



## ОДИН ИТОГ

«Главное — не колоться» — девиз? Еще какой! Жил ли я так? Жил, и очень много лет. Колотятся кто? Наркоманы, которые торчат в грязных подъездах, воруют и прячутся от милиции. А я молодой модный парень со своими взглядами и интересами, люблю танцевальную музыку, красивые машины. Что плохого в том, что курю траву или пару раз в месяц съезжу в клуб не только ради танцев, к тому же модно — есть таблетки или нюхать порошки. Похоже? Уверен, что у многих и сейчас есть такие мысли и убеждения.

Лично я кричал свой лозунг громко и уверенно: я же не колоться, по подъездам не валяюсь, по подвалам не лажу, все в порядке. Прошло совсем немного времени, и мои слова поменялись: я же не часто, один-два раза не страшно. Вот только внутри я уже хотел еще и еще. Воровство, вонючие подъезды — я сам пошел туда, хотя раньше орал громче всех, что никогда со мной этого не будет и что это позор. Главное, чтобы не заметили — вот что стало моим новым девизом. Результат — годы вранья, слезы мамы, разрушенная семья. Я постепенно превратился в бесчувственное животное, готовое на все ради наркоты.

Возможно, читая эту статью, кто-то подумает — бред какой-то. Точно так же и я когда-то был убежден, что меня это не коснется.

### Я постепенно превратился в бесчувственное животное

На заборах, на асфальте, на стенах домов написаны номера телефонов барыг, которые готовы ради поганой наживы убивать людей — это называется именно так и никак иначе. Каждый, кто попробовал наркотики, хочет еще и еще. Начинает казаться, что жизнь с ними становится ярче и интереснее. Но это иллюзия, а реальность — слезы родных, разрушенные семьи, тюрьма... Что дальше, спрашиваете вы? А что, этого мало?

На кладбище очень много памятников, на которых написаны имена ребят, которым было 20-25 лет...

Главное — не колоться? Это ли главное?

Егор, 32 года



## «Я НЕ КОЛЮСЬ»...

Как часто мы, родители, слышали от своих детей фразу — «что злитесь на меня, я ведь не колоться, а травкой балуюсь и ничего в этом нет страшного, просто я балдею с друзьями». Кто кого успокаивал?

Травка... Все началось с травки... Это мол, легкие наркотики, и никто не задумался и не забил тревогу, что при употреблении легких наркотиков более вероятно развитие психической зависимости. Покурил, понюхал — забалдел, привык и захотелось большего.

Легкие наркотики — это довольно относительное понятие, так как последствия любых наркотиков практически всегда одинаковые. Они вызывают зависимость, сначала психологическую, затем физическую, затем наступает деградация личности и серьезные повреждения организма — у любого наркомана один итог.

Покупая легкий наркотик, сын уже перешагнул черту, вступив в контакт с миром поставщиков и потребителей тяжелых наркотиков. Фактически создались условия, при которых шаг от легких наркотиков к тяжелым оказался очень коротким. Ведь тяжелые наркотики, особенно из группы опиатов, приводят к сильной зависимости — как психической, так и физической — в короткий срок.

Я считаю, что мы должны знать и помнить, что между наркотиками — легкими ли, тяжелыми — стоит знак равенств. Все они несут беду, страдания и потери семье, близким.

Поэтому услышав фразу «Я не колоться...», надо уже бить во все колокола. Уважаемые родители! Необходимо успеть спасти своих близких! Главное — не опоздать.

Галина, мама Егора

## УСЛЫШАВ ФРАЗУ «Я НЕ КОЛЮСЬ...», НАДО УЖЕ БИТЬ ВО ВСЕ КОЛОКОЛА.



### ГЛАВНОЕ — НЕ КОЛОТЬСЯ?

По этому словосочетанию можно понять, например, что ты куришь изредка траву, считая, мол, ничего страшного, ты же не валяешься в подъезде со шприцом, корчась от ломки. И в принципе, у тебя не все так плохо. Вот только без этого пакета травы уже никакой радости нет и все свое свободное время ты тратишь либо на поиски, либо на употребление.

Именно так проходили мои дни до программы. Я курил «химию» и считал, что раз я не колоться, значит, я не наркоман, и это самое последнее дело — сидеть со шприцом в руке.

Со временем, на программе реабилитации «Страна Живых», ко мне пришло понимание, что не важно, куришь ты или колоться. Разницы нет. Итог всегда один. И он плачевный!

Данила, 21 год

### Между наркотиками — легкими ли, тяжелыми — всегда стоит знак равенств

## ПУГАЮЩАЯ ПУСТОТА: ОПЫТ МАТЕРИ

Почти два года мой сын не курит спайс. Он не употребляет, он в Переславском Доме «Страны Живых». Он в окружении тех, кто действительно искренне хочет и может ему помочь.

Почти два года прошло, а я все еще с содроганием сердца вспоминаю пережитое чувство беспомощности перед страшным наркотиком, который оказался сильнее меня. Наркотиком, который мог в считанные дни уничтожить моего сына, вытравить его интеллект, превратить в опасного зомби и погубить.

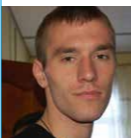
Нет, на его теле не было следов инъекций. Только в глазах — пугающая пустота и тоска. Только бесчувственная жестокость по отношению ко мне и близким. Только жуткое чувство, что я теряю сына и не знаю, как его спасти! Бессонные ночи и поиск хоть какой-нибудь информации, дающей надежду.

Единственно верным решением было — отвезти сына-наркомана в «Страну Живых».

Прошло почти два года, а мы оба все еще на пути к восстановлению в нем Человека, а во мне Счастливой Матери. Я верю, что мы одолеем этот Путь и не перестаем молиться об этом.

Марина, мама Данилы

### Только в глазах — пугающая пустота и тоска.



## МОЯ РЕАЛЬНОСТЬ

Всем привет, меня зовут Олег, мне 23 года, и я наркоман. Сказать честно, около трех лет назад вряд ли я бы это сказал.

Не сказать, что я был чем-то в жизни обделен, у меня были любящая мама, дедуля, бабушка, брат. Но с возрастом мои взгляды на жизнь менялись, мне очень хотелось быть крутым, взрослым, серьезным парнем, и чтобы рядом были такие же. Казалось бы, кому не хочется всего этого?

Раньше я слышал про наркотики и наркоманов, знал, что это плохо и всё в этом духе, всё это было страшно, мутно, чуждо, я думал, что меня это никогда не коснется. Но с возрастом мое мнение менялось. Часто говорят, что трава не наркотик, и в это я верил искренне. Мне нравилось то, что происходит в моей жизни, но до поры...

### А какая разница, что было в моих руках — шприц или бутылка?

Помню я шёл как-то вечером домой и почувствовал внутри, что меня тянет к траве, я понял, что влез в болото и испугался. Но это было моё последнее адекватное понимание, а потом я решил: «да ладно, какой я наркоман? Главное — не колоться, а остальное ерунда». И меня понесло. «Главное — не колоться» было для меня девизом по жизни, и я всячески оправдывал себя именно этим. Наркоманы — это те, кто колотся по подъездам, а я всего лишь курю и брошу, когда захочу, просто пока не хочу. Так прошло около 6 лет.

И я не колотся. Совершенно недавно я задумался, а какая разница, что было в моих руках — шприц или бутылка? Моя семья не спала ночами, мама кроме страха и боли последние четыре года не испытывала ничего, брат стал меня бояться, девушка уже не видела смысла в наших отношениях, а в моей жизни на первом месте была наркота и деньги. Все мои «друзья» были такие же, ну и конечно, общее у нас было только одно — кайф. Вот какой была моя реальность, которую видеть не хотелось. Всегда хотелось себя утешить мол «у меня всё в порядке, я не такой, я же не колоться».

А какая разница?

Можно много философствовать на эту тему, рассуждать, читать статьи в интернете на сайтах «медикаментозных реабилитаций», изучать этапы зависимости пошагово, а можно прочитать историю живого человека, который когда-то во всё это попал и сравнить, а не так ли это у вас?

Олег, 23 года



## КТО НАРКОМАН?

Меня зовут Сергей. Мне 21 год, я алкоголик и наркоман. На сегодняшний день не употребляю 1 год и 2 месяца. Я прохожу программу в реабилитационном центре «Страна Живых». Расскажу вам немного о себе и своей жизни.

В 13 лет я начал пить, в 14 уже напивался до беспамятства. Все деньги, которые у меня были, я спускал на пьянки.

Меня не трогало то, что я спал в подъездах и на лавочках, а напившись, лез драться. Я пропивал всё, а потом как божья стоял и кланчил деньги, чтобы похмелиться. Мне было наплевать на мнение окружающих и на своих родителей, я только сетовал на жизнь и жалел себя.

### Мне стало абсолютно безразлично все, что происходило вокруг

В 15 лет я попробовал наркотики (курить траву). Со словами «Да ладно, все вокруг курят, никто не умирал от травы, Я ЖЕ НЕ КОЛЮСЬ». И с тех пор наркотики стали для меня всем. Смыслом жизни стало — найти и употребить. Мне стало абсолютно безразлично все, что происходило вокруг. Не хотел ни работать, ни учиться, врал родным. Я начал употреблять химию, порошки со славками «Я же не колоться, я же не конченый!».

### Не важно, как ты его употребляешь, ХОТЬ ТЫ ИМ ГОЛОВУ МОЕШЬ

Но на самом деле нет разницы, колоться ты или нюхаешь, раз в неделю покурил или чаще, оправдывая себя — «Я же не постоянно». Это всё бред. И тяжелые, и легкие — наркотики.

Я не считал себя зависимым или наркоманом. Я жил лишь для себя и думал, что у меня всё нормально, а о том, что мама не спала ночами, ждала меня, переживала, я не думал вообще. Уходил из дома в понедельник на работу в 6 утра, а приходил в четверг в 3 ночи, мылся, ел, брал деньги, и уходил до следующей недели. Шлялся по притонам и обманывал людей, о какой-то чести не было и речи. «Не мы такие, жизнь такая» и «моя хата с краю» — вот принципы, по которым я жил. И при всём этом у меня в голове был текст — «Но я же не колоться». При этом мысли попробовать колоться у меня мелькали, и меня почти каждый день на это подбуждали, так что мне очень крупно повезло, что я не попробовал.

Уже на программе я понял то, что не приходило в голову тогда. Ребята, кто сейчас читает эту статью, поймите: наркоман это не тот, кто колотся, а тот, кому плевать на свою семью, близких, кто живёт только для себя.

Сергей, 21 год

## ЭТО НЕ ПРО МЕНЯ?

Меня зовут Сергей, мне 33 года, я из подмосковного города Люберцы. Пишу эту статью, потому что я наркоман, при этом не употребляю 2,5 года и хочу поделиться с вами своим взглядом на эту проблему.

Перейду сразу к делу. Весь 15-летний стаж употребления основным наркотиком для меня был героин. Это до поры не мешало мне работать менеджером по продажам машин, у меня даже родилась дочь, и главной моей заботой было, чтобы никто не знал, что я колоться. Соответственно, все силы я прикладывал, чтобы этот факт скрыть... А дальше скрывать стало невозможно — я начал воровать вещи из дома, появились проблемы с полицией, передозировки. Итог — я опустился на дно гнилого наркоманского болота.

Я прохожу сейчас программу реабилитации, разговаривая с ребятами, делюсь своим опытом — к чему меня привели наркотики. И часто слышу от ребят: это не про меня, я-то не колоться. Вариантов множество: курю, ем таблетки, которые продаются в аптеке, нюхаю и т.д.

На мой взгляд, это чушь, потому что наркотик — это наркотик, не важно, как ты его употребляешь, хоть ты им голову моешь.

Есть ли разница, от чего ты умрешь — от ВИЧа или выйдешь в окно? Потом скажут «он же не колотся», а допустим, просто курил. Можно и так порассуждать — я просто ворую вещи из дома, я просто не уважаю своих родителей, я просто люблю так жить, смотрю телевизор, употребляю и получаю от этого удовольствие. Можно сделать вид, что в жизни ничего страшного не происходит. К сожалению, по себе знаю, как можно деградировать до состояния, когда вся жизнь сводится к одной мысли, — хочу употребить. Это страшно. И да, — от наркотиков умирают.

У меня есть дочь, и мне было бы страшно услышать что-то похожее на вышесказанное от нее.

Сергей, 33 года

