ПАМЯТКА ДЛЯ ПОДРОСТКА

Ты:

«Представь себе, что ты, именно ты, начинаешь на площади раздеваться догола, выкрикиваешь какие-то глупости. Ты понимаешь, что делаешь что-то страшное, не совместимое с твоими понятиями, не совместимое и невозможное с тобой, ты этого не хочешь, но ты это делаешь».

Твой дом:

«В квартире из двух комнат, кухни и ванной могут жить 15-20 человек. На полу лежат рваные ковры и одеяла, хромые ободранные кресла. В ванне – остатки сантехники. На кухне – все жирное, грязное... Везде остатки еды, пепел, смятые пачки из под сигарет. Мусор никто не выбрасывает, жильцы справляют свою нужду где попало. Вонь, грязь, клопы...»

Твои друзья:

«В комнате неподвижно сидели около десятка человек. Один из них начал что-то громко говорить. Его речь напоминала бред сумасшедшего, которого никто не слушал. Около него сидел другой, изо рта текла слюна. Ещё один, похожий на алкоголика, сидел, облокотившись на стену, и бессмысленно улыбался. Все были в полусознательном состоянии…»

Твои родители:

«Маму только жалко. Она ведь меня не ругала и не ругает. Жалеет. Говорит, чтобы я держался, что она в меня верит. Какие ужасы она со мной испытала — это не рассказать».

Твои будни:

«Ничего тебе не интересно. Люди вокруг живут, а у тебя одна забота и одна мысль в голове – достать и ширнуться... Весь организм – как придаток. Ноги – чтобы пойти за кайфом, голова – чтобы придумать, где достать деньги, руки – чтобы шприц держать».

Твое состояние:

«На стене висел плакат. В нижнем углу была маленькая голубая точка. И вдруг эта точка превратилась в отвратительную физиономию. Потом мне показалось, что я истекаю кровью. Это продолжалось часами. Я не могла ни говорить, ни ходить. Кое-как добралась до клуба и просидела там 5 часов. И все это время мне казалось, что я истекаю кровью..»

«На стену выползло ужасное создание в виде человека-обезьяны. Людская половина лица застыла в предсмертной маске с закрытыми глазами, обезьянья — оскалила клыки в усмешке и моргала красным от крови глазом. Моргала мне, как будто я была лакомым куском для еды...»

Твоё будущее:

«Да можно снять физическую зависимость, ломки и прочее. Но психологическую – невозможно. Она уже сидит в мозгу и постоянно подтачивает, она уже овладела человеком. Год можно продержаться, два, а она все равно подловит момент и поймает. Потому что память невозможно стереть. И невозможно все время держать себя в обороне, в готовности к отпору, в постоянном напряге. А чуть-чуть расслабился – и подсознание сработало. У меня все силы уходят только на это. И так жить совсем не интересно, так ещё и знаешь, что бесполезно, рано или поздно она возьмёт своё…»

ЕСЛИ ТЫ РЕШИЛ ПОКОНЧИТЬ С НАРКОТИКАМИ, НЕ ОБОЛЬЩАЙСЯ.

Они так просто не отпустят. Впереди сотни проблем:

- тебе будет непросто устроиться на работу, а работа эта будет нелегкой, и платить за нее не будут тех денег, которых тебе хочется;
- тебе будет очень трудно учиться, так как память и внимание ослабнут за время приема наркотиков;
- ты будешь чувствовать малейшую перемену погоды или магнитную бурю, и это будет выражаться в усилении депрессии;
- ты на достаточно длительное время останешься один: друзья, которые были у тебя до приема наркотиков, выросли, и у них совершенно другие интересы, а друзей по наркоманской тусовке тебе придется всеми способами избегать;
- и это далеко не всё...

Но если ты решил, ты справишься. Всегда очень легко сказать: «Да, я ничтожество...делайте со мной что хотите». Зато очень трудно признать, что во всем этом виноват ты сам, а значит, никто, кроме тебя самого, не сможет решить эту проблему. И первое, что ты должен сделать — рассказать родителям или членам своей семьи. скорее всего, они уже обо всем догадываются. Не бойся. Они обязательно поймут и простят. К тому же взрослому человеку гораздо легче знать правду, так как такое знание позволяет ему принимать решения. Как только ты расскажешь правду, сколь бы страшная она ни была, отношение к тебе изменится: не будет больше холодности и отчужденности:

- с того момента, как ты решишь бросить наркотики, ты останешься один. С прошлым надо порвать. Ты должен прекратить общаться с людьми, которые принимают наркотики. Иначе не выбраться. Но других друзей у тебя пока нет. Кто же, кроме близких, сможет поддержать?
- Подумай: шприцы в воздухе не летают и в вену самостоятельно не втыкаются. Никто на свете, кроме твоей собственной глупости и слабости, не мог заставить тебя употреблять наркотики. Ты сам довел себя до состояния, в котором находишься сегодня. Винить здесь некого. Поэтому если хочешь, чтобы тебя поняли и простили, то проси помощи, а не требуй её.