

## ГЛАВА 8

### ОБРАЩЕНИЕ К ЖЕНАМ<sup>1</sup>

Наша книга рассказывала почти исключительно о мужчинах. Но ведь сказанное нами в равной мере относится и к женщинам. Мы все больше распространяем нашу деятельность на пьющих женщин. Есть все основания утверждать, что пьющие женщины восстанавливают свое здоровье так же, как и мужчины, если они следуют нашим советам.

Но судьба каждого алкоголика связана с судьбами его близких: жены, которая дрожит от страха в ожидании следующего дебоша, отца и матери, которые видят гибель сына, крушение его жизни.

Среди нас есть жены, родственники и друзья, справившиеся с главной проблемой, есть и такие, которые еще не нашли счастливого разрешения своих трудностей. Мы хотим, чтобы жены анонимных алкоголиков обратились к женам тех, кто злоупотребляет алкоголем. То, что они расскажут, довольно типично для всех, связанных родственными узами с алкоголиками.

Будучи женами алкоголиков, мы, как никто другой, прекрасно понимаем все ваши проблемы. Мы хотим проанализировать ошибки в нашем собственном прошлом поведении.

---

<sup>1</sup> В этой главе, написанной в 1939 году, когда в Сообществе АА было мало женщин, авторы исходят из предпосылки, что алкоголик в доме - это всегда муж. Но многие советы могут быть использованы теми, кто живет с женщиной-алкоголичкой, вне зависимости от того, продолжает она пить или соблюдает программу АА. Дополнительные источники информации приводятся в конце главы.

Мы хотим, чтобы у вас осталось впечатление, что никакая ситуация не является неразрешимой, и никакое горе нельзя считать непреодолимым.

Конечно, мы шли по трудной дороге. Нам пришлось иметь дело с оскорбленной гордостью, разочарованием, жалобами на судьбу, отсутствием взаимопонимания и страхом. Это печальные спутники жизни. Мы то сочувствовали своим мужьям, то испытывали к ним злобу. Некоторые из нас впадали то в одну, то в другую крайность, надеясь все же, что в один прекрасный день наши любимые снова станут прежними.

Нередко ставили нас в затруднительное положение наша верность и стремление к тому, чтобы наши мужья могли жить с высоко поднятой головой и быть как другие мужчины. Мы были бескорыстными и жертвовали собой. Мы без конца лгали, чтобы сохранить нашу гордость и поддержать репутацию наших мужей. Мы молились Богу, мы просили, мы были терпеливыми. Мы яростно размахивали кулаками, убегали из дома, устраивали истерики, приходили в ужас, искали сочувствия, заводили романы с другими мужчинами.

Наши дома превращались по вечерам в поле битвы. Утром мы целовались и мирились. Наши друзья советовали нам бросить наших мужей, и мы бросали их навсегда и снова возвращались к ним ненадолго, и снова надеялись, всегда надеялись. Наши мужья торжественно клялись, что они никогда больше не прикаснутся к алкоголю, и мы верили им, когда им уже никто не верил. А через несколько дней, недель или месяцев все повторялось снова.

Мы редко принимали друзей в доме, так как никогда не знали, в какое время и в каком виде появится хозяин дома. Мы почти ни с кем не виделись. Мы становились затворниками. Если нас приглашали куда-нибудь, наши мужья украдкой напивались так, что мы не получали никакого удовольствия от визита. Если же они не пили вообще, то жалость к себе делала их невыносимыми.

Финансовое положение семьи постоянно внушало тревогу. Работы или не было совсем, или грозило увольнение. Бронированная машина не привозила на дом конверт с зарплатой. Счет в банке таял, как снег в июне.

Иногда появлялись другие женщины. Как же ранило душу, когда мы узнавали об этом! Как горько слышать, что другие женщины понимают наших мужей лучше, чем мы!

Вереница кредиторов, шерифов, раздраженных водителей такси, полицейских, собутыльников, приятелей и даже женщин, которых они иногда приводили домой... При этом наши мужья считали, что мы такие негостеприимные. «Зануда, сварливая баба, только скуку нагоняешь», - говорили они. На следующий день они приходили в себя, а мы прощали их и старались все забыть.

Мы пытались сохранить в наших детях любовь к отцу. Мы говорили малышам, что папа болен, и это было гораздо ближе к правде, чем мы предполагали. Они поднимали руку на детей, выбивали дверные косяки, били фарфоровые украшения, хранимые как память, ломали клавиши фортепиано. В разгар всех этих безобразий они угрожали, что навсегда уйдут к другой женщине. В отчаянии мы пытались напиться сами - напиться, чтобы положить конец всей выпивке! Результат был неожиданный - похоже было, что нашим мужьям это нравится.

На этом этапе некоторые из нас разводились и переезжали с детьми к родителям. Потом нас сурово критиковали родители мужа за непостоянство. Но обычно мы не уходили. Мы оставались, несмотря ни на что. Мы, наконец, сами находили работу, так как нашим семьям грозила нужда.

Мы обращались к врачам, потому что запои становились все чаще. Нас пугали и приводили в смятение тревожные физические и умственные симптомы, все усиливающееся раскаяние, депрессия и чувство неполноценности, которые завладевали нашими любимыми. Как животные в упряжи, мы терпеливо, с огромными усилиями карабкались и падали

в полном изнеможении после каждой очередной попытки добраться до участка сухой земли. Большинство из нас дошло до последнего предела, где уже начинаются лечебные санатории, больницы и тюрьмы. Некоторые из нас стали слышать иступленные крики в бреду и узнали, что такое безумие. Часто совсем рядом подстерегала смерть.

Трудно было не ошибаться в таких условиях. Некоторые ошибки были связаны с тем, что мы ничего не знали об алкоголизме. Иногда мы смутно осознавали, что имеем дело с больным человеком. Если бы мы до конца понимали природу заболевания, мы, возможно, вели бы себя иначе.

Как может человек, который любит свою жену и детей, вести себя так эгоистично, так бессердечно, так жестоко? В таком человеке не может быть любви, думали мы. В то время, когда мы убеждали себя, что они бессердечны, наши мужья удивляли нас, принимая решение начать новую жизнь и относясь к нам с повышенным вниманием. Они обретали свои прежние привлекательные качества, а потом все вновь разбивалось вдребезги. Если мы спрашивали, почему их снова потянуло к выпивке, они находили какое-либо глупое оправдание или вообще не отвечали. Это было так больно и так непостижимо. Как могли мы так жестоко ошибиться в выборе мужчин, за которых мы вышли замуж? Когда они пили, они становились совершенно чужими. Иногда с ними так трудно было установить контакт, что они казались огражденными стеной.

Даже если они не любили свои семьи, как они могли до такой степени не видеть, что происходит с ними? Куда девалась их способность рассуждать, их здравый смысл, их сила воли? Почему они не понимали, что алкоголь разрушает их? Почему, когда мы говорили им об опасности, они соглашались, а сразу же после этого шли и напивались снова?

Такие вопросы задает себе каждая женщина, муж которой пьет. Мы надеемся, что эта книга ответит на некоторые из них. Возможно, ваш муж живет в этом странном мире

алкоголизма, где все искажено и преувеличено. Вы видите, что лучшей частью своей души он любит вас. Конечно, существует такое понятие, как несовместимость, но почти всегда это только кажется, что алкоголик не любит других и не считается ни с кем. Это объясняется тем, что он болен и исковеркан алкоголем, поэтому он говорит и делает чудовищные вещи. Сейчас в большинстве своем наши мужчины стали лучше, чем когда-либо раньше, как мужья и отцы.

Постарайтесь не осуждать вашего мужа-алкоголика, что бы он ни делал и ни говорил. Он всего лишь больной и неразумный человек. Относитесь к нему так, как если бы он был болен воспалением легких. Когда он сильно раздражает вас, помните, что он очень болен.

Существует важное исключение из всего сказанного выше. Мы понимаем, что есть люди с дурными наклонностями, в отношении которых никакое терпение не поможет. Алкоголик с таким складом характера будет орудовать содержанием этой главы, как дубиной, занесенной над вашей головой. Не позволяйте ему этого. Если вы убеждены, что он относится к этому типу людей, вам лучше расстаться с ним. Неужели вы должны позволить ему разрушить вашу жизнь и жизнь ваших детей? Ведь у него есть путь исцеления от алкоголизма, если он захочет сделать все, что требуется для этого.

Проблема, с которой вы пытаетесь справиться, обычно близка к одной из четырех, описанных ниже:

1. Ваш муж, возможно, не алкоголик. Просто он употребляет большие дозы алкоголя. Иногда он пьет постоянно, иногда сильно напивается только по праздникам. Возможно, он тратит слишком много денег на спиртное. Возможно, выпивка действует на его здоровье и психику, но он сам не замечает этого. Иногда его поведение создает чувство неловкости у близких и друзей. Он уверен, что может контролировать свое потребление спиртного, что выпивка не причиняет ему никакого вреда, что его работа не позволяет ему

обходиться без спиртного. Если вы назовете такого человека алкоголиком, он будет оскорблен. Мир полон таких людей. Некоторые из них со временем начинают пить умереннее или прекращают совсем, другие продолжают пить. Многие из этих последних через непродолжительное время станут настоящими алкоголиками.

2. Ваш муж не может контролировать потребление спиртного, он не может заставить себя бросить пить, даже когда хочет этого. Иногда он полностью теряет контроль над собой во время запоев. Он соглашается с тем, что положение именно таково, но убежден, что сможет исправиться. Он уже пробовал, с вашей помощью или без, бросить пить совсем или пить более умеренно. Возможно, он начал терять друзей. Выпивка начинает сказываться на его делах. Временами это беспокоит его, и он начинает понимать, что не может пить так, как пьют другие люди. Он иногда пьет по утрам или в течение дня, чтобы успокоить нервы. После серьезных запоев он испытывает раскаяние и хочет бросить пить. Но стоит пройти времени, и он снова начинает думать, что в следующий раз он сможет остановиться, выпив свою норму. Мы считаем, что этот человек находится в опасности. У него налицо признаки настоящего алкоголика. Возможно, пока он еще в состоянии нормально работать. В его случае еще не все потеряно. В своем кругу мы говорим о таких: «Он хочет захотеть бросить пить».

3. Этот муж зашел гораздо дальше, чем муж, описанный в категории 2. Хотя когда-то он был таким же, сейчас он в заметно худшем положении. От него отвернулись друзья, его дом превращен в бедлам, и его уволили с работы. Возможно, семья уже обращалась к врачу, и невеселый путь по больницам и санаториям уже начался. Он уже понимает, что не может пить, как другие люди, но не понимает почему. Он все еще думает, что сможет научиться этому. Возможно, он подошел к тому моменту, когда он отчаянно хочет бросить пить, но не может. Его случай вызывает некоторые

дополнительные вопросы, на которые мы попытаемся ответить. Описанная здесь ситуация совсем не безнадежна.

4. Возможно, вы уже совсем отчаялись с вашим мужем. Он уже побывал во многих лечебницах. Он агрессивен или, как кажется, совершенно невменяем, когда пьян. Иногда он начинает пить по дороге домой из больницы. Возможно, у него уже была белая горячка. Врачи качают головами и советуют вам поместить его в заведение закрытого типа. Может быть, вам уже пришлось это сделать. Но все это не так страшно, как вам представляется. Многие из наших мужей прошли через все это. Но они излечились.

Давайте вернемся сначала к мужу, которого мы относим к первой группе. Как ни странно, именно с ним часто труднее всего. Он обожает выпивать. Алкоголь будоражит его воображение. За стаканом спиртного друзья становятся ближе. Вам тоже, возможно, нравится пить с ним, если он не переходит разумные пределы. Вы провели не один вечер вместе, беседуя за рюмкой у камина. Возможно, вам обоим нравятся вечеринки с выпивкой, и вам кажется, что на них было бы скучно без спиртного. Мы сами очень любили такие вечеринки и прекрасно проводили на них время. Мы знаем, что алкоголь может улучшать отношения. Некоторые из нас, хотя не все, считают, что алкоголь имеет свои преимущества, при условии, что люди не злоупотребляют им.

Первое условие успеха таково - никогда не раздражаться. Даже если ваш муж становится совершенно невыносимым и вам приходится временно расстаться с ним, не копите в себе злобу, если можете, конечно. Терпение и ровное настроение вам совершенно необходимы.

Наше следующее предложение таково - никогда не говорите ему, что он должен сделать по поводу своего пристрастия к алкоголю. Если он решит, что вы - «пила» и зануда, ваши шансы помочь ему будут равны нулю. Он использует

это как повод, чтобы пить еще больше. Он скажет вам, что вы его не понимаете. Вы можете оказаться в положении, когда вечерами вы будете в одиночестве, а он будет утешать себя в компании, состоящей не из одних мужчин.

Алкоголизм вашего мужа не должен испортить ваших отношений с детьми и друзьями. Им нужны ваше общество и ваша помощь. Несмотря на пьянство вашего мужа, можно жить полной и полезной жизнью. Мы знаем женщин, которые, оказавшись в таком положении, не поддались страху и даже продолжают жить счастливо. Не настраивайтесь на то, что вам удастся исправить вашего мужа. Возможно, вы не справитесь с этой задачей, как бы ни старались.

Мы знаем, что нашим советам нелегко следовать, но если вам удастся это сделать, вы сможете избежать многих неприятностей. Ваш муж со временем сможет оценить вашу рассудительность и терпение. Ваше поведение может заложить хорошую основу для разговора об алкогольных проблемах. Подождите, пока он сам поднимет этот вопрос. Не критикуйте его во время такого обсуждения. Попытайтесь лучше поставить себя на его место. Дайте понять, что вы хотите помочь ему, а не критиковать его.

Если такой разговор произойдет, предложите ему прочитать эту книгу или, по крайней мере, главу, посвященную алкоголизму. Скажите ему, что вы беспокоитесь, хотя, может быть, и зря. Просто вы считаете, что он должен точно знать, на какой риск идет, когда пьет слишком много. Покажите ему, что верите в его способность бросить пить или пить умереннее. Скажите ему, что вы не хотите лишать его удовольствий, но вам просто хотелось бы, чтобы он следил за своим здоровьем. Так вы сможете заинтересовать его проблемами алкоголизма.

Может быть, среди его знакомых есть несколько алкоголиков. Предложите ему вдвоем заняться с ними. Алкоголики очень любят помогать друг другу. Возможно, ваш муж захочет поговорить с одним из них.

Если такой подход не вызовет интереса у вашего мужа, лучше оставить эту тему, обычно после дружеской беседы он сам вернется к ней. Вам придется набраться терпения, но результат стоит того. Тем временем вы можете попытаться помочь жене другого алкоголика. Если вы будете придерживаться этих принципов во взаимоотношениях с мужем, он может прекратить пить или начать пить умереннее.

Предположим, однако, что ваш муж более похож на тип номер два. Мы рекомендуем здесь тот же подход, что и в первом случае. Но после его очередного срыва спросите его, действительно ли он хочет окончательно бросить пить. Не просите его сделать это ради вас или еще кого-нибудь. Просто спросите его, хочет ли он это сделать.

Не исключено, что он захочет. Тогда покажите ему эту книгу и расскажите все, что вы знаете об алкоголизме. Убедите его, что, так как книга написана алкоголиками, то они знают, что говорят. Расскажите ему несколько историй об алкоголизме, которые вы читали. Если вам кажется, что идея духовного исцеления покоробит его, предложите ему прочитать главу об алкоголизме. После этого у него может проявиться интерес к остальным главам.

Если у него проявится интерес, ваше сотрудничество будет значить очень много. Если он равнодушен или считает, что он не алкоголик, лучше оставить его в покое. Не принуждайте его следовать нашей программе. Семена уже посеяны в его сознании. Он знает, что тысячи людей, таких, как он, выздоровели. Но не напоминайте ему об этом, когда он пьян, это может вызвать у него раздражение. Рано или поздно он снова вернется к этой книге. Подождите, пока новые срывы не убедят его в необходимости начать действовать, потому что, чем больше вы будете торопить его, тем больше вы будете оттягивать его выздоровление.

Если ваш муж относится к группе номер три, то, может, вам повезет больше. Будучи уверенной в том, что он хочет излечиться, вы можете обратиться к нему с этой книгой,

сияя радостью открытия, как если бы вы нашли золотую жилу. Возможно, он будет настроен не столь оптимистично, как вы, но он наверняка прочтет эту книгу и, возможно, сразу же включится в программу. Если это не произойдет сразу, вам не придется долго ждать. Только не нажимайте на него. Пусть он сам примет решение. Спокойно отнесите еще к нескольким запоям. Говорите с ним о его состоянии или об этой книге, только если он сам заведет об этом разговор. Иногда лучше сделать так, чтобы ему вручил эту книгу не член семьи, а кто-либо посторонний. Такие люди могут побудить его к действию, не вызывая враждебности. Если ваш муж в целом нормальный человек, то на этом этапе у вас есть хорошие шансы.

Можно подумать, что люди, отнесенные нами к четвертой группе нашей классификации, совершенно безнадежны, но это не так. Многие члены АА принадлежали как раз к этой группе. Все махнули на них рукой. Казалось, поражение неизбежно. И, тем не менее, часто именно такие люди переживали яркое и впечатляющее исцеление.

Конечно, бывают исключения. Некоторые люди настолько разрушены алкоголем, что уже не могут остановиться. Иногда алкоголизм бывает отягощен другими расстройствами. Хороший терапевт или психиатр может сказать вам, насколько серьезны эти осложнения. Во всяком случае, попытайтесь заставить вашего мужа прочесть эту книгу. Она может вызвать у него энтузиазм. Если он уже находится в лечебнице закрытого типа, но сможет убедить вас или врача, что его намерения серьезны, дайте ему возможность попробовать наш путь лечения, если только врач не сочтет его психическое состояние ненормальным или опасным. Мы даем эту рекомендацию с уверенностью. В течение ряда лет мы работаем с алкоголиками, находящимися в таких лечебницах. С тех пор, как эта книга была впервые опубликована, Сообщество АА освободило тысячи алкоголиков из закрытых лечебниц и больниц всякого рода.

Большинство из них больше туда не вернулись. Так велика Божья власть!

Возможно, вы стоите перед противоположной проблемой. Ваш муж на свободе, но его необходимо поместить в закрытую лечебницу. Есть мужчины, которые не могут или не хотят бросить пить. Когда они становятся опасными для окружающих, мы считаем, что, для их же блага, их необходимо поместить в закрытую лечебницу, но, конечно, лучше сначала посоветоваться с хорошим врачом. Жены и дети таких алкоголиков проходят через кошмарные мучения, но, все же, более всех страдают сами алкоголики.

Бывают случаи, когда вы должны начать новую жизнь. Мы знаем женщин, которые делали это. Если такие женщины принимают духовный образ жизни, их жизненный путь становится намного легче.

Если ваш муж пьет, вы, может быть, беспокоитесь о том, что о вас думают другие люди, и не хотите встречаться с друзьями. Вы все больше замыкаетесь в себе и думаете, что все ваши друзья постоянно обсуждают вашу семейную ситуацию. Вы избегаете говорить о спиртном даже с вашими родителями. Вы не знаете, что сказать вашим детям. Когда ваш муж скверно пьян, вы дрожите в своем уединении, проклиная изобретение телефона.

Мы считаем, что не нужно испытывать столь уж сильную неловкость в связи с тем, что ваш муж пьет. Нет никакой необходимости обсуждать подробно состояние вашего мужа, но можно спокойно проинформировать ваших друзей о природе его заболевания. Постарайтесь при этом не порочить вашего мужа и не навредить ему.

Объяснив друзьям, что ваш муж больной человек, вы создадите новую атмосферу в ваших взаимоотношениях. Барьеры, возникшие между вами и вашими друзьями, исчезнут, и вместо них появятся взаимопонимание и сочувствие. Вы больше не будете испытывать смущение или чувствовать, что вы должны извиняться за то, что у вашего мужа

слабый характер. Ведь это неправда. Ваша уверенность в себе, ваше ровное настроение и отсутствие смущения чудесным образом улучшат ваши отношения с другими людьми.

Тот же самый принцип следует применять в общении с детьми. Когда между ними и отцом возникают раздоры во время его выпивок, лучше не становиться на чью-либо сторону, если, конечно, детей не нужно защищать от отца. Употребляйте свою энергию, чтобы добиться лучшего взаимопонимания между всеми, кто вас окружает. Тогда будет ослабевать то жуткое напряжение, которое создается в доме каждого алкоголика.

Нередко вам приходилось говорить начальнику вашего мужа или его друзьям, что он болен, в то время, как он был просто пьян. Старайтесь изо всех сил избегать таких ситуаций. Пусть он сам объясняется с другими людьми. Ваше желание защитить его не должно заставлять вас лгать людям, которые имеют право знать, где он и что он делает. Обсудите это с вашим мужем, когда он будет трезв и в хорошем настроении. Спросите его, что вам делать, если он снова поставит вас в положение, когда вам придется лгать. Но постарайтесь не ругать его за то, что он вынудил вас так вести себя раньше.

Есть и другая разновидность парализующего страха. Возможно, вы боитесь, что ваш муж потеряет работу, вы думаете о том позоре, с которым связано увольнение, о финансовых трудностях, в которых окажетесь вы с детьми. Это может случиться с вами или, возможно, бывало уже не раз. Если это случится снова, постарайтесь выработать в себе другое отношение к этой ситуации. Она ведь может оказаться и благом. Увольнение может убедить вашего мужа, что ему необходимо бросить пить. И вы поймете, что он может бросить, если захочет. Для многих из нас это несчастье оборачивалось во благо, ибо оно вело нас к открытию Бога.

Мы уже не раз говорили о том, что люди становятся более счастливыми, когда начинают жить на духовной основе.

Если Бог в состоянии решить одну из древнейших загадок - алкоголизм, то Он в состоянии решить и все остальные проблемы. Мы, жены, обнаружили, что мы, как и все другие люди, склонны жаловаться на судьбу, страдаем от гордости и тщеславия и обладаем всеми теми недостатками, которые делают людей эгоцентричными. Мы узнали, что нам тоже свойственны себялюбие и нечестность. Когда наши мужья начали применять духовные принципы в своей жизни, мы увидели, что было бы хорошо и нам последовать их примеру.

Сначала многие из нас думали, что мы не нуждаемся в помощи. Мы считали, что в целом мы - очень хорошие женщины, способные быть еще лучше, если бы только наши мужья перестали пить. Но думать, что мы слишком хороши, чтобы нуждаться в Боге, - довольно неумно. Теперь мы стремимся применять духовные принципы во всех областях нашей жизни. При этом мы замечаем, что наши собственные проблемы тоже решаются легче, чем раньше. Отсутствие страха, беспокойства и оскорбленного самолюбия благотворно сказывается на нашей жизни. Мы призываем вас присоединиться к нашей программе, ибо ничто так не поможет вашему мужу, как изменившееся отношение к нему, подсказанное вам Богом. Если это возможно, постарайтесь двигаться вперед рука об руку с вашим мужем.

Если вы вместе с мужем решите проблему алкоголя, вы, конечно, будете очень счастливы. Но ведь все проблемы нельзя решить сразу. Семена дали ростки в новой почве, но рост только начался. Несмотря на вновь обретенное вами счастье, в вашей жизни будут подъемы и падения. Многие старые проблемы останутся с вами. Так и должно быть.

Ваши вера и искренность должны выдержать испытания. Такая постоянная проба сил должна рассматриваться как составная часть вашей учебы, ибо таким образом вы будете учиться жить. Вы совершите ошибки, но если вы будете стараться их преодолеть, они не утянут вас на дно. Вы извлечете из них уроки. Преодолевая их, вы обретете лучший образ жизни, чем раньше.

Трудности, с которыми вам придется встречаться, это раздражение, оскорбленные чувства и злоба. Иногда ваш муж будет действовать или рассуждать безрассудно, и вам захочется сделать критическое замечание. Маленькая точка на горизонте вашей семейной жизни может превратиться в грозное облако раздоров. Эти семейные ссоры очень опасны, особенно для вашего мужа. Часто именно на вас лежит ответственность за то, чтобы, по возможности, избегать их или не давать им перерасти в нечто большее. Помните, что сильное раздражение представляет смертельную опасность для алкоголика. Мы не хотим сказать, что вы должны соглашаться с мужем, когда существует нормальное различие во взглядах. Но не нужно выражать свое несогласие в раздраженных или резко критических тонах.

Вы с мужем обнаружите, что с трудными проблемами легче справиться, когда вы способны решать простые. В следующий раз, во время бурной беседы, каждый из вас должен сохранить за собой право сказать, улыбнувшись: «Это становится серьезным. Я прошу прощения, но это начинает задевать меня. Давай поговорим об этом как-нибудь в другой раз». Если ваш муж постарается строить свою жизнь на духовной основе, то он тоже будет делать все возможное, чтобы избежать разногласий и споров.

Ваш муж прекрасно понимает, что для семейной жизни одной трезвости мало. Он тоже хочет, чтобы все наладилось. Но не ждите от него слишком многого. Его образ мышления привычки вырабатывались годами. Терпение, снисходительность, понимание и любовь способны творить чудеса в этой ситуации. Покажите, что у вас есть эти качества и ваш муж отплатит вам сторицей. Правило жизни - живи и давай жить другим. Если вы оба готовы исправить ваши недостатки, у вас не будет поводов критиковать друг друга.

Мы, женщины, всегда храним в себе идеал мужчины и хотим, чтобы наши мужья соответствовали нашим идеалам.

Естественно, что теперь, когда он не пьет, появляется желание сравнить его с этим идеалом. Скорее всего, несоответствие будет очевидным, потому что он, как и вы, только начал развиваться. Будьте терпеливы.

Может появиться и чувство обиды в связи с тем, что наши любовь и преданность не могут излечить наших мужей от алкоголизма. Нам не нравится мысль, что какая-то книга или старания другого алкоголика могут за несколько недель сделать то, чего нам не удавалось добиться в течение многих лет. В такие моменты мы забываем, что алкоголизм - это болезнь, над которой мы не властны. Ваш муж первым скажет, что ваша преданность и забота привели его к тому, что он смог встать на духовный путь развития. Без вас он бы уже давно погиб. Когда вами овладевает чувство обиды, пытайтесь трезво оценить то хорошее, что у вас есть. Ведь вы снова вместе, алкоголь перестал быть для вашего мужа проблемой, и вы вместе трудитесь, чтобы создать такое будущее, которое еще недавно казалось невозможным.

У вас может возникнуть ревность к тем, кому ваш муж уделяет много внимания, в частности, к другим алкоголикам. Вы годами мечтали об общении с ним, а он тратит массу времени, помогая другим алкоголикам и их семьям. Вы считаете, что теперь он должен целиком принадлежать вам одной. Не забывайте тот факт, что работа с другими людьми нужна ему для того, чтобы сохранить собственную трезвость. Иногда он может увлечься этим до такой степени, что будет пренебрегать своими семейными обязанностями. Ваш дом будет наполнен чужими людьми. Некоторые из них вам, возможно, не понравятся. Его будут волновать их беды, а не ваши. Бесполезно говорить ему об этом и требовать больше внимания к себе. Мы считаем серьезной ошибкой приглушать его энтузиазм в работе с другими алкоголиками. Вы должны, по возможности, помогать ему в его работе. Мы предлагаем вам заняться женами новых друзей

вашего мужа. Им нужны совет и любовь женщины, которая прошла с алкоголиком через все страдания жизни.

Возможно, вы с мужем жили довольно уединенно, потому что выпивки мужа часто изолируют жену от общества. Поэтому, может быть, вам, так же, как и вашему мужу, нужны новые интересы и дело, во имя которого вы будете жить. Если вы поможете ему, вместо того, чтобы жаловаться, то вы заметите, что избыточный энтузиазм уступит место нормальному человеческому желанию помочь. В вас обоих должно проснуться чувство ответственности за других людей. Вы и ваш муж должны думать о том, что вы можете дать жизни, а не что вы можете взять от нее. Это сделает вашу жизнь более полноценной. Ваша новая жизнь будет несравненно богаче, чем старая.

Может случиться так, что ваш муж начнет новую жизнь, и все будет прекрасно, а потом, к вашему разочарованию, он придет домой пьяным. Если вы считаете, что он искренне хочет бросить пить, вам не нужно тревожиться. Конечно, было бы лучше, если бы у него вообще не было срывов - а у многих бывает именно так, - но часто такие срывы идут на пользу. Ваш муж увидит, что его усилия в сфере духовной деятельности должны быть удвоены, если он хочет выжить. Не напоминайте ему о его духовной ущербности, он сам все поймет. Подбодрите его и спросите, чем вы можете ему помочь.

Малейшие признаки вашего страха или нетерпимости могут снизить его шансы на выздоровление. В момент слабости ваш муж может использовать вашу неприязнь к его новым друзьям как тривиальное оправдание для того, чтобы начать пить снова.

Мы никогда не пытаемся устроить жизнь алкоголика таким образом, чтобы уберечь его от соблазнов. Малейшие попытки руководить его делами или ограничить его в общении с людьми с тем, чтобы избежать соблазнов, будут замечены им. Дайте ему понять, что он совершенно свободен

и может бывать всюду. Это очень важный момент. Если же он напьется, не вините себя в этом. Либо Бог освободил вашего мужа от алкогольных проблем, либо нет. Если нет, то лучше, чтобы вы сразу поняли это. В этом случае вам обоим нужно опять начинать с азов. Если вы не хотите повторения срывов, то положитесь на Бога, как в решении этой проблемы, так и во многом другом.

Мы понимаем, что дали вам много разных указаний и советов. Это напоминает поучение, за что мы просим прощения, потому что мы сами не всегда хорошо относимся к тем, кто нас поучает. Но все сказанное основано на опыте, часто мучительном. Мы приобрели его, пройдя через страдания, поэтому мы хотим, чтобы вы усвоили все это и избежали ненужных трудностей<sup>2</sup>.

Итак, мы обращаемся к вам, к тем, кто, возможно, скоро присоединится к нам, и говорим: “Желаем удачи, и да благословит вас Бог!”

---

<sup>2</sup> Сообщество членов семей анонимных алкоголиков - Ал-Анон - было образовано через 13 лет после того, как была написана эта глава. Хотя оно не связано с АА, оно использует общие принципы программы АА как руководство для мужей, жен, родственников и людей, близких алкоголикам.

Все написанное выше, хотя и обращено в основном к женам алкоголиков, ставит проблемы, с которыми сталкиваются все близкие страдающих алкоголизмом. Подразделение этого общества, Алатин, объединяет подростков - детей алкоголиков. Если в вашем городе нет отделения общества Ал-Анон, вы можете обратиться по адресу: World Service Office of Al-Anon Family Groups, Box 862, Midtown Station, New York, NY 10018-0862, USA.