

ГЛАВА 11

ЗАГЛЯНЕМ В ВАШЕ БУДУЩЕЕ

Для большинства людей алкоголь связан с весельем и общением с друзьями. Он будит воображение, приносит освобождение от забот, скуки и беспокойства. Он дает ощущение радостной близости с друзьями и заставляет думать, что жизнь прекрасна. Совсем другое испытывали мы в те последние, тяжелые дни запоев. Никакого ощущения прежних радостей, они остались только в воспоминаниях. Никогда не удавалось нам воскресить в себе счастливые моменты прошлого. Мы испытывали настойчивое желание получать удовольствие от жизни, как когда-то. И вместе с тем, нами владела болезненная, навязчивая идея, что произойдет чудо, мы вновь обретем утраченный контроль, и возвратятся времена, когда мы были счастливы. Мы делали еще одну попытку и снова испытывали горечь поражения.

Чем меньше терпения по отношению к нам оставалось у окружающих, тем в большей степени мы изолировали себя от общества, от самой жизни. Мы стали подданными короля Алкоголя, дрожащими обитателями его безумного царства. Леденящий душу туман одиночества окутал нас, все сгущаясь и становясь чернее. Некоторые из нас отыскивали для себя зланные места, в надежде найти понимание и одобрение. На время это давало утешение, а потом следовало забытие и страшное пробуждение, когда перед нами вставали четыре чудовищных всадника - Ужас, Замешательство, Разочарование, Отчаяние. Несчастные пьяницы, которые прочтут эту страницу, поймут, о чем идет речь.

Время от времени какой-нибудь непросыхающий пьяница в редкую минуту трезвости говорит себе: «Мне совсем не хочется выпить. Я чувствую себя гораздо лучше. Я лучше работаю. Мне сейчас гораздо лучше». Как люди, ранее страдавшие от алкоголя, мы только улыбаемся, слыша все это. Наш друг напоминает нам мальчика, который насвистывает что-либо в темноте, чтобы побороть страх. Наш друг обманывает себя. На самом деле он многое отдал бы за то, чтобы как следует выпить, но при этом чувствовать себя нормально. Скоро он возьмется за старое, потому что без алкоголя он чувствует себя несчастным. Он не представляет себе жизни без алкоголя. Потом наступит время, когда он не сможет представить себе ни жизнь без алкоголя, ни жизнь с чередой запоев. Он познает такое одиночество, которое известно лишь немногим. Он окажется у обрыва. Он захочет умереть.

Мы рассказали, как мы выбрались из этого состояния безысходности. Вы говорите себе: «Да, я хочу бросить пить. Но неужели я должен обречь себя на жизнь, в которой я вижу себя глупым, скучным и мрачным, как те благочестивые моралисты, которые мне так несимпатичны? Я знаю, что должен обходиться без алкоголя, но как это сделать? Можете ли вы предложить равноценную замену?»

Да, такая замена есть, и это намного больше, чем просто замена. Это наше братство АА. Там вы сможете освободиться от забот, скуки и беспокойства. Ваше воображение снова пробудится. Жизнь, наконец, обретет смысл. Перед вами лежат лучшие годы вашей жизни. Таким нам представляется наше братство, и таким же оно покажется и вам.

«Как войти в ваше братство? - спрашиваете вы - Где можно найти этих людей?»

Вы найдете их по соседству. Рядом с вами умирают беспомощные алкоголики, подобно людям на тонущем корабле. Если вы живете в большом городе, их сотни вокруг. Стоящие на разных ступенях общественной лестницы, богатые и

бедные, они - будущие члены АА, среди них вы найдете себе верных друзей на всю жизнь. Вы будете связаны с ними новыми для вас отношениями, вы вместе избежите катастрофы и плечом к плечу отправитесь в путь. Тогда вы поймете, что значит отдавать себя другому,

чтобы он выжил и заново открыл для себя радость жизни. Вы познаете в полной мере смысл выражения: «Возлюби своего ближнего как самого себя».

Может показаться невероятным, что эти люди смогут стать снова счастливыми, уважаемыми и способными приносить пользу. Как могут они подняться из своего состояния падения, безнадежности и полной утраты репутации? Практический ответ на этот вопрос заключается в том, что поскольку нам удалось это сделать, то это посильно и для вас. Если вы хотите этого больше всего на свете и готовы воспользоваться нашим опытом, вы достигнете намеченной цели. Мы все еще живем в мире чудес. Наше выздоровление является доказательством этого.

Мы надеемся, что когда появится эта книга, подобно соломинке в море алкоголизма, потерявшие надежду алкоголики схватятся за нее, чтобы обрести спасение. Многие из них, мы уверены, встанут на ноги и смогут жить дальше. Они войдут в контакт с другими алкоголиками, и в каждом городе и поселке появятся братства АА, которые станут прибежищем для тех, кто ищет выход из тупика.

После прочтения главы «Работая с другими», вы в основном поняли, как мы устанавливаем контакт с другими алкоголиками и помогаем им восстановить здоровье. Предположим теперь, что благодаря вам несколько семей приняли новый образ жизни. Теперь вы хотите узнать, как вести себя дальше. Возможно, лучший способ показать вам ваше будущее - это описать, как росло наше братство. Вот наш короткий рассказ.

Много лет тому назад, в 1935 году, один из нас поехал в некий город на западе страны. С деловой точки зрения,

поездка оказалась неудачной. Если бы ему удалось задуманное, он бы в финансовой области встал на ноги, что казалось ему в тот момент жизненно важным. Но его затея привела к судебному иску и полностью провалилась. Судебное расследование проходило в обстановке споров и недоброжелательства.

Так он оказался в незнакомом месте с чувством горького разочарования, опозоренный и почти без средств. Физически надломленный, не пивший лишь в течение нескольких месяцев, он понял, что попал в серьезную переделку. Ему хотелось посоветоваться с кем-нибудь, но с кем?

Однажды в полдень он мерил шагами вестибюль гостиницы, размышляя над тем, где достать денег, чтобы оплатить счет за проживание. Вдруг он увидел под стеклом лист с адресами местных церквей. Рядом была дверь в бар, который выглядел вполне привлекательно. Там веселились люди. Там он сможет найти понимание, и ему станет легче. Конечно, если не выпить, то, наверно, ему не хватит храбрости познакомиться с кем-нибудь, чтобы не чувствовать себя одиноким в выходные дни.

Конечно, ему не нужно пить, но ведь можно взять бутылку имбирного лимонада и посидеть за столиком в надежде завязать разговор. Ведь он уже не пьет полгода. Неужели он не сможет ограничить себя, скажем, тремя рюмками? Им овладел страх. Он понимал, что стоит на тонком льду. Опять это коварное, старое помрачение ума - та самая первая рюмка. Он постоял в раздумии и пошел в тот угол, где лежал список церквей. Из бара все еще доносилась музыка и веселые разговоры.

А как же его обязательства, подумал он, его семья, другие люди, которые умрут без него, потому что так и не узнают, как им выздороветь? Да-да, те, другие алкоголики! Они ведь должны быть и в этом городе. Он должен связаться с каким-нибудь местным священнослужителем. Его разум вернулся к нему, и он возблагодарил Бога. Выбрав наугад

одну церковь из списка, он вошел в будку и снял телефонную трубку.

Его звонок в церковь привел его к одному жителю этого города, который когда-то был способным и уважаемым человеком, а сейчас докатился до самого дна в своем безудержном пьянстве. Ситуация была типичная - семья почти развалилась, жена больна, дети в полной растерянности, счета не оплачены, репутация погублена. У него было отчаянное желание прекратить пить, но он не видел выхода, потому что уже перепробовал множество путей. Осознавая с горечью, что он в чем-то ненормален, он не понимал в полной мере, что это значит - быть алкоголиком¹.

Когда наш друг рассказал ему о своем опыте, тот человек согласился, что сколько бы он ни напрягал свою волю, ему не удастся удержаться от выпивки в течение длительного времени. Он согласился, что ему необходим духовный опыт, но цена исцеления показалась ему слишком высокой. Он рассказал, что он жил в непрерывной тревоге, что о его алкоголизме станет известно. Он жил в знакомом нам заблуждении всех алкоголиков, думающих, что только немногие знают об их пьянстве. Зачем, говорил он, окончательно разрушать свой бизнес? Ведь это принесет еще большие страдания его семье, если он по глупости сознается в своем положении перед людьми, от которых зависят его средства к существованию? Нет, он готов сделать что угодно, но не это.

Однако он был заинтригован предложением нашего друга и пригласил его к себе домой. По прошествии некоторого времени, когда он считал, что полностью контролирует себя, он напился до абсолютного беспамятства. Для него

¹ Здесь описывается первый визит Билла к доктору Бобу. Позже эти люди основали Сообщество АА. Рассказ Билла открывает книгу. Рассказ Боба открывает книгу рассказов о судьбах членов АА.

это был последний запой. Он понял, что должен осознать, наконец, свое положение и препоручить Всевышнему решение своих проблем.

Однажды утром он, как говорится, взял быка за рога и решил рассказать о своих проблемах тем, кого он больше всех боялся. К нему отнеслись на редкость хорошо, и выяснилось, что многие знают, что он пьет. Сев за руль машины, он объехал всех тех, кому он причинил неприятности. Он чувствовал при этом настоящий страх, особенно по отношению к людям, от которых зависела его практика, ведь его признание могло привести к полному банкротству.

В полночь он вернулся домой, утомленный, но счастливый. С тех пор он ни разу не пил. Как мы увидим в дальнейшем, он теперь играет важную роль в своем городе. И все то, что накопилось за ним за тридцать лет пьянства, было поправлено за четыре года.

Но жизнь двух друзей была непростой. Все время возникали трудности. Оба считали, что должны быть духовно активными. Однажды они позвонили главной сестре местной больницы, объяснили свои мотивы и спросили, - не знает ли она какого-нибудь пациента, обладающего всеми чертами безнадежного алкоголика.

Она ответила: «Есть тут у нас один, прямо чудовище какое-то. Только что избил нескольких сестер. Совершенно теряет голову, когда пьет. Но когда трезв, замечательный парень, хотя и был у нас здесь восемь раз за последние шесть месяцев. Когда-то он был известным адвокатом в этом городе, а сейчас лежит здесь, крепко связанный ремнями²».

Конечно, как возможный кандидат он вполне годился, но, судя по описанию, особых надежд тут питать не приходилось. Роль духовных принципов в таких случаях понимали

² Здесь речь идет о первом визите Билла и доктора Боба к третьему члену АА. Встреча привела к созданию первой группы АА в Акроне (штат Огайо) в 1935 году.

тогда еще не так ясно, как сейчас. Но один из друзей сказал: “Поместите его в отдельную палату. Мы скоро придем”.

Через два дня будущий член АА тусклым взглядом взирал на двух незнакомых мужчин, сидевших рядом с его кроватью. “Вы кто, парни, и зачем отдельная палата? Раньше я всегда был в общей палате”.

Один из посетителей сказал: “Мы будем лечить вас от алкоголизма”.

Тот ответил совершенно безнадежным тоном: “Это бесполезно. Мне уже ничто не поможет. Я - человек пропащий. Последние три раза я напивался прежде, чем добирался отсюда домой. Я боюсь выйти за дверь этого заведения. Я не понимаю, что со мной”.

В течение часа друзья рассказывали ему о своем алкогольном опыте. Он повторял снова и снова: «Это совсем как про меня. Абсолютно как про меня. Я пью точно так же».

Друзья рассказали больному, что он страдает от острого отравления, которое разрушает его тело и лишает способности правильно мыслить. Особенно много они обсуждали то умственное состояние, которое предшествует первой рюмке.

«Да, все именно так, - сказал больной, - похоже как две капли воды. Вы, конечно, ребята, хорошо знаете свое дело, но мне вы ничем не сможете помочь. Вы вполне приличные люди. Когда-то и я был таким, но сейчас я - никто. И после того, что вы мне рассказали, я уверен больше, чем когда-либо, что не смогу бросить пить». Тут оба посетителя рассмеялись. «Не вижу, над чем тут можно смеяться, черт побери», - сказал будущий член АА.

Друзья рассказали ему о своем духовном опыте и о том, как они действуют. Он прервал их: «Когда-то я был верующим, но теперь это мне не поможет. По утрам после ночных попок я молился Богу и клялся никогда больше не брать в рот ни капли, но уже к девяти часам я был пьян как последняя скотина».

На следующий день он принял их более приветливо. Он все продумал. «Возможно, вы правы, - сказал он, - Бог может

сделать все, что угодно». Потом он добавил: «Он не очень-то много сделал для меня, когда я пытался бороться с выпивкой в одиночку».

На третий день адвокат вручил свою жизнь на попечение Творца и был готов выполнить все, что от него требовалось. Пришла его жена, которая уже не смела ни на что надеяться, но ей показалось, что в ее муже появилось что-то новое. Он начал вести духовную жизнь.

В тот же день он оделся и ушел из больницы свободным человеком. Он включился в политическую кампанию, произносил речи, посещал многочисленные собрания всякого рода, часто ночевал вне дома. Он немного недобрал голосов на выборах, но зато нашел Бога и, обретя Его, сумел обрести себя.

Это было в июне 1935 года. С тех пор он никогда больше не пил. Он тоже стал уважаемым и нужным членом общества. Он помог выздороветь другим алкоголикам и ныне играет важную роль в церковной общине, от которой в прошлом надолго отошел.

Итак, в этом городе появилось три алкоголика, которые чувствовали, что они должны передать другим то, что они узнали, иначе они погибнут. После нескольких неудачных попыток найти четвертого, они, наконец, нашли одного человека. Он пришел, узнав от знакомого благие вести о возможности излечения. Он оказался бесшабашным молодым парнем, чьи родители не могли понять, хочет ли он действительно бросить пить или нет. Они были глубоко религиозные люди, и их шокировало нежелание сына ходить в церковь. Он страшно страдал от запоев, и казалось, что ситуация безнадежна. Он согласился, однако, пойти в больницу и занял как раз ту палату, в которой недавно лежал адвокат.

К нему пришли три посетителя. Через некоторое время он сказал: «Похоже, что в вашей идее духовности есть смысл. Я готов начать действовать. По-видимому, мои родители

были правы, в конце концов». Так появился еще один член братства.

Все это время наш друг, которому пришла в голову идея в вестибюле гостиницы, находился в маленьком городке, куда его случайно забросила судьба. Он находился там уже три месяца. Теперь он возвращался домой, оставляя в городке своего первого знакомого, юриста и бесшабашного парня. Эти люди нашли совершенно новый смысл в жизни. Хотя они знали, что должны помогать другим алкоголикам, чтобы самим не пить, этот мотив стал второстепенным для них. Более важным было ощущение счастья, которое они испытали, помогая другим. Они делили с ними кров, свои скудные доходы и охотно посвящали свободное время товарищам по несчастью. Днем и ночью, если это требовалось, они были готовы поместить алкоголика в больницу и потом навещать его. Число таких людей росло. Они несколько раз терпели неудачи со своими подопечными, но тогда они делали попытки вовлечь их семьи в жизнь, основанную на духовных принципах, тем самым удаляя беспокойство и облегчая страдания.

Через полтора года эти трое сумели спасти еще семь человек. Часто общаясь друг с другом, они знали, что почти каждый вечер где-нибудь в доме собираются мужчины и женщины, счастливые в своей новой жизни и озабоченные лишь тем, как передать свои открытия страдающим от алкоголизма. Кроме этих, проходящих в раскованной обстановке, встреч, стало обычаем собираться раз в неделю, приглашая всех желающих для обсуждения проблем духовной жизни. Кроме поддержания связей и духа товарищества, они ставили перед собой цель привлечь новых членов, которые могли бы прийти, узнав о месте и времени встречи, и рассказать о своих проблемах.

Заинтересовались их деятельностью и посторонние люди. Одна семейная пара предоставила свой большой дом в распоряжение этой разношерстной толпы и так увлеклась

всем этим, что, в конце концов, полностью посвятила этот дом для нужд братства. Многие обезумевшие от горя женщины побывали в этом доме и нашли здесь заботу и понимание со стороны женщин, которые знали их проблемы. Они услышали от мужей этих женщин, как они излечились, и получили совет относительно помещения своих заблудших муженьков в больницу и о том, как обходиться с ними, если у тех вновь случится запой.

Многие мужчины, еще не оправившиеся от больницы, переступили порог этого дома и обрели свободу. Многие алкоголики, попавшие в этот дом, уходили из него, получив ответ на мучившие их проблемы. Пришедший не мог устоять перед обаянием этих людей, которые смеются над своими несчастьями и хорошо понимают его беды. Их визит к нему в больницу уже произвел на него сильное впечатление. А здесь в одной из верхних комнат, услышав рассказы бывших алкоголиков, так схожие с его собственными приключениями, он полностью капитулировал. Выражение лиц женщин, что-то необъяснимое в глазах у мужчин, стимулирующая и электризирующая атмосфера дома - все это словно давало ему знать, что здесь он обретет пристанище.

Сугубо практический подход к проблемам, отсутствие нетерпимости, неофициальность обстановки, настоящая демократия, способность просто по-человечески понять другого - вот что придавало тем людям неотразимость. И сам алкоголик, и его жена уходили из этого дома вдохновленные мыслью о том, что они смогут сделать для какого-нибудь своего знакомого и его семьи. Они знали, что у них появилось много новых друзей, и казалось, что они знали этих, еще недавно незнакомых людей всегда. Они видели чудеса, и такие же чудеса должны были случиться и с ними. Они узрели Великую Реальность - их Любящего и Всесильного Создателя.

Теперь этот дом уже не в состоянии вместить всех, кто прибывает сюда в течение недели, потому что их число возросло

до шестидесяти-восьмидесяти человек. Алкоголики приезжают сюда отовсюду. Из соседних городов на еженедельные собрания приезжают целые семьи. В одном месте на расстоянии тридцати миль от города имеется пятнадцать членов АА. Так как это довольно крупное поселение, мы надеемся, что со временем количество членов здесь вырастет до нескольких сотен³.

Но жизнь членов АА не сводится только к посещению собраний и госпиталей. Улаживание старых раздоров, помощь семьям в улаживании конфликтов, объяснение раздраженным родителям поведения их сына, лишённого ими наследства, финансовая помощь и, если необходимо, поиски работы друг для друга составляют содержание их жизни. Никто не считается здесь настолько опозоренным или опустившимся так низко, чтобы ему отказали в сердечном приеме и помощи, если он решил бросить пить. Социальные различия, мелкое соперничество, ревность - над всеми этими вещами здесь просто смеются. Потерпев вместе кораблекрушение, вернувшись к жизни и объединившись под властью единого Бога, с сердцем и мыслями, обращенными на благо других, они не считают важными те цели, которым другие люди придают так много значения. Да разве могло быть иначе?

В несколько иных условиях то же самое происходит во многих городах восточной части страны. В одном из них имеется известная больница для лечения алкоголиков и наркоманов. Шесть лет тому назад один из нас лечился там. Многие из нас именно там впервые ощутили присутствие Бога. Мы очень благодарны лечащему врачу этой больницы, который сказал нам, что верит в нашу работу с его больными, хотя это могло вызвать предубеждение к его профессиональной деятельности.

³ Написано в 1939 году.

Каждые несколько дней этот врач разрешает нам поговорить с одним из его пациентов. Понимая сущность нашего подхода, он выбирает тех больных, которые хотят и могут излечиться на духовной основе. Многие из нас, бывшие пациенты, приходят туда, чтобы помочь другим. В этом городе происходят такие же встречи в непринужденной обстановке, которые мы только что описали, где можно увидеть десятки членов АА. Завязываются дружеские отношения, все помогают друг другу, так же, как и на западе страны. Между востоком и западом происходит интенсивный обмен визитами, и мы надеемся, что наши связи умножатся в ближайшем будущем.

Когда-нибудь каждый алкоголик, путешествуя по стране, сможет где угодно пользоваться гостеприимством нашего братства. Частично это уже происходит. Некоторые из нас - коммивояжеры, и много путешествуют. Благодаря контактам с нашими двумя основными центрами, небольшие группы по два, три или пять человек появились в разных местах. Все, кто часто бывает в разъездах, всегда навещают эти группы, когда подвернется случай. Это позволяет нам оказывать помощь друг другу и вместе с тем избегать тех развлечений, о которых может рассказать всякий путешествующий⁴.

Так мы растем. Так же можете расти и вы, даже если у вас будет только наша книга в руках. Мы верим и надеемся, что в ней содержится все, что вам нужно для начала.

Мы знаем, что вы сейчас думаете. Вы говорите себе: «Я - одинокий, издерганный человек. Я так бы не смог». Но вы сможете. Вы забываете, что вы подключаетесь к источнику силы, гораздо более могущественному, чем вы сами. Имея такую поддержку, нужно всего лишь желание, терпение и труд, чтобы повторить то, что совершили мы.

⁴ Написано в 1939 году. В 1987 году количество групп АА превысило 73000. Сообщество АА действует в 114 странах и насчитывает в своих рядах более миллиона человек.

Мы знаем одного члена АА, живущего в большом городе. Прожив там всего несколько недель, он обнаружил, что, возможно, там проживает больше алкоголиков на квадратную милю, чем в любом другом месте страны. Это случилось всего несколько дней назад, когда эта книга еще писалась (1939). Власти были очень обеспокоены. Наш друг связался с известным психиатром, который считал, что на нем лежит ответственность за психическое здоровье людей в этом городе. Врач оказался деятельным и в высшей степени озабоченным поисками любой методики, которая была бы эффективной в этой ситуации. В результате он поинтересовался, что нового может наш друг сказать на этот счет.

Наш друг рассказал ему все, что он знал об этой проблеме. Причем он сумел сделать это так убедительно, что врач согласился провести тест среди своих пациентов и некоторых других алкоголиков клиники, в которой он работал. Была также достигнута договоренность с главным психиатром большой больницы об отборе из потока страдающих, проходящих через это заведение, некоторых алкоголиков для лечения нашим методом.

Таким образом, скоро у нашего друга будет много друзей. Некоторые из них, возможно, уже никогда не вернуться к нормальной жизни, но если судить по нашему опыту, то более половины тех, к кому обращаются наши члены, сами станут членами АА. Когда несколько человек в этом городе исцелятся и узнают радость помощи другим, возвращая их к нормальной жизни, этот процесс уже нельзя будет остановить, пока каждому алкоголику в этом городе, кто захочет и сможет выздороветь, не будет предоставлена возможность исцелиться.

Вы можете все-таки сказать: «Но я не смогу вступить в прямой контакт с теми, кто написал эту книгу». Не будем столь уверены в этом. Все в руках Божьих, не забывайте, что вы

должны во всем полагаться на Него. Он поможет вам создать братство, о котором вы мечтаете⁵.

В нашей книге вы найдете только предложения. Мы понимаем ограниченность наших знаний. Бог будет постоянно открывать новое вам и нам. Спрашивайте Его во время вашего углубленного утреннего размышления, что вы можете сделать для тех, кто еще болен. Вы получите ответы, если в своем собственном хозяйстве вы навели порядок. Совершенно очевидно, что вы не сумеете передать другим то, чего у вас нет. Следите, чтобы ваши взаимоотношения с Богом были всегда такими, какими они должны быть, и тогда значительные события произойдут с вами и многими другими людьми. Для нас это - Великий Факт.

Положитесь на Бога, как вы понимаете Его. Признайте собственные недостатки перед Ним и перед своими товарищами. Очиститесь от обломков прошлого. Делитесь с другими тем, что вы узнали, и присоединяйтесь к нам. Мы будем с вами, объединенные Духовным Братством, и вы, конечно, встретите многих из нас на нашем общем нелегком Пути к Счастью.

Да благословит вас Господь и да хранит вас ныне и присно.

⁵ Члены Сообщества Анонимных Алкоголиков будут рады, если вы напишите нам по адресу: P.O. Box 459, Grand Central Station, New York, NY 10163, USA.