постоянно возвращают меня обратно, к пакету с отравой.

И у меня такие мозги, которые готовы спорить с кем угодно, о чем угодно, и когда угодно. Ты говоришь: «Это черное», а я говорю тебе: «Белое!». Ты говоришь: «Ехать направо», а я поеду налево и пошлю тебя при этом. (Смех) И при этом я буду тебя винить во всем.

Поэтому мы говорим, что отрицание, это когда я сам даже не замечаю, что я вру. И знаете, я так поступаю в каждом аспекте своей жизни, не только с наркотиками. Вот ты живешь без наркотиков какое-то время, ты знаешь, что происходит? Это проявляется во всех других поступках. Кажется, я отказался от ложки и что теперь? Я беру вилку, и следующее, – я уже ног своих не вижу. Я на коленях в Шагах 6, 7 со словами: «Боже, пожалуйста, избавь меня от этого! Не могу так жить больше!». А потом я бросаю вилку, и я присаживаюсь на кредитку: «Сейчас я исправлю все, что натворил

вилкой, я накуплю себе одежды. Я буду скрывать, типа. Типа я на липосакции». А потом я опять на Шестом на коленях; в Шестом и Седьмом в суде по личным банкротствам, говорю: «Боже, пожалуйста, избавь меня от этого!». А потом? Я начинаю исполнять на собраниях. На ту группу не пойду, на эту не пойду... Неудивительно, что существует четыреста Двенадцати шаговых Программ – они все одинаковые, кроме первой половины Первого Шага. И ты приходишь в НА и смотришь: «Тут алкоголики... Тут зависимые... Тут еще зависимые алкоголики... и алкоголики зависимые – они же типа не одно и то же, да?» (Смех)

А потом «торчки» сзади сидят и они хуже, чем все мы, правильно? (Смех) Если у нас нет одной общей проблемы на всех, то у нас нет и одного общего решения. Я страдаю от болезни зависимости – одна Программа, одно выздоровление, одна весть. (Аплодисменты) Понимаете? И теперь я знаю, что когда я поправляюсь духовно в результате Шагов, я поправляюсь умственно и физически, и во всех других сферах.

Я никогда не понимал этого. Чем я занимался? Я все время менял музыку одной отравы на другую в Шаге Первом. Понимаете? Я как будто каютами на «Титанике» менялся. Я никогда самой проблемой-то не занимался. Я всегда думал, что проблема – это наркотики. И до меня долго, очень долго не доходила вот эта духовная мелодия. Мелодия, которая вводит меня в состояние одержимости, и одержимость, которая вводит меня в состояние аллергии, когда я не могу остановиться. Аллергии, которая убивает меня...

Короче, я не могу жить с этим. Но гораздо важнее тот аспект этой болезни, если вы такие же, как я, – я на самом деле, не могу жить без этого. И, в конце концов, я начал ложиться в центры на лечение. И вот, я оказался в своем последнем центре, весил я 54 кило, у меня дороги были от запястья до шеи, выглядел я – как будто только из концлагеря.

Никакой надежды: грязный, заблудший, я опять всех подвел... Помните, это офигенное ощущение: детокс? *(Смех)* Знаете, я в методоносовой Программе 10 лет провел, понимаете? И заходит эта женщина, и она типа из панелей б/у, из какого-то нано-жидкостного сообщества. *(Смех)* Вся от «Кленси» такая *(Смех)* в строгом костюме, смотрит на нас и говорит: «Если бы я и могла вам дать этот весь дар выздоровления, – я бы не стала этого делать». А я что говорю? Я смотрю на своего приятеля и говорю: «Вот, сука». *(Смех)* А она говорит: «Причина, по которой я не хочу отдать вам этот дар выздоровления, это то, что не хочу забирать у вас билет на это путешествие» И все эти годы спустя я понимаю, что то самое путешествие в выздоровлении, точно так же, как путешествие к капитуляции, которое придется совершить каждому, и каждому зависимому – оно очень личное. И слава Богу, что мы в НА не добиваем своих раненых, – пустая была бы комната. *(Смех)*

Кстати, если ты новичок, я хочу поприветствовать тебя здесь. Мы единственные люди, которым реально повезло, потому что мы выпрыгнули из горящего дома. Если ты сидишь здесь сегодня и думаешь, как бы раскумариться, то это точно лучше, чем торчать у барыги и думать, как бы стать чистым. *(Смех, аплодисменты)* Есть целая куча людей, которые сидели рядом с нами и которые сейчас там и думают об этом. В одном из мотелей я знаю, что к чему там. Знаешь, это не просто иногда оставаться здесь, но почти также трудно возвращаться сюда. И для меня, как и для многих из нас, эта дверь проворачивалась по кругу много-много раз. А потом, на каком-то этапе она захлопывается и в конце я мазался отравой в тюрьме округа, я раскумаривался на лечении. Заставлял людей слать мне отраву по почте, а потом я уже не смог приходить сюда, понимаете? Я ходил в ту клинику каждое утро. Эта болезнь убивала меня каждый день, но она не хоронила меня.

Если ты новичок... Мой спонсор сказал мне, когда я был чистым: «Купи себе черный костюм». Я говорю: «Зачем?» А он говорит: «Будешь часто ходить на похороны». А потом говорит: «Если ты опять раскумаришься, хоть будет в чем тебя хоронить». Он жестко так со мной. Но смотрите, реальность какая: если обращаться с зависимым как с ребенком, ты хоронишь его! Правду мне говорите! Что это смертельная, прогрессирующая, хроническая болезнь. Что это болезнь для меня – как быть на поезде, и поезд идет только в один конец. И мы знаем куда: в тюрьмы, больницы, к смерти. Больше никуда не идет тот поезд!

А вот сейчас мы на станции – и я в безопасности! Но мой опыт подсказывает мне – я снова сяду на тот поезд. Вы знаете, до меня так долго доходило, что такое быть бессильным на самом деле. Потому что мне говорят так: «Какой твой наркотик выбора?», а по мне: «Так, какой у тебя наркотик вообще без выбора?». Я могу, знаете, бросить то, бросить это, но положи это говно прямо передо мной, я обосрюсь от страха. Я не умею «Нет» говорить, и мне все ясно с моим бессилием. И люди говорят: «Не употребляй, чтобы ни случилось», а я скажу: «Идите, вступите в веселую команду победителей Ненси Рейган и просто скажи: «Нет». *(Смех)*

Когда все в моем сознании, все в моей жизни требует, чтобы я поднялся и совершил поступок, я прихожу раскумаренным: на свадьбы, на похороны, на крещение, или вообще не прихожу. Я запираюсь в номере отеля, я застаю в кабинке общественного туалета – я делаю это снова и снова. Я долго, очень долго шел к пониманию этой концепции, что я не могу впустить в свое сознание всю ту боль и все те страдания, которые случились со мной. Долго шел к пониманию того, что вот это путешествие – капитуляция, о которой мы говорим, как об этом путешествии к выздоровлению, что оно очень, очень личное.

Вы знаете, я вот, вырвался из-под контроля и посидел новичком на группах, и побывал в клиниках, и слюни пускал на себя и «залипал», и собирал других людей и творил все эти мерзкие, гадкие, отвратительные вещи, с которыми приходилось заниматься многим из нас на этой дороге к отчаянию. И мне бы хотелось отдать это тебе, если ты новичок, но понимаешь, не могу? Такова цена билета в НА. Это дорога боли, мне неприятно это говорить, но сам понимаешь, всего-то доллар. Долго, долго я шел к обретению хоть какой-то ясности. Это капитуляция. Нет ничего в этом мире, что было бы труднее получить, понимаешь? Теперь я много служу в б/у, да, я должен правильно, меня до сих пор везде помнят. И кстати, если ты новичок, и если ты слышал про НА, на лечении или где еще, больницы или учреждение – это один из Комитетов в АН, в нем самый маленький процент срывов во всем выздоровлении.

И что я начал делать? Я начал возвращать собрания и панели в закрытые учреждения, в тюрьмы, в больницы, в детоксы. И у меня есть одна панель, это ассоциация ветеранов. И это такая странная штука, знаете, комната размером с эту, полная солдат, а ты выбираешь тему, например, капитуляция. *(Смех)* И на тебя смотрят очень косо, а в комнате становится очень тихо, особенно у морпехов. *(Смех)* Но один из величайших примеров капитуляции, о котором я когда-либо слышал, он именно на таких собраниях. Вы когда-нибудь видели, как сдается солдат? Это великолепный пример. Он берет винтовку, кладет ее на землю, садится на обочину и ждет приказа. Когда на тебя смотрят сорок ОКА 47, ты не будешь швыряться винтовкой, да еще козлами всех обзывать. *(Смех)* А как вы к наркотикам относитесь? *(Смех)* Если ты даже посмотришь на чье-то оружие, в тебя всадят пулю, правильно? А я оглядываюсь на наркотики, а я оглядываюсь на то «волшебство», которое когда-то открыл для себя? Понимаешь, потому что если у тебя вот эта оговорка, оговорка



зависимого, такого зависимого как я, типа, что, мол, в жизни случаются такие моменты, и вот, ради каких-то таких моментов я готов отдать свою жизнь. Типа вернуть, и воссоздать и почувствовать то «волшебство», которое я когда-то находил в отраве. То чувство свободы, чувство умиротворения, единства, духовную связь, то чудо, которое я открыл для себя. И мой опыт говорит мне, что если я не обрету эту свободу, это равновесие, эту ясность, которую я находил в наркотиках, если я не обрету их в результате 12 Шагов, я не хочу оставаться здесь.

И был такой мужик. Звали его доктор Гарри Тьебу. Что-то из его ранних текстов есть в литературе НА. Он говорил о разнице между уступчивостью и капитуляцией (его можно в интернете посмотреть). В общем, я был уступчивым в НА. Многие годы. Я приходил ради общества трезвости, приходил ради судебной системы, ради УДО, ради общества счастливых семей. А на Западе, где я живу, еще можно приходиться ради поручительства по кредиту. *(Смех)*

Но понимаете, вот та концепция капитуляции, как у солдата, который складывает оружие – она безоговорочная. И мне надо было рассмотреть свои отношения с наркотиками, что я не могу остановиться, если начинаю. Что я не могу останавливаться надолго самостоятельно, что я не смогу остановиться, не получив духовный опыт. У меня были такие мозги, и они всегда, всегда возвращали меня назад, и для меня была огромная разница между активной капитуляцией, которая приводила меня в Программу и в НА снова и снова, и капитуляцией, как состоянием души, благодаря которой с нами остаются впереди идущие. Это совершенно разные концепции. Это как смотреть на лебедя, плывущего по спокойной воде. Он выглядит таким изящным, никаких усилий, так гладко, он прекрасен. Но все мы знаем, что происходит под поверхностью воды – он хреначит лапами, как в последний раз.

И люди меня спрашивают: «А что поменялось после 28 заходов на лечение? Что поменялось после 17 лет сидения раскумаренным на собраниях?». И что поменялось? Это действия. Что я обрел готовность совершать поступки в НА – действия, в которые я раньше не верил. Мне удалось обрести готовность отбросить в сторону все, что я думал об НА, о 12 Шагах, о вас, обо мне, о Боге, о том, чтобы у меня появился первый опыт со всем этим. Я начал смотреть на это с другой перспективы – Богом клянусь, если бы в этом помещении было бы полно-полным барыг, нас бы вообще было не сосчитать сколько. *(Смех)* Именно поэтому, когда в НА я начал проводить собрания, нам не давали этого делать, потому что у большинства из нас, у многих были проблемы с законом. Но сегодня мы здесь с целью выздороветь. И вы знаете, нет никого, у кого бы было больше желания выздороветь по Программе Анонимные Наркоманы, чем у зависимого, который вползает в эти двери после долгого трудного срыва. Он на что угодно готов пойти: 90 на 90 – давай! Ему обязательно нужно служение на группе. У него сколько спонсоров: два? Три? *(Смех)* У него первый день из детокса, а он уже готов стать чайханщиком. Бля. Вот так мы и теряем половину литературы, а ее ведь на углу не продашь. *(Смех)* А 30, 60, 90 дней спустя тот же зависимый смотрит на меня и начинает: «Слышь, че? Нам, в натуре, каждый день сюда ходить?». И точно так же, как боксер на ринге, который бросает полотенце и говорит: «С меня хватает». Что мне делать? Я забираю это полотенце, по маленькому кусочку, каждый раз забираю. Забираю назад свою волю. И мой опыт показывает мне, что у меня один способ остаться в состоянии капитуляции – это регулярно ходить на собрания, брать на группе служение, работать в обслуживании, жить Шагами Десятым, Одиннадцатым и Двенадцатым. Постоянно, в которые я не верю, совершать действия, пока, в конце концов, мои мысли, действия не поменяются.

И знаете, этого мне никто дать не мог. И мне пришлось терпеть поражение за поражением, пока я не начал побеждать. И вы видели, как холодильник отключают? Знаете, что бывает, когда отключаешь холодильник? Все обнажается: неважно, двадцать недель этому или двадцать лет. Мой опыт показывает, если отключить холодильник, все выглядит отлично, но на какое-то время. И в этом-то и проблема. Я отключаюсь от НА, и я чуть больше ухожу в работу, чуть больше ухожу в отношения, и жизнь моя с виду – налаживается, но вот духовно я деградирую. И мой опыт показывает мне, что душ, который я принимал вчера, не сохранит меня чистым сегодня. Что я не могу остаться чистым по Программе дня вчерашнего. Есть много впереди идущих с большим количеством лет, и они забыли, что такое один день.

Спонсор мой (странное, да?), сказал мне: «Если у тебя нет готовности вести людей по Шагам – ты умрешь». И в этом был весь смысл. Работа в НА – это не работа над самим собой – это избавление от самого себя, чтобы я мог служить другим. Чтобы я мог повернуться к своему району, и помочь другим зависимым и за счет этих действий я обрету свободу. А я не верил в это, пока не испытал это на своей шкуре. Ведь мы можем весь день рассказывать о том, что привело нас в эти комнаты. Но мне кажется, что намного важнее для нас, выздоравливающих зависимых, говорить о том, почему мы остаемся здесь. И можно услышать самые разные точки зрения: «Ну, вот, попал я в НА, короче», и смотришь на него – и все ясно.

А я не попал в АН. Я пришел сюда, чтобы начать новую жизнь. И почему я возвращаюсь? Чтобы помочь тебе. Долго, долго я не мог понять этого. Смотрите: есть две категории людей, и я не хочу никого обижать сегодня, я извиняюсь. Есть те, кто отдает, и есть те, кто берет. И 90% в мире там, за стенами, они – чтобы брать, а 10% - чтобы отдавать.

А ты приходишь в НА, ты что думаешь, тут по-разному, по-другому? То же самое – 90% берут, 10% отдают. Вот вы мне не верите, а попросите кого-нибудь убрать это помещение сегодня, и посмотрите реально, сколько народу подпишется и посчитайте. И мы говорим о том, что объединяет нас.

Мой друг говорит, что здесь, как соревнования: есть болельщики и есть игроки. Игроки – это те, кто готовят собрания; те – кто расставляет стулья; те – кто приносит литературу; те – кто варит кофе; те – кто участвует в Комитетах. А есть болельщики – они берут литературу, они берут кофе. И знаете, для болельщиков НА – это один из самых опасных видов спорта в мире.

Страх не даст мне остаться чистым. Если ты зависимый, если ты новичок и если ты немного боишься – это нормально. Но мой опыт показывает мне, чтобы получить в морду, жить на улице, стать бездомным, потерять работу, образование, потерять здоровье, потерять семью, потерять детей – этого недостаточно для меня, чтобы остаться чистым. У вас получилось остаться чистым на страхе? Смотрите – в обществе есть такие, знаете, социально действующие, называются. Есть такие, в натуре. Они бросают употребление по воскресеньям после обеда. Это ребята, которые, разламывают трубки от крека и выбрасывают в окно. *(Смех)* И вот, в одну камеру попадают социально действующий и действующий наркоман. Оба за вождение в измененном сознании. Тут две диаметрально противоположные философии. Социально действующий сидит в одном углу камеры и думает: «Блин, зачем я столько употребил вчера! Я же знал, что не надо столько употреблять!». А действующий наркоман в другом углу камеры сидит и думает: «А на х.. я поехал туда?». *(Смех)* Вот присяжные над этими вещами вообще не смеются. Им это не смешно почему-то. Для них ты просто испортил их вечер в пятницу. Жена социального действующего говорит: «Короче, если ты не бросишь, я тебя брошу».

И социально действующий начинает тут подчищать, не употребляет дома, правильно? Покупает визинчика, да? Теперь: если мне моя женщина говорит: «Милый, если ты не бросишь, я тебя брошу». Что я делаю? Я начинаю думать о холостяцкой жизни. (Смех) И как выздоравливающий зависимый, если вы помните, как я жил раньше, как многие из нас жили раньше: если что-то вставало между мной и наркотиками – я избавлялся от этого. Что угодно между мной и «чеком»???. Я медленно шел на компромиссы, я выбирал работу, чтобы я мог торчать. Я выбирал женщин, чтобы не возражали против употреблений. Он потихонечку забрал у меня все. Но чтобы не вставало между мной и употреблением – я избавлялся от этого. Если ты выздоравливающий зависимый, то чтобы ни встало между тобой и НА, я избавляюсь от этого.

Смотрите, у вас может быть другой опыт, но у меня такой опыт, он другой. И я помню, если между мной и моим выздоровлением встала женщина, я помню, как я первый раз сказал это на спикерской. Она сидела вот там, в заднем ряду. Она говорила: «Милый, да ты вообще не похож на наркомана, да зачем тебе это надо? Зачем тебе собрания? Ты же не будешь опять спикерить? Твоя Программа мешает нам выздоравливать вместе, мешает нашим отношениям». 360 дней спустя у меня ужин на день благодарения с ней и ее чудесной семьей. Я во главе стола, «прикид» по полной и тут появляется экзотическое вино, дорогое, и она типа: «Сладкий, ну выпей бокал вина. Тебе же можно бокальчик вина». (Смех) Короче, еще четыре центра. Бля, я в тот вечер ее сумочку с...л. (Смех) А она приезжает в детокс с открыточкой «Поправляйся скорее». (Смех) Ну вы знаете, что я потом устроил, сколько раз: 5-6?

Да у нас пара таких девчонок и сегодня здесь сидит, да? Как это называется – «созависимость», да? Ребята, знаете, какая разница между созависимостью и туалетными сиденьями? Туалетное сиденье не бежит за тобой после того, как

ты его обосрал. *(Смех)* Я не понял, я что вам глаза сейчас открыл, что ли? *(Смех)* Вот бя... Меня по ходу кончат после собрания. Ребята, для вас собрания, там Программа отдельная есть. **Короче, на нее я истратил десять минут сострадания.** У меня есть подспонсорные, которые налогов платят больше, чем я за весь год зарабатываю. У них такие гигантские карьеры и такие малюсенькие Программы. Знаете, я ни разу не видел, чтобы хоть один из них выдержал здесь испытание временем. Чем я занимаюсь по жизни? Я остаюсь чистым. Что я делаю, чтобы получать деньги? Деньги – это там они... Неважно... И если я это путаю – я в наручниках. Если я это путаю – я в реанимации. Или то и другое: меня в наручниках кладут на каталку. И мусор какой-нибудь мне челюсти разжимает, чтобы вытащить наркоту из-за зубов. А-а-а, не вытащил, сука! *(Смех)* Чего только не бывает. Короче, мне вот с этим надо разобраться.

Познание себя не восстановит меня. Я был на всех возможных тренингах по предотвращению срыва, лечился 28 раз. Я все слышал, что только можно и если ты новичок, и ты думаешь, что сейчас тебе расскажут про пусковые механизмы употребления, про предотвращение срывов... Вот я сижу на тренинге по предотвращению срыва и я поднимаю руку (а мы говорим о предотвращении срыва) и я говорю консультанту: «Мой пусковой механизм – это когда я просыпаюсь». Выгнал меня с тренинга. *(Смех)* Типа, мешаю другим клиентам. А мне то что, я употреблять хочу, правильно? Ну вот, лежу я на какой-то помойке, в какой-то дыре залипаю, в слюнях весь, с меня одежда падает и я читаю наизусть Главу «Как это работает» из базового текста. *(Смех)* И какой-то бомж орет: «Да заткнись, ты мне кайф ломаешь!». А я плачу, потому что я не могу вернуться сюда, потому что голова у меня «забита» вся Анонимными Наркоманами, и у меня полный пакет отравы. И я трезвый, я другой, я одинокий, в который раз. А вы думаете это? Знаете, что хуже? Быть в этой комнате, сегодня,

быть реальным зависимым и не работать по 12 Шагам – это хуже. Опаздывать на собрания, уходить до конца собраний, не брать служения на группе, не работать в обслуживании, быть без спонсора. Это хуже! Поэтому мне всегда хочется поприветствовать и вдохновить того, у кого последние 30 дней. Мы вот никогда не говорим «у кого последние 30 дней». Мы говорим «Добро пожаловать тем, у кого первые 30 дней», а не тем, у кого последние 30 дней. (Смех) Потому что всегда видно того, у которого последние 30 дней. Просто спроси: «Как дела?». «Нормально». (Смех) Ну, так скажи это своему выражению лица, брат.

О чем я, о чем я? Я о трагедии. Я о том, о чем мы слышим там и сям: «Вот он мозги себе вышиб», «Он умер»... И это вообще не весело... Знаете, это когда кто-то кого-то любит. Один из моих самых дорогих друзей. Они возили меня на собрания, проводили со мной время. И он убил себя... Он приходил на мои спикерские, раз 10, наверное, не помогло это ему. Потому что знание не восстановит меня.

Я сказал спонсору, когда стал чистым: «У меня высшее образование!» Знаете, что он сказал мне: «Когда ты в ж..., какая, на х.. разница?». Смотрите, вот эти 12 Шагов для меня сегодня – это совокупность принципов. Только, если я применяю и практикую их, они избавят меня от этой одержимости. Есть люди, которые больше знают про 12 Шагов, про литературу, про смысл карточек, о чем я когда-нибудь буду знать, – и они в ж.... И они прямо сейчас пытаются купить и разница между ними и мной в том, что я ногами «думаю». Не буду я отключать этот холодильник. Я буду делать сегодня то, что делал вчера, а завтра – то, что делаю сегодня. И поэтому, поэтому у меня есть свобода.

Смотрите, знания мне необходимы для чего? Чтобы получить доверие новичка. Там, где не смог священник. Там, где не смог доктор. Там, где консультант по алкоголизму и наркомании не смог. Где надзиратель не смог – другому

зависимому удалось получить мое доверие потому, что он так жил так же, как я. Не просто с ложкой, с машинкой, с косяком, но он жил. Жил, как и я, и он мог делиться этой оторванностью, этой обидой, этим эгоизмом, этой бесчестностью, с которыми живут все зависимые. Он смог поделиться со мной своим опытом, своими силами и своей надеждой.

И смотрите, это значит больше, чем все сокровища мира, все сокровища. Я вижу у себя парней в районе. Они «зависают» там и видят меня. И первое, что они спрашивают, это: «Когда тебя выпустили?!». Потому, что я выгляжу так (раньше мы выглядели только так, в течение первой недели, после того, как нас освободили)... А я им: «Я уже несколько лет, как освободился». А потом мы начинаем разговаривать, и я им говорю как. И потом мы слышим типа: «Ну, у меня жизнь не такая уж и плохая». Для меня есть две категории отрицания. Одна – это отрицание проблемы. Но более важный аспект отрицания – это отрицание того, что есть решение. И мы слышим это.

Большинству из нас не надо особенно задумываться о том, зависимые мы или нет и мы все киваем. Но вот сработают ли для меня Шаги, так же, как для тебя? Многие ходят и говорят, типа: «Программа не работает ни фига». Я спрашиваю: «Сколько у тебя было подспонсорных, когда ты сорвался?». «Какие подспонсорные? Ну, была одна в тринадцатом шаге». (Смех) Вы знаете, ключ к разгадке есть. Он какой? Говорят: «Возвращайся, это работает, если с этим работать». Вы когда-нибудь слышали: «Возвращайся, это работает, если в этом разбираешься?». Нет. И еще мне нравится: «просто подумай об этом». А у меня в голове магнитофон, у меня запись одна включается, так? И что мне говорит моя голова: «В ж... не так уж и ужасно было жить. Дайте мне беззубую телку и дыру, где залечь и я выживу. (Смех) У меня вот симка есть, сейчас за доллар вмазаться можно».



Кстати, нормальные люди не смеются над этим. Знаете, часть темы этой Конвенции – она у нас про безумие. Меня учили, что безумие – это совершать те же поступки и ожидать других результатов. Так ведь, да? Это так ведь здесь говорят? А вот это не мое безумие. У меня, как у зависимого, безумие – это совершать точно же такие поступки и прекрасно знать, какой будет результат и все равно совершать их. В том безумии, когда совершаешь поступки, и ожидаешь других результатов, там хоть надежда какая-то есть. *(Смех)*

Не хотел ребята вас обижать, может уже обидел, не знаю. Короче, для меня сейчас, пойти и взять наркотик – это как секс с гориллой. Смотри, дорогой, когда у тебя секс с гориллой, то секс кончится только тогда, когда горилла это скажет. *(Смех)* Засовываешь эту гориллу обратно в клетку, а она глядит на тебя оттуда, а глаза у нее добрые-добрые. Типа: «Помнишь, как это было? Обещаю, тебе не будет больно. Никто не узнает. Ну, точечку, только, милый, давай». *(Смех)*

Вот безумие, с которым я живу. И это мне напоминает белого медведя, мне тут рассказали. Парню дарят на днюху ружье. А он всю жизнь мечтает пристрелить белого медведя. И он едет на Аляску, а там белые медведи живут. И он видит этого медведя, и у него новенькое ружье. И он стреляет, убивает медведя, идет к этой туше, посмотреть, умер ли медведь? Наклоняется, а тут его по плечу кто-то тук-тук. Смотрит, – тут другой медведь, еще больше. И он говорит: «Ты только что моего сына застрелил. Выбирай одно из двух: или я тебя сейчас имею по полной программе, либо задеру тебя на смерть». Через пару недель парень в больнице лечит раны. Теперь у него обида, правильно? Он собирается поехать обратно и взять того медведя. Короче, выздоровел, сел на самолет, летит в тундру. Там живут медведи. Видит медведя, стреляет, идет проверить. Смотрит, еще больший медведь. «Ты, – говорит, – моего дядю застрелил. Выбирай одно из двух: или я тебя имею, как хочу или задеру тебя на смерть».

Пару недель спустя он опять лечит раны в больнице, опять лечится. И продолжается это снова: туда-сюда, туда-сюда. Пару лет спустя снова он видит самого большого белого медведя, какого когда-либо видел. И он стреляет, идет проверить. Царь белых медведей стоит и смотрит на него. И этот царь белых медведей говорит ему: «Мужик! Мы тут наблюдаем за тобой, ты же сюда не охотиться ездешь». (Смех)

Вот такая маленькая вещь о безумии зависимости. Потому что я могу вспомнить, как я весил 54 кило, подыхал от этой болезни, весь в дорогах, и я смотрю на 5-6 отражений своих в зеркале и говорю себе: «Да я потрясно выгляжу!». Я убиваю себя. Смотрите, мной управляет обида. Мной управляет бредовая идея. Мной управляет этот эгоизм. Мной управляет этот страх. И они рулят меня снова в состояние одержимости. А одержимость направляет меня в эту аллергию. А эта аллергия убивает меня. И я обречен жить этой жизнью снова и снова.

Смотрите, много людей приходит в НА, много ребят, с которыми я употреблял. Мы вместе грабили, занимались этими отвратительными, мерзкими вещами. Поразительно. Но как только они становятся чистыми, у них все работает. Они бросают наркотики, и они снова в струе, у них карьера опять. Они ходят на собрания раз в год, ни по одному Шагу не работают, а жизнь у них существенно улучшается. Они обрели душевный покой с тех пор, как им пришлось оказаться в НА, но это не мой опыт.

Мой опыт, как только я бросаю наркотики, первое, что мне говорят: «Друг мой, да тебе надо препараты попить. Почему в тебе столько гнева? Почему у тебя столько эмоций? Что с тобой? Ты что, не можешь просто тихонько сидеть сзади?». Да, я плачу на рекламе собачьих консервов. Понимаете, когда я не употребляю, у меня появляется целая куча новых проблем. Когда я не употребляю, я легкая добыча для отчаяния и депрессии. Когда я не употребляю, я не могу справляться

со своей эмоциональной натурой. Когда я не употребляю, я не справляюсь со своими личными отношениями. Когда я не употребляю, я полон страха. Когда я не употребляю, от меня никакой пользы нет другим. Зависимость, с которой ничего не сделать. Я в целом несчастный человек. И как это для меня получается? Я здесь чужой, я выпадаю, вы не понимаете меня, все мне мешают, жизнь не справедлива ко мне, мне мало платят, все недооценивают меня, никто не понимает меня, мне изменяют мои женщины... Да я раскумарюсь по любому! А потом чудо происходит: я беру наркотики, ко мне приходит интуитивное понимание, как справиться со своими проблемами. Бля, также? Налей мне пару стаканов: страх людей, экономическая несостоятельность покидают меня и вот, я угощаю весь кабак! Парочку викадина – и до меня доходит смысл слов душевный покой и мир. Насыпь мне дорожку кокаина и мы бизнес с тобой «замутим». Видите, наркотик создает иллюзию, что моя жизнь управляема. Он создает такую иллюзию управляемости моей жизни. И если я не смогу обрести ту свободу, то равновесие, тот мир, ту ясность, то чувство единства, которое я находил для себя в наркотиках, если я не обрету это в результате 12 Шагов, – я ни за что не хочу оставаться здесь.

Смотрите, для меня, как зависимого, наркотики были искусственным способом обрести духовный опыт. Эти 12 простых Шагов, это практический способ обрести духовный опыт. Заберешь у меня наркотик, и не дашь мне ничего взамен – и я труп. И я долго, очень долго шел к реальному пониманию этого, что медленно-медленно выйду из-под контроля. Потому что это наркотики давали мне мужество пригласить на танец ту прекрасную девушку. Пройти с ней через весь зал! Потому что это наркотики давали мне мужество попробовать устроиться на ту работу, пойти на то собеседование. Наркотики давали мне крылья. И если только я не обрету свободу в этом процессе, – я ни за что не останусь здесь.

И когда я не употребляю, – я буду ехать за твоей машиной, даже если мне придется весь город проехать. И потом прыгать как мячик на твоём капоте среди машин.

Тут был один парень, который говорил, что реальная проблема здесь не наркотики, а реальная проблема – это осознанная оторванность от Бога. И потом он указал на 11 Шаг, где видно решение – осознанный контакт с Богом. И для меня мостом к 11 были Шаги с 4 по 9. И я долго не мог понять, что это такое «осознанная оторванность от Бога». Скажу вам одно – молиться я точно не хотел. Знаете почему? Я не хотел, чтобы Бог знал, какой я на самом деле. И я выяснил через агностический аспект этой болезни – я верил, что Бог есть, но я жил, – как будто Его нет. И в итоге до меня дошло, что верю-то я в Бога, но в Бога «Санта Клауса», что если я хороший, то Он мне что-то даст. Я не понимал, что если запрешься в шкафу и будешь молиться ниспослать тебе хот-дог, – ты сдохнешь. Бог может горы сдвинуть, но лопату придется принести тебе. Я говорю своему подспонсорному: «Не проси в молитве о женщинах – Бог-то не сутенер». *(Смех)*

И в итоге к чему я пришел? Я согласился, что есть процесс эволюции и этот процесс – это группа зависимых и она стала правильным, хорошим направлением. А на другом конце Шагов для меня появилась могущественная рука любящего Бога, как и для многих из нас. И этого, если ты не новичок, я тебе не смогу дать. Это был процесс вскрывания покровов и откровений о тех вещах, которые не дают мне расти. Вы знаете, в «Нотер-даме» есть стихи. Там говорится: «Искал я Бога, Бога своего не видел. Искал я душу, – не мог ее освободить. Искал я брата, – и нашел всех троих сразу». Вот поэтому мы говорим о терапевтической ценности работы одного зависимого с другими, – и что она уникальна.

Микеланджело как-то спросили: «Как вы создали скульптуру Давида?». И Микеланджело ответил: «Да не создавал я Давида. Я просто отколол те куски, которые не Давид,

и он был там». И вот он этот процесс: с 4 по 9. Ты говоришь маленькому ребенку: «Иди, уберись у себя в комнате, выбрось все». Что, он хочет это делать? Тому же ребенку ты говоришь: «Иди, выброси из комнаты все старье. Пойдем, купим все новое». Через сколько он прибежит туда? (Смех) Если ты застрял в инвентаризации и если ты не сделал этот процесс, – зачем ты воруюешь у себя? Эти старые мысли мои – их надо было ломать. Прийти к убеждению, предпринимать действия, избавиться от всего того внутри меня, что не дает мне расти. Знаете, потому что я жил в обидах всю свою жизнь. А обида (resentment на латыни) это заполняет снова. Беру событие из прошлого, снова заполняю. Снова живу, – снова заполняю... День сурка. Проблема с обидами. Что нам делать с обидами как зависимым? Как зависимый я принимаю яд, но я надеюсь, что умрешь-то ты. У нормального человека рассудок важнее эмоций. У зависимого эмоции важнее рассудка.

Если у меня в этой сфере не будет полного изменения психики, я не смогу быть свободным. Меня спонсор спрашивает: «Что тебе нужно от NA?». А я говорю: «Я в Малибу вырос, я хочу яхту и частный самолет». И он говорит: «Если ты работаешь Шаги с Четвертого по Девятый, если будешь последовательно жить в Десятом, в Одиннадцатом и в Двенадцатом, ты получишь спокойный разум и любящее сердце». А я на него смотрю: «А мне это зачем?».

А если мы воздерживаемся от наркотиков какое-то время, вы знаете, что такое беспокойный разум? Это разум, который никогда не затыкается, который будит тебя в три ночи и говорит тебе, что ты лузер, что ты жирный, что это твоя работа будет тебя пробивать по полной. А нелюбящее сердце – это мстительное сердце, полное предвзятости, обид. И всю свою жизнь я провел на распятии между двух воров: между вчера и завтра. И на счету вчера – у меня вина, стыд, угрызение, а на счету завтра – у меня страх, волнение и беспокойство.

А наш дух – он как поверхность воды: когда она абсолютно спокойна, в ней лучше всего отражается небо. И я не знаю, как прийти к этому с пакетом «дури».

Но если я в этом процессе не обрету то чувство свободы и легкости, которое я находил в наркотиках – я не останусь здесь. И напоследок: если бы кто-нибудь сделал со мной то же, что я сам творил с собой – я бы убил его. Если бы кто-нибудь сделал со мной то же, что я причинял другим – я бы убил его. И когда я пришел в эти комнаты, вы что думаете, я хотел молиться? Я-то думал – Бог наблюдает. Эти три простых отношения: с Богом, с самим собой, с другими – они были уничтожены. Я был полным банкротом в этих сферах. Но если посмотреть чисто на структуру 12 Шагов:

- Шаги с 1 по 3 – восстанавливают отношения с Богом;
- Шаги с 4 по 7 – восстанавливают отношения с самим собой;
- Шаги 8 и 9 – восстанавливают отношения с другими.

Десятый – сохраняет мои отношение с собой, Одиннадцатый – сохраняет мои отношения с Богом, а Двенадцатый – сохраняет мои отношения с другими. Так что с этими Шагами я впервые в жизни получаю шанс жить в гармонии в этих основных простых духовных отношениях.

Был такой духовный учитель и его как-то спросили: «Что самое главное во всем вашем учении?». Он сказал: «Возлюби Бога своего всем своим сердцем. Возлюби ближнего своего как самого себя». И если тебя выталкивает из этих комнат страх перед Богом, а ты реально зависимый, то вообще не «парься». Короче, меня тут торопят, я закончу. Это, наверное, одна из самых древних историй в НА про пятилетнего мальчика. Этот ребенок хочет поиграть с папой. И он пытается разобраться, как ему лучше привлечь внимание своего папы. А папа, типа, бухгалтер такой, пытается разобраться, как так сделать, чтобы мальчуган от него отстал и он достает эту карту мира (знаете, Нешнл-Джей-классик издает такие

офигенные карты мира). И он разрывает карту на 50 кусков, дает их мальчику и говорит: «Вот тебе скотч, сыночек, пойдди, склей заново эту большую красивую карту, а потом мы с тобой поиграем». И думает: «Ну, все, час свободы». А парень возвращается через две минуты и тащит карту мира, вся склеенная, все правильно. И папа: «Сынок, но это же невозможно! Как тебе удалось?! Как это ты сделал?!». А маленький мальчик говорит: «Папа, на обратной стороне карты был человек. Я просто склеил человека и у меня получился целый мир». И вот в этом духовная технология НА, Анонимных Наркоманов. Программа перестраивает человека:

- 1, 2, 3 – с Богом;
- с 4 по 7 – с собой через инвентаризацию;
- 8 и 9 – с другими, через служение, через возмещение и потом сохраняет эти простые отношения. И как для многих из нас у меня склеился и получился целый мир. Если мне удастся дожить до 100 лет, я никогда не смогу расплатиться с НА за свободу, и за отношения, и за любовь, и за друзей, и за потрясающую Высшую Силу, и за все подарки, которые мы получаем здесь. И знаете, вот говорят, типа: «Я неблагодарный зависимый». Да меня раньше блевать тянуло, когда я слышал это. Но знаете, сейчас, оглядываясь назад, в болезнь зависимости, если выздоравливать от нее, это единственная болезнь, которая делает страдающих от нее людей лучше, чем те, у которых этой болезни нет. Единственный способ узнать это – это прожить вот это: изменение психики и прожить этими Двенадцатью Шагами. Спасибо. (Аплодисменты)

## Вито

Я зависимый по имени Вито, привет семья!

Прежде всего, хочу сказать спасибо Комитету за приглашение прийти сюда и выступить – это всегда честь. Всегда честь спикерить для Сообщества, которое подарило мне жизнь. Потому, что когда я выбрался с последней помойки, – я был трупом. Мне хочется поблагодарить свою Высшую Силу, потому что без этой Высшей Силы, ничего из этого не случилось бы. И, конечно же, мне хотелось бы поблагодарить Сообщество Анонимные Наркоманы, потому что, если не такие вот помещения, и не такие как вы, люди, у меня просто не было бы жизни. Я был бы давным-давно мертв.

Я вырос в районе под названием Бронкс, где живет Аманда Холс. (Смех) Это единственная часть Нью-Йорка, перед названием которого стоит определенный артикль «зе». Прости меня Бруклин – это святая земля. Мои родители были разведены. Тогда в 1940 годы для латиноамериканских семей это было не слышано. Разводов тогда просто не существовало. И моя мать была одной из первых гордых, независимых женщин, еще до появления движения за женские права, потому что она ни копейки не брала у отца моего. Она не получала пособия по безработице – она была слишком гордой для этого. И она считала, что поступает правильно.

Но это значило еще и то, что я оказался на улицах в слишком раннем возрасте. Для большинства присутствующих здесь я, наверное, мог быть дедушкой, потому что родился еще до Второй Мировой Войны. И свой первый наркотик я употребил в сорок четвертом. К сорок девятому и пятидесятому я уже плотно сидел на героине. Для того, чтоб кормить свое пристрастие, я не останавливался ни перед чем.

Знаете, у меня не было никогда такого плана – стать наркоманом. Когда я был очень маленьким, я прошел систему католических школ – монахини, туда-сюда. Я должен был стать священником (мне так говорили, да?). И вот я уже



«зависаю» со старшими пацанами в районе потому, что... Потому, что мне хочется быть «своим». Я вообще никогда, нигде не чувствовал себя «своим». Моей мамы всегда не было дома. Папа... Его любимым наркотиком были женщины. У него были свои дела. А с пацанами я чувствовал себя «своим». Я вписался. Я стал типа местным клоуном. Да, я делал все, что они мне говорили, лишь бы быть «своим». И моим первым наркотиком стал алкоголь. Мне наливали за то, что я был на побегушках и т.д. И вот, уже я хожу с платочком, обмакнутым в такую штуку карбона – это такое моющее средство. Я нюхаю этот платочек круглые сутки. И когда мне исполняется 10 лет отроду, у меня уже в руке игла, и начинается «любовный роман». Со мной происходили штуки такие, я думал, что с людьми такого не должно происходить. Я не знал, что со мной не так. Я помню, мы играли в покер у одного из друзей, и он был смотрящим (кто из Нью-Йорка, знает, что смотрящий – это человек, который бесплатно живет в квартире за то, что обслуживает здание). В общем, у них была квартира в подвале, мы играли в покер там и один из наших друзей сидел в углу, играл сам с собой в такую игру, которая называется «русская рулетка». И он выиграл – он вышиб себе мозги. Единственное, что я почувствовал, что почувствовали мы, сидящие там, – было раздражение, потому что нам пришлось искать для игры другое место.

Сегодня я оглядываюсь и я понимаю, что мои чувства были «заморожены», у меня вообще не было способности испытывать чувства. Потому что с того дня, когда я первый раз достал и употребил, а употреблял я ежедневно до пятьдесят шестого года. Я попал в перестрелку в месте, которое называется «Фруктовый мост». Ребята из Бронкса хорошо знают это место, там у каждого района свой участок. И когда появились менты, мы скинули стволы. А я же был продуманный зависимый. Там, с одной стороны был лес, я знал, что

на другой стороне леса лежит Сити-Айленд. Мне бы только добраться до Сити-Айленда, там я сяду на автобус и менты меня не достанут.

В общем, я ломлюсь через лес. Короче, смотрите, каким продуманным я оказался: я выбежал прямо на тренировочную площадку – площадку Нью-Йоркской полицейской Академии. В те годы у курсантов нью-йоркской полиции была серая форма (может она и сейчас такая, я не знаю). В общем, я понимаю одно – откуда ни возмись, на меня валится куча серых мужиков. Дело было к вечеру, и у них именно там стояло несколько автозаков. Короче, они везут меня на Манхеттен, а время позднее, поэтому они отвозят меня в ночной суд для предъявления обвинения. И мне предъявили обвинение и в тот же вечер бросили в такое сизо, называется «могила». Это была старая тюрьма на Манхеттене, и я там «кукую» до утра, а потом они перевозят меня в графство Бронкс. Я помню, что в дороге меня начинает кумарить. Смотрите, я до этого дня употреблял ежедневно, я всегда следил, чтобы меня не закумарило, а тут меня неожиданно кумарит. Мне плохо. Меня сажают в тюремную камеру, с прекрасным видом на стадион янки, и все, что я помню – это «роман» с унитазом. Боль внутри была такая, нереальная, я думал, не бывает так. Помню, что я бился головой об решетку, чтобы прошла боль в животе. А потом приходил охранник и плевал на меня, потому что на всей земле не было более презренных отбросов, чем зависимые. Я перекумарил в той камере, я провел в ней 30 суток и меня приводят к окружному прокурору графства Бронкса и предлагают сделку. На жизненном пути зависимых всегда встречаются пособники ВС.

И он говорит мне: «Вито, если ты уедешь из штата Нью-Йорк, я выпущу тебя по УДО». Короче, я сразу же переехал в город Джерси, километров 5 от Нью-Йорка. *(Смех)* Ребята, те из вас, кто живет в регионе трех штатов, вы знаете, что между Джерси и Манхеттеном ходит метро. Так что я всегда,

ежедневно ездил в город. Но я был чистым! Я подумал, раз я такой чистый, то я стану таким человеком, каким всегда мечтал быть. А я всегда мечтал быть хорошим гангстером и барыгой. (Смех) Героями моего детства были люди типа Джеймса Кейбни, Хамри Богарта. Я хотел быть таким же крутым и грамотным, как они. Одна проблема – я «проторчковал» весь свой товар. Я не смог оставаться чистым достаточно долго, чтобы стать хорошим вором. Я решил употреблять только по выходным. Меня хватило на две недели. А потом был «замут» длиной в 4 года. Большую часть из этих 4 лет я провел в затмении. Знаю, что я спал на набережной, на рельсах, в подъездах. А закончилось все это 14 февраля 1960 года в сточной канаве в местечке под названием «кирпичная церковь» в городке Ис-Строанс, штат Нью-Джерси. Было холодно, шел снег. Я валялся в канаве. А люди перешагивали через меня, как будто я вообще не существую.

Большинство из нас в этом помещении знает, что это такое иметь нечеловеческий облик на глазах у сотен людей. Наконец, кто-то набрался сострадания, вызвал скорую, и меня отвезли в больницу. И когда меня втащили туда, опять произошло то же самое, что происходило всегда в моей жизни. Доктор только глянул на меня одним глазом и говорит: «Нет, не будем лечить его. Вы посмотрите на него». А у меня по всему телу кишели вши из-за постоянной жизни в грязи, потому что в конце я даже воровать не мог. Я питался на помойках, из мусорных контейнеров я вытаскивал сгнивший хлеб. Потом находил пустые бутылки из-под жидкости для полоскания рта или тоника для волос, макал туда этот хлеб и высасывал этот спирт.

Я всегда говорил: «Да, алкоголь мне никогда не нравился». Но ребята, скажу вам, когда я не мог добывать наркотики, я пил все, что угодно. Все, чтобы услышать в голове этот гул. В общем, медсестры отводят меня на дезинфекцию, а пузо у меня все желтое и они говорят мне: «У тебя вирусный

инфекционный гепатит и ты заразен. Тебя положат в карантинный бокс». Меня кладут туда, представляют мне доктора. Я бы сказал – полдоктора, потому что понимаете, меня положили по такой Программе, называется «Служение». Ну, это такое громкое название для социальных пособий. И ко мне приставили ординатора, у него даже диплома еще не было. Из Греции был парень, и он заходил и мы болтали – о том, о сем. Ребята, у нас как будто радары на голове, да? Мы всегда находим каким-то образом пособников Высшей Силы. И он говорит мне: «Тут один мужик хочет с тобой поговорить, но ему сюда нельзя – ты же заразный. Но у нас есть помещение наверху».

Ребята, когда вам начинают говорить про помещение наверху, нужно быть очень осторожным. Он говорит: «У нас есть помещение наверху, и оно для людей, которые очень похожи на тебя. В общем, если ты подпишешь тут и тут, то мы тебя туда переведем. Только смотри, там холодно». Я, конечно, был зависимый, но я – же не тупой. Я-то знаю, что в больнице тепло, что здесь меня кормят, и апрель был уже не за горами. Ну и когда медсестра отвела меня наверх, я прямо на пороге остановился и говорю: «Не имеете права меня сюда класть». Потому что я понял, что меня привели в палату для алкоголиков.

Знаете, тогда ведь детоксов не было еще. Это была здоровая такая палата, коек на 40. И все там были в зеленых таких халатах. И они круглыми сутками там сидели и в карты «резались». И я говорю медсестре: «Не имеете права класть меня с этими больными людьми. Это же сборище алкашей, они бухают и не могут остановиться». А она говорит мне: «А как же твоя проблема с наркотиками?». Я говорю: «Разве же это проблема? Я остановиться могу в любой момент. Я просто остановиться не хочу. А это больные люди – они не могут остановиться». Она говорит: «Короче, у тебя два варианта: или ложишься сюда, или идешь на улицу».

А шел снег, я видел сильный ветер в окно... В общем, я решил остаться. Два события произошли в том учреждении, которые изменили мою жизнь. Во-первых, я подружился с одним глубоким стариком, и смотрите, мне надо аккуратнее говорить, потому что мне было лет 20, а ему лет 40. Но тогда он был для меня глубоким стариком, а сейчас был бы молодым парнем. *(Смех)* И второе событие, произошедшее со мной: раз в неделю туда приходили люди и проводили собрание.

Я сказал медсестре: «Ладно, я останусь, так и быть. Но на это собрание не пойду, потому что это собрание для больных людей».

И она опять повторила то же самое: «Можешь не ходить на собрание. Имеешь право уйти». Ну, я пошел на собрание. Теперь – это не то Сообщество, это было другое Сообщество и когда они приходили, у меня было тогда такое настроение – мне надо было сесть подальше, в дальний конец комнаты и прислониться к стене. Мне кажется, первые 7 лет выздоровления я все время сидел, прислонившись к стене. У меня просто было такое четкое правило: где бы я ни находился – я всегда располагался спиной к стене. Я сидел там, я смотрел на этих людей, я видел, что это реально больные люди. Но, мне с другой стороны, нравилось, как они говорили, и то, что вроде, как они привели свою жизнь в порядок. Я их разглядывал, но я все равно не мог сопоставить себя с ними, потому что они были больные люди, а я мог остановиться в любой момент.

Самое печальное, что я действительно верил в эту ложь. Потом пришел день и того «глубокого» старика выписали, и он ушел в подсобку надеть свои старые вещи, потому что все мы там ходили в зеленых халатах. И когда он вышел – он был одет как последний бомж. Я заглянул в глаза этого человека, я увидел, что мы с ним не очень-то и отличаемся: он и я. Он бомж, одетый в лохмотья и я тоже, сюда пришел с улицы,

и я был одет в лохмотья. Единственной разницей между нами было то, что он «торчал» на бурбоне или мускате или может на портвейне, а я «торчал» на всем подряд; все, что только мог «вымутить». И я посмотрел ему в глаза, и я понял – не такие уж мы с ним и разные. В общем, когда он ушел, я стал прислушиваться к высказываниям людей на собраниях. Я не стал циклиться на веществах, а я начал вникать в чувства. И потом пришло время моей выпивки. Я был по-прежнему бездомным, по-прежнему понятия не имел, чем займусь. И они дали мне расписание собраний и сказали: «Если ты придешь на собрание – у нас там кофе и пончики». Для бездомного человека такое приглашение очень соблазнительно. В общем, в тот же день я выписался, пошел вечером на собрание, зашел туда, и со мной опять случилось, что миллион раз. Я захожу и первое, что они мне говорят: «А что ты тут делаешь?». Это люди были другие, чем те, которые приходили в больницу.

Они говорят: «Это закрытое собрание, для алкоголиков. Что-то ты не похож на нас». *(Смех)* Ребята, то Сообщество в 60 годы, мужчины были в пиджаках, галстуках, а женщин почти не было. И они смотрят на меня, а у меня волосы длинной до жопы *(Смех)* и говорят: «Тебе тут не место».

Я говорю: «Как же так? Я же только что из больницы выписался, там мне сказали, что мне можно сюда».

Они говорят: «Тебе здесь не место. Это закрытое собрание». И они отбирают мое расписание и там обводят в кружок те собрания, где написано – открытое собрание и говорят: «Парень, вот туда тебе можно. Но на твоём месте я бы туда не ходил, потому что такие, как ты – не исправляются». Знаете, одно точно не надо говорить зависимому – не возвращайся. *(Смех)* Смотрите, я не знаю, было ли у меня желание прийти или то, что они предлагали, но я совершенно точно хотел сказать им, что я ничем не хуже их и что я буду

приходить. Ну, я стал приходить на эти большие спикерские собрания. Я садился, и все отсаживались от меня на другую сторону.

Но тогда, в 60 году-то, кое-что все-таки началось – стало появляться все больше и больше таких, как я. Мы садились рядом на собраниях. Мы друг с другом не общались, но потом мы стояли на улице, мы курили, мы общались там. Это все было напротив церкви. Мы говорили: «Эй, брат, как дела?». Но мы-то знали, мы знали, что мы одинаковые, по внешнему виду, по запаху... Ну, знаете, о чем я. Зависимому не надо это объяснять. Мы просто держались вместе и все.

А потом пришел день и я сидел на собрании и того и другого Сообщества, где-то в конце 1963 или 1964 года в районе Белсбурд, города Нью-Йорк, Штат Нью-Джерси. И кто-то хлопает меня по плечу, и называет мое старое погоняло и говорит: «Слыш, зверюга, так в подсобке собрание по наркотикам». Ведь смотрите, я понятия не имел, что такое собрание по наркотикам, но я услышал про «зверюгу» и мы пошли в подсобку. Ребята, те из вас, кто достаточно древний и помнят из вас 60 годы, когда я зашел в то помещение, там сидела толпа, которая отличалась от людей с улицы. Там были парни с длинными волосами, но с чистыми длинными волосами. И они были в таких белых рубахах с символикой мира, а у всех девушек были цветы в волосах и длинные платья. В общем, это были хиппи, дети любви того поколения. И они рассказали нам, что они приехали из города Сан-Диего, Штат Калифорния. И что они обрели выздоровление под названием Анонимные Наркоманы. И что они ездят по всем Штатам и в каждом городе они ночуют в местных коммунах. А тем из вас, кто не помнит местные коммуны – это где люди живут и делятся всем – вообще всем. И они арендуют у другого Сообщества помещение и проводят собрания, которые называются NA.

Тогда у нас с литературой было совсем плохо и текст карточек для чтения на группах, – мы читали из такой непонятного белого цвета книги (по мне, так она бежевая была). И они открыли собрание, и они начали высказываться и делиться. И когда они начали высказываться, я вдруг услышал, как из их уст исходят мои мысли. А потом они попросили нас, местных, тоже высказаться. И когда я услышал, как высказываются ребята, которые сидели со мной на тех собраниях, из их уст тоже исходили мои мысли. А мы столько времени провели вместе и мы ни разу не говорили об этом.

И я называю этот день первым днем своей жизни. Потому что до меня наконец-то дошло, что я не какой-то особенный, не уникальный, что есть точно такие же люди, как я. Они думают и говорят о том же, что и я. И когда эти хиппи поехали дальше, мы начали проводить местные собрания, но тогда, в черте города были такие законы, назывались они «законы рокфеллера». Если два или больше зависимых собирались в одном месте, неважно, употребляли, нет, вас принимали. В общем, мы старались собираться по-тихому. Теперь смотрите, у нас были какие-то сроки чистоты, но выздоровления у нас не было. Мы не знали в чем фишка. И, в конце концов, мы встретили ребят. Они только что вышли из нового учреждения на Манхэттене, называлось оно Беникс-хаус и они пробыли там типа 60 дней и говорят: «Выздоровление? Мы знаем все про это выздоровление. Давайте расскажем вам, как это работает. В общем, когда кто-то заходит, высказывается – сажают его на стул прямо в центре, и каждый задает ему вопросы». *(Смех)*

Ну, и поехало. Через пару минут там уже стулья по комнате «летают», столы: как на разборке в Бронксе. *(Смех)* Вы знаете, я продолжал общаться с одним из тех хиппи, которые уехали в Сан-Диего. Мы говорили по телефону, и он мне все время говорил:

- Вито, приезжайте сюда, на побережье. У нас там выздоровление в Анонимных Наркоманах.



А я повторял ему:

- Ты не понимаешь, не могу я с Восточного побережья уехать. Мне же на жизнь надо зарабатывать.

Он мне в одно и то же время говорит:

- Но у тебя же работы-то нет.

Я говорю:

- Ну, у нас в Нью-Йорке есть такая штука, называется социальное пособие. *(Смех)*

Если там знают, что ты наркоман (а это давно уже было), то у тебя все в шоколаде. Тебе деньги переводят, за твое обучение платят. Ты идешь в банк, берешь деньги, идешь в бильярд, гоняешь там шары с утра до ночи и тратишь все деньги там. Я получал чек.

Но он мне говорит:

- Слушай, в Калифорнии тоже пособие есть.

А то было начало 1964 года. Короче, поехал я через всю страну в Сан-Диего. Я так думал, что я еду обрести страну Анонимных Наркоманов. Когда я приехал в Сан-Диего, там в неделю было всего два собрания. Одно было в местечке, называлось Мишин-Хиллз. Я помню, в первый же вечер мы сели в машину, мы выезжаем на парковку большого кафетерия на холме и тот парень говорит:

- Вито, когда выйдешь из машины, только не говори ничего про АН или Анонимных Наркоманов.

А я говорю:

- А мы разве не на собрание АН приехали?

А он:

- Да, все правильно, только священники думают, что мы из Анонимных Алкоголиков. Анонимным Наркоманам помещение не сдают.

В общем, это показывает, насколько изобретательными могут быть зависимые. А второе собрание проходило в Восточном Сан-Диего и там арендодатели прекрасно знали, кто мы такие. Это был клуб «Черных пантер». Ну, и с нами было все равно, лишь бы аренду вовремя платили. *(Смех)*

В другие дни недели мы ездили куда приходилось, но те из нас, кто ходил в Анонимные Наркоманы, нас было водой не разлить. Мы говорили о Шагах и о пути АН. Теперь смотрите, я должен вам пару вещей объяснить. Первая: у меня было четыре с половиной года чистоты, а спонсора у меня нет.

Люди меня спрашивают:

- А почему у тебя нет спонсора?

А я говорю:

- Все очень просто. Все в Программе слишком больны. Они не могут меня спонсировать. *(Смех)*

Ну и смотрите, у всех дела пошли на поправку. У тех ребят, которые за мной шли, а я по-прежнему днями напролет груши околачиваю. В общем, я набрался храбрости, подхожу к этому парню с просьбой о спонсорстве, а он говорит:

- Ладно, Вито. Я буду твоим спонсором. Покажи мне свою письменную работу по Шагам.

Я был так возмущен:

- Какую работу по Шагам?! Я их каждый вечер слышу больше четырех лет. Я их все проработал. Хватит. Все!

Я сегодня помню его взгляд. *(Смех)* Он говорит:

- Ок, Вито. Расскажи мне про первый Шаг.

Я говорю:

- Ладно. Тут все просто. Я бессилен перед наркотиками, моя жизнь стала неуправляемой.

Он говорит:

- Эй-эй-эй-эй! Где в первом Шаге говорится, что ты бессилен перед наркотиками?

Ну, я беру текст, там написано: «Мы признали, что мы бессильны перед зависимостью». Я говорю:

- Зависимость, наркотики, какая на х.. разница!

Он говорит:

- Я тебе скажу, в чем разница. Наркотики – это та х..., которую ты пихаешь в свое тело. А зависимость – это такая смешная штука, она у тебя между ушей. *(Смех)*

Я говорю:

- Чё ты несешь вообще? Ты про меня что ли говоришь?

Он говорит:

- Ну да. Я знаю, что ты по Первому Шагу вообще не работал.

Я в ответ:

- Э, что значит по Первому Шагу не работал? Ты с Запада, я вообще с Востока. Да, что ты вообще про меня знаешь?

Он говорит:

- Да любой, кто приходит на собрание и представляется то наркоманом, то алкоголиком, то полинаркоман, то конченным торчком, то героинщиком, – тот никогда не работал по Первому Шагу. *(Смех)*

Я говорю:

- Да ладно, я же всех знаю. Все меня знают.

Он говорит:

- Пока ты ассоциируешь себя с веществами, ты делаешь упор на вещества. Когда ты идентифицируешь себя как зависимый, не наркозависимый, а только как зависимый, ты берешь на себя ответственность.

Он сжег мои мосты, потому что он сказал мне: «Зависимость – это болезнь негативности, болезнь нежелания жить, принимая условия жизни. Достать и употребить – это лишь конец этой болезни. И он приходит после того, как болезнь зависимость уже есть. Когда люди срывались, они срывались задолго до того, как пихали вещества в свое тело».

И он сказал:

- Я хочу, чтобы ты называл себя только зависимым. И чтобы ты делал на это упор.

И он сжег мои мосты, потому что для меня всегда были виноваты мои наркотики, виноват был алкоголь, виновата была семья, я мог обвинять в этом миллион всего, но когда виновато то, что у меня между ушей, блин, стрелки переводить больше не куда. И он объяснил мне, что первый Шаг

– это все мое прошлое, все прошлое с которым я пришел в выздоровление. Следующие Десять Шагов станут моим будущим, не следующие Одиннадцать Шагов, а следующие Десять Шагов станут моим будущим.

И он сказал мне:

- Когда ты работаешь по Первому Шагу, ты как будто выходишь на улицу, снимаешь с себя всю одежду, и стоишь там голый. Если ты будешь стоять там слишком долго, то что-то произойдет. *(Смех)*

Смотрите, я ни с кем не спорю, да? Он мне сказал про это – я не то, что спорю с кем-то, я просто делюсь своим личным опытом. Я спонсирую ребят, они делают Первый Шаг, и они переходят ко Второму Шагу. Потому что в Первом Шаге они были бессильны перед болезнью, а остальные Шаги дают им силы, через духовные принципы, обрести способность жить своей жизнью. И говорить как: «Мы пришли к убеждению, что Сила, более могущественная, чем мы сами, может вернуть нас к здравомыслию».

Я же являю своему спонсору свои безграничные мудрости, что мы проскочим Второй и Третий и перейдем сразу к Четвертому. *(Смех)*

А он говорит:

- А почему мы будем проскакивать Второй и Третий?

Я говорю:

- Блин, ты не понимаешь, я не такой, как все. Я – АГНОСТИК! Вся эта муть про Бога – это вообще не мое.

Несколько минут он помолчал, а потом говорит:

- Вито, а почему ты агностик? Почему ты не атеист?

Теперь смотрите: мне никто раньше этот вопрос не задавал. *(Смех)* Так что мне пришлось подумать. *(Смех)*

Потом я говорю:

- Это же просто. На всякий случай, на всякий случай, если я вдруг умру.

А умирать я не собирался, понимаете? Когда тебе двадцать с небольшим, ты уверен, что будешь жить вечно.

- Но на всякий случай, если я вдруг умру, если Бог вдруг на самом деле есть, короче, я не хочу, чтобы Он думал, что я всю жизнь был атеистом и не верил в Бога. Пусть Он думает, что я был агностиком, который типа не знал. (Смех)

Он говорит:

- Натуральный зависимый всегда оставляет себе нычку. Я тебе скажу одну вещь. Не бывает такого агностика. Агностик – это атеист, который ссыт.

А теперь представь себе, что твой спонсор говорит тебе, что ты «ссыкун». Но одержимость употребления наконец-то начала потихонечку спадать, и мне нужен был четкий маршрут. И он мне сказал:

- Есть разница между силой, более могущественной, чем ты сам и Высшей Силой. В Третьем Шаге ты можешь обойтись без Бога, чудило.

А я говорю:

- Слушай, я же когда хожу на собрания, я слышу, когда люди высказываются про Силу, более могущественную, чем они сами и про Высшую Силу. Я слышу, для них это одно и то же.

Он говорит:

- Они заблуждаются. Между прочим, в твоей зависимости у тебя уже была сила, более могущественнее, чем ты сам. Сколько раз ты просыпался по утрам и говорил себе: «Сегодня я не буду употреблять», а через пять минут ты уже варил и втирался. Вот она сила, более могущественная, чем ты сам. Негативная сила, более могущественная, чем ты сам. В выздоровлении все, все от чего ты вздрагиваешь и чувствуешь безумную одержимость делать что-то и думать, что тогда что-то получится по-другому. Все это сила, более могущественная, чем ты сам. Это может быть чье-то высказывание, которое ты слышишь на собраниях, что-то в литературе, что-то из уст обычного земного человека, что-то, что заставит тебя остановиться, осмотреться и увидеть безумие

до того, как оно произойдет и сделать действие и поступить по-другому – вот это и есть Сила, более могущественная, чем ты сам. Даже когда придет тот день, и ты поверишь в Высшую Силу, и что ВС разверзнет небо и пришлет на землю ангела, Вито, но все равно, ВС – это идет только через людей, только через место и только через события. И ты всегда сможешь обрести Силу, более могущественную, чем ты сам, через людей, через места и события.

Потом пришло время переходить к Третьему Шагу. Помните, мы приняли решение препоручить нашу волю и нашу жизнь Богу?

А я говорю:

- Нет, там есть слово «Бог».

А он говорит:

- Да прочитай последнюю часть Шага. Хоть булыжник во дворе, если булыжник, любящий и заботливый.

Но я никак не мог включить мозги. Он говорит:

- Услышь это, чудило. Просто возьми слово «Б-О-Г» и расшифруй его по-другому. Пусть это будет: БРАТЬЯ, ОТКРЫТОСТЬ, ГРУППА. Или – БЛАГОПОЛУЧИЕ, ОБЩЕЕ, ГЛАВНОЕ. Пусть это будет Богом в твоём собственном понимании.

И тут до меня начало доходить. А потом он объяснил мне, почему мы говорим, что Бог, как мы Его понимали, а не Бог, как мы Его понимаем. А разница тут есть, потому что, если бы в Шаге было написано: «Бог, как мы Его понимаем», значит, у всего АН есть одно понимание Бога, но раз в Шаге написано: «Бог, как мы Его понимали», значит, мы вот, вошли в эти двери и у каждого из нас свое личное понимание Бога и это дает нам свободу. А потом он говорит: «Купи словарь. Готовься, будешь писать». А я сообщаю ему в своей безграничной мудрости, что знаешь, я в этой стране родился, я в словаре не нуждаюсь». Он говорит типа: «Посмотрим. Я хочу,

чтобы ты посмотрел толкование слов «решение», «воля» и «жизни». Я пошел и купил маленький карманный словарь, который кладется в задний карман, и показываю ему.

А он говорит:

- Эй-эй-эй, а ну-ка, выкинь ты это в мусорку. Я хочу, чтобы ты купил большой толковый словарь.

- Ведь это денег стоит. Ты же не хочешь, чтобы я деньгами швырялся?

Он говорит:

- Купи словарь.

Одержимость употреблять начала спадать, поэтому я начал следовать рекомендациям; я пошел и прикупил себе большой толковый словарь Мериан Вестерена. Вот такой толщины.

Он говорит:

- Я хочу, чтобы ты посмотрел толкование слов «решение», «воля» и «жизнь».

Я смотрю слово «решение» – а там пять толкований одного этого слова. Я звоню своему спонсору и говорю:

- Я все понял, этот мужик Мериан Вестерен был зависимый, да? Закидывал, занюхивал? *(Смех)*

- Чудило, прочитай все и выбери одно толкование, которое отзовется в твоих кишках и напиши об этом.

И там было одно толкование, что решение – это отправная точка, место, с которого ты начинаешь обязательства. Даже это не отозвалось во мне. Но знаете, когда я залез в словарь, я все время думал... Такая притча была: «Три лягушки, которые сидели на бревне и все три приняли решение спрыгнуть с бревна. Ну и кто спрыгнул в воду? Ни одна, потому что они только решение приняли».

Мой спонсор говорит: «Не правильно это. Принять решение и не брать при этом обязательства – это все равно, что ничего не делать». Он говорит: «Вито, эти лягушки сдохнут на этом бревне. Ты должен взять на себя обязательства и предпринять действия».

закончишь про это, я хочу, чтобы ты снова вернулся и написал то же самое с самого начала в чистоте. Но сначала скажешь мне, что ты чувствовал тогда, а потом скажешь, что ты чувствуешь сейчас. Первое подскажет мне, где ты был, а второе покажет, где ты сейчас. А тебе надо это знать, когда я направлю тебя к 5 Шагу. И это покажет тебе, насколько ты вырос, потому что самое незаметное из всего, что видит зависимый, это изменения, которые с ним происходят. Всем остальным в наших комнатах это видно прекрасно, но, человеку, который сам делает эти изменения – он никогда не видит.

И когда я буду писать 4 Шаг о том, что я чувствовал тогда и что я чувствую теперь, я смогу увидеть свой рост. И когда пришел день сесть за этот 5 Шаг, когда мы рассказали другому человеку и Богу о правдивых мотивах своей негативности...

Мы договорились встретиться в одном месте, которое тогда было почти пустынным. Оно называлось Тула-виста, но где-то на пути из Сан-Диего в Сен-Хуана, мы присели на какие-то скалы, и там была такая полупустыня.

И у меня были с собой все мои записи, и я собирался продержаться там своего спонсора 24 часа и мы начали. Я начинаю читать, и он говорит:

- Не надо тебе читать эту х...ю.

Я говорю:

- В каком смысле? Я над ней, хрен знает, сколько работал.

Он говорит:

- Читать не будешь. Просто не будешь. Будешь заглядывать, а потом будешь рассказывать об этом. Помнишь, ты писал это, а потом позвонил и сказал: «Не могу я писать, не могу я делать 4 Шаг, на хрен. Я употреблюсь». А я говорил тебе: «Звони ребятам в своей системе поддержки, потому что с нами это делает 4 Шаг. Он осушает колодец, вытаскивает на свет чувства. Они должны выходить из тебя. Поэтому нам



нужна наша система поддержки, но в 5 Шаге мы не читаем, что написали, потому что это не будут правдивые мотивы. Мы говорим о них. И прямо из твоего сердца выйдут чувства, которые там прячутся. Правдивые мотивы. Ты можешь быть злобным или гневным – все это та х...я, которая выходит. Но правдивые мотивы – какие они? Что это за пусковой механизм? Что это за штука, которая является причиной всего этого?».

И сидя там, и глядя в то, что я написал, все это полезло из меня. И когда мы закончили, я все ждал того гигантского духовного пробуждения, о котором все время говорится другими зависимыми. Что, типа, приехала санэпидемстанция и я стал новым человеком. Короче, ничего я не почувствовал. Я сказал своему спонсору:

- Единственное, что я чувствую сейчас – это желание прийти на собрание и объявить всему миру, что я сделал 5 Шаг (явление Вито народу). *(Смех)*

Он говорит:

- У большинства людей, которые смогли быть честными и правдивыми, такие чувства есть. Но пользу 5 Шага ощущаешь спустя неделю и месяцы, как ты сделал это. Когда ты более тесно соприкоснулся с Программой, более тесно соприкоснулся с собой, ты хочешь расти. Вот в чем волшебство 5 Шага.

Ребята, а прикольно, что за этим «идет» 6 Шаг?: «Полностью подготовили себя к тому, чтобы Бог избавил нас от этих дефектов характера». И вот тут агностик говорит спонсору:

- А вот здесь я встаю на колени, а Бог все это устраняет, да?

Он засмеялся надо мной и говорит:

- Ты можешь вставать на колени сколько хочешь. Но в 6 Шаге нет ни слова о том, что Бог избавит тебя от этих дефектов. Там говорится: Вито полностью подготовился к тому, чтобы процесс пошел.

Он сказал, что этот Шаг готовности. Это Шаг, в котором нужно полностью подготовить себя. Молись, сколько хочешь, – это нормально. Но этот Шаг... в нем Вито делает шаг, чтобы привести себя в состояние готовности. И он объяснил мне разницу между дефектом и недостатком. Потому что он сказал, что мне необходимо понимать, что между ними есть разница, хотя основа у них одна и та же.

Дефект – это часть меня, часть моей личности, точно такая же, как зависимость была частью моей личности. А недостаток – когда я действую по своему дефекту. Если я не действую по своему недостатку, тогда я приостанавливаю развитие своего дефекта – на сегодня только. Я был женат на девушке, которая скончалась лет 10 тому назад и она всегда говорила мне – 6 Шаг – это как чемодан собирать, а 7 Шаг – это уже ехать в поездку. И я сказал своему спонсору: а как мне готовиться, чтобы сделать этот 6 Шаг? Он говорит:

- Просто берешь лист бумаги, рисуешь линию по центру сверху вниз на одной стороне помещаешь дефекты и те шаблоны поведения, о которых мы говорили в 5 Шаге, а на этой стороне пишешь противоположное:

- нетерпимость – терпимость;
- нетерпение – терпение.

Тут ты сейчас, а сюда тебе надо идти. Это дорожная карта выздоровления. Ты все увидишь на бумаге. Я знаю, вот это противоположность, я знаю, куда мне надо идти. Напиши их в порядке приоритета. Сначала напиши те, с которыми у тебя больше всего проблем. Ну, ты должен из дробовика стрелять, из винтовки должен стрелять.

Знаете, когда палишь из дробовика, нажимаешь на курок и картечь летит во всех направлениях. А когда берешь винтовку, метишься точно в цель.

И он говорит:

- Я хочу, чтобы ты бил в цель. Чтобы ты работал над ними по одному за раз. Все остальные поставь на полку. И когда ты

контролируешь один дефект и берешь с полки следующий, и работаешь над ним.

И потом он направил меня на 7 Шаг: «Мы смиренно просили Его избавить нас от наших недостатков».

Я говорю:

- А здесь-то Бог их устраняет, нет? Здесь-то я могу встать на колени, пусть Он поработает.

Он говорит:

- Сколько хочешь стой на коленях. Здесь не сказано, что Бог их устранил. Здесь сказано: Вито смиренно просит избавления этих недостатков.

А я говорю:

- Как, на х..., уходят эти недостатки?

Он говорит:

- Чудак, а почему, по-твоему, я так долго продержал тебя на трех первых Шагах?

Я говорю:

- Не понимаю.

Ребята, вы должны понимать, у меня мозги были практически мертвые. Я был маленьким мальчиком в теле мужчины. А он говорит: «Тут все очень просто». А пока мы с ним говорили о том, что здесь, в этой Программе очень много мужчин и сегодня об этом они говорят совсем нечасто. Но у меня это было и у многих мужчин называется это – яростная, злобная ревность. Такая ревность, когда в ход сначала идут кулаки, а потом уже слова о женщинах, что им совсем не нравится вступать в длительные отношения с драчунами. И я ни разу не мог сохранить отношения. И он сказал мне, что то, как Бог избавляет от этого, когда я начинаю чувствовать ревность, я возвращаюсь к Первому Шагу. И я стремлюсь прочувствовать все свои чувства ревности, я чувствую, как меня разрывает изнутри, чувствую, как моя жизнь становится совершенно неуправляемой, я не отрицаю этих чувств. Я обнимаю их, я чувствую каждой клеточкой своего тела

и потом я иду ко Второму Шагу и я вижу все то безумие, которое совершу, если я совершу действия по этим чувствам. А потом я иду к Третьему Шагу и я препоручаю их заботе Бога. А потом я возвращаюсь ко Второму Шагу и действую по-другому. И он сказал, если я вернусь к Первому, Второму, Третьему, а потом опять ко Второму, то недостатки от меня уйдут. Ребята, мне так бы хотелось сказать, что так все и вышло, но ведь я подумал, что я работал с этим лет, кажется, сорок, и у меня не было с этим проблем. Да, я был избавлен от этого посредством Трех Шагов. И тогда он заставил меня работать над каждым из моих недостатков с первого до последнего.

Но что он мне не сказал, это то, что когда я закончу избавляться от всех своих недостатков, у меня новые появятся. Так что Шестой, Седьмой Шаги – это процесс длиной в жизнь. А потом пришло время переходить к Восьмому Шагу, когда мы составили список всех тех людей, которым мы навредили и обрели готовность возместить ущерб каждому из них. И я сообщил ему, что этим мы заниматься не будем, потому что мне никто не присылал подарков на Новый Год. Если бы они так и поступали, я бы вел себя по-другому. Короче, когда у меня появится готовность, я составлю этот список.

Он говорит:

- Прочитай Шаг.

Я открыл, он говорит:

- Все, готовность у тебя есть. *(Смех)*

Я говорю:

- Мне нужно сначала составить список, а потом обрести готовность.

Он говорит:

- Готовность составлять не список.

Я говорю: «Ладно, составлю», потому что я не до такой степени тупой, чтобы не следовать рекомендации, ведь я был избавлен от одержимости употреблять, и во мне уже был какой-то здравый смысл.

В общем, составил я список. Но, а мы, зависимые, мы же всегда впадаем из крайности в крайность. Короче, теперь я был готов пойти возместить ущерб всему миру. А он говорит:

- Эй-эй-эй! Чем мы тут по-твоему занимаемся? Для чего вообще спонсоры нужны? Мы возместили причиненный этим людям ущерб напрямую, где это было возможно, кроме тех случаев, когда это травмировало бы их или других людей. Не дам тебе ходить тут и возмещать ущерб и травмировать народ. Ты же не пойдешь к бабушке и не скажешь: «Бабуль, помнишь, тот пропавший бриллиант. Алле!?» Ты только больше проблем так создашь. Мы сядем, мы прогорим каждый конкретный случай. Я направлю тебя, если тебе надо будет возмещать ущерб. Я направлю тебя, если ущерб надо будет возмещать анонимно, особенно если речь о деньгах пойдет. Я направлю, чтобы ты делал то, что нужно делать, чтобы никого не травмировать.

А потом мы поговорили с ним об этих людях без лица. У всех нас были такие люди... Вот, две овечки, помните, по улице ночью идут? И он сказал мне, что этот ущерб я буду возмещать своей Высшей Силе. И что если моя Высшая Сила посчитает, что этот ущерб должен быть возмещен, то эти люди придут в мою жизнь снова. И когда они придут, я буду знать, как себя вести.

И в мою жизнь приходили люди, даже спустя 15 лет. В этой штуке, под названием «выздоровление» – нет совпадения. Они приходили именно тогда, когда я был готов возместить ущерб. А они были готовы принять возмещение. Потом он объяснил мне, что значит, в этом Шаге наносить вред, травмировать их или других людей. Что это за другие люди? Кто это вообще? О чем он говорит? Он говорит: «Вито, ты же не поедешь обратно в Бронкс, не придешь в 42 полицейский участок и не скажешь:

– Помните, в 56-ом году была разборка и там одного или двух парней порезали. И я не знаю, может тот парень и помер, и вообще, есть у вас не раскрытые убийства? (Смех)

Я думаю, они обрадуются до «усрачки», у них ведь полно «глухарей». Это было бы безумие. Безумие. Но возмещать этот ущерб ты должен, просто по-другому. Тебе надо напратить возмещение такого ущерба к Богу. Тебе надо пойти и поработать с детьми, взять на себя какую-нибудь помощь людям. Тебе нужно возмещать ущерб своей жизнью».

И он объяснил мне, что первые три Шага сохранят мне физическую чистоту, а Шаги с Четвертого по Девятый очистят меня эмоционально и духовно. И он сказал мне, что быть физически чистым и эмоционально грязным – это ненормально. И все мы знаем тех людей, которые остаются физически чистыми очень долго, и которые духовно грязны. Они тусуются часов в 10 утра у дверей центров, чтобы снять девочек, которые выписываются. Да, мы приходим в эту Программу, чтобы выздороветь, мы приходим, чтобы оставаться чистыми, но мы приходим еще, чтобы меняться и расти. И просто быть чистым – это не нормально. (*Аплодисменты*)

Я часто слышу, как зависимые говорят: «Я же не употребляю, чего еще надо?». Мне надо, чтобы вы менялись, в этом вся соль. И он сказал мне, что Шаги с 10 по 12 – это Шаги роста и обслуживания. Я обслуживаю то, что я получил в первых девяти Шагах и я расту дальше. Знаете, в 10 Шаге, где мы продолжали проводить личную инвентаризацию, и если мы были не правы, то признавали это без промедления, тут он мне объяснил, что это не значит извиняться. Если хочешь – извиняйся. Но если ты не прав, признать это без промедления, означает признаться в этом себе. Речь о честности перед собой. Когда ты делаешь 10 Шаг каждый вечер, когда размышляешь о 10 Шаге, когда ты не прав, ты признаешь это без промедления. Ты делаешь это для того, чтобы не повторять это. Смотрите, совершать ошибки в выздоровлении – это нормально. Не нормально повторять ту же ошибку снова и снова.

Я письменно делал 10 Шаг где-то 16-17 лет. Я настолько привык делать его, что когда кладу голову на подушку, я сразу начинаю размышлять о прошедшем дне. Если я слышу, если я чувствую, что я не прав, то я сразу признаю это. Если бы я не писал его все эти 16-17 лет, я бы не смог делать это автоматически. Знаете, что вы делаете в 10 Шаге? Вы садитесь в лифт, и вы спускаетесь на тот Шаг, который вам сейчас больше всего нужен. Вы едете на лифте на 7 Шаг, если вам нужно избавиться от чего то, или едете на 1 Шаг или на 4 Шаг, или на 5. Лифт ежедневно отвозит вас к тому, что вам нужно сделать.

Смотрите, я часто слышу, как зависимые говорят: «Я уже пять раз сделал двенадцать Шагов». Блин, если тебе пришлось пять раз делать двенадцать Шагов, значит, ты плохо сделал 10 Шаг. Потому, что когда ты работаешь по 10 Шагу, ты работаешь над другими Шагами снова и снова. Но ты делаешь это каждый день. Ты выбрасываешь мусор каждый день, а не раз в четыре года. *(Смех)* Так ты приходишь к духовности. *(Аплодисменты)*

11 Шаг для меня – это краеугольный камень. Это ключ ко всем Шагам. Он не номер 1, он номер 11. Потому что, помните, после того, как я сделал Первый Шаг, мой спонсор сказал мне, следующие десять Шагов станут моим будущим. Потому что 11 Шаг, в котором мы искали возможности молитвы и медитации улучшить свой осознанный контакт с Богом, как мы его понимали, молясь только о знании Его воли для нас и о силе, для ее исполнения. Мы искали. Это значит, что мы искатели. Каждый из нас в этом помещении, каждый, кто когда-нибудь жил Шагами в своей жизни, каждый из нас, кто ищет возможности улучшить свой осознанный контакт с Богом, как мы Его понимали. Это значит, мы искали до того, как взялись за 11 Шаг. Потому что не говорится, что мы вступили в осознанный контакт с Богом, говорится, что мы улучшаем осознанный контакт. Если ты что-то улучшаешь, значит, у тебя это уже есть.

И тут говорится о молитве и медитации. И в нашей литературе говорится о том, что молитва – это когда просишь, а медитация – это когда слушаешь. Но я бы хотел еще дальше пойти. Я считаю, что медитация – это высшая форма молитвы во всех существующих, потому что если осознанный контакт есть, то все становится ясно. Был как-то раз писатель, он сказал, что если не идти внутрь, то вывалишься наружу. Если задуматься над этой цитатой, она очень важна, потому что она про 11 Шаг. В нем говорится: молясь только о знании воли Бога для нас. У меня не хватает наглости, чтобы сказать, что я знаю, какова воля Бога для меня, потому что у меня был спонсор, который сказал мне, какова воля Бога. Он говорит: «Вито, воля Бога сегодня, завтра и через сотни лет, она всегда будет одной и той же – во имя наивысшего блага всех, кого касается та или иная ситуация». Он сказал мне, что надо сделать – это вылезти из ящика, взять свое уравнение и вычеркнуть из него свой эгоцентризм и взглянуть на ситуацию с позиции нейтрального наблюдателя и сказать, что будет наивысшим благом для каждого в этой ситуации. И это всегда будет волей Бога для меня. Понимаете, моя воля – это быть центром всего и получать от этого наилучшие чувства. Но я выхожу из ящика и я действительно вижу, что лучше для каждого. И вот поэтому в конце этого Шага говорится: «Мне надо молиться о знании Его воли для меня и о силах, для ее исполнения». Потому что нам надо неустанно молиться о силах для ее исполнения, потому что я могу знать, какова воля Бога для меня. Я могу знать, что есть наивысшее благо для каждого в той или иной ситуации, но мой эгоцентризм и моя болезнь хотят того, что, как мне, кажется, будет лучше всего для меня, чтобы почувствовать себя хорошо. Именно поэтому я должен постоянно молиться о силах для ее исполнения, потому что это всегда воля Бога, а не моя воля, и мне надо спрямить свою волю с волей Бога. И в 12 Шаге говорится, в результате выполнения этих Шагов (это портал в реальный мир) мы достигаем духовного пробуждения.



Что это такое – духовное пробуждение? Для меня это очень просто. Эти Шаги работают – они ответ на любую проблему в жизни. Вот вы слышите, люди говорят, что делают работу по 12 Шагу, делают БУ, делают ФСО, ходят в тюрьмы, и то, и се, и это. Здорово. Но реальная работа 12 Шага – это та, о которой в нем не говорится. Это та, которая в нем говорится – нести эту весть другим зависимым. Какую весть? Весть о том, что Шаги эти работают, и применять эти принципы во всех наших делах. Звучит просто – в результате выполнения этих Шагов мы достигли духовного пробуждения и мы старались нести весть об этом другим зависимым и применять эти принципы во всех наших делах, т.е. Шаг говорит нам, что Шаги – это ответы на все наши проблемы.

Я знаю, что тут сидят люди, сегодня вечером, которые скажут: «А меня, блин, только что уволили», «А у меня отношения развалились», «У меня денег нет. И что для меня по этому поводу сделают Шаги?». Но все очень просто. Шаги – это ответ, потому что они поведут меня через процесс на другую сторону и в этом процессе мне не нужно доставать употреблять. Потому что Шаги – это всегда ответ. (*Аплодисменты*) Они не починят проблему моих отношений, они не починят мне другие мои проблемы, но они приведут меня к другим отношениям, которые, может быть, будут лучше. Может быть, мы научимся сами платить по своим счетам.

Я не знаю, что будет дальше, но я работал над этими Шагами очень долго. Наверное, 17 лет с того момента, как я начал работать по Шагам после первых четырех лет. И я дошел до этой точки, когда я женился на девушке. Как раз в то время ее семья прибыла в Америку на Мей-плауэр, это первый был пароход белых колонистов. И она говорила мне: «А зачем ты ходишь на собрания и встречаешься с этими людьми? С этими людьми? Хочешь ходить на собрания? Почему бы тебе не вступить в Ротари-клуб или Клуб Тихуаны?».

Понимаете, к тому моменту в моей жизни наступили изменения. Я работал по Программе, у меня появились какие-то материальные штуки: свой бизнес, свой дом, все эти замечательные подарки, которые приходят в выздоровлении. Я думаю: ОК, я закончил Академию Двенадцати Шагов, диплом в кармане. *(Смех)* В общем, знаете, что происходит, когда начинают говорить так зависимому, типа, она говорила: «Не надо тебе быть с этими людьми». Ты сокращаешь: сначала одно собрание в неделю, потом одно собрание в месяц, а потом самое унижительное оскорбление этому Сообществу – ты появляешься раз в год, чтобы взять свою медальку. *(Смех и аплодисменты)* Эй, работнички, возвращайтесь, в один прекрасный день и вам можно будет раз в год появляться.

Эти люди воруют у Сообщества. Я вам могу спокойно говорить об этом. Я сам был таким. Смотрите, моя жизнь менялась, мои чувства начали замораживаться. Люди говорили: «Тебе надо регулярно на группы ходить. Именно это подарило тебе жизнь». Эй, я не такой, я другой! Я уже все знаю теперь. Потом в один прекрасный день приходит беда. Я слышу, глашатый уже за окном. Я знаю, я знаю, что если я выйду из этого дома, я никогда не вернусь, я сдохну в сточной канаве. И я сказал себе: «Если я продержусь эту ночь, пока не взойдет солнце, у меня все будет ОК». Сила воли называется. А мы уже знаем, что такое сила воли для нашего зависимого. Короче, я запираюсь в этой комнате и, я помню эту боль внутри себя, это желание не чувствовать ситуацию, которая происходит в моей жизни, это напряжение. Я хотел уйти, я хотел раскумариться, я хотел потерять чувства. И солнце взошло, и глашатый по-прежнему был за окном, и я сказал себе: «Если уж мне суждено выйти отсюда и умереть от этой болезни, то лучше уж проще и безболезненной». Я привязал веревку, надел ее на шею и прыгнул со стула. Но, смотрите, я зависимый, у меня никогда ничего правильно не получается. Стул выскальзывает из-под меня, мое тело

качается вперед, вес моего тела вышибает дверь. Девушка, на которой я женат, вбегает в комнату, режет веревку, вызывает реанимацию, они отвозят меня в больницу и доктор говорит: «А-а-а». Я тогда в Пенсильвании жил, у них закон был, как в большинстве Штатов, что если у тебя попытка самоубийства, тебя направляют под наблюдение 15-25 дней. В общем, я поднимаюсь на 7 этаж больницы Уилбири-Дженерал в отделение для психов, и меня там оформляют и я сижу с психиатром (там была такая женщина, психиатр). Мы с ней сидели и немного болтали. Она говорит: «Вито, ты конечно, немного псих, как и большинство людей. Но твоя самая большая проблема, это в том, что ты зависимый без Программы. Если я не оформлю тебя в отделение, ты обещаешь пойти на собрание?»).

Я прыжками бежал на собрание. Прыжками. По словам моего первого спонсора, они у меня в голове и я слышу их как сейчас: «Когда ты еще зелен – ты растешь, а когда ты прав – ты начинаешь гнить». И я был тем, кто прав, как многие люди, которые порядком побыли в Сообществе. И я вернулся в свою Программу, снова вернулся. Собрания, спонсирование людей, служение. И, конечно же, тот брак не длился долго, потому что она была «голубой» крови. Но она умерла, где-то шесть лет назад в результате болезни зависимости, когда парень, за которого она вышла, привязал ее скотчем к стулу, и бил ее, потому что она приносила домой слишком мало денег, чтобы кормить его пристрастие. В общем, брак распался.

Будучи зависимым, у меня гравитация к сексу, я начал встречаться с этой девушкой в Программе. Смотрите, у меня было оправдание. До этого знал я ее пять лет, потому что она пять лет приходила и срывалась. Я так себя оправдывал: типа она не новичок. Она на повторном цикле. (Смех) И большинству людей я этого не рекомендую, но к счастью для меня, в нашем случае у нас получилось. Ей удалось привести в

порядок свою Программу. Я был женат на ней 20 лет, и у нее была отличная Программа. В этой комнате есть люди, которые знают ее, потому что она ездила со мной на Конвенции. И мы жили в городке, Шарлот, Штат Новая Каролина, и по воскресеньям – у нас был с ней такой уговор – мы ездили за Чарсон, это пляж, и там мы гуляли 10 миль по пляжу в одну, а потом 10 миль обратно. Ни пейджеров, ни мобильных телефонов – ничего. Это было наше качественное время только друг для друга.

И она была очень спортивной девочкой и как-то раз она не могла идти, и она начала задыхаться. А когда мы поехали к доктору, ей поставили диагноз – рак четвертой стадии. Рак легких. У нее была другая проблема зависимости, известная как никотин. Ей сказали, что ей осталось жить шесть месяцев. Да хрен, это. Я в АН, у меня ВС, по фиг, что доктора говорят, мы с этим справимся. В общем, ей пришлось пройти эту экспериментальную химиотерапию, и мы пошли на это. Она прошла две фазы. Больше всего она боялась, что у нее выпадут волосы. И у нее не выпали волосы, хоть мы пошли и купили ей парик. И на последней фазе химии доктор попросит ее сходить в больницу через дорогу и забрать результаты рентгена, и принести ему, потому что у него офис был прямо напротив медицинского центра Каролины через улицу. И мы так и сделали, мы принесли рентген-снимки. И он говорит: «У меня хорошие новости для вас. Опухоли рассасываются на легких».

Был четверг и мы пошли отпраздновать, сходили поужинать. А в четверг была моя домашняя группа. Я пришел домой, а она говорит мне:

- Слушай, завалюсь я в постель, не пойду я на собрание. Ты езжай. Встретимся, когда вернешься домой.

И она крепко меня обняла, обхватила меня и говорит:

- Я так люблю тебя, Вито.

А я говорю:

- Ну, да, Петти, я тоже тебя люблю.

- Нет, я хочу, чтобы ты знал, что я на самом деле тебя люблю.

Я говорю:

- Да, да, ОК, я знаю. Увидимся позже.

Я иду на собрание, было где-то часов семь. А в девять тридцать я прихожу домой. А у нас такие маленькие французские окна у дверей, они были с одной стороны. У меня жена, к старости у нее появилась эта, как сказать, особенность – у нее был синдром «пустого гнезда» – и она начала приносить домой игрушечных пуделей. Короче, с нами спало семь игрушечных пуделей. Прекрасные маленькие собачки, они все были на «П». У нас были: Пеппи, Пабло, Пассо... Все на «П». Я смотрю в это французское окно, все пудели сидят в круге. И я вижу ноги, которые торчат в потолок. Короче, открываю дверь, вбегаю, моя жена лежит на полу, ногами прямо вверх, глаза лезут из орбит. И я хватаю полотенце, начинаю обтирать ей лицо, пытаюсь привести ее в чувство – ничего не получается. Я звоню «911», приезжает реанимация, они говорят: «У нее травмы головы нет?». Я говорю: «Нет, у нее был рак легких». Я рассказываю им всю историю, а он говорит: «Где лекарство?». Я говорю: «На столе». Он запикивает их в полиэтиленовый пакет и говорит: «Мы возем ее в больницу в Норсе, приезжайте туда».

Я запираю собак, сажусь в машину, и пока я еду в больницу, я звоню нескольким зависимым в Программе. К тому времени, как я приехал в больницу, они уже все сидели там, в неотложке, ждали меня. Мы сидим там, и выходит доктор и говорит: «Надо стабилизировать нам ее состояние. Так что просто сидите тут, когда я что-то буду знать, я скажу вам».

Где-то два с половиной часа спустя доктор возвращается и говорит: «Короче, такая история. Рак дал метастазы, которые проникли в ее мозговой ствол. Часть ее мозгового ствола разрушена и она сейчас в состоянии клинической смерти.

Она у нас на искусственной системе поддержки. Нам надо, чтобы вы подписали бумаги, надо, чтобы мы сняли ее с системы поддержки и отпустили ее». Я хватаю этого доктора и говорю: «Слушай, она мой лучший друг, она моя любовь. Она моя жена. Давай, вылечи ее!». Он говорит: «Вы не понимаете, я ничего не могу сделать». Я говорю: «Нет, ты не понимаешь». Поднимаю его, швыряю в другой угол. Тут прибегает больничная охрана и меня выводят из этой больницы.

Я еду домой, сплю с собаками. Через 4-5 часов я опять встаю, возвращаюсь в больницу. Только теперь она лежит в реанимации. Меня пускают к ней только раз в час. Я захожу, я беру ее за руку и говорю: «Эй, Петти, если тебе надо уйти, ты уходи. Но сам я тебя отпустить не могу. Не могу же я подписать эти бумаги». Так все продолжается с четырех часов дня, а потом, наконец, у меня в башке загорается лампочка и я начал молиться. Но все, что я мог видеть – это свои хотелки: все только мне, мне, мне...

В общем, я вышел из больницы и там был маленький такой садик для медитации. Я сел там, я начал медитировать и в моей голове всплыла одна маленькая картинка из прошлого. Мы ездили с ней в Пенсильванию, по понедельникам, на маленькую группу, называлась она «Принятие». Мы ездили в одной машине. Вы знаете, я такой п...бол, люблю болтать с людьми. Вроде бы ехать надо, а целый час уходит, чтобы до машины дойти. А она хочет домой, посмотреть телек. И она смотрит на меня и на лице ее выражение: «Вито, давай, на хрен свалим отсюда». И вот это выражение у нее было в реанимации. Она говорила: «Отпусти меня». Я пошел в регистратуру, и сказал: «Я готов». Они говорят: «Но нам надо доктора вызвать». Пришел доктор и отключил ее. И она умерла через три минуты с улыбкой на лице. И потом все кончилось.

Я помню, что я уехал из этой больницы, доехал до первого светофора. У нее была такая маленькая спортивная машинка, на которой я приехал в больницу, «Кабриолет». А верх был

закрыт. И я доезжаю до первого светофора, вытаскиваю и бью его по рулевому колесу. И сраный РБ стреляет в меня, а я рву его, выбрасываю на улицу и приезжаю домой. И выдерживаю из стены телефонный шнур, я запираю двери.

А вы, зависимые начинаете трезвонить в мою дверь, а я не открываю. Ребята, я вообще не хотел с вами ничего общего иметь, потому что вы обещали мне, что я буду счастлив, радостен, свободен. И я работал по Программе, и она работала по Программе. И Кто, на х..., такой, этот Бог, чтобы забирать у меня мою подругу? И что до меня, то я собирался пройти через похороны, а потом раскумариться, и по х..., что будет дальше, потому что я не хотел, я не хотел жить без нее. На следующее утро я поднялся, собрал ее одежду, поехал в похоронное бюро, выбрал гроб, договорился о похоронах, поехал на кладбище. Она не хотела, чтобы ее похоронили под землей, поэтому я организовал ей склеп. И к тому времени, когда я подъехал к дому, ваши машины стояли на парковке возле моего дома. Вдоль всей улицы. (Смех) Вы взломали мою дверь, вы поставили кофе, еду расставили на столе.

Я вошел, я был зол:

- Какого х... вы тут делаете?

А вы говорите:

- Мы не к тебе пришли. Мы к ней пришли. Она была нашим другом.

Я говорю:

- Ладно, оставайтесь. Я скажу вам: из уважения к ней, из уважения к вам, я ничего не употреблю до конца похорон. Но когда они закончатся – я употреблю.

Они говорят:

- Ладно, делай, что хочешь. Мы ради нее пришли.

Похороны кончились, прошли, все люди разъехались, кроме... У меня был один подспонсорный и он решил остаться на недельку.

Я ему говорю:

- Ладно, недельку можешь пожить, но я хочу, чтобы ты знал. Мы не будем ходить на эти х...овы группы, ни на одну. И ты не говори со мной про эту муть – про Шаги. Из уважения к тебе, я не буду употреблять, пока ты не уедешь.

Он говорит:

- Ладно. *(Смех)*

В общем, зависал он у меня пять дней. А за день до того, как его самолет улетал на север, он говорит:

- Я завтра, Вито уезжаю. Я хочу, чтобы ты пообещал мне одну вещь.

Смотрите, когда подспонсорный просит, чтобы ты что-то обещал, надо быть осторожным. Я говорю:

- Выкладывай.

Он говорит:

- Знаешь, ты же не сделаешь меньше, чем то, о чем сам просил других.

Я говорю:

- Начинается...

Он говорит:

- Вито, помнишь, ты говорил каждый раз, когда подспонсорный говорил тебе: – Вито, я пошел употреблять? Я все уже решил, меня не остановить. Помнишь, что ты говорил им?

Я говорю:

- Заканчивай.

Он говорит:

- Я всегда говорил – благословляю тебя, иди, употребляй. Скажи всем – Вито разрешил мне пойти употребить. Только одну вещь тебе придется сделать до этого: сделай 90 на 90. Неужели ты не сделаешь хотя бы того же, о чем сам просил?

Я говорю:

- Ладно, я сделаю 90 на 90. Я докажу тебе, что эта Программа не работает.



Короче, отходил я 140 собраний за 40 дней. Потому что в городке Шарлот, у нас есть возможность начинать в семь утра и ходить до часу ночи. Я проснулся одним утром, и голос прогремел в моей в голове.

Он сказал: «Ах ты, неблагодарный, сукин ты сын. Я дал тебе 20 лет хороших отношений. У некоторых людей нет даже одного дня. Да что ты, на х..., о себе возомнил, чтобы быть таким неблагодарным?».

И моментально моя скорбь обернулась благодарностью. Я выяснил, что то, что работает для новичков, работает и для ветеранов. Потому что, если бы я не отходил на те 140 собраний за 40 дней я бы пошел и употребил. И мне бы не довелось еще раз испытать это чудо. Я остался чистым, «вися» на волоске. И то, что всегда помогало мне идти, это когда кто-то трепал меня по плечу и говорил: «Ни фига у тебя не выйдет», я всегда делал наоборот. Так я, прежде всего, обрел чистоту и так я остался чистым, когда у меня было желание употребить. И в этом волшебство этой Программы. Теперь я буду закружаться. Я только хочу рассказать вам одну притчу до того.

Жил да был один парень. Звали его Джо Зависимый. Джо Зависимый достиг дна. Он был в полной ж..., он шел по улице, а там был канализационный люк без крышки, как часто случается в Бронксе. И он упал в него. И слышно, как Джо умоляет из этого люка, как он говорит:

- Я Зависимый, я умираю от болезни зависимости. Адские черти вцепились мне в ж..., нет надежды для меня и я хочу умереть.

Идет священник по улице, слышит крики и говорит:

- Что там случилось?

- Я Джо, я Зависимый, я умираю от болезни зависимости. Тут адские черти, я хочу умереть!

Священник говорит:

- Нет проблем.

Достает библию, молится над ним и говорит:

- Все будет хорошо, сын мой,

И он уходит. А у Джо ничего хорошего, у него агония, ему все хуже. Он кричит, воет:

- Я хочу умереть!

Идет доктор по улице, слышит вопли и говорит:

- Что у Вас там происходит?

Он говорит:

- Я Джо, я Зависимый. Я умираю от болезни зависимости. Адские черти вгрызаются мне в ж.... Нет никакой надежды для меня, я просто хочу умереть!

Доктор говорит:

- Нет проблем, достает рецепт. Выписывает чуть-чуть оксикодона, чуть-чуть метадона. Прими это, Джо и все будет в порядке. *(Смех)*

Ничего из этого не помогает. Только погружает его глубже в пучину отчаяния и безнадежности. И он плачет и плачет. И тут неожиданно этот маленький, малюсенький мужичок, вдруг идет ни откуда по улице. Его зовут Джимми Кей (Джимми Кино). Маленький человек родился в горах Шотландии, эмигрировал в Филадельфию, кололся героином в районе Кенсосон-Авеню, был кровельщиком по профессии. Ездил в Бербон.

И он смотрит вниз и говорит:

- Что происходит?

А тот ему:

- Я Джо, я Зависимый. Я умираю от болезни зависимости. Хочу умереть, хочу умереть. Адские черти....

Джимми прыгает вниз в этот канализационный люк, а Джо кричит:

Ты чё, мужик, псих! Теперь нас двое. Нет надежды для нас, нам некуда теперь бежать. Мы здесь оба сдохнем!

А Джимми говорит:

- Нет, я тут уже был. Я знаю, выход есть.

Спасибо, что дали поделиться мне. *(Аплодисменты)*

## Мона Д.

- Аллэ! Я спикер! Добрый вечер, меня зовут Мона, и я очень благодарная зависимая. Это очень странное сообщество... Порой, вы меня так, сука, из себя выводите, поубивала бы всех, блин. А потом я вижу отбросы общества, с которыми никто не хотел иметь ничего общего, и у которых теперь есть чистое время, и это сильно впечатляет. Дата отчета моего чистого времени – 12 августа 1968 года (*Бурные аплодисменты*). Ваш спикер, который был в пятницу вечером, украл мое любимое выражение, которое я всегда говорю: «Может для вас этот срок ничего, но для меня это реально – пипец». Я хочу поблагодарить Комитет за то, что он обратился ко мне с просьбой, и прямо сейчас я хочу сказать: «Не перекаладывайте на Комитет ответственность за то, что я скажу». Я также не выступаю от имени Сообщества Анонимные Наркоманы, за что они мне реально благодарны. А еще у меня такой очень громкий рот, потому что над моим лицом серьезно поработали, и у меня еще с губами что-то не так теперь. И в реалии у меня такое косоглазие, но не совсем такое ужасное.

Я постараюсь рассказать вам немного о том, как было, что произошло, и как все стало теперь. Еще: что я говорю – это чисто мое мнение. В общем, я не первый день здесь, но я именно та, про которую ваш спонсор предупреждал: «Держись от нее подальше», потому что у меня ничего не получится. Потому что меня стали называть «срывницей».

Я познакомилась с выздоровлением, когда мне было около 12; я обрела чистоту, когда мне было 32. И я была не такой, как все. Я была уникальной. И мне придется рассказать вам это о себе, потому что это в моем сердце. Если вам будет это обидно, напишите об этом, и поделитесь со своим спонсором. Может вам нафиг не надо слышать карточки для чтения на группах, но то, что там написано – вот те принципы, которые сделали наше выздоровление возможным. Я не знаю, что они сделали, и как, но читать, это я, мать вашу, умею...

И когда болтают во время чтения карточек на группах, то кто-то может выйти за дверь и умереть, потому что не услышит весть. Или можно в субботу вечером прийти и просто сказать: «Из уважения, мы сегодня не будем разговаривать». Вот те принципы, которые сделали возможным, чтобы каждый из вас без исключения, но хотя бы раз в жизни, поднять свою голову, и сказать: «Меня зовут Мона, и я зависимая». Знаете, я смотрела только под ноги себе – 32 года. И я все время спотыкалась, потому что я знала, кто я. А сегодня я любому могу смотреть прямо в глаза, и я горжусь тем, что я член Анонимных Наркоманов. Старая ложь мертва. А еще мертва ложь о том, что женщины не выздоравливают (*Бурные овуции*). Видели, да, кто первый встал ☺? (*Бурные овуции*).

Ну, теперь, после того, как я вас к себе расположила, попробую-ка я быть немножко более духовной.

Я родилась и выросла в Калифорнии, в местечке, которое называется Элт-Сендра. Тем, кому из вас не повезло, и кто знает, что это такое, известно, что это место, куда отправляют католиков, чтобы проверить, готовы ли они к чистилищу. Я наполовину ирландка, наполовину индианка. Я родилась и выросла в атмосфере римского католицизма, в общем, вам понятно, мне очень нужно было это Сообщество. Я раз 8 выходила замуж, и один раз, почти что вышла ☺. И в своем выздоровлении я посчитала брак необходимым только один раз. И я смотрела, как он умирает от этой болезни. Я выросла в любящей семье. Мне повезло, но, иногда я думаю, что повезло. У меня в собственности есть медицинское учреждение. И реально... Реально есть вещи, которые меня бесят слышать в этих комнатах, и это – когда начинают говорить терминами из медицинских учреждений. Потому что терапевтическая ценность помощи одного зависимого другому – ни с чем несравнима. И меня бесит, когда люди говорят, типа: «Да, я весь из дисфункциональной семьи». Да у меня все, твою мать, дисфункциональные семьи. Я вот сама, например,

была замужем за дисфункциональным человеком в истории всей своей семьи. А они любили меня. Они говорили мне, что я особенная. Я была единственной девочкой среди тридцати пяти внуков, я была ребенком. И когда мне говорили, что я особенная, у меня уши слышали только то, что хотели, и с самых малых лет я слышала только то, что я не такая, как все. И где-то до шестнадцати лет я хотела быть пацаном, а потом я сделала для себя открытие, что если я хочу «торчать», то в том, чтобы быть девочкой при этом – не есть терапевтическая ценность. На нас, девчонках с Запада, ценник стоит с рождения. И я знаю, некоторые из вас здесь, девственницы с Запада, которые стали здесь чистыми и в жизни не занимаются такой х...й, да? Но могу спорить, ты трахалась со своим стариком за стиральную машину, а я за это реально деньги получала. И если бы мне удалось сэкономить все те бабки, которые я тогда получила, у меня бы сейчас была совсем другая жизнь. А теперь мне платят зарплату за то, что я запираю людей в палатах; только подписывай чеки, солнышко.

Я закончила Хайскул за месяц до того, как мне исполнилось шестнадцать. Я закончила колледж для девушек, когда он назывался Восточным Элей, когда мне было восемнадцать. Когда мне исполнилось двадцать один, у меня появилась первая судимость, а когда мне стукнуло двадцать два, я начала отбывать от десяти лет до пожизненного. И это был кульминационный момент моей зависимости. Я провела семь лет в исправительном учреждении. Я говорю это не для того, чтобы произвести на вас впечатление, я говорю это, чтобы не забывать об этом, так что не подходите ко мне после собрания и не спрашивайте, за что я тянула, не ваше это, мать вашу, дело. И мне об этом сказала моя первая спонсор, потому что я любила впаривать на группах в Калифорнии, типа, какая я крутая, а она сказала: «Завязывай». Не знаю почему, но я послушалась.

Я хотела быть самой плохой из людей, потому что тогда, я чувствовала себя намного меньше, чем сейчас. Я вышла из исправительного учреждения, и в списке моих приоритетов, понятно было, – потрахаться. Ну, понятно, да? Но в первую очередь и прежде всего, я кайфуша, поэтому прошло аж три месяца, пока я не сподобилась. На выходе из учреждения я была... ну, мне нужно было отчитываться перед инспектором по УДО до одиннадцати часов. И первым делом, оказавшись на парковке, я вмазалась. Развела кого-то, мужик какой-то, не знаю... Не знаю, кто это был, никто, короче... Туфли у него были из синего бархата, вот... В общем, я очень была несчастна в Калифорнии. Я бросила монетку, типа поехать на Аляску или на Гавайи? И выпало – на Гавайи, и я поехала на Гавайи. Я опять собиралась пойти грабить и моя мама сказала: «Слушай, есть такая замечательная штука – выздоровление, его все самые лучшие люди делают». И для моей мамы очень важно, чтобы лучшие этим занимались, а папашка, кем бы он ни был, нах..., просто мечтал от меня избавиться. Но мой адвокат сказал, что это поможет мне подальше держаться от тюрьмы. И я сказала: «Ага, ага». Ну, может я туповата, но я ж не дура.

Ну, я и пошла в другое Сообщество. И в те дни мы не знали про перекрестные зависимости. Мы считали так: если у тебя зависимость от одного, значит, ты зависима и от всего остального. Поэтому я завязала с бухлом и только мазалась отравой, и работала по 13 шагу как могла. Если кто-то из вас совсем новичок, и не знает, что такое 13 шаг, то уверяю вас, что там, у выхода точно стоит несколько лиц противоположного пола, которые с радостью объяснят это вам. Я с удовольствием разъясняю вам это сейчас, потому что, поверьте мне, 13 шагом не только мужики занимаются. Я там «плавала», и я это знаю. И знаете что? Если они не поправляются, ты все равно им нужна, больные то мы. А те, кто нас имеет, они

это – временщики, они, типа, я пытаюсь приятные слова сказать какие-то. Они как будто стреляют в рыбу, которая уже в ведре, потому что если они тут подольше застрянут, они все равно тебя бросят, потому что до них допрет, насколько же ты больна. Короче, мне пришлось вернуться домой, в Калифорнию, в Гавайи. Я знала, что моя мама встретит меня в аэропорту, и скажет что-нибудь, типа: «Привет!» и все... За пять лет... Там: «Классно выглядишь» или «Я тебя люблю» или «Я рада тебя видеть» – и у меня сразу будет причина опустить все эти барьеры и пойти стенкой на войну. В общем, я приехала домой, и моя мама, встретила меня и говорит: «Раз теперь ты в выздоровлении, я бы хотела, чтобы ты начала Программу свою для других людей». Ну, у меня, родители и бизнес, да, они алкоголь продают, так что очень в тему было. А еще они банками занимаются. Это точно в тему, когда ты в торчке. Короче, начала я эту Программу,... и пошла по барам. И я садилась в баре, и смотрите – я родилась в пустыне, там, блин, жарко слишком, чтобы пить лимонад, потому что сразу блюешь. Так что я пошла по барам и я пила там кока-колу и я типа говорила: «Тут риска нет, ведь я ж директор». И как-то раз парень говорит: «Мона, хочешь коку?». «Нет, я хочу раскумариться конкретно». И я опять слетела. И в то время я была исполнительным директором в медицинском учреждении в Ноксе, в Калифорнии. Я веду эту Программу раскумаренной, два с половиной года. А мы при этом нанимали людей, нам люди там, кучу писем, чеков слали. Никто из нас не выздоравливал, упаси Господь. Мы-то знали, что к чему. Ну, вы знаете, нормальные люди, которые работали с нами, у них не было никакой возможности спасти нас, и мы играли на этих людях, как на скрипках. «Пожалуйста, спасите нас!», «Пожалуйста, оплатите наши счета», – да? Ну, дайте, что у вас осталось, дайте. По 14 раз в неделю они для тебя оплачивают один и тот же счет за электроэнергию 7000 долларов.

Ну, я и поехала к своей маме на День Благодарения, с детьми. И моя мама сказала, что не хочет видеть меня в своем доме, и если я приеду, то она вызовет полицию. И я ушла, я направилась в сторону дома, я купила индейку и все, что нужно было, купила. А я наркотики... Наркотики я всегда дома хранила. Бухло хранила дома. Я приехала домой, и я все приготовила, я точно не помню, да, но я все выбросила собакам, на улицу. И я решила, что я покажу своей маме, что я буду употреблять, пока не сдохну. И со дня благодарения, до 12 августа, я употребляла круглыми сутками. И Бог был не готов отпустить меня. И у меня был друг мой, Гэри, который сейчас живет на небесах, и он говорил: «Еще раз, и я бы умер, еще два раза – и я бы умер». Короче, я дошла до такой точки, до которой приходишь в своем употреблении, когда уже раскумариться не можешь, и соскочить не можешь, просто болтаешься между. Дни, когда я кайфовала, остались далеко-далеко в прошлом. Теперь вопрос был не в том: употребляю я или умру, я считаю, я считаю, и я не смогу письменно этого никак и нигде никому этого доказать. Но для моего собственного личного опыта – если бы у меня был хоть один шанс – я бы им воспользовалась.

Я ни разу не встречала наркомана, у которого была бы хотя бы одна минута выздоровления, и который хотел бы вернуться к тому, что было. Каждый день я говорила: «Я не буду сегодня», а сама уже шла и варила. И я считаю, и как я сказала, то, что, я говорю, это мое убеждение, что я остаюсь чистой не потому, что я решила остаться чистой, потому что я решала остаться чистой еще за 15 лет до того, как я оказалась в ж... И решала это каждый сраный день. Но, я конечно, такая самоуверенная очень. Я люблю новичков, и слышать вещи типа: «Трудно было прийти сюда, и, Боже, работать по Шагам. И именно здесь место, в которое нужно попасть». Да это, вообще, нах..., самое последнее место, в которое нужно попадать. И Бог разговаривает с новичками, знаете, да?



Он как бы мимо вас проходит, с вами вообще не разговаривает. Вот, у меня по телефону не звонит: «Аллё, это Бог!» «А да, Бог! Как дела, Бог?! Как дела Бог?!». Но, новички, суки, с ними Бог разговаривает! *(Смех)*

Если бы Бог не поговорил со мной по волшебному телефону, я бы не стояла тут сегодня, я бы сдохла. Я слышу своего Бога через вас, я – это единственная штука в моей жизни, только одно измерение. Все остальное я вижу в трех измерениях. А саму себя я вижу только в одном измерении и наоборот. И поэтому я стараюсь – то, что я вижу в себе – да, я стараюсь этому особенно не придавать значения. Но когда я вижу, что у вас тяжелый день, и вы шагаете и шагаете по тому пути, по которому любой мудака теоретически на раз пойдет. Но мы же тут не по масштабам Альберта Эйнштейна работаем, ребята. На каждом, блин, собрании одно и то же читаем. И ты слушаешь это монотонное три недели подряд и думаешь: «Боже мой, да у этих ребят полно времени», и только новички говорят: «Да время – это фигня». Вот, суки. Я раньше говорила: «Вот, кто всех раньше встает, тот и должен больше времени посещать». Я бы точно, кого-нибудь убила, если бы мне это кто-то сказал. Потому что я не платила за место на Конвенции, чтоб приехать сюда. Но я дорого заплатила, как оказалось здесь, чтобы сохранить это место.

Мы много от вас здесь не требуем, кроме того, чтобы вы полностью изменились. И одна штука, о которой мы вас здесь просим, прежде всего и помимо всего – чтобы вы помирились с одним единственным человеком в этой жизни, которого в этой жизни вы бы ни за какие коврижки не захотели бы знать, – с самим собой. По мне, пусть лучше Бог со мной разговаривает, чем мне работать со своими дефектами характера, потому что я не могу разозлиться на Него, ведь я не вижу Его. Но я вижу Его в вас. Вот, когда здесь считалка, я реально плачу, потому что никогда, и ни за что не было бы никаких вариантов.

Для меня – выйти оттуда, где я была, и оказаться здесь. Никаких вариантов. Никакие деньги, никакие молитвы. Единственное, что мне пришлось сделать – капитулировать. Признать, что война кончилась, и что проиграла. Я горжусь тем, что меня называют помешанной на литературе. Я горжусь тем, что если я твой спонсор, то тогда поверь мне, ты будешь знать про Шаги, и ты будешь знать про Традиции. Шаги – это то, что помогло мне помириться с собой, а Традиции – это то, что помогает мне выносить вас, потому что без вас нету меня.

Я вот приехала из Калифорнии, и если бы здесь никого не было, я может быть, уменьшилась в размере. Я спонсировала много женщин за эти годы. Я думаю, вы сейчас поймете, что я скажу. Женщины спонсируют женщин, а мужчины спонсируют мужчин. Бог еще не создал такого мужчину, которому бы я не могла бы соврать, а иногда его заставляя платить за эту ложь. И Бог еще не создал такого мужчину, который не мог бы врать мне. Я понятия не имею, как у вас, мужики, работают мозги. Для меня это тайна, короче. И если мое это говорит мне, что я могу спонсировать мужчин, – не могу! Трахаться с ними могу, деньги у них брать могу, а спонсировать не могу. Знаете, такое впечатление, что у нас целая толпа людей есть в Анонимных Наркоманах, которые думают, что они могут трахами пробить себе дорогу в лучшую жизнь. Я баба старая, поверьте мне, ни х... это не работает. Если бы работало, у меня сейчас было бы лет 38-39.

Но я слышала, как женщины говорят: «Вот, блин, не могу найти себе спонсора, который бы употреблял бы как я», «Я не могу найти себе спонсора из такой же, как у меня семьи», «Не могу найти себе спонсора, который бы употреблял то же, что и я»... Да покажите мне, хоть один отрывок из нашей литературы, в котором бы говорилось, что спонсор должна быть такой же, как ты.

Спонсор – это проводник. Спонсор – это человек, у которого есть свой спонсор. Спонсор – это человек, который работал по 12 Шагам, и по 12 Традициям. Я думаю, что если ты берешь в свои руки чью-то жизнь и ты работала типа по 3 Шагу, а сейчас ты на втором, тебе должно быть стыдно. Я несу ответственность за руку помощи в НА, я несу ответственность за то, чтобы дать тебе инструменты, а твоя ответственность – пользуешься ты ими или нет. Моя ответственность в том, чтобы они у тебя были. Смотрите, у меня была спонсор, я ненавидела эту суку. Я думала в те дни: они типа сели играть в карты, и она проиграла, и ей досталась я. Потому что я сегодня не та бесстрашная стерва, которой я была новичком, не многие ко мне подходили тогда. Я заходила в помещение, и они, по ходу, по запаху узнавали меня, сразу отодвигались куда-нибудь. Потому что все, что у меня было, единственные рабочие отношения, с одной только эмоцией, и оно называлось ненависть. И оно поддерживало во мне жизнь, пока я не смогла прийти к вам. И я пестовала ее как чудесную науку, и я умела пользоваться ей, как разделочным ножом и резать кусками так, чтобы ты сам не замечал, что истекаешь кровью, пока не падал замертво. Смотрите, я не особенно люблю насилие. Если она мне не нравилась, я платила ему, чтобы он избил ее. Для меня в этом четкая логика была. Но я-то думала только, что я крутая. И я думала, что я четкая. Я думала, что у меня все получается. Я заходила на группу и шипела про себя: «Болезнь, болезнь, болезнь». Моя первая спонсор сказала мне, что мне нельзя высказываться весь год. Она не хотела, чтобы я заражала своей болезнью людей, которые хотят поправиться. Она сказала мне, что я должна ходить 365 групп за 365 дней, если я пропущу хоть один раз, то я начинаю сначала.

Я отходила больше, чем на 700 собраний. Я должна сказать вам, что у меня есть долг перед другим Сообществом, потому что, когда я обрела чистоту, у меня было всего менее

одного собрания в неделю, я измазалась отравой только раз в неделю и я навечно благодарна тому Сообществу, за то, что они любили меня. И я говорю им: «Нас стало больше сейчас». (*Бурные овалции*) Мне очень повезло. У меня было три спонсора, и к тому моменту, когда я стала чистой, у моего спонсора был самый большой срок чистого времени в Анонимных Наркоманах, у нее шел тридцать девятый год. Смотрите, мы любили ходить на собрания, где было много мужиков, а потом считалка типа. Мы с ней встаем, у нас с ней на двоих было треть чистого времени от всех присутствующих. Женщины не выздоравливают, да? В общем, та дама, которую я ненавидела, она научила меня всему, что я ценю сегодня.

Я должна сказать вам, что первые три с половиной года я каждый день хотела употребить, постоянно. И у меня был страх, что если я пойду и употреблю, то я не умру. Если мне кто-то сказал, что можно, вот, возьми и употреби и ты умрешь от этого, у меня была бы другая дата чистого времени. Но я не знаю, почему я осталась. Это самый трудный вопрос, который есть, потому что я была срывницей так долго. Я верила, я говорила себе, что это проклятие любящего Бога, что Он сказал: «Вот твое время под солнцем. Выходи из трясины и Я освобожу тебя». И я научилась этому у вас, потому что у вас было также. Но мне больше не нужно было склонять голову, не нужно продавать свое тело, не нужно больше видеть ужас в глазах своих детей и страх на лице своей мамы. Потому что я могу идти прямо, с прямой спиной, т.к. Бог хочет, чтобы я шла.

Но когда я была новичком, я ненавидела ту суку. И она сказала мне: «Короче, иди домой, почитай вот эту книгу. Потом вернешься и дашь мне по одному примеру на каждый духовный принцип». От своей активной зависимости я утратила способность читать и писать и я сказала: «О-о-о, ты мне очень нравишься, но я не умею читать и писать, потому что у меня активная зависимость». А она: «Да все нормально,

у нас на кассете есть». Моя первая спонсор бросила школу в девятом классе, так что я думала, что я гигант мысли, и я подумала, что я быстро уделаю, и что эта сука оставит меня в покое. Две недели у меня ушло на то, чтобы написать то, что оказалось духовным принципом первого Шага. И мне говорила моя спонсор, и ее спонсор, и спонсор ее спонсора, и все люди, которых я спонсировала, говорят и я говорю, что основной духовный принцип первого Шага – это капитуляция. Я должна признать, что у меня нет сил, что у меня никогда не было сил, и что я никогда не доживу до того дня, когда у меня появятся силы. И это казалось странным. Я считала, что Бог дает их мне, дает мне порулить. А Он не дает.

И в общем, она повела меня по Шагам, и я слышу много разговоров и том, что второй Шаг – это про безумие. Позволю себе не согласиться. Нормальные люди, которые ведут себя так же, как мы, совершают такие же поступки, как и мы, просто они их не повторяют. Второй Шаг – он про веру. Если я не рулю, то у меня должна быть вера в то, что есть более могущественное, чем я сама, что Оно позаботится обо мне. И третий Шаг – он про доверие. Если я собираюсь поручить свою жизнь и волку чему-то, чего я не могу увидеть, потрогать, попробовать, почувствовать или понюхать, то мне лучше довериться этому. И мне никогда не нужно было беспокоиться, когда у меня плохой день, значит, над каким Шагом я не работаю? Это всегда Первый Шаг. Ни Четвертый Шаг, ни Двенадцатый Шаг, ни Десятый Шаг, ни Шестой Шаг. Еще и еще один раз – у меня есть этот пытливый мозг, где я не порулю и все рухнет в ад. Единственная разница сегодня, раньше я в последний раз когда выходила, чтобы прийти сюда, я сказала себе: «Опа, а я не рулю». Но иногда у меня просто получается поймать волну, и я не попадаю. Это же не Программа совершенствования, – это путешествие. И единственный раз, когда ты приходишь в пункт назначения – это когда тебя кладут в ящик. И когда я умру,

я смогу сказать, что: «Да, я выздоровела» (*Аплодисменты*). Потому что иногда в литературе говорится и пишется «выздоровевшие» и надо помнить, что это не профессионалы писали, мы же нобелевскую премию получали, они разницы не понимали тогда между выздоравливающим и выздоровевшим. Все живые выздоровевшие наркоманы, я знаю, обожают употребление.

И эта дама научила меня тому, что это такое, быть леди. Когда я пришла, она заставила меня переделать все мои платья в блузки. А я говорю: «Ну, когда уже все эти мужики перестанут относиться ко мне как к шлюхе?». А она сказала: «Когда ты перестанешь вести себя как шлюха». Вот это концепция! Знаете, у меня были такие джинсики в обтяжечку и короткие такие маечки, и я бегала типа: «Привет, привет!». Парень подойдет, и я: «Привет! Давай обнимемся». Я приду к нему домой, белый такой забор, двое с половиной детей и собака, хороший такой парень. Когда у меня было где-то четыре года чистоты, моя спонсор сказала мне прямо в комнате, в которой было больше людей, чем сейчас здесь. Она сказала мне: «Мона, мне нужно сказать тебе кое-что». Я подумала: «Вот, сейчас она меня похвалит перед всеми». А она говорит: «Твой прекрасный принц наконец-то умер».

Как только она сказала это, я знаю, никто из вас этого не делал. Как только она сказала мне: не связывайся с ним, я на него кидалась. И когда я нашла его, он был великолепен! Великолепен! У него был только один маленький недостаток – он был женат. Он точно был от меня без ума, – я то ничего не нарушала, правильно? Пусть он за все платит! И в этих отношениях родился ребенок. Мертвый. И в этот момент он решил вернуться к своей жене. Так что я хоронила этого ребенка одна. И я усвоила тогда урок, что я заслуживаю больше, чем чьи-то объедки. И я знаю, моя спонсор мне говорила: «Вы знаете, мы слышим то, что мы можем слышать». Никакой разницы нет, что вы говорите мне, что я в порядке, что я говорю сама себе, что я знаю, что я в порядке.

Понимаете, я видела, как умирали тысячи людей, которые работали по этому пути. Единственная разница в том, что я не хочу ничего, что было бы связано с употреблением. Ни для того, чтобы спасти своих детей, ни для мамы, ни для внуков. Если им это нужно, они могут прийти сюда и взять это. Но я получила это не за дарма. Мой подарок, от Моего любящего Господа, и он бесплатный. А еще она научила меня, что для того, чтобы быть чистой, нужно мужество. Если вы сидите в этой комнате, потому что вы слабые... Я сильно настаиваю на том, что слабые те, кто употребляет. Сильные люди, это те, кто приходит сюда, и делает все, что нужно, чтобы остаться чистым. *(Аплодисменты)*

И она сказала мне, что честность не имеет никакого отношения к твоим деньгам, твоему мужику, или к твоей машине или к тому, какой я должна быть. Главное, быть честной самой с собой. Если я честна с собой, мне не нужно бояться быть честной с вами. Фокус выздоровления – если вы претесь на скорости, например, на маленькой машинке, которую можно уместить в кармане, тогда ты должна стать прозрачной и говорить об этом. Если ты станешь прозрачной, тебе нечего бояться. Я не имею прозрачная в смысле, чтобы мы жалели себя, но я уже не тайна, и я уже скажу о себе все, хорошее, плохое и скучное. Один на один. Этот подиум не лучшее место, чтобы делиться многими вещами обо мне, но я больше не боюсь, что вы узнаете обо мне, кто я такая.

Хотите быть моим другом? У вас будет офигенный друг. Не хотите быть моим другом – вы упустили офигенного друга. Вот, и все, все дела. И самое главное, чему она меня научила, – это определение любви. Она сказала мне, что любовь – это то, что дается бескорыстно, когда ничего не ждешь в ответ. *(Аплодисменты)* Я могу прийти в любую комнату Анонимных Наркоманов и сказать, что я люблю вас всех, но некоторые из вас, мне, сука, нравятся. Не, не здесь, здесь я никого не знаю. Некоторым из вас я не нравлюсь, нет проблем!

Но всю свою жизнь, всю свою жизнь, если мне что-то нравилось, то у меня был целый список требований к этому. И всю свою жизнь я убивала то, что любила, потому что не могла отпустить это. Короче, я люблю вас. Неважно, хотите ли вы быть чистыми, или решаете умереть. Это между тобой и твоим Богом и никак не влияет на мою любовь к тебе. Моя Программа говорит мне, что я должна любить вас. Там нигде не говорится, что надо, чтобы вы мне нравились, или что я должна проводить с вами время. Но если вы позвоните и попросите о помощи, то мне лучше прийти или я буду поднимать руку среди тех, у кого здесь меньше 30 дней. (*Аплодисменты*)

Мой спонсор сказала мне, что мне надо ходить на собрания. Есть одна группа, мне надо было приезжать туда за полчаса до начала, через час после конца, пожать руку спикеру и сказать, что он мне нравится, или что он меня бесит. Короче, если кому-то из вас спонсор сказал насчет меня, не подходите ко мне, пусть идет он в ж.... (*Смех*)

Она водила меня на рабочие собрания два года. Единственное, что я там делала, я чистила пепельницу и у меня дома уборщица работала, а я говорю, давай я ее приведу, а она мне говорит: «Нет». Я говорю: «А почему?». А она говорит: «Ты сама должна научиться кое-чему». Блин, ну уж пепельницу-то я знаю как вычистить. В те дни у нас были настоящие чашки, сейчас поставь настоящую чашку, – сейчас, гудбай, чашка, сразу все. И мне приходилось мыть чашки, жесткая системы была, и мне говорят: «Будешь варить кофе». Я вообще не люблю кофе, мне нравится только мороженое и глясе. Я такой ужасный кофе сварила, что мне его только два раза дали сварить. И потом отправили меня расставлять стулья. И я – о, гудбай, кофе. И она научила меня, что служение, – это как крем на торте, что 10% занимаются служением, а 90%, сука ноет, какое у нас плохое служение. (*Аплодисменты*)



И если у тебя есть твоя домашняя группа, иначе, по воле Бога, твой спонсор заставит тебя, обзавестись им. Пожалуй-ста, голосуй по всем вопросам повестки перед лицом группы. В Калифорнии мы говорили, если в книге не про голосование, там мы напишем про голосование в книгу, у нас всегда будет белая книга. И вот смотрите, у нас есть книга. Если вы не хотите, чтобы ваша литература менялась, потому что, как только доходит до Шагов и кто-то начинает предьявлять к Шагам, с моей точки зрения, мы геи оба. Мне вообще по х..., называют меня так, или так. Дело вообще не в этом. Мне вообще не пофигу, что мы облакаем их властью, менять те Принципы, которые сделали мое выздоровление возможным. И может мне этого не стоило говорить, но какая разница, меня в мировых службах все равно не переваривают. Я никогда не буду спикером от имени мировых служб, уж мне поверьте, на Конвенции не буду. И эта дама сказала мне, что мне нужно постоянно ходить на одну группу. И на протяжении пяти лет эта сука говорила мне, чтобы я подходила к женщинам, которые, как мне кажется, употребляют. Я должна была подходить: «Вам помощь нужна?». И я типа, можно подружка будет. Она: «Нет, сама пойдешь».

И я ходила, причины не знаю почему, кроме любви Бога, и того страха, что я не умру. Когда у меня было чуть-чуть больше пяти лет, я сказала, что хочу переехать. Переехать на Аляску. Был октябрь и я выставила дом на продажу в первые дни октября и мы предполагали, что он уйдет как раз к моему отпуску, т.е. в мае или июне. Я выставила свой дом на продажу 2 октября и я была в местечке Сейдер. Первый же человек, который пришел осматривать дом, ухватился за мою цену и закрыл сделку в тот же день до последнего цента и еще штуку сверху положил, чтобы закрыть ее быстрее. И последнее, что сказала мой спонсор, когда я садилась в самолет, было: «Мона, я знаю, какая ты. Пообещай, что ты будешь очень осторожная». И я сказала: «Я никогда больше не выйду

замуж». *(Смех)* Я не знаю как ваш Бог, но мой, как только услышит слово «никогда», Он сразу же превращает это во «всегда». И как только я говорю «всегда», так это сразу превращается в «никогда». Когда я садилась в самолет, было 30 теплоты, и когда я приземлялась на Аляске – было 28 с минусом. Я жила в пустыне, и у меня были такие ботинки, на них шнурки, которые были из пластика, и когда я вышла из самолета, звук, словно как поп-корн лопается, и я короче, осталась без шнурков. Я очень скучала по своей домашней группе. Там было 35 человек на моей домашней группе, а на Аляску я пришла, в эту темную грязную комнатенку и там, 6 человек сидит. И это была как будто фабрика дыма. Заходишь из коридора – хоть топор вешай. Я сказала им, что они там делаю не правильно. И те из вас, кто планирует сейчас переезд, воздержитесь, пожалуйста. Я говорю им: «В Калифорнии так не делается». А они мне: «Да нам пох., как в Калифорнии делается». И там я встретила его. *(Смех)* Он был прям удивительный, очень удивительный. Метр девяносто, чистокровный индеец, пять лет чистого времени, и он считал, что я беззащитная маленькая девочка. *(Смех)* Я была такая же беззащитная как кобра, сука. *(Смех)* А у него был ма-а-ленький такой дефект – в тот день, когда мы поженились, он сказал, что за день до свадьбы он вмазался. И я подумала, блин, я исполнительный директор, я спасу его. И я превратилась в нянечку, в самого доктора Волдо. И все, что я говорила другим людям не делать – я все это сделала.

Я знала, что это моя вина, я знала, что если бы я повела себя по-другому, он бы не употреблял. А он был такой, героический типан, и он понять не мог, как это можно было два года прожить без употребления. За один единственный уикенд, он натворил больше беспредела, чем я за 10 лет своего употребления. Я старалась, я так старалась шесть лет. Он был начальником Департамента исправительных учреждений штата Аляска. И он списал за все время 600 тысяч

долларов с того Департамента. Он реально крутой был. Он приходовал платежки, на которых просто сумм не было. Брал чем угодно – щенками брал. И я обожала его. Он был всем, чего я когда-либо хотела. Единственный мужчина в жизни, который дал мне прозвище – не ваше дело, какое было прозвище. Но я смотрела, я видела, я знала, что мне нужно будет уйти или торчать вместе с ним, потому что невозможно смотреть, как то, что ты любишь – умирает. И я сказала ему, что люблю его, но что я больше не могу так жить, и он уезжал на Гавайи, и я сказала: «Здорово».

И всю дорогу в аэропорт я молилась, чтобы он не передумал, и всю дорогу домой я плакала, и с того дня, до сегодняшнего дня я еще ни разу не плакала. Но я оплакивала его шесть с половиной лет. Если ты замужем за человеком, у которого активная зависимость, ты молишься, чтобы Бог убил его, а потом, когда уже поздно, и его нет дома, ты молишься, и говоришь: «Боже, я врала». Он мне сказал, что уедет на Гавайи умирать. И так он и сделал, короче, потому что Анонимные Наркоманы, это тесное такое Сообщество. И девочка, которую я спонсировала, она с ним была. И когда он умер, она боялась набрать мой номер, потому что она боялась, что я узнаю, что она жила с ним. Я честно скажу, что я любила его настолько, что я рада была, что она рядом была с ним, что он умер не в одиночестве, ведь никто не заслуживает умереть в одиночестве. И последними словами, которые он просил передать, что все будет хорошо. И в ту неделю, когда он умер, когда он умер, я потеряла мужа, я потеряла самую лучшую официальную работу в своей жизни, я потеряла здоровье.

И за 14 лет я впервые оказалась в этой погоде за минус 50 градусов и все, что я бормотала: «Какого х... вам всем не оставить меня в покое?». Почему у меня не может быть простой работы, чтобы у детей все было в порядке? Просто жить! Просто жить и работать как все другие люди? И в тот момент я решила убить себя. Я приобрела вещества, которые точно

знала, убьют меня, я сделала генеральную уборку дома, чтобы моя мама не пришла и не сказала, что опять срачь, и она умерла как свинья. Я написала письма своим детям, письма, в которых – главная мысль, какой бы замечательной бы мамой я была бы для них, если бы не умерла.

И в тот момент у меня были служения в регионе, и мне надо было сдать отчет. Я поехала за 600 километров, чтобы зачитать этот отчет. Я пришла на рабочее собрание, там говорят: «Ну что, пусть Мона зачитает свой отчет». И все говорят: «Давай, давай». Я думаю: «Да нах... кому-то нужен этот отчет, я же собираюсь себя убить». Но то, что я делала по сей день – я ходила на собрания. Я пошла на группу в тот вечер и там был этот эскимос, и он сказал то, что мне нужно было услышать. Он сказал: «Если тебя переполняет гнев и обида, если тебя бесят Анонимные Наркоманы, и если тебя бесит Бог, значит, ты страдаешь от болезни зависимости, которая не излечивается в данный момент. Значит, тебе нужно работать по Шагам с Четвертого по Девятый, пока боль не уйдет». Я подумала: «Вот, это идея». Я бы хотела сказать, что моя работа принесла мне моментальное облегчение, но на деле прошло два года, чтобы дойти до того, что я чувствовала, и в тот момент мне пришлось вернуться домой, в Калифорнию, – последнее место, в котором мне хотелось бы провести старость. И мне пришлось пожить со своей мамой, еще раз. И она была тем человеком в моей жизни, которого я винила всегда и за все. Еще один раз я попросила, и она сказала: «Нет», и я начала упрашивать, и она сказала: «Ну, может быть». А потом я взмолилась, и она выписала чек. Всю жизнь была виновата моя мама, потому что, были только она и я, если бы не было ее, попробуйте догадаться, на кого бы мне пришлось переключиться? И она продолжает играть со мной в эту игру, типа, это мой бизнес, пока у меня деньги не кончатся. Я говорю: «Да, мама». Она говорит: «Нет, детка». А потом она говорит: «Да», а я говорю: «Нет, спасибо».

И я начинаю: «А может, она типа забыла?» и я начинаю: «Мама, нет, спасибо», «Мама, мне очень важно, что ты думаешь об этом?». Еду домой, а она звонит: «Почему ты отказываешься от моих денег?».

Мне уже не нужно так поступать сегодня. Раньше я бывало: вот, моя мама покупает типа моему отчиму подарок, я думаю: «Ну вот, этот мудака, тратит мои деньги». Я смотрю на него и думаю: «Какого х... он живет на мои деньги?» – как будто я делала раньше, да? И теперь она говорит: «Я сделаю для тебя это, я дам тебе то». Вот, это кольцо из бриллиантов я надела его сегодня, оно моей мамы. И когда я надевала, она сказала: «Ты осторожно, смотри, не потеряй его, потому что, когда я умру, оно достанется тебе». Я говорю: «Когда ты умрешь, оно будет моим. Какая тебе, нах..., разница, потеряю я его или нет? Оно же мое».

Но сегодня я скажу вам, если моя мама едет тратить деньги, то это до последнего цента ее деньги. И это та свобода, которая есть у меня сегодня, потому что я выздоравливаю. Я всегда хотела, блин, я не знаю, сколько времени, сейчас, нах...? (*Смех, аплодисменты*) В натуре, расплачусь сейчас. Я всегда хотела быть собственницей медицинского учреждения, и я пробовала, пробовала, пробовала – ничего не получалось. Как и всю мою жизнь, в чем я капитулировала перед Богом, и что Он забрал у меня, и как только я капитулировала перед Богом: «Ок, я пойду, найду работу. Я буду преподавать, технику, мне все, что надо сделают» и на самом деле, все мое большое образование – оно ничего так и не дало. Как только я капитулировала в этом, через две недели у меня было в собственности медицинское учреждение. Этот процесс – я должна капитулировать перед волей Бога, и тогда Он дает мне больше, чем все, о чем я когда-либо мечтала. И у меня, мой старший сын лег на лечение в декабре, а отделение я открыла в феврале. И человек, который должен был стать моим партнером, он спился, так что мне пришлось в общем...

знала, убьют меня, я сделала генеральную уборку дома, чтобы моя мама не пришла и не сказала, что опять срачь, и она умерла как свинья. Я написала письма своим детям, письма, в которых – главная мысль, какой бы замечательной бы мамой я была бы для них, если бы не умерла.

И в тот момент у меня были служения в регионе, и мне надо было сдать отчет. Я поехала за 600 километров, чтобы зачитать этот отчет. Я пришла на рабочее собрание, там говорят: «Ну что, пусть Мона зачитает свой отчет». И все говорят: «Давай, давай». Я думаю: «Да нах... кому-то нужен этот отчет, я же собираюсь себя убить». Но то, что я делала по сей день – я ходила на собрания. Я пошла на группу в тот вечер и там был этот эскимос, и он сказал то, что мне нужно было услышать. Он сказал: «Если тебя переполняет гнев и обида, если тебя бесят Анонимные Наркоманы, и если тебя бесит Бог, значит, ты страдаешь от болезни зависимости, которая не излечивается в данный момент. Значит, тебе нужно работать по Шагам с Четвертого по Девятый, пока боль не уйдет». Я подумала: «Вот, это идея». Я бы хотела сказать, что моя работа принесла мне моментальное облегчение, но на деле прошло два года, чтобы дойти до того, что я чувствовала, и в тот момент мне пришлось вернуться домой, в Калифорнию, – последнее место, в котором мне хотелось бы провести старость. И мне пришлось пожить со своей мамой, еще раз. И она была тем человеком в моей жизни, которого я винила всегда и за все. Еще один раз я попросила, и она сказала: «Нет», и я начала упрашивать, и она сказала: «Ну, может быть». А потом я взмолилась, и она выписала чек. Всю жизнь была виновата моя мама, потому что, были только она и я, если бы не было ее, попробуйте догадаться, на кого бы мне пришлось переключиться? И она продолжает играть со мной в эту игру, типа, это мой бизнес, пока у меня деньги не кончатся. Я говорю: «Да, мама». Она говорит: «Нет, детка». А потом она говорит: «Да», а я говорю: «Нет, спасибо».

И я начинаю: «А может, она типа забыла?» и я начинаю: «Мама, нет, спасибо», «Мама, мне очень важно, что ты думаешь об этом?». Еду домой, а она звонит: «Почему ты отказываешься от моих денег?».

Мне уже не нужно так поступать сегодня. Раньше я бывало: вот, моя мама покупает типа моему отчиму подарок, я думаю: «Ну вот, этот мудака, тратит мои деньги». Я смотрю на него и думаю: «Какого х... он живет на мои деньги?» – как будто я делала раньше, да? И теперь она говорит: «Я сделаю для тебя это, я дам тебе то». Вот, это кольцо из бриллиантов я надела его сегодня, оно моей мамы. И когда я надевала, она сказала: «Ты осторожно, смотри, не потеряй его, потому что, когда я умру, оно достанется тебе». Я говорю: «Когда ты умрешь, оно будет моим. Какая тебе, нах..., разница, потеряю я его или нет? Оно же мое».

Но сегодня я скажу вам, если моя мама едет тратить деньги, то это до последнего цента ее деньги. И это та свобода, которая есть у меня сегодня, потому что я выздоравливаю. Я всегда хотела, блин, я не знаю, сколько времени, сейчас, нах..? (*Смех, аплодисменты*) В натуре, расплачусь сейчас. Я всегда хотела быть собственницей медицинского учреждения, и я пробовала, пробовала, пробовала – ничего не получалось. Как и всю мою жизнь, в чем я капитулировала перед Богом, и что Он забрал у меня, и как только я капитулировала перед Богом: «Ок, я пойду, найду работу. Я буду преподавать, технику, мне все, что надо сделают» и на самом деле, все мое большое образование – оно ничего так и не дало. Как только я капитулировала в этом, через две недели у меня было в собственности медицинское учреждение. Этот процесс – я должна капитулировать перед волей Бога, и тогда Он дает мне больше, чем все, о чем я когда-либо мечтала. И у меня, мой старший сын лег на лечение в декабре, а отделение я открыла в феврале. И человек, который должен был стать моим партнером, он спился, так что мне пришлось в общем...

В общем, я передала, я отказалась от своего сына, я отказалась от него. Я отдала своего старшего сына Отцу, потому что я была занята старшим ребенком. Я не видела этого мальчика, пока ему не поставили там диагноз в декабре. И два месяца спустя он стал моим партнером по бизнесу. И мы работали бок о бок пять лет. Он умер от СПИДа пять лет назад 25 июня. У него было почти пять лет чистого времени.

Если вы на группе Анонимных Наркоманов, и вы не сдали анализы, то я назову вас, безответственными, сука, раздолбаями. *(Аплодисменты)* И если вы не предохраняетесь при сексе, я скажу, что у вас нет абсолютного уважения к себе. Это сжирало моего сына 4 года. Я верю, каждый, кто приходит в выздоровление, потому что первое, что начинает работать здесь – это наши гениталии. И вы сразу стремитесь наверстать упущенное в употреблении. Мне очень хочется вам пожелать посвятить один месяц вашего времени добровольному служению в отделении смертельно больных людей, умирающих от СПИДа. Любой мудака, который скажет мне, что он не пользуется гондоном, потому что он не любит такой секс, пошел он нах... Мой сын научил меня тому, что это значит, обладать мужеством. Он научил меня тому, что храбрый мужчина умирает только один раз, а трус – умирает раз десять. Он верил, что это дар любящего Бога, хотя он не понимал этого дара. И он ходил, расправив грудь, как великан. В 31 год его жизнь закончилась. Я обещала ему, когда ему поставили диагноз... Пожалуйста, когда вы сдаете анализы, сдавайте их больше, чем один раз. Его анализы не показали вообще ничего в апреле, и показали прогрессирующий СПИД в июле. Пожалуйста, пожалуйста, сдавайте анализы. У 93% людей, проходящих в Нью-Йорк-сити, результат анализов положительный. Как вы можете уткнуть голову в песок и думать, что с вами этого точно не случится? *(Аплодисменты)* Я сказала своему сыну, что никогда не буду врать ему, и что я буду идти с ним до конца, и что ему придется нести только



половину. Не знаю, повезло ли вам в жизни иметь единокровных своих детей, но если у вас есть этот дар Божий, то у вас есть дитя вашего сердца, и он был таким ребенком для меня.

Я отказалась бы от других своих детей, я отказалась бы от своих внуков, я отдала бы свою жизнь, чтобы спасти его. Он был высоким блондином с голубыми глазами, никогда слова плохого не говорил ни о ком, и ни о чем, он любил меня, свою мать, которая в свое время отказалась от него. И я лгала ему каждый день, потому что умом я знала, что он умрет, но эмоционально он должен быть жить для меня. Его болезнь... Мы лечили ее очень агрессивно. И он не со многими людьми говорил, но они оставались чистыми, потому что он проникал в самую их душу. И в последний день его жизни я собиралась и я сказала, ну, мы ходим с ним на собрание, а когда я вернувшись, шла по коридору, вышел доктор, подошел ко мне и сказал:

- Твой сын не увидит завтрашний день. Тебе надо пойти и побыть в его палате, потому что, все, что его держит здесь это то, что он не хочет оставлять тебя.

Я не знаю, почему я так поступила, почему я не совершила самый неэгоистичный поступок за всю свою жизнь, до этого и с тех пор. Я зашла к этому ребенку, которого я хотела, чем всю свою жизнь, хотела, чтобы он остался живым, и я сказала ему, что война кончилась, и что я отпускаю его к Богу, и что он воевал храбро и хорошо, и что я горжусь им. И у него была собака, которая умерла за год до того.

И он сказал:

- А я увижу Синди у Отца?

Я сказала:

- Да, увидишь.

И тот первый парень, которому поставили диагноз, он умер, и он говорит:

- А его я увижу?

Я сказала:

- Да, увидишь.

И он посмотрел на меня, а он весил меньше 40 килограммов, и он сказал:

- Ну, если это все, то мне никто не нужен рядом, только ты.

Я очень много потеряла в тот день. И еще я вам скажу, что у меня есть двое детей, и они выздоравливают, и еще у меня есть два внука, и они никогда не видели меня раскумаренной, потому что у бабушек такая работа, ты их балуешь, а потом, когда они выходят из под контроля – ты возвращаешь их родителям. Я вела своего внука на шопинг вместе с людьми из моего учреждения, и он говорит: «Хочу то, хочу это». В зоомагазине он говорит: «Хочу это, хочу то».

И один парень ему говорит:

- А ты такой избалованный пацанчик, да?

А он, так, убирает его руку, и говорит:

- Моя бабушка купит все, о чем я ее попрошу.

И он прав. А еще я на завтрак кормлю его шоколадным тортом и кока-колой и мне пофигу, в какой колледж он будет поступать или будет груши околачивать, – это пусть его мать беспокоится. И моя внучка, она просто думает, что она ужасно, ужасно хотела котенка, и ее мать сказала: «Нет», а я купила ей котенка и на день рождения подарила. Пусть психует на меня ее мать, и мне пофигу. И тот котенок спит в кровати ее матери. Я научилась вставать во весь рост, и требовать, чтобы со мной считались. Если вы сидите в этих комнатах, от вас потребуется, чтобы с вами считались, вы подотчетны перед собой, перед Богом, но еще вы подотчетны перед этой Программой. Есть люди, которые скажут вам, что можете делать все, что вы захотите, только бы вы не торчали, а я вам скажу – это все х..ня. Я хочу быть одной из 10% в этой Программе, у кого есть эта Программа. Я не хочу быть одной из 90%, которые просто устраивают воздержание от наркотиков. Мой Бог обещал мне все, все! А те, кого просто

устраивает воздержание – получают обезжиренный кефир. Меня никогда не устраивала бутер, когда я вмазывалась отравой, и мне нужно все сегодня: здесь и сейчас. И ты получаешь это. Только – ее от работы по Шагам, не от работы по Традициям, но за счет применения этих Принципов в каждом участочке твоей жизни.

Это процесс, который работает изнутри. И знаете, когда мне было 20 лет, то, что снаружи, казалось мне таким динамичным, а внутри все было таким сырым и больным. А сегодня, то, что внутри, это просто китайская печенька с сюрпризом. Я стала занудой, честно, мочите меня, я делаю все эти правильные вещи, да, у меня есть Программа, которая подарила мне свободу. И свобода – это ни тогда, когда тебе нечего больше терять. Свобода – это значит – терять все и не терять ничего.

И в завершение: меня много раз спрашивают: «Что означает для меня выздоровление?». И я читала то, что Мартин Лютер Кинг как-то сказал в Вашингтоне, округ Колумбия: «Наконец-то я стал свободен. Наконец-то свободен!».

Спасибо Всемогущему Господу, наконец-то я свободна!  
Спасибо! (*Аплодисменты*)

## **Сидни: «Жить в решении, а не в проблеме»**

*Запись проводилась на Всемирной Конвенции АН  
в 1986 году (США).*

*На момент смерти в 80 лет Сидни оставалась  
чистой 30 лет.*

*Пришла в АН и начала работать по Программе в 50 лет.*

Меня зовут Сидни и я зависимая. Для меня большая честь быть здесь. Первый раз я была спикером здесь в Миссури, десять лет назад, на вашей первой Конвенции. И я помню ребят, которые встречали нас в аэропорту и тех, кто был здесь тем вечером. В эти выходные я увидела много зависимых ребят, которые были здесь десять лет назад.

Вы знаете, я раньше говорила, что моя самая большая мечта, когда много зависимых в один день встанут на 10, 20, 30 лет чистоты, так же как они встают на 1 год. И сегодня я это видела. Здесь были люди с 10 годами чистоты, и я не говорю о количестве времени, я говорю, что люди остаются чистыми в Сообществе. Для меня это невероятно и прекрасно!

Я хочу поблагодарить организаторов Конвенции, за то, что пригласили меня сюда. Итак. Тема Конвенции: «Жить в решении, а не в проблеме». Я могу рассказать об этом в одном предложении. Я уже много лет об этом говорю. Ответы ко всему, что с нами происходит, для каждой нашей проблемы, для всего, что пошло для нас не так, или пошло как надо – в Шагах Анонимных Наркоманов.

Я должна сказать вам, что я верю в это. Я всегда говорю о Шагах. Все, что мы говорим с подиумов, должно быть связано с тем, что происходит с нами в ходе нашей работы по Шагам.

Знаете, когда я пришла в Программу, было очень мало выздоравливающих. И еще меньше, а вернее я не знала ни

одного человека, кто умел бы работать по Шагам. Мы не знали, мы только старались понять, как надо было работать по Шагам Анонимных Наркоманов. Когда я пришла, была одна группа и на ней было всего 20-25 зависимых, вот и все. И мы годами пытались понять, что Шаги значат для нас. А сейчас уже мы говорим о том, как жить в решении, а не в проблеме. Мне лично понадобились годы, чтобы понять, в чем вообще кроется проблема. Я привыкла считать, что проблема в тебе, или в нем, или в том, что случилось. Сегодня я понимаю, что я сама и есть проблема, я не могу больше кого-либо обвинять.

Я хочу поделиться некоторыми историями, которые произошли со мной. С некоторыми историями я уже делилась. А некоторые никогда не рассказывала.

Одна история, которую я никогда не рассказывала, случилась со мной, когда у меня было 13 лет чистоты. Тогда я занималась служением на мировом уровне уже 11 лет. И во время одного важного собрания у меня возникли очень серьезные проблемы с некоторыми зависимыми, на почве одного вопроса по служению. Я почувствовала себя преданной. Я чувствовала, что я была права.

Я пытаюсь вспомнить, были ли у меня случаи, когда я потеряла больше, потому, что настаивала на своей правоте, ведь я была очень зла, мне было очень больно, настолько больно, что целых 6 месяцев я «ходила кругами» как абсолютно безумная женщина. Я сплетничала про этих людей, говоря, как мне больно, ведь я искренне считала, какая огромная несправедливость была совершена по отношению к Анонимным Наркоманам. У меня были очень сильные чувства.

Наверно уже стало легендой то, сколько любви я получила от Сообщества Анонимных Наркоманов, и это был первый и единственный случай, когда я подумала, что не хочу больше быть в Сообществе Анонимных Наркоманов. Это был один из самых болезненных опытов для меня, потому что куда мне

было идти, это моя жизнь!? Я обожаю зависимых, я обожаю эту Программу, но все равно я чувствовала ту невероятную боль. Я не буду говорить, из-за чего все это случилось, иначе я буду проводить инвентаризацию другого человека, многих людей, это значит обвинять кого-то. То, чем я хочу поделиться, это как я поступила, о принятом решении, когда мы испытываем сильную злость, или хотим разрушать. А я не хотела разрушать Анонимных Наркоманов. Все, что я хотела, так это обрести покой и как-то разрешить все для себя; как мне жить в Анонимных Наркоманах, как взаимодействовать с людьми, когда я чувствую сильную боль и предательство. А я «хожу по кругу», я не шучу, я 6 месяцев хожу и кричу, я несу бред, и разглагольствую... Но первое, что я сделала, это было позитивное решение. Все решения, которые принимаются в Анонимных Наркоманах, должны быть позитивными, потому что это духовные принципы, по которым мы живем. Они так же являются противоположностью дефектам характера, с которыми я раньше жила. То, что я сделала, так я пошла на встречу лицом к лицу к этим людьми, к каждому из них. Вместо сплетен за их спинами, я пошла к каждому и поделилась своими чувствами. Я знаю, что в ответ они мне ввали, но это ничего, потому что в течение 6 месяцев я умираю от боли, от тех чувств, которые испытывала и после я поняла, что нужно делать. Мне необходимо добраться до места, которое называется – «ПРОЩЕНИЕ». Один из духовных принципов АН – ПРОЩЕНИЕ.

Я теряю больше, настаивая на своей правоте, я не могу больше терпеть, я не могу больше жить с этой злостью, с такой обидой внутри. Если я буду испытывать все это, а употребление я тогда не рассматривала, то тогда я смогу причинить кому-то боль. Я верю, что мы зависимые, не должны причинять боль другому зависимому. Я очень верю в это. И тогда у меня начался процесс прощения. Прощение не случается просто потому, что я сказала, что хочу,

кого-то простить. Я должна была ПРОЙТИ через процесс прощения. Я должна...

Я просила моего Любящего Бога помочь мне отпустить то, что я не хотела отпускать! Знаете, когда я говорила о 6 месяцах, на самом деле, это было больше, чем 6 месяцев, пока я все это носила. У меня ушло почти 2 года, чтобы оказаться в том месте, где я начала обретать покой. Я знала, что мне больше некуда идти, я знала, что мне необходимо что-то делать с этим. И я хочу поделиться с вами, что если чувствовать такую же злость к кому-то, или чему-то, то с этим ничего нельзя сделать, вообще – НИЧЕГО, кроме, как применить духовный принцип прощения. Это то, что мне пришлось сделать. В первую очередь – перестать настаивать на своей правоте, в конечном счете, мне пришлось отпустить, мне пришлось идти к этим людям, и заключать перемирие, и идти к другим зависимым. Это то, что я сделала.

С тех пор прошло несколько лет, примерно 8, когда я обрела покой. Иногда это чувство может вернуться, но я выучила очень хорошо, что я должна сделать, чтобы оставить его.

Это очень интересно, что я могу говорить сколько угодно, что надо жить в соответствии с духовными принципами, но об этом не достаточно говорить. И вы знаете, как я верю в письменную работу, но после того как только я это напишу – все только начинается, теперь мне необходимо жить в решении, а не в проблеме. Я должна жить духовным принципом, принципом прощения.

О другом моем опыте, вы, наверное, знаете, но я хочу поделиться им, потому что кто-то сегодня ко мне подошел и сказал на собрании, что когда-то я делилась этим опытом 13-14 лет назад на Конвенции. Тогда даже микрофона не было для спикера. Он просто вставал и делился... Там было наверно 1000 зависимых в комнате. Регион Южная Калифорния начал расти и нас было довольно много. Это было спустя 11 месяцев как умерла моя дочь. Я никогда не забуду эту боль.

Знаете, мой муж Бобби говорит: «Дорогая, зачем ты продолжаешь рассказывать эту историю?» А я рассказываю ее везде, куда бы я ни поехала.

И я ему отвечаю: «Как еще я могу поделиться вестью о выздоровлении без возможности рассказать другому зависимому, что, чтобы ни случилось с тобой, какая бы ни была боль, или тоска – зависимый может пройти через все это без употребления и разрушения». Это то, во что я верю, и хочу этим поделиться.

Этот человек подошел ко мне сегодня и поделился со мной, что вскоре после того, когда я спикерила, спустя 11 месяцев, как умерла моя Лесли, его сын умер. Я повернулась и сказала, что ему нужно позвонить мне.

Давайте я расскажу вам про смерть Лесли. Я расскажу вам немного про Лесли, обычно я про нее не рассказываю, я никогда не говорила о ней на Конвенции.

Моя дочь Лесли умерла, когда ей было 29 лет. Она родилась с серьезными нарушениями головного мозга. У нас была возможность отправить ее в одну из лучших школ, которые были. Тогда было очень мало того, что доступно для таких детей. У нее были очень серьезные проблемы с речью, она родилась с верхней челюстью в два раза больше, которая должна быть у простого человека. Она очень боялась что-то делать, просто не могла. Она не могла ездить на велосипеде, на скейтборде, любое, что предполагало движение вперед, для нее было невозможным.

Она должна была ходить на речевую терапию в течение 20 лет. Был период в ее детстве, когда на протяжении 8 лет она одновременно посещала 4 разные школы. И даже во время своего употребления, я водила ее в 4 разные школы. Я не могу даже сказать, сколько мужества было у Лесли. Я не могу передать, сколько красоты было в сердце Лесли. Она была одним из лучших человеческих созданий на свете. Когда у меня было полтора года чистоты, а Лесли 22 года, появилась



возможность сделать ей операцию на ее верхней челюсти, чтобы сделать ее нормального размера. Как раз, к этому времени научились делать подобные операции.

Ей сделали операцию, и ее челюсти были скреплены проволокой довольно долгое время. Я не могла ходить на собрания, поэтому зависимые приходили к нам в дом. Я должна была постоянно находиться рядом с Лесли, чтобы в случае чего, если бы она не смогла дышать, или что-то другое, я могла бы открыть скрепки на ее челюстях.

Каждую ночь другие зависимые меня поддерживали, ведь у меня было всего полтора года чистоты, и у меня была вся поддержка, которую можно было получить. Это был невероятный опыт!

Лесли не знала, как ездить на автобусе. Бобби брал машину, а мы шли на автобусную остановку, и я показывала ей, как стоять на остановке, как садиться в автобус, как выходить. Мы ехали к ней на работу, а Бобби ехал за автобусом, чтобы потом забрать меня, и отвезти домой. Мы делали так в обе стороны много, много раз, пока она не умерла. Для нее это была работа. Я не могу сказать, как это было, видеть эту юную девушку, то самоуважение, которое у нее было, потому что у нее была эта работа. Она вставала в 5 утра. Ее доктор постоянно говорил мне: «Сидни, однажды тебя не станет, поэтому Лесли надо учиться становиться независимой, насколько это возможно». Я не могу передать вам, как это было для меня, позволять выходить ей в 5:30 утра и ждать самой автобуса. Мне приходилось это делать. Когда она умерла, а я думаю, что все понимают горе, через которое проходят родители, когда умирает их ребенок, я тихо сидела на диване в комнате. Рядом был мой спонсор, и старшая дочь тоже была там.

У меня было почти 8 лет чистоты в то время, и я думала, что умру от боли и горя. Знаете, в этих комнатах, нам иногда говорят, что с нами в нашей жизни никогда больше не произойдет что-то страшное, как это было там, в употреблении.

Это ложь. Я употребляла 35 лет каждый Божий день, и это было жестко. Мое дно было адским, но смерть дочери, это самое худшее, что со мной, когда-либо случилось.

И что потом случилось? У меня тогда сидели два новичка, они подошли ко мне и спросили: «Сидни, ты хочешь наркотиков? У тебя есть желание употребить? Ты все еще веришь, что твой Бог любящий?» Когда они спросили, хочу ли я наркотиков, у меня внутри поднялась злость. «Заторчать»? Это и есть мое проявление любви к моей дочери? Пойти сорваться, и уничтожить себя? Выздоровление не об этом, любовь тоже не об этом! Любовь – это не про себя, любовь – это не про уничтожение! Мы не уничтожаем чужие жизни, в том числе и свои собственные! Это совершенно противоположное тому, когда мы уничтожали себя. Я не хотела наркотиков, я даже не рассматривала такую возможность.

Вера – это было единственное, что мне помогло пережить смерть Лесли. Я абсолютно чувствовала присутствие Бога в той комнате. Когда я горевала, когда плакала, когда думала, что не смогу жить дольше, от боли потери, которую я чувствовала. Я делюсь с вами этим, потому, что когда приехали члены моей «семьи» и первое, что они сделали, они сказали: «Сидни, у нас есть что-то для тебя, тебе это надо принять и это снимет остроту боли». Я не хотела снимать остроту наркотиками. Я была абсолютно уверена, что мой любящий Бог, которого я нашла в Анонимных Наркоманах, поможет мне пережить это горе. Именно тогда я начала понимать, что такое мой любящий Бог. Я не хотела наркотиков.

Я делюсь этим, потому что не хотела «хоронить» воспоминание о моей дочери. Я хотела сохранить возможность говорить о ней, думать о ней, вспоминать о ней. Я верю, что решение в том, что нам не нужно употреблять наркотики, чтобы с нами ни случилось. Поверьте, это не только про «употребить – не употребить», это про то, что связано с разрушением. О том, что есть много чего, те же дефекты характера,

которые нас разрушают. У меня было желание разрушить комнату, когда ее похоронили, ведь мне было очень больно. Но сегодня уже никогда не будет как прежде. Но что-то произошло, и она в моем сердце, и я могу нарисовать ее в памяти в любое время. Если бы я не делилась всем этим с вами, то, тогда бы я загнала все вовнутрь, чтобы ничего не чувствовать, и не переживать, и это так происходит со всем, когда с нами что-то случается. (Сидни плачет) Простите...

Самое прекрасное в Шагах – это то, что у нас есть шанс измениться. Бог дал нам эту возможность измениться в Шагах. Одно из величайших открытий, которое у нас есть – это Шаги. Каждый Шаг отдельно выделяется, и важен. В них есть сила, уверенность, при этом все Шаги крепко связаны, как мы говорим, золотой нитью. Мы не можем разделить их, но при этом, каждый Шаг работает отдельно. И каждый Шаг готовит нас духовно к следующему Шагу. Я верю в то, что они написаны в нужном для нас порядке.

Мои величайшие изменения произошли со мной в 6 и 7 Шаге. Я очень сильно стыдилась своих дефектов характера, и носила этот стыд очень долго. Первый раз, когда я работала над 6 и 7 Шагом, мы с трудом понимали, как это делать. Все, что я помню, так это то, что у меня был список недостатков, и я пыталась его спрятать, я не хотела на него смотреть. Когда я ложилась спать, я положила его на полку в шкаф. Но когда подошла к кровати, мне показалось, что он находится слишком близко ко мне. Я встала и переложила его. Я сейчас не знаю, где этот список, но до сих пор помню все дефекты характера из этого списка. Ко мне пришел покой, когда я поняла, что невозможно избавиться от всех недостатков сразу, они всегда есть. Просто сегодня я не должна жить ими, больше нет войны между мной и недостатками, я больше не пытаюсь от них избавиться.

Чему я научилась в процессе выздоровления, в процессе работы по Шагам, так это жить противоположными поступками моим дефектам. Вы знаете, что делают мои

спонсируемые? Они пишут список недостатков и в этом списке должно быть не менее 100 дефектов. Мы так работаем. У них должно быть не менее 100 дефектов характера, и никто не является исключением, как и у всех людей, у нас есть недостатки. И я говорю, что ты не плохой человек, раз у тебя есть недостатки. Ты просто ОБЫЧНЫЙ человек. Я не хочу вам рассказывать, как они на меня кричат! Все мои спонсируемые, которые находятся здесь, проработали такой 6 Шаг. Я бы хотела, чтобы каждый из них мог встать и рассказать, как это изменило их жизнь, и какое чудо с ними произошло. Некоторые из них, выписав 50-60 недостатков, говорили, что они не могут придумать больше ни одного дефекта. Я отвечала, подумай еще немного, еще чуть-чуть. Они шли на разные уловки. Соппротивление, это очень серьезная вещь, когда это касается зависимого. Мы знаем, как сопротивляться.

У меня ушли годы, когда я научилась быть доброй к себе. Для меня быть доброй к себе означало: найти мужчину, найти дом, украшения, разные штуки. Но все это не имеет никакого отношения, чтобы быть доброй к себе. Быть доброй к себе означает, что внутри себя я могу чувствовать свободу и покой, которых раньше не было. Раньше в моей жизни я думала так, если бы только я сделала так... если бы мои родители сделали так... если бы он сделал так, как я хотела... если бы учителя учили меня по другому... чтобы в мире все происходило, так как я считаю правильным... и самое важное, неужели этот человек не понимает, что я точно знаю, как надо сделать? Теперь у нас есть свобода от этих претензий.

И, кстати, когда я говорю о женщинах, а я спонсирую только женщин, я чувствую, что все то же самое происходит и с мужчинами. И мне пришлось учиться находиться в отношениях. Завтра у меня будет 21 год чистоты, а в следующем месяце исполнится 21 год нашим отношениям. Знаете, когда я говорю своим девочкам, попробуйте не заводить отношения на первом году чистоты, то они мне говорят, но ты же

завела отношения. Всегда есть исключения в нашей жизни и проблема в том, что каждый зависимый считает, что он и есть исключение из правил. Я помню, когда не было отношений в Анонимных Наркоманах, я помню, что не было и маленьких «чистых» детей с «чистыми» родителями. Мы говорим о любви, сидим, плачем, говорим с Богом, и просим Его: «Бог помоги мне найти кого-то в жизни, кого я могу любить!» Наконец мы находим кого-то, и, что мы с этим делаем? Да на х... мы все это вертим! Блин, наверно, Обслуживающий Офис все это вырежет!

Любить... У меня заняло очень много времени, чтобы понять, что я была способна любить, но я так же была способна и разрушить любовь. Я оставила отца своих детей, потому, что думала, что «трава в другом месте зеленей», потому, что он меня не понимал. Он был хорошим человеком, я вам скажу, что даже не задумывалась в то время, что наше расставание вызовет столько страданий в жизни наших дочерей, но это случилось. Я не могу сейчас ничего изменить, все, что я могу, это поддерживать моих спонсируемых в работе по Шагам. Возможно, они научатся, как жить с человеком, и не разрушить эти отношения. Я очень стараюсь им помочь увидеть, что они могут сделать, чтобы они сделали все возможное, чтобы сохранить свои отношения. Я очень много в это вкладываю.

Мой муж Бобби, а я, наверно, была в бессознательном состоянии, когда мы познакомились, так как у него было миллион жен до меня, он провел полжизни в разных тюрьмах, он не мог остаться чистым 20 лет, он срывался 17 раз, но я его полюбила. Я, конечно, не понимала, во что «вляпалась», но я влюбилась в этого человека. И он совсем не такой, как я, но я научилась не бояться различий, я научилась потрясающим вещам, живя с этими Шагами. Я научилась жить в решении, а не в проблеме. Я научилась, как не брать на себя то, что я не должна брать на себя. Я научилась отпускать.

Я научилась уходить с дороги, чтобы давать возможность работать моему любящему Богу с его жизнью. Мне пришлось всему этому научиться. Я считала себя любящим человеком, и я была, это правда, хорошей матерью, прекрасной женой, которой было чем заняться, и что-то понять. Знаете, любить кого-то – означает не думать о себе, а наша болезнь, как раз вся про то, чтобы думать только о себе. Это эгоистичная, эгоцентричная, со своей правдой, наполненная саможалостью, высокомерием и многими другими недостатками. И в 6 и 7 Шагах я научилась, как не делать эти вещи, как не жить ими.

Я хочу рассказать вам историю, которая случилась со мной, когда у меня было около 3 лет чистоты. Мой муж любит кушать поздно вечером. В то время у него был полный рабочий день, он приходил поздно домой, я готовила прекрасный ужин, и после 10-11 вечера, я слышу: «Милая, я очень голодный, ты можешь пойти и приготовить мне поесть?» Я жаловалась своему спонсору: «Вы представляете, он просит меня приготовить еще один ужин, как раз когда я только посуду закончила мыть после ужина?» Мой спонсор спросила меня: «Сидни, ты любишь своего мужа?» Я отвечаю, что – ДА. Тогда спонсор сказала: «Вот что я хочу попросить тебя сделать. Чтобы ты, подошла за 10 минут, до ужина и спросила его, милый, что тебе еще приготовить из еды? И ты не должна ему говорить, что мы разговаривали об этом с тобой, потому, что это будет манипуляция, а все мы знаем такие темы. Ты все делаешь, улыбаешься и ничего не говоришь. Это надо будет делать несколько недель, а потом мы с тобой снова поговорим на эту тему».

Первый вечер я к нему подхожу.

- Милый, могу я что-то приготовить тебе на ужин?

Я думала, что подавлюсь своими словами! Муж подумал, что я сошла с ума. А стала это делать вечер за вечером. Проходили недели. Я спрашивала разрешения у спонсора прекратить это, но она требовала, чтобы я продолжала это делать

в том же духе. Восемь лет спустя он поднялся, пошел на кухню, приготовил себе ужин, и сказал: «Милая, тебе приготовить что-нибудь?»

Это все очень простые истории, которые я рассказываю, но я хочу рассказать вам, что всем нам помогает. Это то, что спонсор сказала мне делать. Это то, что я говорю своим спонсируемым это делать. Каждое утро в своей молитве я прошу любящего Бога, чтобы Он указал мне, как я могу быть полезной сегодня своему мужу, чтобы сделать его день лучше? Что я могу сделать, чтобы быть полезной другому зависимому сегодня? Своим спонсируемым я говорю, что у меня не всегда есть ответы на их вопросы, но тогда я спрашиваю: «Как ты думаешь, что хочет любящий Бог, чтобы ты сделала в этой ситуации?» И совершенно неожиданно можно увидеть эту ситуацию, в другом свете. И это все из-за более сотни дефектов характера, потому что у каждого недостатка есть обратная сторона. Каждая обратная сторона становится духовным принципом, с которым мы учимся жить и, он никогда не подведет. Это одна из самых воодушевляющих вещей, которые с нами случаются.

Я знаю, что очень много говорю о 6 и 7 Шаге, хотя каждый Шаг важен, в каждом Шаге есть своя сила и свой способ дать нам внутреннюю свободу и покой. Как многие знают, у меня 5 лет назад был удар. Не могу поверить, что уже прошло 5 лет, и вся правая сторона моего тела была парализована. Я не верила, что смогу, когда-нибудь снова ходить. Я помню, как выходила из больницы. Трое моих спонсируемых и двое их спонсируемых приехали за мной, чтобы отвезти меня домой. Медсестра вывезла меня на кресле-каталке, мне дали ходунки, чтобы ходить, но я не могла пошевелить своей правой стороной тела, что означало, что мое тело не в лучшем виде. Я села в машину, посмотрела на ребят, и сказала: «Господи, я не могу поверить, что я парализована!» Это было для меня очень, очень сложное время. Вы все знаете эту

историю, и я не хочу ее рассказывать сейчас. Но я хочу рассказать про спонсируемую, которая приехала из Германии, чтобы сделать со мной 5 Шаг.

На следующий день после ее приезда у меня был удар, а когда я приехала из больницы, она уже должна была уезжать обратно. И я понимаю, что она чувствовала. Боже мой, пролететь столько миль, чтобы сделать 5 Шаг! Ей нужен был 5 Шаг! В 8 вечера, я точно помню это время, я выгнала всех из комнаты для работы по 5 Шагу. Моим ногам было очень плохо. Я не могла их поднять, они были как оружие, которое невозможно поднять, и я не знала, как смогу ходить. Я все чувствовала, но двигаться не могла. Мои кости перекручивало, я думала, что просто выпрыгну от боли из своей кожи, но я ей сказала, что мы будем делать 5 Шаг. Я понимала, что она должна улететь на следующий день. Прошли часы, но я ни разу не почувствовала перекручивающихся костей. Она сделала свой 5 Шаг, она была вся вымотанная, а я чувствовала себя прекрасно. Я об этом рассказываю по той причине, что верю, что у нас есть решение для многих проблем. Когда мы через что-то проходим, и это трудное время, или это болезненное время, или просто что-то случилось, и я не могу вообще что-либо делать, я абсолютно верю, что именно в это время, надо бросать себя на помощь другим зависимым. И снова мы имеем возможность выйти из своего эгоцентризма, ведь эгоцентризм – это часть нашей болезни. Всегда можно что-то сделать для другого человека.

Я никогда не могла уйти на дно в своих проблемах. Я не могу понять, когда кто-то говорит, что ему надо позаботиться о себе. Я верю, что мы заботимся о себе только, когда мы заботимся и помогаем другим зависимым.

В моей жизни есть невероятные женщины, которых я спонсирую. Они самые красивые, самые любящие, самые заботливые человеческие существа, которых я когда-либо встречала. Я так горжусь ими! Они так много работали для своего



выздоровления, для понимания, как жить в решении, а не в проблеме. И когда они находятся в саможалости, я смотрю на них, и говорю, что у них есть всего две минуты для саможалости и эти две минуты – это больше, чем я даю себе. Потому что это самый бесполезный дефект и опасный, потому что он может привести тебя к полной изоляции, и кого-то захватить с собой.

Ну, вот. Снова я говорю больше, чем просили. Я могу вот так сидеть и говорить всю ночь. Я хочу сказать, что это такая честь быть здесь, иметь возможность делиться с вами. Я это обожаю. Это для меня очень много значит, я так благодарна. То, что я на самом деле хочу рассказать про мой удар, это то, что я очень разозлилась. У меня опять что-то забрали, я не могу делать вещи, которые я хочу делать. И я была полна решимости, начать ходить снова. Я должна вам сказать, что это ваши молитвы, которые я получила в той больнице – помогли мне. Я верю, что мой любящий Бог работал через вас, помочь мне найти мужество, чтобы встать, и снова начать ходить. Я обнаружила, что когда начинаешь чувствовать жалость к себе, все что мне нужно сделать, это думать о той благодарности за то, что есть в моей жизни. Это все ставит на свои места. И мне не надо испытывать жалость к себе. Необходимо мужество, чтобы жить жизнь, потому что жизнь – это очень непростая штука. И то, что мы получаем в Анонимных Наркоманах, – мы учимся иметь такое мужество.

Я хочу поблагодарить вас. Будьте здоровы. Я вас люблю.



# Город выздоровления

Приложение к журналу  
Анонимных Алкоголиков «Дюжина»

