

ГЛАВА 9

НОВЫЕ ОТНОШЕНИЯ В СЕМЬЕ

Женщины, члены нашего общества, предложили некоторые рекомендации женам, у которых мужья выздоравливают от алкоголизма. Может создаться впечатление, что такого мужа нужно завернуть в вату и поставить на пьедестал. На самом деле для того, чтобы войти в норму, требуется прямо противоположное. Все члены семьи должны сойтись на общей основе терпимости, взаимопонимания и любви. Это означает отказ от себялюбия в семейных отношениях. У алкоголика, его жены, его детей, его родственников по линии жены существуют устойчивые представления о том, каким должно быть отношение к ним в семье. Все хотят, чтобы их желания уважали другие члены семьи. Мы считаем, что чем больше один член семьи требует, чтобы другие уступали ему, тем больше это возмущает других. Это вызывает раздоры в семье и делает всех несчастными.

Почему это так? Не в том ли причина, что каждый хочет быть главным? Разве не каждый член семьи пытается устроить семейную жизнь по своему вкусу? Разве не каждый пытается, сам того не осознавая, больше взять от семьи, чем дать?

Бросить пить - это только первый шаг на пути к настоящей жизни от прежних натянутых и ненормальных отношений. Один врач сказал нам: "Годы жизни с алкоголиком почти наверняка превращают жену или ребенка в невротика. Вся семья в какой-то мере больна". Семья должна понимать в самом начале пути, что не всегда будет хорошая погода. Каждый может натереть ноги или отстать от других.

Могут встретиться привлекательные дорожки и обходные тропинки, по которым можно пойти и заблудиться.

Предположим, мы расскажем вам о некоторых препятствиях, с которыми столкнется семья; предположим, мы порекомендуем, как их избежать, или даже использовать к общей выгоде. Семья алкоголика страстно желает возвращения счастливых времен и уверенности в будущем. Все помнят то время, когда папа был романтичный, заботливый и удачливый в делах. Теперешняя жизнь невольно сравнивается с теми годами. И, конечно же, семья несчастлива, когда настоящее не выдерживает сравнения с прошлым.

Доверие к отцу в семье резко повышается. Все думают, что скоро начнется былая прекрасная жизнь. Иногда члены семьи требуют, чтобы она началась немедленно. Бог, считают они, просто обязан выдать им компенсацию за их затянувшееся ожидание. Но глава семьи годами разрушал деловые контакты, любовь, дружбу, здоровье - все это превращено в обломки или серьезно подпорчено. Понадобятся годы, чтобы расчистить завалы. Хотя на месте старых зданий со временем вырастут новые, более прекрасные, на их строительство уйдут годы.

Отец понимает свою вину. Ему понадобятся многие годы напряженной работы для восстановления финансового положения семьи, но не нужно упрекать его в этом. Возможно, у него уже никогда не будет много денег. Семья, обладающая мудростью, будет ценить его за попытки изменить к лучшему свою жизнь, а не за то, сколько он заработает.

Время от времени семью будут преследовать призраки прошлого, потому что алкогольная карьера каждого алкоголика полна разного рода выходов, смешных, унижительных, постыдных и трагических. Первый импульс подсказывает, что все это нужно похоронить и, так сказать, засыпать могилку. Семья может быть одержима мыслью, что будущее счастье можно построить, только основательно забыв прошлое.

Мы считаем, что такой взгляд основан на эгоцентризме и находится в противоречии с новым образом жизни.

Генри Форд однажды мудро заметил, что опыт составляет высшую ценность жизни. Но это справедливо, если мы готовы использовать уроки прошлого. Мы растем по мере того, как мы признаем и исправляем ошибки, а также извлекаем из этого пользу на будущее. Прошое алкоголика становится основным достоянием семьи, часто к тому же единственным.

Это мучительное прошое может иметь огромную ценность для тех семей, которые все еще борются за трезвость главы семьи. Нам кажется, что каждая семья, в которой мужчина перестал пить, в долгу перед теми, кто страдает от алкоголизма. Если это понадобится, следует извлечь свои ошибки, какими бы печальными они ни были, из потайных мест и показать другим, как к нам в схожей ситуации пришла помощь. Именно это делает нашу жизнь более ценной. Вы должны думать, что в руках Всевышнего наше темное прошое превращается в величайшее достояние - ключ к жизни и счастью других. Ваш опыт поможет другим избежать смерти и горя.

Можно так раскапывать прошлые деяния, что они становятся проклятием для семьи, прямо настоящей чумой. Например, мы знаем случаи, когда у алкоголика или у его жены были любовные истории. В первом порыве духовного просветления они простили друг другу прошое, и это сблизило их. Чудо примирения было совсем рядом. Потом, в силу той или иной причины, тот, кто чувствовал себя обиженным, начинал раскапывать старую историю и в гневе ворошил отболевшее. Некоторые из нас прошли через это ощущение нарастающей боли и знают, насколько это мучительно. Мужьям и женам иногда приходилось на время расставаться и дожидаться случая, когда чувство оскорбленной гордости будет побеждено. В большинстве случаев алкоголик оказывался способным вынести и это испытание, но не всегда.

Поэтому мы считаем, что если нет какой-либо веской причины, служащей оправданием, не нужно обсуждать прошлое.

Мы, члены АА, не имеем секретов друг от друга. Все мы знаем о бедах других алкоголиков. В обычной жизни это обстоятельство вызвало бы бесчисленные неприятности: скандальные сплетни, насмешки над другими и стремление воспользоваться преимуществами, которые дает знание интимных подробностей жизни других. У нас это встречается очень редко. Мы очень много говорим о других, но все наши разговоры удачно сочетаются с атмосферой любви и терпимости, которая царит у нас.

Другой принцип, которому мы строго следуем, заключается в том, что мы не рассказываем об интимных подробностях жизни другого человека, если не уверены, что он одобрил бы это. Мы предпочитаем, по возможности, ограничиваться нашими собственными историями жизни. Человек может критиковать себя или смеяться над собой, и это может произвести благоприятное впечатление на окружающих, но критика или насмешка в адрес других может произвести прямо противоположный эффект. Члены семьи должны очень внимательно следить за этим, потому что одно небрежное, неуважительное замечание может привести к катастрофическим последствиям. Мы, алкоголики, народ чувствительный. Многим нужны годы и годы, чтобы избавиться от этого серьезного недостатка.

Многие алкоголики - люди увлекающиеся и часто впадающие в крайности. В начале выздоровления, как правило, намечаются два направления. Человек либо пытается встать на ноги в финансовых делах, либо он так увлечен своим новым образом жизни, что он говорит и думает только о нем. В любом случае появляются семейные проблемы. Они в изоляции возникали у многих из нас.

Нам кажется опасным первое направление - попытка с наскока решить экономические проблемы. Это сначала окажет благоприятное воздействие на семью, так как все почувствуют,

что в ближайшее время будут разрешены все финансовые трудности, а потом - неблагоприятное, когда члены семьи увидят, что ими пренебрегают. Папа будет усталым по вечерам и занятым весь день. Он будет проявлять мало интереса к детям и раздражаться, когда его будут упрекать за его отношение к семье. Если же он не будет раздражительным, то, возможно, покажется скучным и неинтересным, а совсем не веселым и любящим, как хотелось бы его близким. Мама будет жаловаться на отсутствие внимания. Все почувствуют разочарование и дадут знать об этом отцу. Когда начинаются такие жалобы, возникает трещина. Глава семьи будет стараться изо всех сил, чтобы компенсировать напрасно потраченное время. Он будет стремиться к тому, чтобы восстановить свое состояние, и почувствует, что дела наконец-то идут хорошо.

Но мать и дети не всегда будут согласны с ним. Помня, как он к ним относился в прошлом, они считают, что отец должен им гораздо больше, чем они получают от него. Им хочется, чтобы он суетился вокруг них, чтобы они проводили время вместе, как это было до того, как он начал пить, и чтобы он показывал, что раскаивается в том, что причинил им горе. Но папа не так щедр, как бы им хотелось. Нарастает раздражение, а папа становится еще менее общительным. Иногда он взрывается, причем по самому ничтожному поводу. Семья озадачена. Все критикуют его и напоминают ему о его программе духовной жизни, с которой он явно не справляется.

Нужно избегать таких ситуаций. В их возникновении повинны и глава, и остальные члены семьи, хотя у всех есть свои оправдания. Споры не приносят пользы, они только осложняют обстановку. Члены семьи должны понять, что хотя, отец чудесным образом изменился, он все еще выздоравливает. Они должны благодарить судьбу за то, что он трезв и способен жить в этом мире, как раньше. Нужно хвалить

его за его достижения и не забывать, что выпивка нанесла ему вред, исправить который способно только время. Если семья понимает это, никто не будет относиться всерьез к периодам его капризов, депрессии или апатии, которые пройдут, если он будет сталкиваться с терпимостью, любовью и пониманием в своих духовных устремлениях.

Глава семьи должен понимать, что, прежде всего, именно он виновен в том, что произошло с семьей. Вряд ли ему хватит жизни, чтобы исправить содеянное. Вместе с тем, он должен понимать, что опасно сосредотачиваться только на достижении финансовых успехов. Хотя для многих из нас открыта дорога к улучшению материального положения, мы считаем, что деньги - совсем не главное. Для всех нас материальное благополучие стоит на втором месте, вслед за духовным, и никогда не наоборот.

Поскольку семья пострадала больше всего, свои основные усилия алкоголик должен направить на восстановление мира и благополучия в семье. Ему не удастся преуспеть ни в чем, если он не сумеет проявить бескорыстие и любовь под крышей собственного дома. Мы знаем, что есть трудные жены и трудные семьи, но тот, кто лечится от алкоголизма, должен помнить, что он сам в значительной степени сделал их такими.

По мере того, как каждый член семьи, в которой раздор, начинает видеть собственные недостатки и признавать их перед другими, он создает основу для полезного обсуждения отношений. Такие семейные обсуждения приносят пользу, если они проходят без ожесточенных споров, самоуничтожения, самооправдания или недоброжелательной критики. Постепенно мать и дети поймут, что они требуют слишком многого, а отец поймет, что он дает слишком мало. Давать, а не брать станет главным принципом семьи.

Представьте себе противоположную ситуацию. С самого начала отец успешно осваивает принцип духовной жизни. Он в мгновение ока становится другим человеком. Он с

энтузиазмом относится к религии. Он неспособен заниматься ничем другим. Как только его трезвость становится привычной, семья начинает относиться к этому новому папе сначала настороженно, а потом с раздражением. Разговоры о духовных проблемах не прекращаются ни днем, ни ночью. Он может потребовать, чтобы члены семьи срочно искали Бога вместе с ним, или проявлять полное безразличие к ним и провозглашать, что он выше мирских дел. Он может сказать жене, которая всю жизнь была верующей, что она ничего не смыслит в религии и что ей надо срочно, и пока не поздно, принять его разновидность духовности.

Если отец занимает такую позицию, то членам семьи это может не понравиться. Во-первых, они могут ревновать его к Богу, укравшему у них привязанность отца. Цenia то, что он перестал пить, они без восторга отнесутся к тому, что Бог совершил чудо, которое не удалось совершить им. Многие забывают, что в том положении, в котором оказался отец, человеческой помощи было явно недостаточно. Они не понимают, почему их любовь и преданность не могли излечить отца. В конце концов, не так уж он духовен, наш отец, говорят они. Если он намерен исправить все, содеянное им в прошлом, то к чему все эти заботы обо всех, кроме собственной семьи? Помнится, он говорил что-то о том, что Бог позаботится о них. Как видно, их папочка немножко тронулся умом.

Нет, он совсем не свихнулся, как им может показаться. Многим из нас знаком энтузиазм такого папы. Мы тоже находились в состоянии духовного опьянения. Как отощавший старатель, оставшийся с последней коркой хлеба, мы натолкнулись киркой на золотую жилу. Радость преодоления бесконечной череды разочарований не знала границ. Отец чувствует, что он нашел нечто большее, чем золото. Какое-то время он не будет выпускать свое новое сокровище из рук. Он еще не понимает, что он затронул начало богатейшей жилы, которая будет приносить ему прибыль только в том случае,

если он будет копать до конца жизни и настоит на том, чтобы все добытое раздавалось бесплатно.

Если семья окажет ему поддержку, то отец скоро поймет, что его система ценностей страдает от перекоса. Он увидит, что его духовное развитие однобоко, что для обычного человека, каким он является, духовная жизнь, исключая обязательства по отношению к семье, не так уж совершенна. Если семья поймет, что поведение отца всего лишь фаза его духовного развития, то все будет нормально. В атмосфере понимания и сочувствия эти причуды духовного младенчества отца скоро исчезнут.

Совсем иное может случиться, если семья будет осуждать и критиковать его. Отец может почувствовать, что многолетнее пьянство делало его неправым в любых спорах, но что теперь он всегда прав, раз Бог на его стороне. Если семья будет продолжать критиковать его, это заблуждение может стать стойким. Вместо того, чтобы относиться к семье, как положено главе, он все больше будет замыкаться в себе и считать, что у него есть духовное оправдание для такого поведения.

Даже если семья не во всем согласна с духовной деятельностью отца, нельзя запрещать ему заниматься ею. Даже если его отношение к семье отличается определенным пренебрежением и безответственностью, нужно, чтобы он помогал другим алкоголикам столько, сколько он хочет. В первые дни выздоровления это больше, чем что-либо другое, гарантирует ему трезвость. Хотя некоторые его выходки и высказывания могут раздражать и беспокоить, мы считаем, что этот человек более прочно стоит на ногах, чем тот, кто деловой и профессиональный успех ставит выше успеха в духовном развитии. У него меньше шансов снова начать пить, а это самое главное.

Те из нас, кто провел много времени, играя в духовность понарошку, со временем увидели, что это было несерьезно. Этот выдуманный мир был вытеснен большим

чувством цели и все растущим осознанием присутствия Бога в нашей жизни. Мы пришли к убеждению, что Он велит нам в мыслях наших быть с Ним рядом, в облаках, но обеими ногами прочно стоять на земле. Там, внизу, находятся все наши друзья, и там наша основная работа. Таковы реальности нашей жизни. Мы считаем, что интенсивная духовная жизнь вполне совместима с разумной и счастливой жизнью, в которой мы стремимся приносить пользу другим.

Еще одно практическое предложение - верят ли члены семьи в духовные ценности или нет, для них полезно все же проанализировать принципы, по которым пытается жить глава семьи. Вряд ли семья не одобрит эти принципы, даже если глава семьи все еще допускает ошибки в их практическом применении. Никто не может оказать большую помощь алкоголику, вышедшему на простор духовного пути развития, чем жена, которая также примет разумную духовную программу и сумеет воплотить ее в реальные дела.

В доме произойдут другие существенные перемены. Спиртное в течение многих лет делало главой дома недееспособным, поэтому главой дома стала жена. Она храбро взялась за дело. Обстоятельства сложились так, что она обращалась с отцом, как с больным или как с капризным ребенком. Если бы он даже хотел укрепить свои позиции в семье, он не смог бы сделать это, так как алкоголь постоянно ставил его в положение неправого. Мать составляла планы и давала всем указания. Отец обычно слушался, когда он был трезвым. Так женщина не по своей вине привыкает «носить дома брюки». Вернувшийся к нормальному образу жизни, отец пытается утвердиться в роли главы семьи. Это может привести к скандалу, если семья не заметит этих тенденций и не придет к какому-либо полюбовному соглашению.

Алкоголь заставляет многих рвать связи с окружающим миром. Глава семьи в течение многих лет не занимался никакой обычной деятельностью - не ходил в клуб, не занимался спортом, не исполнял своих общественных обязанностей.

Когда возвращается интерес ко всем этим вещам, со стороны членов семьи может возникнуть чувство ревности. Они могут посчитать, что отец так задолжал им за то время, когда пил, что теперь он должен принадлежать им целиком, и ему не следует уделять слишком много времени посторонним. Вместо того чтобы найти для себя новые сферы активности, мать и дети требуют, чтобы глава семьи оставался дома и своим обществом восполнял отсутствие у них широких интересов.

С самого начала супруги должны откровенно признать, что обоюдные уступки в некоторых вопросах совершенно необходимы, если они хотят, чтобы вся семья участвовала в создании нового образа жизни. Отцу придется проводить много времени с другими алкоголиками, но эта деятельность должна быть соразмерной с его другими обязанностями. Могут появиться новые знакомые, ничего не знающие об алкоголизме главы семьи, и общение с ними тоже потребует какого-то времени. Общественные дела также могут потребовать внимания. Хотя у семьи не было раньше религиозных связей, она может установить контакт или даже присоединиться к какой-либо религиозной организации.

Алкоголики, которые когда-то издевались над верующими, могут получить большую поддержку от такого общения. Обладая духовным опытом, алкоголик найдет много общего с верующими людьми, хотя по многим вопросам он будет с ними, возможно, расходиться. Если он не станет вступать в религиозные диспуты, он приобретет много новых друзей и отыщет новые способы получать радость от жизни и приносить пользу другим. Вступление его семьи и его самого в религиозную общину может привлечь всеобщее внимание. Он может подарить новые надежды и вдохновить какого-нибудь проповедника, священника или раввина, которые отдадут себя служению людям в нашем беспокойном мире. Все вышеизложенное - всего лишь предложение. Мы не считаем все это обязательным для выполнения нашей программы.

Не являясь группой людей определенного вероисповедания, мы не пытаемся агитировать кого-либо присоединиться к той или иной вере. Эти вопросы каждый решает, советуясь со своей совестью.

Мы беседовали с вами о серьезных и, порой, трагических вещах. Мы имели дело с алкоголем в его худших проявлениях. Но мы отнюдь не мрачные люди. Если бы наши новые члены не видели никакой радости в нашем новом образе жизни, если бы в ней не было веселья, они бы не пошли с нами по одной дороге. Мы твердо убеждены, что нужно радоваться жизни. Мы не рассуждаем цинично о положении наций в мире, но мы и не берем на свои плечи мировые проблемы. Когда мы видим, как человека засасывает трясина алкоголизма, мы оказываем ему первую помощь и предоставляем все, что у нас имеется, в его распоряжение. Для его пользы мы рассказываем и заново переживаем все наши прошлые кошмары. Но те из нас, кто пытались взвалить на свои плечи все тяготы и страдания других, довольно быстро обнаруживали себя погрешенным под этой ношей.

Поэтому мы считаем, что веселье и смех полезны. Посторонние приходят в ужас, когда мы весело смеемся над трагическими событиями нашего прошлого. Но почему бы нам не посмеяться? Мы выздоровели, и у нас сохранились силы, чтобы помогать другим.

Известно, что редко смеются люди с плохим здоровьем, а также те, кто не увлекается играми. Поэтому пусть каждая семья участвует в играх, будь то совместно или врозь, насколько это позволяют им обстоятельства. Мы уверены, что Бог хочет видеть нас счастливыми, радостными и свободными. Мы не хотим верить, что наша жизнь - юдоль слез, хотя когда-то она была именно такой. Но ведь все понимают, что мы сами стали причиной своего несчастья. Бог не навлекал его на нас. Избегайте намеренно создавать ситуации, приносящие страдания, но если беда все же случится, используйте ее, чтобы продемонстрировать всем Его могущество.

Теперь о вашем здоровье. Тело человека, исковерканное долгим злоупотреблением алкоголя, не может прийти в норму за одну ночь, так же как, не могут мгновенно исчезнуть извращенная логика мышления и депрессия. Мы уверены в том, что духовный образ жизни является мощным средством восстановления здоровья. Мы, исцеленные от алкоголизма, на редкость психически здоровы. Но мы были свидетелями чудесных превращений, произошедших с нашим здоровьем в целом. Почти никто из нас не сохранил следов разрушения организма.

Но из этого не следует, что мы не принимаем обычных мер для сохранения здоровья. Бог дал нам множество хороших докторов разных специальностей, психиатров, умелых практиков. Без колебаний обращайтесь к этим людям, если у вас возникают проблемы со здоровьем. Большинство из них делает все, что в их силах, чтобы люди были здоровы физически и психически. Помните, что хотя Бог творит чудеса среди нас, мы не должны преуменьшать заслуг врачей и психиатров. Их заслуги в лечении новичков и в поддержании их здоровья на последующих стадиях часто неопределимы.

Один врач, читавший книгу в рукописи, сказал нам, что употребление сладостей иногда очень полезно, если это не противопоказано в связи с другими заболеваниями. Он считает, что все алкоголики всегда должны иметь под рукой шоколад, чтобы в случае утомления быстро компенсировать затраты энергии. Иногда вечерами появляется смутное желание, которое можно удовлетворить конфетами. Многие из нас пристрастились к сладкому и заметили, что сладкое оказывает на нас благотворное влияние.

Немного о сексуальной жизни. Алкоголь является таким сильным сексуальным стимулятором для некоторых мужчин, что они увлекались им сверх всякой меры. Некоторые супружеские пары бывают разочарованы, когда муж, бросивший пить, становится практически импотентом. Если причина этого не будет выяснена, может последовать

эмоциональный срыв. С нами такое тоже случалось, но уже через несколько месяцев наши интимные отношения были лучше, чем прежде. Не бойтесь обращаться к докторам и психологам, если трудности в этой области не пройдут сами собой. Только в редких случаях сексуальные проблемы продолжались долго.

Иногда алкоголику трудно восстановить взаимоотношения с детьми. Пьянство запечатлелось в их юном сознании. Не говоря этого вслух, они могут искренне ненавидеть отца за то, что он причинил им и их матери. Иногда дети становятся жесткими и циничными. Они не могут простить и забыть то, что было. Это может тянуться месяцами, они не прощают даже тогда, когда мать приняла новый образ жизни и мышления отца.

Со временем они убедятся, что их отец стал другим человеком, и дадут ему понять это. Когда это случится, их можно будет приглашать к утренним периодам углубленного размышления, и они смогут принимать участие в повседневных беседах без злопамятства и предубеждения. С этого момента развитие отношений пойдет быстро. Часто после такого примирения результаты бывают просто поразительными.

Переходит ли семья на духовную основу или нет, алкоголик должен сделать это, если он хочет выздороветь. Другие должны убедиться в том, что реальность его нового состояния вне всякого сомнения. Члены семьи, жившие с алкоголиком, способны поверить, только увидев воочию.

Вот еще один последний случай - один из наших друзей был заядлый курильщик и пил много кофе. Несомненно, он злоупотреблял и тем, и другим. Заметив это и решив ему помочь, его жена начала корить его за такие привычки. Он согласился, что она права, но откровенно сказал, что не может переделать себя. Его жена была одной из тех женщин, с точки зрения которых в кофе и табаке заключено нечто греховное, поэтому она пилила его до тех пор, пока он не вспылал, а после пошел и напился.

Конечно, наш друг поступил неправильно, совершенно неправильно. Он должен был это признать и залатать прорехи, существовавшие среди его моральных преград. Хотя сейчас он один из самых активных членов АА, он все еще курит и пьет кофе, но, ни его жена, ни кто-либо из его друзей больше не осуждают его за это. Жена поняла, что была неправа, когда придавала такое значение проблеме курения и питья кофе на фоне необходимости устранения более серьезного заболевания.

У нас есть три лозунга, которые уместно здесь привести:

Сначала делай главное

Живи и давай жить другим

Тише едешь - дальше будешь