Прекрасный пол, сила слов и 22 года чистоты

Наша героиня остаётся чистой с 14 июля 1998 года. Наталья спонсорила на четырёх месяцах чистоты, ушла из программы на 7 лет из-за отношений, вернулась в сообщество на тринадцати годах и с тех пор активно выздоравливает. Газета «Только Сегодня» рада поделиться с нашими читателями её богатым опытом. Парни, не торопитесь закрывать статью. Именно слова двух мужчин помогли Наташе прийти на группу во второй раз и начать оставаться чистой.

Как ты попала в Анонимные Наркоманы?

Я ничего не знала про АН. Я ехала «под кайфом» в метро, и ко мне подошли познакомиться несколько парней. Они предложили мне поехать на группу «Движение» в Кузьминках. Я согласилась.

Так я впервые оказалась на группе 2-го мая 1998 года. Там были молодые ребята и девчонки: плюс-минус мои ровесники. На тот момент мне исполнилось 24 года. На «Движении» в конце девяностых собиралось примерно двадцать человек. А ещё я помню ведущего, Диму Астрального, очень загадочного и доброго. В общем, атмосфера располагала. Мне не хотелось быстрее свалить оттуда, и я досидела до конца собрания. После группы ко мне подошел парень и начал очень долго и бодро рассказывать

про выздоровление. Я отлично запомнила его последнюю фразу: «Если ты придёшь завтра, я буду очень рад тебя видеть». Меня подкупили его слова. Я подумала: «Господи, кто-то рад меня видеть?». И я приехала на группу на следующий день.

Два месяца я болталась в подвешенном состоянии и продолжала употреблять, но что-то заставляло возвращаться вновь и вновь. Я снова приехала на группу и, как обычно, села позади всех. После собрания ко мне подошёл знакомый, и мы поговорили.

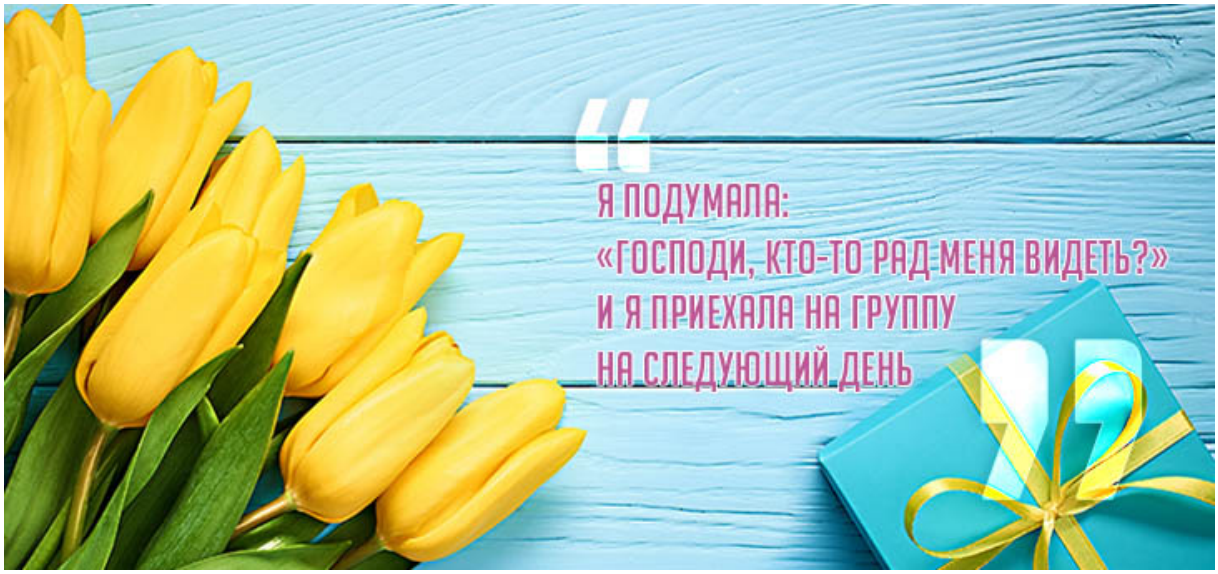
Максим: *Натах, ну сколько можно?*

Я: *Я правда очень хочу, но…*

Максим: *Не хочешь срать – слезай с толчка.*

Эта острая фраза засела у меня в голове. Я поняла, что если я не хочу употреблять, то мне просто не нужно этого делать. Со следующего дня я начала считать чистое время.

Было тяжело, но я приезжала и старалась делать всё возможное. Я по привычке убегала домой, но один раз не успела, и меня взяли за компанию погулять на Манеж. С того дня мы постоянно тусовались после групп. Я чувствовала себя «подхваченной». Свой первый чистый Новый год я встречала вместе с ребятами из сообщества. Я написала письмо Деду Морозу и почему-то загадала желание – часто ездить в поездах. А через полгода устроилась на работу консультантом в Карелии и реально начала часто ездить в поездах. Магия, да и только.



Твоим первым спонсором была девушка? В те годы вы писали шаги?

Девочек тогда было не так много в сообществе. Я выделила одну впередиидущую – Олю – и попросила её о спонсорстве. Она мне рассказала, что по статистике выздоравливает только один из ста наркоманов. Я чётко поняла: «Это буду я». Я держалась за АН руками и ногами и делала всё, что нужно: ходила, писала, читала, несла весть. Уже на четырех месяцах чистоты у меня появились первые подспонсорные. Мы с ними до сих пор общаемся и дружим.

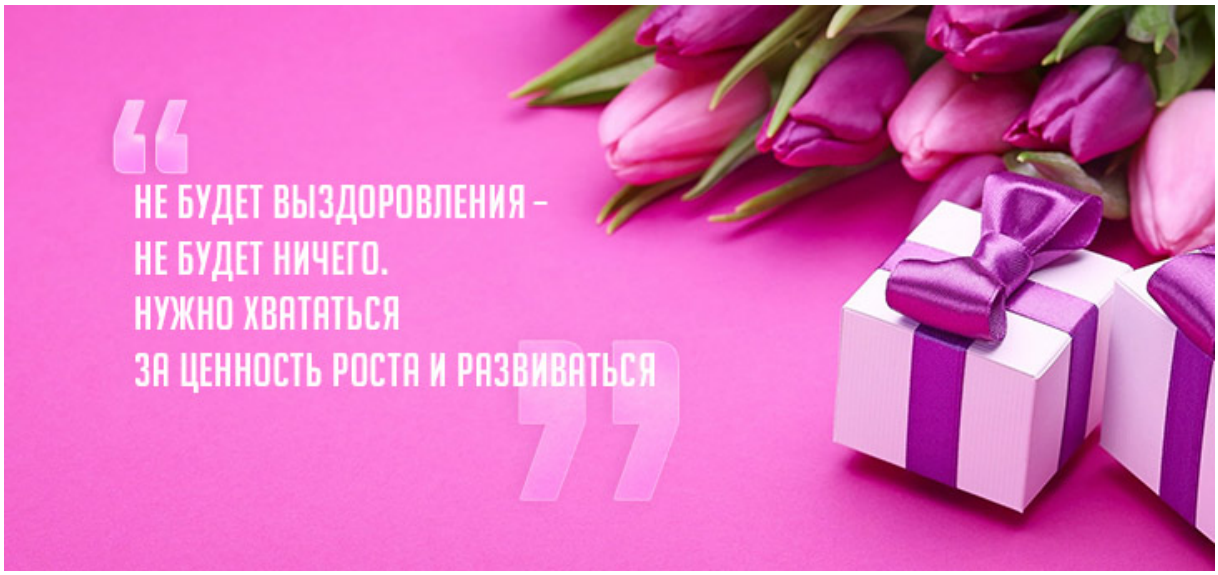
Как отношения повлияли на твоё выздоровление?

Тормознули. У меня появился независимый мужчина, и мне казалось, что с ним я в безопасности. Он не знал, что я зависимая. Я как-то намекнула ему про наркоманов, поняла, что он очень негативно к ним относится, и не стала говорить. У меня тогда было 5,5 лет чистоты. До наших отношений я очень активно выздоравливала. Программа АН была смыслом моей жизни, но буквально по щелчку меня выкинуло из выздоровления. Я «слетела» на всем, кроме веществ. «Употребляла» флирт, бабки, работу, шмотки. И только через 7 лет я вернулась в сообщество.

Сейчас у тебя 22 года чистоты. Что мотивирует тебя до сих пор идти по пути выздоровления?

Я хочу жить, развиваться и становиться лучше. Я чётко поняла, что если я останавливаюсь, то превращаюсь в одержимого человека. Мне тут же отрывает голову. Я начинаю жалеть себя, критиковать людей, обижаться на всех подряд и не замечаю, как скатываюсь вниз.

Раньше всё было просто. Поначалу я хотела употреблять вещества и обесценивала свою жизнь. Мне казалось, что без наркотиков я никто. Потом, когда я «провисла» в программе, я демонстрировала себя миру через шмотки, мужиков, работу и деньги. Я думала, что это наполнит меня. Я чувствовала свою «значимость». Теперь я хитрее смогу себя развести. Сейчас это история про внутренние состояния и дефекты.



Что бы ты порекомендовала себе самой в начале пути с учётом твоего сегодняшнего опыта? Да и не только себе, а всем девочкам-новичкам?

Выполнять программные рекомендации. Не будет выздоровления – не будет ничего. Нужно хвататься за ценность роста и развиваться. Я уделила много времени программе в начале своего пути. Может быть, только благодаря этому я не сорвалась в самые трудные моменты. Ехать надо на всех колесах. Всегда и везде нужно применять программные принципы, даже в отношениях и работе. Не обесценивать их.