

## Принятие выздоровления

О чем мечтает мама наркомана или жена алкоголика? Конечно, о том, чтобы они согласились на лечение и выздоравливали. Когда-то давно он был такой хороший – очень давно, еще до зависимости... Однажды « в дом пришла беда»: зависимость от алкоголя или наркотиков. После месяцев – лет?! – непонимания, борьбы за то, чтобы он вновь стал таким как раньше, после такого долгого игнорирования факта болезни близкого, мы, наконец, поняли: он болен, и единственное спасение – в его выздоровлении.

После этого началась борьба. Она, как долгая позиционная, окопная война, велась в основном по двум направлениям: во-первых, надо было заставлять его выздоравливать. Долгое время самая популярная тема у нас на лекциях была «интервенция». Соответствующие пособия раскупались колоссальными тиражами. Рассматривались и многие другие вопросы, но самый главный все же каждый раз неожиданно для близких «вылезал»: а как же заставить его лечиться, обратиться за помощью в хороший реабилитационный центр?! Как сказала одна мама алкоголика: *«Я его и так, и эдак, а он, как селедка мокрая, все из рук выскакивает, не удержишь его!»*. Наркомана или алкоголика надо было спасать, нередко против его желания, чтобы хотя бы остался жив – а уж выздоравливать как-нибудь потом будет... Лишь бы был жив.

Вторая тема, очень популярная в АлАнон и Нар-Анон – границы, т.е. как защитить себя от его «художеств». Как обнаружить его ложь, как не давать себя в обиду, как жить своей жизнью – несмотря ни на что, выжить. Надо было выстоять, да еще как-то сохранить отношения, этот баланс был очень тяжел. Но как эквилибристы, мы старались сохранить равновесие между «здоровым эгоизмом» и «трудной любовью».

Мы так жили годы... А потом наступил счастливый день: он все-таки стал выздоравливать. Он «отлежал» в «центре», потом еще и еще, наконец «выдурился», начал «ходить на группы», вот уже долго не пьет и не колетса... Тут бы и жить – но не тут-то было.

Дело в том, что мы привыкли к нему - другому. Выздоровливающий он для нас – чужой. И себя мы не видим теперь в его жизни. Он не позволяет нам близко подходить к своему выздоровлению, ревниво охраняя его от нашего вмешательства, и действительно: мы мало что в нем понимаем. Он живет какой-то своей жизнью, и мы больше не нужны... Но мы живем вместе, или рядом, и он все время как-то по-старому, по-зависимому просит деньги, не хочет убираться в доме и ехать на дачу, он же еще не изменился весь! Любить и жить с нами просто так он не умеет. Все свое «сознательное» время он употреблял наркотики или пил. А мы – мы-то умеем ли его любить?

К сожалению, нет... Мы тоже последние годы так долго вели «позиционную войну», что «разучились любить»... Мы все еще его боимся – и недаром! – и боимся за него... И совсем не умеем просто радоваться с ним тому, что мы вместе. Мы не чувствуем покоя и тепла, страх «грызет» нас и сталкивает вновь в знакомые способы жить. Вот несколько примеров.

У мамы выздоравливает сын-наркоман. Вот уже два месяца он живет трезво у нас в дневном реабилитационном центре, каждый день приходя домой ночевать, дома пишет задания, колючий и непонятный. «А ты был на группе?» – «Был.» «А ты был на группе?» – «Был.» «А ты...» – «У меня все в порядке». «Но ведь он не рассказывает ничего! Однажды пришел слишком рано. Почему? Контролировать нельзя, знаю, но вдруг он прогуливает занятия? Надо позвонить консультанту... Контроль опять...» Напряжение растет и растет, сын его чувствует и говорит о том, как трудно жить дома... Совсем не так, как он думал, он будет выздоравливать. Однажды его дома ждал скандал, где мама, вся в слезах, кричала, что когда он сорвется, она не будет его больше кормить, и что пусть он докажет, что он выздоравливает, вместо того, чтобы писать «свою писанину» (это она про его задания по шагам) и пр. Сын ушел из дома, и, к счастью, сумел позвонить в центр. За последние два месяца эта была, вероятно, самая опасная для его трезвости ситуация.

У мамы дочь-наркоман. Выздоровливает вот уже 4 года. Работает в реабилитационном центре консультантом. Есть еще внучка, которую бабушка растила сама, пока мама употребляла, а потом выздоравливала. Бабушка у нас герой: и дочку не бросила, старалась как могла, и внучку растит, в школу ходит, председатель родительского комитета, и на праздники с ней, и покормить, и лечить, лечить надо ребенка... Выздоровливающая мама тоже как могла участвовала, но ей уже не так много места осталось в жизни бабушки и внучки... Началась у нее своя жизнь: друзья, любовь, работа... Молодая женщина стала непонятно жить: как-то сама, и мать ее не может контролировать. Ее даже не очень понятно, за что обвинять, если только за прошлые дела... Тогда мама «завела подружку» – молодую женщину возраста ровно ее дочери, поселила ее у них дома и стала ее открыто предпочитать родной дочери. Так все вместе и жили, и «хорошую» подругу она противопоставляла «плохой» дочери. Все на глазах у маленькой... Когда для «подруги» (которая, как вы понимаете, нуждалась в помощи, она была иногородняя, ей негде жить и пр.) потребовалась и комната, из которой «попросили» дочь – был скандал... Дочь едва отстояла право жить дома. Она меня спрашивала: «Почему мама меня не любит?» Я могла только сказать: «*Может, она уже не умеет любить здоровых и хороших*».

Жена наркомана положила жизнь на то, чтобы спасти его от смерти. Сколько боли, ужаса, потерь, унижений... Через много лет – как еще живой остался, непонятно... - он начал выздоравливать. Это она устроила его в центр, где ему помогли. Он начал вставать на ноги, приходит в себя и почти боготворил свою жену. Он понимал, что обязан ей не только жизнью – возможностью спасения души, которая теперь у него есть. Он поверил в Бога, ходит в храм, работает и старается жить мирно. Он не ангел, потому что многие годы жил действующим наркоманом и привык к этой совсем не-ангельской жизни, его выздоровление только начинается: что такое какой-то год трезвости? Теперь он живет у жены, и старается как-то налаживать семейную жизнь. А она-то теперь вовсе не хочет! *«Он меня бил...» – «И теперь бьет?» – «Нет... Но я не могу простить.» – «Но вы же дали ему надежду на то, что будете с ним не только в горе, но и радости?» – «Я боялась, что он умрет». – «А теперь не боитесь? Если вы расстанетесь, он уедет к себе, где нет ни групп, ни друзей выздоравливающих, а все вокруг – из его жизни действующего наркомана!» – «А я не могу...»* Он ушел. Что теперь будет, не знаю. Бог милостив – вот то, на что мы все надеемся.

Примерам нет числа. От моих пациентов уходят жены со скандалами и изменами – именно тогда, когда они начинают выздоравливать. Мой друг печально подсчитывает статистику распавшихся браков именно в выздоровлении наших «зебрят» и делится своими печальными прогнозами. Мы стараемся шутить, но нам не смешно... Выздоровливающих наркоманов и алкоголиков выгоняют из дома («ставят границы»), устраивают регулярные ночные скандалы, кладут им в белье наркотики (так! – «А я не знала, куда их еще деть, я тут нашла...»), и так далее, и так далее...

Мы не умеем их любить, да и просто с ними жить, когда они выздоравливают. Они для нас тогда – чужие. Что же нам делать? Как суметь не просто избавляться от созависимости, но научиться их любить?