

Сколько лет, сколько зим?



Представители трёх групп 40+ («Борода», «Отражение», «Товарищи женщины») делятся опытом взросления и преодоления кризисов, а также дают взгляд на стереотипы о возрасте.

Один из важных принципов нашей программы — непредубеждённость. Поэтому, прежде чем выносить какое-то суждение, мы предлагаем разобраться и взглянуть на расхожие убеждения о выздоровлении после сорока и составить своё собственное мнение. На основе рассказов трёх разных ребят, преодолевших жизненный рубеж в сорок лет.

Убеждение 1. Группы 40+ только для взрослых

В принципе, от возраста немного зависит, что-то, но немного. У нас могут быть разные интересы, у тех, кто постарше — больше работа, семья. У молодых другие темы. Поэтому что-то интересно слышать, что-то нет, это не особо зависит от возраста. Это зависит от внутренней честности.

Фёдор, 17 лет чистоты, гр. «Отражение»

У меня был опыт на домашке с девочкой. Я понимала, что актуальные для неё вещи неактуальны для меня. Как моя бабушка в своё время говорила: «Ерунда это всё, таких Петь у тебя ещё много будет». Но когда первая любовь, там не объяснишь, там эмоции. У меня были подспонсорные сильно

моложе, и ни одна из них у меня не осталась.

Изначально мы открывали «Центр.Sisters» — группу, ориентированную на девочек. Туда стало ходить много молодых девчонок, и нам стало сложновато. Мне есть про что рассказать: про обучение, про отношения, про прохождение каких-то сложностей. Но и самой хотелось бы получить какого-то опыта, я сама бываю тем человеком, который страдает и не понимает, как жить. А они просто не могут дать необходимый опыт в силу возраста. Какие-то жизненные обстоятельства наступают в определённом возрасте. Потому мы, собственно, открыли новую группу.

Полина, 9 лет чистоты, гр. «Товарищи женщины»



На группе «Борода» много людей моложе 30-ти лет. Точно процентов 30-40 от группы — молодые ребята. И мы даже поднимали вопрос на рабочке, стоит ли нам убрать ценз 35+. Мы же никого не выгоним, это просто рекомендация. И приняли решение, что не будем убирать, пусть это всё-таки останется, потому что изначально группа задумывалась действительно для парней старше 35 лет, чтобы обсуждались всё-таки немного другие проблемы, нежели обсуждаются двадцатилетними. Вот этого нам хотелось. Эту группу придумали и открыли мы с моим близким другом. Мне 43, а ему там 30 с небольшим. У нас всё-таки костяк из ребят постарше, и это задаёт определённую атмосферу группы. Но и молодые ребята к нам ходят и берут у нас служения. У нас был ведущий первые два месяца — парень моложе 35 лет, огромная благодарность ему.

Александр, 21 год чистоты, гр. «Борода»

Убеждение 2. С возрастом труднее выздоравливать

Я пришёл в программу молодым в 1998 году. Мне было 19 лет. И многие вещи были намного проще для меня. Мне было проще решаться на что-то и менять свою жизнь. Мне многое хотелось попробовать из того, чего у меня не было в употреблении, в детстве, поэтому я был открыт к новому. В 40 лет сложно открываться новому, сложно менять свою жизнь и быть непредубеждённым. Есть стабильность, есть какие-то вещи и ценности, которые мне важны, и поэтому я могу сказать, что в 40 лет сложнее. Но, с другой стороны, у меня хорошая база за спиной, хороший опыт выздоровления и чистой жизни. И в этом смысле мне, конечно, легче.

Александр, гр. «Борода»

Про программу я узнала в двадцать лет, и мне было не до этих всех приколов. Чтобы всё это воспринять, мне надо было вырасти и пообтесаться, наверное. У меня всё пришло вовремя. И я рада, что я к этому посерьёзнее подошла. Другие варианты были испробованы, и у меня не осталось каких-то иллюзий.

Полина, гр. «Товарищи Женщины»

В 40 ЛЕТ СЛОЖНО
ОТКРЫВАТЬСЯ НОВОМУ,
СЛОЖНО МЕНЯТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ
И БЫТЬ НЕПРЕДУБЕЖДЕННЫМ.
ЕСТЬ СТАБИЛЬНОСТЬ, ЕСТЬ
КАКИЕ-ТО ВЕЩИ И ЦЕННОСТИ,
КОТОРЫЕ МНЕ ВАЖНЫ, И
ПОЭТОМУ Я МОГУ СКАЗАТЬ,
ЧТО В 40 ЛЕТ СЛОЖНЕЕ



Убеждение 3. После сорока лет наступает кризис

Мне 42 года и да, после 40 лет у меня действительно обнаружился некий кризис. И впервые в жизни, мне кажется, что этот кризис напрямую не связан с зависимостью.

Мне очень помогают группы. Выздоровление для меня — это фундамент, на котором я стою, и без этого фундамента для меня ничего быть не может. Всё что угодно может происходить в моей жизни, но если есть эта база, то всё остальное решается. Поэтому я хожу на группы. И группа «Борода» задумывалась как раз для мужчин 35+, которые либо стоят на пороге подобного кризиса, либо находятся в нём.

Александр, гр. «Борода»

Я в этот кризис особо не верю.

Фёдор, гр. «Отражение»

Я ожидала, что буду в роли женщины, которая теряет свою красоту, молодость и переживает по этому поводу. Но для меня это оказалось неактуально, наверное, в силу каких-то личных особенностей.

Для меня очень актуальным оказался вопрос здоровья. Я всегда была такая, знаете... Даже когда торчала, у меня никогда не было сильных проблем со здоровьем. Был гепатит, который никак не проявлялся. Кроме комаров и сезонных простуд меня ничто не заботило толком. А тут где-то с 37–38 стали накапливаться сложности со здоровьем. Я бросила курить и снова начала заниматься спортом, как в юности. У меня всегда так было, после небольшого перерыва начинаешь тренироваться, и всё нормально. А тут начинаешь тренироваться — и нифига не получается. Месяц, второй — и никакого прогресса. Я спонсору говорю: «Вот же, раньше...». Она спрашивает: «Сколько лет прошло?». А я понимаю, что двадцать лет с того момента, когда всё это было.

Когда мы поехали с мужем в поездку, мы обнаружили, что стоим в аптеке и покупаем друзьям не смешные сувениры, а лекарства. И это не может быть про меня. У меня подружка моложе меня буквально месяц назад стала бабушкой. Когда я прихожу к подружкам в гости, а там такие университетского возраста дети. Для меня это нереальные вещи, мне самой столько же было недавно. Мне вообще тяжело с этой реальностью: что мне где-то надо беречься, больше поспать, вовремя поесть. Раньше у меня был рюкзачок, в нём лежала смена белья, зубная щетка с пастой, и вот я тусила и не заморачивалась. А сейчас мне важно приехать домой к мягонькой подушечке. Это грустно с одной стороны, с другой — всему своему время.

Полина, гр. «Товарищи женщины»

Убеждение 4. Взрослым зависимым сложно признать свой настоящий возраст

Я вообще немного фрик по жизни. В чистоте я стала позволять себе все вот эти вещи. В ранней юности я себе это позволяла, потом не до этого было, барыгу ждала всё время. А потом было очень страшно, боялась, что скажут окружающие. Беспokoилась об общественном осуждении, я из тех забитых наркоманок, которые до 15 лет были тургеневскими девушками, а потом жизнь сложилась иначе. Пришли наркотики. Я фрик внутри, но мне всегда было сложно это реализовывать.

Только в 37 я сделала татуировки, которые хотела. Знаете, вот эти разговоры — как ты будешь выглядеть, когда будешь старая. Я поняла, что когда буду совсем старая, возраста своей бабушки, когда всё от гравитации вытянется, пофигу будет в татуировках это всё или нет. Был момент, когда я пробовала разное, одевалась незнамо во что в 35-38 лет. Замуж я выходила как раз в 38 с дредами и в кедах. Потому что мне так хотелось, в этом для меня была такая свобода быть собой. Но на сегодня я, как если ребёнок получает желанные пирожные, «обожралась» этим. И теперь я понимаю, что если я хочу чего-то, конечно, я это делаю. В силу работы я стараюсь одеваться прилично, потому что меня не поймут просто. А так в обычной жизни я больше не по своему возрасту одеваюсь. Не чтобы окружающих впечатлить, а просто делаю вещи, которые не успела сделать. Путешествия, пробы

профессии, мастер-классы, в том числе игра с внешним видом.

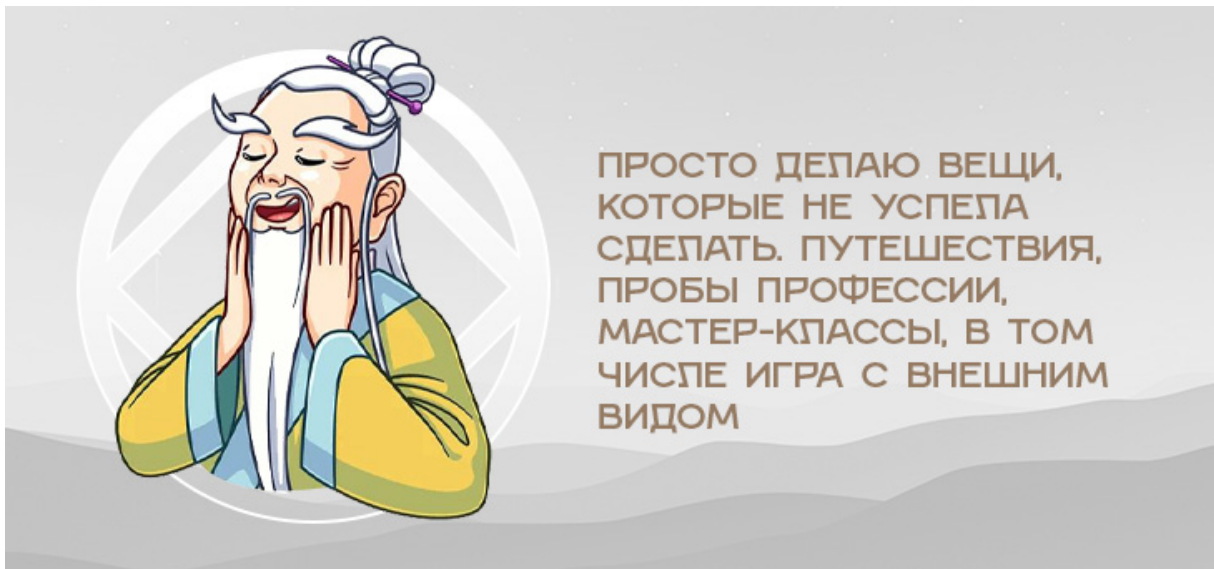
Полина, гр. «Товарищи женщины»

Ну, наверное, лет с 35 начинаются какие-то размышления о возрасте. Мне сейчас 42, и эти размышления только усиливаются. Видимо, они будут усиливаться на протяжении всей жизни. Тема возраста всё актуальнее и актуальнее. Когда я вижу ребят, которые реально на 20 лет моложе меня, я понимаю, что я вообще не такой уже. Возраст становится сложнее и сложнее принимать это с каждым годом. Вернее, даже не возраст, потому что ощущения вполне комфортные. А вот цифры, говорящие о том, что скоро будет 50, 60, 70, старость и так далее.

Фёдор, гр. «Отражение»

Мне 43 года, и я не чувствую себя на этот возраст. Я думаю, что у меня остался вагон и маленькая тележка моей зависимой инфантильности. И я думаю, что она будет со мною всегда. Да, я применяю какие-то духовные принципы и навыки, становлюсь более самостоятельным, менее эгоистичным, где-то более зрелым, но всё равно. Я употребил в первый раз в 15 лет внутривенные наркотики и замер в этом возрасте на долгое время. И сейчас иду с большим опозданием к своему возрасту во многих вопросах. Я могу развиваться и становиться более зрелым благодаря шагам, но при этом я в каких-то поступках показываю, что на самом деле я всё тот же 15-летний подросток. Так выражается зависимость. Но где-то сейчас это играет на руку. Я выгляжу моложе и лучше многих моих сверстников не из сообщества. Я подтянутый и активный. В нашем сообществе много молодых, и мне хочется им соответствовать и внешне, и в общении. И это всё прикольно, мне это нравится. Мне нравится наше сообщество как субкультура.

Александр, гр. «Борода»



Убеждение 5. После сорока романтические отношения строить сложно

Чем больше возраст, тем больше смирения и принятия. Мне легче строить отношения, будучи уже взрослым. Раньше была упёртость, какие-то представления, как должно быть. Мне было тяжело раньше, сейчас намного легче. Хотя так сказать нельзя, потому что я давно в постоянных отношениях. Но даже в этих постоянных отношениях мне раньше было сложнее. Сейчас легче.

Фёдор, гр. «Отражение»

Тяжёлая для меня сфера, да и в целом, сложная. Всегда были сложности с этим. У меня за плечами два брака и два развода. Накладывает ли отпечаток возраст? Да, на сегодня я стал чувствовать, что накладывает, потому что я очень легко раньше менял свою жизнь ради каких-то перемен. Ради человека, ради отношений, ради совместного будущего. Сейчас мне намного труднее решиться перестраивать мою жизнь. Больше страхов и очень сложно доверять Богу. Мне было проще это делать в молодости.

Александр, гр. «Борода»

Здесь опыт и возраст точно помогают. Когда я пришла в программу, я была в первом браке с торчком. Он уехал в реабилитацию, я стала выздоравливать в АН, мы к тому моменту уже были в отношениях 12 лет. Я надеялась, что мы будем вместе выздоравливать, но этого так и не произошло. И я оказалась в

36 лет перед фактом, что мой муж сказал мне: «Знаешь, у меня другая женщина есть. Давай, пока». Для меня было сложно, от него я перекумаривалась дольше, чем от наркотиков. Отделиться от человека я смогла только через два года.

Когда всё это случилось, я подумала, что я старое больное животное, мне 36 лет, я никому не нужна. Осталась у разбитого корыта! Вот бабушка, её слова про «Петь, которых будет ещё будет много», эти истории девчонок с похожим опытом. Что кто-то создал семью, кто-то нет. Что можно быть счастливым и без этого всего. Это помогло мне как-то прожить, не поступив по старой схеме. Я всегда из одних отношений скоростно прыгала в другие. Две недели прошло — и я вот уже чуть ли не замужем. Мы с моим мужем будущим довольно долго общались в формате группы...

Полина, гр. «Товарищи женщины»

