

Nazywam się Barbara Rosiek; jestem autorką książek *Pamiętnik narkomanki, Kokaina. Przeszłam przez piekło uzależnienia. Brałam narkotyki przez 10 lat.*

Zacząłem się bardzo niewinnie – ktoś mnie poczęstował morfiną. Bałam się pierwszego zastrzyku, ale chciałam wiedzieć, jak to jest. Powiedziałam sobie, że to mój pierwszy i ostatni raz. Jakże się myliłam. Nie wiedziałam, że już po tym pierwszym zastrzyku stałam się narkomanką. Nic poza braniem się nie liczyło. A przecież miałam dopiero 14 lat.

Udało mi się skończyć szkołę podstawową, nikt nie wiedział, kim jestem, dlaczego tak się dziwnie zachowuję. Nie miałam bliskiej osoby, której mogłabym wszystko opowiedzieć. NIE MIAŁAM PRZYJACIELA.

W szkole średniej utrzymałam się przez pierwszą klasę, drugi rok był już niemożliwy. Nie potrafiłam wstać z łóżka, chyba że szłam po narkotyk. W końcu rodzice zorientowali się, że się ze mną coś dzieje i zamknęto mnie w psychiatryku. Przeżyłam kolejny wstrząs.

Po szpitalu dalej grzałam, okresami bardzo ostro. Miałam jednak w sobie jakiś instynkt samozachowawczy i zgłosiłam się na leczenie. Wytrzymałam tam 8 miesięcy. Odeszłam, bo musiałam brać narkotyki. W szkole dotarłam do matury, którą zdawałam na trzeźwo, po odtruciu się. Rodzice bali się, że mogą ich zostawić na zawsze i pójść na ulicę. Dom był dla mnie ostatnią nadzieją.

I wtedy pojawiła się polska heroina, tzw. kompot, którego produkcji szybko się nauczyłam. Kompot był wszędzie. Rodzice widzieli, jak gasnę, i byli bezsilni. Dla mnie liczył się tylko narkotyk.

Pewnego dnia, po kolejnych zapaściach i reanimacjach, zrozumiałam, że umieram. Byłam bardzo wyniszczona. Resztką sił podjęłam walkę o siebie, jak zwykle sama. Dostałam się na studia psychologiczne. Ale narkotyk jeszcze długo mi towarzyszył. Potem była wstrząsająca śmierć mojej przyjaciółki Marzeny. Mówiłam sobie – jeszcze żyję i to jest najważniejsze, później przyjdzie czas na inne sprawy, na miłość, bliskość.

Widmo przeszłości ścigało mnie jeszcze długo. Ale w końcu zaczęłam dbać o siebie. Skończyłam psychologię. Z trudem uczyłam się żyć w normalnym świecie. Moje uczucia stawały się prawdziwe, potrafiłam znów śmiać się i płakać, polubiłam siebie i ludzi.

Wiem, że do końca życia będę musiała uważać, by jednym gestem nie przekreślić wszystkiego. Pomagam innym narkomanom i ich rodzinom.

Niewiele osób wychodzi z nałogu. Mnie się udało, ale cały czas płacę zdrowiem za tamte lata. Ufam, że dane mi będzie jeszcze trochę tutaj być, by cieszyć się zwykłym życiem.

Barbara Rosiek

List Barbary Rosieka do młodzieży

Pewnego lata, będąc już na studiach psychologicznych, napisałam *Pamiętnik narkomanki*. Miałam wtedy dopiero dwa lata abstynencji. Narkotyki brałam 10 lat.

Najpierw jest fajnie, masz nowych „przyjaciół”, wspólne tajemnice, poczucie przynależności do innych.

Wszystko przestaje być ważne. To nic, że po pierwszym strzale zarzygałeś pół mieszkania, skoro „pomocna” dłoń podaje ci następną działkę. I czynasz się czuć jak bóstwo, nie czujesz zła, wszyscy są życzliwi i mili, uśmiechasz się do całego świata. Wystarczy Cię przytulić i pękasz, nie wiedząc, co się z Tobą dzieje, dlaczego nagle jesteś taki rozklejony. Ty, twardy facet czy świetna dziewczyna. A wcześniej nie wiedziałeś, kim jesteś, po co żyjesz, czy jesteś kochany.

Sprawa jest prosta. Ktoś wcześniej nie przytulił, nie powiedział prostych słów – kocham cię. Może w domu nie było na to czasu, a może nie było z kim pogadać, bo rodzice jak zwykle nieobecni, zajęci jakimiś swoimi sprawami, interesami albo po prostu pijani.

Zaczyna się przyjemnie, ale po jakimś czasie nagle gasną przyjaciele, stare ćpuny po prostu zabiera śmierć, inni są na detoksie, bo czują, że już nie zarobią na następną dawkę narkotyku, inaczej jak kradzieżą, żebranią czy prostytutką. Pewnego dnia budzisz się z przerażeniem, że musisz, ale po prostu musisz wziąć działkę, bo właśnie tego cudownego poranka dopadł Cię głód fizyczny. Może to być za miesiąc czy pół roku, ale musi być. W swoim mniemaniu nie masz innego wyjścia, tylko to jedno – musisz natychmiast wziąć działkę. Roztrzęsione ręce szukają jakiegoś numeru telefonu, albo po prostu trzeba wyjść na ulicę, by wybrać trochę forsy lub sprzedać się jakimś obślizgłym facetom.

Głód psychiczny jest nie do wytrzymania. A już wyprzedajesz wszystkie swoje rzeczy, rodzice zamykają dom, wyrzucają Cię na ulicę za kradzież pieniędzy czy jakiegoś sprzętu.

I nagle gasną przyjacielskie gesty, gdy pewnego dnia budzisz się złany potem, bo natychmiast potrzebujesz działki.

Ratujesz się detoksem, jeżeli jest akurat wolne miejsce. Zamiast do ośrodka wracasz jednak na ulicę, bo lecisza na mniejszych dawkach. Głód psychiczny jest nie do wytrzymania. A już wyprzedajesz wszystkie swoje rzeczy, rodzice zamykają dom, wyrzucają cię na ulicę za kradzież pieniędzy czy jakiegoś sprzętu. Zaczynasz panicznie się bać, co będzie dalej, bo słyszałeś okropne rzeczy o ośrodkach odwykowych. Tam już nikt się nie da złapać na Twój narkomański bełkot czy bajer. A Ty boisz się bardziej odsłonięcia swojej narkomańskiej duszy niż bycia na głodzie.

I nagle gasną przyjacielskie gesty, gdy pewnego dnia budzisz się złany potem, bo natychmiast potrzebujesz działki. Płaczesz, za każdym razem, jak Ci się uda wpuścić narkotyki do organizmu. A potem znów na kilka godzin wydaje ci się, że stajesz się wolny. A w rzeczywistości kiwasz się gdzieś wychudzony, z anemią, z jakimś syfem, którego nie wiesz nawet, od kogo dostałeś. Masz myśli samobójcze.

I nadal jesteś sam, wokół chodzą nowe ćpuny, których już nie pojmujesz. Są młodzi, jeszcze uśmiechnięci, wierzą, że podajesz im szczęście. Ale Ty teraz już wiesz, co to jest. Małolaty wyśmiewają Cię, że po prostu nie potrafiłeś grać i opuściło Cię szczęście.

Tak trudno poprosić o pomoc, kiedy jest jeszcze w Tobie resztką osobowości i dumy, ale nie masz już wyjścia. Ściga Cię policja za włamanie, rodzice zmienili zamki w drzwiach – pod hasłem: wyleczysz się, będziesz z powrotem naszym dzieckiem.

A tu Ci się mówi, że jesteś niedoćpany, bo grzesz dopiero 5 lat. Ale to nieprawda. Każdy, kto fachowo pomaga narkomanom, jest zawsze gotowy nieść pomoc, jeżeli zadeklarujesz minimalną chęć

na detoks i wyjazd do ośrodka. A tu umarł Andrzej, Filip, Ewka. Byli niewiele starsi.

A przecież robisz dokładnie to samo. Codziennie dawkujeś sobie śmierć. Dobrze wiesz, że nawet najlepszy przyjaciel da Ci towar dopiero wtedy, gdy masz kasę lub się z nim puścisz. Starzy coś trują o zawałonej szkole, leczeniu, o pracy. Ale nie masz już siły o niczym innym myśleć. Owładnął Cię narkotyki. I to wszystko jedno, jak on się będzie nazywał. Jedno jest pewne, musisz mieć działkę na następny dzień.

Jesteś chory, potrzebujesz pomocy, sam sobie nie dajesz rady. Owszem, znam takich ćpunów, którzy poradzieli sobie bez ośrodka. Znam także takich, którzy po dwuletnim leczeniu wrócili do grzania i już nie żyją. Sam dla siebie jesteś zagrożeniem, zagrażasz także innym. Przypomnij sobie, ile razy podałeś narkotyki małolatowi, tak jak kiedyś Tobie podali. Nie wolno Ci w taki sposób ingerować w ludzkie życie.

I ja zabijałam, i ja zarażałam. Tylko w ośrodku możesz sobie poradzić ze swoim sumieniem, jeżeli je jeszcze masz. A masz. Widziałam narkomanów, którzy po ośrodku pomagają innym. Ich nikt nie oszuka. Rozpoznają Twoją chorobę natychmiast. I musisz wiedzieć, że są to ludzie, którzy autentycznie chcą Ci pomóc. To nie ważne, kogo okradłeś, jak się sprzedawałeś. Ważne jest to, że z tego można wyjść.

Ale posłuchaj mnie uważnie. Wychodzi niewiele – 10%, taka jest prawda. Inni po prostu umierają.

Dostawcy się cieszą każdą zdobytą nową duszą, którą zarażają narkotykiem. Więcej kasy dla nich.

Jeżeli już spróbowałeś narkotyku, pamiętaj, że wkroczyłeś na drogę śmierci, z której rzadko kto powraca. Nie wierz w takie hasła, jak kontrolowane ćpanie. To kit, który Ci wciskają handlarze, byś przynosił coraz więcej pieniędzy.

Brałam narkotyki 10 lat. Utraciłam wszystkich znajomych. Tylko ja przeżyłam. Potem już nie pamiętałam, kto żyje, kto umarł. Wygrałam. Ale do końca życia muszę pamiętać, że dla mnie narkotyki nie istnieje. Inaczej straciłabym wszystko.

Barbara Bolek

Jeżeli już spróbowałeś narkotyku, pamiętaj, że wkroczyłeś na drogę śmierci, z której rzadko kto powraca. Nie wierz w takie hasła, jak kontrolowane ćpanie. To kit, który Ci wciskają handlarze, byś przynosił coraz więcej pieniędzy.