

В книге «Анонимные Алкоголики»,
изданной на английском языке, содержится сорок
три истории из жизни членов АА.

Мы предлагаем вашему вниманию одну из этих
историй. Мы надеемся, что в будущие издания
«Анонимных Алкоголиков» на русском языке войдут
истории из жизни советских членов АА.

КОШМАР ДОКТОРА БОБА

Один из основателей АА. Днем рождения нашего общества считается 10 июня 1935 года - его первый день постоянной трезвости.

До своей кончины в 1950 году он сумел распространить идеи АА среди более чем 5000 мужчин и женщин, страдающих от алкоголизма, и всем им он оказывал медицинскую помощь, не помышляя ни о какой плате.

В этом необыкновенном служении ему много помогала сестра Игнация из больницы Св. Фомы города Акрона, штат Огайо. В ее лице наше Сообщество приобрело одного из самых больших друзей, когда-либо помогавших нам.

Я родился в небольшом местечке в Новой Англии с населением примерно в семь тысяч душ. Насколько я помню, моральный уровень жителей был гораздо выше среднего. Ни пива, ни спиртного в округе не продавали, если не считать принадлежавшего властям штата магазина, где, наверное, можно было раздобыть пинту¹ спиртного, если удавалось убедить продавца в том, что это очень уж нужно. Без должных аргументов страждущий покупатель был обречен уйти ни с чем, то есть без того зелья, которое я впоследствии стал считать панацеей от всех человеческих бед. На людей, которые заказывали спиртное из Бостона или Нью-Йорка, большинство добропорядочных горожан смотрело с большим недоверием и осуждением. В городе было обилие церквей и школ, в которых я и начал свое обучение.

Мой отец пользовался репутацией хорошего специалиста; и оба, отец и мать, очень активно участвовали в делах местной церкви. Интеллектуальное развитие обоих было заметно выше среднего уровня.

¹ Пинта - около 470 граммов (ред.).

К несчастью для меня, я был единственным ребенком в семье, что, возможно, и оказалось причиной моего себялюбия, сыгравшего столь существенную роль в том, что я стал алкоголиком.

На протяжении всего детства и до окончания средней школы меня более или менее принудительно заставляли посещать церковь, воскресную школу, ходить к всенощной, присутствовать на вечерней молитве по понедельникам, и иногда на проповедях по средам. Все это привело меня к решению - освободиться от родительского надзора и никогда больше не ступать на церковный порог. И этому решению я следовал на протяжении сорока лет, нарушая его лишь в тех случаях, когда обстоятельства подсказывали, что так будет разумнее.

После школы я провел четыре года в одном из лучших колледжей страны, где пьянство, казалось, было основным видом внеучебных занятий. По всей видимости, им занимались почти что все. Я участвовал в этом все в большей и большей степени и получал массу удовольствия без каких-либо забот относительно денег или здоровья. Кажется, мне лучше удавалось приходиться в норму на следующее утро, чем большинству из моих собутыльников, которые в виде наказания (или благословения) страдали изрядной утренней рвотой после вчерашней пьянки. Ни разу в жизни у меня не болела голова, что заставляет меня думать, что я стал алкоголиком почти с самого начала. Вся моя жизнь, казалось, сводилась к тому, что я делал только то, что мне хотелось, без оглядки на права, желания или привилегии кого бы то ни было. Этот настрой все более усиливался с годами. С точки зрения пьянствующей братии, колледж я окончил с отличием, декан, впрочем, придерживался другого мнения.

Следующие три года я провел в Бостоне, Чикаго и Монреале, работая на одну крупную машиностроительную компанию; я продавал железнодорожное оборудование, газовые двигатели и многие другие громоздкие изделия. В эти годы

я пил всюду, пока хватало денег, но по-прежнему без серьезных неприятностей, хотя по утрам временами меня начинало «колотить». За все эти три года я только как-то прогулял половину рабочего дня.

Потом я занялся изучением медицины, поступив в один из самых больших университетов страны. Там я принялся пьянствовать с еще большим усердием, чем прежде. Обладая способностью выпивать огромное количество пива, я был принят в одно из обществ местных выпивох и вскоре стал одним из его лидеров. Много раз по утрам, идя на занятия и даже будучи хорошо подготовленным к опросу, я поворачивал с полпути обратно в общежитие из-за того, что меня трясло, и я не осмеливался войти в аудиторию, боясь, как бы чего не случилось, если меня спросят.

Дела шли все хуже и хуже, в конце концов, весной к концу второго курса, после затяжного запоя, я решил, что не смогу закончить курс. И вот, собрав вещички, я отправился на Юг, чтобы провести месяц на большой ферме у одного из моих друзей. Когда мозги у меня прочистились, я решил, что бросать учебу глупо, что надо вернуться и продолжить занятия. Вернувшись, я обнаружил, что руководство университета думает об этом иначе. После продолжительных споров мне было разрешено восстановиться на курсе и сдать экзамены, что я и сделал к чести для себя. Но руководство по-прежнему не могло меня выносить, и мне было сказано, что в дальнейшем университет постарается обойтись без моего присутствия. После множества нелегких разговоров, мне наконец выдали справку, подтверждающую сдачу экзаменов, и я перешел осенью того же года на третий курс другого ведущего университета.

Там мое пьянство настолько усилилось, что ребята из общежития, где я жил, были вынуждены послать за отцом, который проделал долгое путешествие в тщетной попытке вернуть меня на путь истинный. Его усилия, однако, мало подействовали, ибо я продолжал пить и при этом пил гораздо больше крепких напитков, чем раньше.

Добравшись до выпускных экзаменов, я вступил в полосу особенно сильного запоя. Когда я вошел на письменный экзамен, рука у меня тряслась так, что я не мог держать карандаш.

Я сдал, по меньшей мере, три совершенно пустых вопросника. Меня, конечно, «вызвали на ковер», и в итоге было принято решение, что я должен еще раз пройти весь курс обучения двух последних четвертей и согласиться с условием - совершенно бросить пить, если я хочу закончить учебу. Я сделал все, что требовалось, доказав начальству, что могу учиться и вести себя вполне сносно.

Я вел себя столь похвально, что смог заполучить весьма завидное для молодого врача место в одном из городов Запада, где я провел два года. В течение этих двух лет я был так занят, что почти не уходил из больницы. Соответственно, я не мог попасть в какую-либо передрагу.

По прошествии этих двух лет я открыл свой кабинет в центре города. У меня появились кое-какие деньги, множество свободного времени и заметные проблемы с желудком. Вскоре я обнаружил, что пара рюмок облегчает желудочные боли, по меньшей мере, на несколько часов, а потому оказалось совсем не трудно вернуться к прежним излишествам.

К тому времени выпивка стала серьезно сказываться на моем здоровье, и, надеясь избавиться от пьянства, я, по меньшей мере, с десятков раз добровольно заточал себя в одну из местных лечебниц. Теперь я оказался между Сциллой и Харибдой, потому что, если я не пил, то меня мучил желудок, а если я пил, то меня начинали терзать нервы. После трех лет такой пытки я оказался в местной больнице, где врачи пытались помочь мне, но либо я подбивал друзей принести мне тайком бутылку, либо я отыскивал алкоголь в самой больнице; в общем, мое положение быстро ухудшалось.

В конце концов, моему отцу пришлось послать за мной доктора из моего родного города. Ему удалось каким-то образом привезти меня к родителям, и около двух месяцев я

провел в постели, прежде чем осмелился выйти из дома. Здесь я провел еще пару месяцев, а затем вернулся обратно с целью возобновить обслуживание моих пациентов. Я думаю, я был как следует напуган случившимся, а, может, на меня подействовало появление доктора, а, может, и то и другое вместе, но я не прикасался к спиртному до введения в стране сухого закона.

После принятия Восемнадцатой поправки к Конституции² я почувствовал себя в безопасности. Я знал, что каждый по возможности закупит себе несколько бутылок или ящиков спиртного, но запасы скоро кончатся. Поэтому, заключил я, не так уж много изменится, если я буду выпивать понемногу. В то время я и не подозревал, что правительство своим решением предоставило нам, докторам, возможность приобретать практически неограниченное количество спиртного. Тем более не знал я о торговцах контрабандными спиртными напитками – бутлегерах - которые вскоре появились на горизонте. Вначале я пил умеренно, но потребовалось относительно немного времени, чтобы возвратиться к прошлым привычкам, которые так дорого мне обошлись.

В последующие несколько лет у меня развились две отчетливые фобии. Одна - страх, что я не смогу заснуть, вторая - страх остаться без спиртного. Будучи человеком небогатым, я знал, что если не буду достаточно трезвым, чтобы зарабатывать деньги, то останусь без спиртного. Поэтому чаще всего по утрам я не выпивал, хотя мне ужасно хотелось, а вместо этого пичкал себя большими дозами успокоительного, чтобы утихомирить “колотун”, страшно меня мучивший. Время от времени я уступал этому утреннему желанию выпить, и всего через пару часов оказывался в совершенно не рабочем состоянии. Это уменьшало шансы тайного пополнения вечером своих запасов, что, в свою очередь, означало

² Эта поправка запрещала производство, продажу и перевозку спиртного на территории США (ред.).

бессонную ночь, тщетное ворочание с бока на бок в постели и вслед за этим утро с его невыносимой трясучкой. В последующие пятнадцать лет у меня хватило здравого смысла не ходить в больницу, когда я был в нетрезвом состоянии, и крайне редко я принимал пациентов, будучи подвыпившим. Иногда в таких случаях, я скрывался в одном из клубов, членом которых я состоял, а время от времени снимал под вымышленным именем номер в гостинице. Но мои друзья меня обычно находили, и я соглашался отправиться домой при условии, что дома меня не будут “пилить”.

Если моя жена собиралась пойти куда-нибудь вечером, я во время ее отсутствия обычно делал большие запасы спиртного, тайно проносил бутылки домой и прятал их в угольном ящике, в желобе для грязного белья, над дверными косяками, на балках в погребе и в трещинах обшивки. Я использовал старые сундуки и чемоданы, старый мусорный бачок и даже ящик для золы. Бачок в туалете я никогда не использовал, поскольку это было слишком примитивно. Позже я узнал, что моя жена часто в него заглядывала. Бывало, я засовывал четвертинку в меховую варежку и зимой, когда рано темнело, забрасывал ее на крышу заднего крыльца. Мой бутлегер прятал выпивку для меня на черной лестнице, где я мог забрать ее в удобное время. Иногда я приносил спиртное в карманах, но их стали осматривать, и это стало слишком рискованно. Я также разливал выпивку по “мерзавчикам” (бутылочкам по 120 грам.) и засовывал их в носки. Это успешно проходило до тех пор, пока мы с женой не посмотрели “Буксир Аннушка” с Уоллес Бири, после чего эта носочная контрабанда накрылась.

Я не буду утомлять пересказом всех моих странствий по больницам и санаториям.

В течение всего этого времени наши друзья нас более или менее сторонились. Нас нельзя было пригласить в гости, потому что я наверняка надрался бы, а моя жена не осмеливалась звать кого-либо к нам по этой же причине. Моя

фобия, страх перед бессонницей, принуждала меня ежедневно напиваться, чтобы заснуть, но, чтобы иметь деньги на выпивку на следующий день, я должен был оставаться трезвым в течение дня как минимум до четырех часов. Такой порядок с небольшими перерывами сохранялся семнадцать лет. Это был настоящий кошмар: заработать денег, купить выпивку, пронести домой, напиться, пережить утренний «колотун», принять большую дозу успокоительного, чтобы быть в состоянии снова зарабатывать деньги, и так далее и тому подобное до омерзения. Я регулярно обещал жене, друзьям и детям, что я брошу пить; обещания эти редко удерживали меня от выпивки даже в течение дня, хотя давал я их очень искренне.

Для тех, кто настроен поэкспериментировать, я хотел бы упомянуть так называемый пивной эксперимент. Когда впервые разрешили продажу пива, я подумал, что я спасен. Я мог пить сколько угодно, ведь пиво-то считалось безвредным, никто никогда еще не был в стельку пьян от пива. Я, стало быть, мог пить его сколько влезет. И вот, с позволения моей доброй жены, я набил пивом целый подвал. Прошло совсем немного времени, и я уже выпивал по полтора ящика в день. Я прибавил в весе четырнадцать килограмм за два месяца, стал похож на свинью и задыхался от одышки. Затем мне пришла в голову мысль - коль скоро от человека пахнет пивом, никто не догадается, выпил ли он что-нибудь еще. Я начал доливать в пиво кое-что покрепче. Результат, разумеется, оказался плачевным, этим и закончился пивной эксперимент.

Примерно в это время судьба свела меня с группой людей, которые привлекли меня своим явно счастливым видом, уравновешенностью и здоровьем. Они рассуждали совершенно раскованно, в то время, как я страдал от постоянной робости, и они, казалось, всегда чувствовали себя легко и хорошо выглядели. Но самое большое впечатление на меня произвел их счастливый вид. Я был застенчив и, чаще

всего, ощущал себя не в своей тарелке, здоровье мое было на пределе, и я казался себе жалким. Я чувствовал, что они обладают чем-то, чего нет у меня, но что могло бы мне помочь. Насколько я понял, это «что-то» было связано с духовностью, что не особенно меня привлекало, но я подумал, что это вряд ли мне повредит. Я уделял всему этому много времени и сил в течение двух с половиной лет, но по-прежнему напивался каждый вечер. Я читал все, что мог найти, и говорил со всеми, кто, мне казалось, мог что-либо знать.

Моя жена проявила большой интерес к моим поискам, и ее заинтересованность поддерживала меня, хотя я совершенно не чувствовал, что могу найти решение моей проблемы. Я никогда не узнаю, как удалось моей жене сохранить веру и мужество в течение всех этих лет, но она их хранила. Если бы не это, я бы давным-давно погиб. По какой-то причине мы, алкоголики, обладаем даром находить самых лучших женщин в мире. Почему они должны подвергаться таким ужасным мучениям, которым мы их подвергаем, я не могу объяснить.

В то время как-то в субботу одна женщина позвонила моей жене и сказала, что хотела бы, чтобы я зашел к ней вечером и встретился с одним ее другом, который мог бы мне помочь. Это было накануне Дня матери ³, и я пришел домой, набравшись, притащив с собой большой горшок с каким-то растением, который я водрузил на стол, а затем поднялся к себе наверх и отключился. На следующий день эта женщина опять позвонила. Несмотря на то, что я чувствовал себя отвратительно, желая остаться вежливым, я сказал жене: “Давай зайдем”, и заручился обещанием не задерживаться более пятнадцати минут.

Мы вошли в дом ровно в пять часов вечера, а когда уходили, было пятнадцать минут двенадцатого. Еще несколько раз я беседовал с этим человеком, но уже не так долго, и сразу перестал пить. Этот промежуток трезвости длился

³ Отмечается во второе воскресенье в мае (ред.).

примерно три недели, потом я отправился в Атлантик-сити на несколько дней на конференцию одного национального общества, членом которого я являлся. Я выпил по дороге в поезде все виски, что у них было, и купил несколько бутылок по дороге в гостиницу. Это случилось в воскресенье. Я надрался в тот вечер, в понедельник продержался трезвым до вечера и напился снова. Я пил все, что хотел, в баре, а затем отправился в номер, чтобы завершить начатое. Во вторник я начал с утра и к обеду был вполне хорош. Я не хотел позориться и поэтому выехал из гостиницы. По дороге на вокзал я прикупил еще спиртного. Поезда пришлось немного подождать. Больше я ничего не помню, вплоть до момента пробуждения в доме одного из своих друзей в городе неподалеку от нашего. Эти добрые люди сообщили моей жене, которая послала за мной моего нового друга. Он приехал, привез меня домой и уложил в постель, дал мне выпить несколько рюмок в тот вечер и бутылку пива наутро.

Это случилось 10 июня 1935 года, и это был последний раз, когда я пил спиртное. С тех пор прошло четыре года.

Естественно, что вам в голову придет вопрос: «Что же сказал этот человек и что он сделал, и чем это отличается от того, что говорили и делали другие?» Необходимо при этом иметь в виду, что я довольно много прочел об алкоголизме и говорил с каждым, кто хоть что-нибудь знал, или думал, что знал об этом предмете. Но это был человек, который пережил многие годы ужасного пьянства, который знал все мыслимое, что может пережить пьяница, и который вылечился тем самым способом, которым я пытался овладеть, то есть с помощью духовности. Он сообщил мне сведения об алкоголизме, которые, несомненно, оказались полезными. **Гораздо более важное значение имел тот факт, что я встретился с первым человеком, знавшим по личному опыту то, что он говорил об алкоголизме. Иными словами, он говорил на моем языке.** Он знал все ответы, и, конечно же, он знал их не из книг.

Это самое большое благодеяние - быть избавленным от ужасного проклятия, которое было на мне. Здоровье мое в порядке, я вновь смог уважать себя и обрел уважение со стороны коллег. Моя семейная жизнь протекает идеально, дела идут так хорошо, как только можно желать в наше беспокойное время.

Я уделяю много времени другим, тем, кто очень нуждается и хочет излечиться, рассказывая им о том, что узнал сам. Я делаю это по следующим четырем причинам:

1. Из чувства долга.
2. Потому, что это доставляет мне удовольствие.
3. Потому, что, делая это, я возвращаю свой долг тому, кто потратил время на то, чтобы передать мне эти знания.
4. Потому, что каждый раз, когда я это делаю, я как бы приобретаю дополнительную гарантию против собственного срыва.

В отличие от большинства членов нашего Сообщества, мое влечение к алкоголю существенно не уменьшилось в первые два с половиной года соблюдения трезвости. Эта тяга проявлялась почти все время. Но не было случая, чтобы я был близок к тому, чтобы поддаться соблазну. Я, бывало, очень расстраивался, когда видел, как мои друзья выпивают, и при этом знал, что я не могу, но я приучил себя думать, что хотя у меня в прошлом было такое же право, я им настолько злоупотреблял, что оно было отнято у меня. Поэтому нечего ныть по этому поводу, ведь никто в прошлом насильно не вливал мне в рот спиртное.

Если вы думаете, что вы являетесь атеистом, агностиком, скептиком или обладаете какой-либо иной формой интеллектуальной гордыни, которая мешает вам принять то, что написано в этой книге, мне вас жаль. Если вы по-прежнему думаете, что у вас хватит сил выиграть схватку в одиночку, что ж, это ваше дело. Но если вы на самом деле

понастоящему хотите бросить пить раз и навсегда и искренне чувствуете, что нуждаетесь в помощи, мы знаем, что способны предложить решение ваших проблем. Оно действительно поможет, если, следуя нашим советам, вы проявите хотя бы половину того усердия, которое вы демонстрировали, стараясь раздобыть еще чего-нибудь выпить.

Отец ваш небесный да не покинет вас никогда!