

# История Джоза



Привет, меня зовут Джоз, я зависимый из Амстердама. Мне 61 год и почти всю свою сознательную жизнь я употреблял наркотики. У нас в Базовом тексте есть строчки про то, что некоторые из нас, начав оставаться чистыми, не могут даже вспомнить каково это, потому что употребляли всю жизнь. Это про меня. Я начал употреблять героин, когда мне было тринадцать лет. В 1977 году, когда мне было двадцать лет, я вошел в метадоновую программу, и находился на ней следующие сорок лет моей жизни. Я не слышал про Анонимных Наркоманов, не считал себя наркоманом, и я бы никогда не смог слезть с метадона, даже если бы захотел, если бы со мной не случилось то, что случилось в Москве осенью 2017 года.

Я не считал себя наркоманом, потому что у меня всегда была работа, достаточно денег, я не воровал и у меня был дом, а в моем понимании наркоман был именно таким – связанным с криминалом, живущим на улице. Когда мне было 12 лет, я посмотрел фильм про фестиваль в Вудстоке 1969 года и это изменило всю мою жизнь – я начал увлекаться музыкой, стал чем-то вроде хиппи. Наркотики вошли в мою жизнь вместе с арт-тусовкой. Я работал с творческими людьми, на телевидении, путешествовал, у меня были длительные отношения пару раз, но без собственных детей, и я считал, что живу нормальной жизнью. Меня окружали умные, влиятельные люди из

разных профессиональных сфер. Благодаря интернету у меня появились друзья в разных странах, в том числе в России, в Москве. Прошлой осенью я решил навестить их и купил билет.



Незадолго до моего отъезда ко мне зашел мой давнишний друг, он знал, что я нахожусь на метадоновой программе и начал рассказывать, про Анонимных Наркоманов. Он напомнил мне, что именно я первый раз предложил ему употребить много лет назад, он сказал, что благодаря АН ему удалось соскочить, и что эта чудесная программа изменит мою жизнь, если только я захочу. Я не стал его слушать, сказал, что у меня нет проблем с наркотиками, моя жизнь меня вполне устраивает, и даже если бы я захотел слезть с метадона, я бы не смог этого сделать, потому что уже слишком давно и на слишком большой дозе нахожусь. Я был искренен в тот момент, и действительно не считал, что программа под названием “Анонимные Наркоманы” может быть чем-то заслуживающим внимания, чем-то серьезным. Я взял свою заместительную терапию и полетел в Россию.



Я хорошо провел время с моими друзьями в Москве, но за несколько дней до моего возвращения домой, у меня начал болеть живот. Сначала я не обращал на это внимания. Боль была не сильная и я мог выходить из гостиницы. Но накануне вылета боль стала невыносимой, я почти потерял сознание, и мне пришлось вызвать скорую.

Меня забрали из моего номера в гостинице и доставили прямоком в реанимацию. Мое состояние оценивали как критическое. Оказалось, что моя поджелудочная железа и желудок серьезно повреждены, у меня развилось внутреннее кровотечение. Три раза в реанимации я умирал и меня снова возвращали к жизни. Во время транспортировки на МРТ я потерял равновесие, упал и сломал себе череп и ребра. На второй день у меня начался жесточайший синдром отмены метадона, поскольку я оставил весь свой запас в номере, и я попытался сбежать из больницы. Меня скрутили огромные санитары и привязали мои руки и ноги толстыми кожаными ремнями к кровати в реанимационной палате так, что я не мог пошевеливаться. Так мне пришлось слезать со 100 миллиграмм метадона после сорока лет системы.



Я провел в реанимационном отделении полтора месяца. За это время я насчитал около сорока пациентов, которые поступали и, через некоторое время, их увозили в морг. Каждый день я думал, что следующим буду я. Когда через несколько недель мне стало настолько лучше, что из меня вынули трубки для парентерального питания, я смог снова питаться как все люди. Но начались проблемы с пищеварением. И каждый раз они начинались настолько неожиданно, что я не успевал дойти до уборной. Когда это произошло в первый раз, больные из моей палаты начали кричать на меня и выбежали вон. В палате остался только я и еще один парень. Я стоял посреди палаты и чувствовал свое абсолютное бессилие. Этот парень – огромный даже по сравнению со мной, а у меня рост больше двух метров – молча встал с кровати, подошел к шкафу, достал простыню, разорвал ее на лоскуты и начал вытирать пол вокруг меня и меня самого. И потом он ухаживал за мной все время, пока я оставался в больнице.



Вообще, за время моего пребывания в больнице, ощущение моего тотального бессилия я прочувствовал очень глубоко: моя виза истекла, поскольку я задержался в России из-за болезни на полтора месяца, вследствие чего моя банковская карта была заблокирована и я не могу купить необходимые вещи, когда стал идти на поправку. Тотальное бессилие. Это здоровый парень из моей палаты покупал мне все необходимое на первое время. Мне помогали и мои друзья из Москвы. Когда пришло время выписки, выяснилось, что моя страховка не покрывает расходы на лечение. И тогда врачи и администрация больницы приняли решение взять эти расходы на себя. Мне не пришлось ничего платить за лечение. Когда ко мне начало возвращаться более или менее ясное восприятие ситуации, я понял как мне повезло, что я забыл метадон в номере – ведь если бы его нашли при мне в больнице, у меня могли быть проблемы с полицией. Друзья купили мне билет домой.

Когда я пришел в себя я понял, что со мной произошло чудо. Этот бесценный дар – чистота, свобода от наркотиков – пришел ко мне в весьма устрашающей упаковке. Ломка в больнице была чудовищной, но из-за угрожающих жизни состояний я был слишком слаб, чтобы сбежать, благодаря чему смог пережить ломку.

Когда я прилетел в Амстердам, в аэропорту меня встретил мой друг, который рассказывал мне про АН. Он был с другими членами АН и мы поехали прямиком на собрание. С того дня я хожу на собрания каждый день. Из-за перенесенных болезней у меня появились сложности с когнитивной

функцией: я перестал ориентироваться на местности, даже на знакомой, а не говоря уже о новых местах. Мне пришлось заново учиться пользоваться телефоном, интернетом, приложениями. Я стал забывать вещи. Выходя за книгой из дома, я вспоминал, что забыл очки, а возвращаясь за очками, забывал книгу. Я мог оставить на кассе в магазине банковскую карту, или не заметить, что мне не вернули сдачу. Мои друзья помогали и продолжают помогать мне. Без них я бы не справился.

Несколько месяцев после больницы я не мог заснуть из-за бессонницы, но я радовался жизни в чистоте. Каждый день я плакал от счастья и это удивительное ощущение – радоваться тому, что с тобой приключилась ужасная вещь, которая подарила тебе нечто совершенно прекрасное. Я воспринимаю все новым, чистым сознанием, многому я учусь заново. Я смотрю на всю свою жизнь и вижу, что мог бы добиться в жизни гораздо большего.



Я сразу нашел спонсора и первое время просто ходил на собрания. Меня все радовало и удивляло в моей новой жизни. Когда первый раз на собрании я увидел девушек, я был ошеломлен их красотой. Я влюблялся в каждую девушку на собрании. Мои друзья в АН сказали, что лучше не заводить отношений первое время. Со временем ко мне пришло понимание того, что девушки могут испытывать дискомфорт из-за повышенного внимания мужчин в комнатах АН, ведь они приходят туда за выздоровлением. Мой спонсор и другие товарищи в АН сказали мне, что мой организм пытается

получить эндорфины, поэтому я влюбляюсь в каждую девушку и получаю дозу кайфа, благодаря моим внутренним наркотикам. Но тот факт, что я начал оставаться чистым в шестьдесят лет, и у меня есть опыт отношений, помогает мне с юмором относиться к тому, что со мной происходит.

Мои отношения со спонсором не складывались, я не чувствовал с ним близости. Я все больше сожалел о потерянных годах, часто внезапно чувствовал тягу и, когда у меня было пять месяцев чистого времени, я сорвался. Я употребил всего один раз, но это отбросило меня в состояние активной зависимости с такой мощью, будто я употреблял несколько недель. На следующий день у меня началась ломка и она продолжалась несколько дней. Я был раздавлен, расстроен. Я снова чувствовал себя как в годы употребления, но только теперь я знал, что такое быть чистым, и мое состояние было мучительным. С тяжелым сердцем я вернулся на собрания, и первые две недели я просто приходил и молчал.

Как-то раз ко мне подошел знакомый после собрания и сказал, что гораздо легче сосредоточиться на выздоровлении, чем на болезни. И почему-то эта его фраза поразила меня как яркая вспышка. Как по щелчку пальцев меня переключило. Я понял, что могу выздоравливать – это то, перед чем я не бессилён, это мои действия. Я нашел себе нового спонсора и приступил к работе по Первому Шагу Анонимных Наркоманов.



Я приехал в Москву спустя семь месяцев после моего спасения, чтобы отблагодарить врачей и всех людей, которые помогли мне прошлой осенью.

Я позвонил на горячую линию московского АН и попросил помочь мне попасть на собрания. Каждый день меня встречали члены московского АН и мы шли вместе на группу. Я благодарен им. Вчера у меня было шестьдесят дней чистого времени, и мне вручили зеленый брелок на собраниях в Москве. Сегодня я возвращаюсь домой и должен признать, что с нетерпением жду, когда увижу знакомые лица членов моей домашней группы, по которым я очень соскучился. За несколько дней в Москве я отошел немного от программы АН, у меня часто бывает тяга. На собраниях в Москве мне не хватает родной речи, хотя на уровне чувств я все понимаю. Но мне хочется узнать, над чем конкретно смеются люди на собраниях, чем делятся.

У меня снова появились мечты, и я понимаю, что это путешествие в выздоровлении полно удивительных открытий и это не просто прогулка по берегу моря, придется потрудиться. Но я смотрю вперед в будущее, а не в прошлое, которое не изменить. В августе в Голландии будет юбилей АН, нам тридцать лет. Я взял служение на этом празднике и приглашаю всех в Амстердам.

Надеюсь еще увидимся. С любовью, Джоз.