

**«40 лет я разрушал себя, но в конце концов выбрал жить.  
А моя свобода имеет имя - достоинство.»**

Сергей знал улицу, наркотики и тюрьму лучше, чем кто-либо другой. Он начал употреблять наркотики в 13 лет. Тогда это казалось чем-то престижным, говорит он, делало его сильнее в глазах других. Он не знал, что на самом деле начинал длинный путь к разрушению, из которого выйдет лишь через сорок лет.

В течение 37 лет Сергей был зависим от наркотиков, а 16 из этих лет провёл в тюрьме, постоянно возвращаясь в тот же порочный круг. *«Я воровал, чтобы достать наркотики, меня ловили — и я снова оказывался в тюрьме. Даже там я не останавливался. Наркотики были единственным смыслом, который у меня остался»*, - рассказывает он.

Зависимость серьёзно повлияла на его здоровье. У него развилась тяжёлая форма остеомиелита нижней челюсти - инфекции, которая, как он говорит, *«убила всех, кого я знал с этой болезнью»*. *«Кость просто растворялась. Боль была по всему телу. В тот момент я уже не жил - просто существовал. В троллейбус меня не пускали, люди разговаривали со мной издалека, в магазинах мне отказывались продавать. Я чувствовал, что больше не человек»*.

Изолированный, больной и подвергшийся стигме, Сергей несколько раз пытался покончить с собой. *«Я хотел покончить с собой, но у меня не получилось. Тогда я не понимал, что смерть, не решение. Когда живёшь так, перестаёшь верить, что выход вообще существует»*.

Тем не менее, однажды что-то изменилось. Он познакомился с группой людей из реабилитационного центра, которые убедили его дать себе шанс на жизнь. Так он решил жить. Начал лечение, отказался от наркотиков. Через четыре месяца стал понемногу приходить в себя. Раны зажили, и вместе с ними - душа.

Но «чистая» жизнь не означала автоматически новую жизнь. *«Я не знал, как жить. Всю жизнь я воровал, употреблял наркотики, сидел в тюрьме. Я не умел управлять своими эмоциями, деньгами, отношениями. Если кто-то был не согласен со мной - он был враг. Если принимал меня - был другом. Такова была моя логика»*.

В тот момент он встретил Татьяну, своего ментора. Так он попал в программу наставничества для людей, живущих с ВИЧ или затронутых этой инфекцией, организованную UNAIDS Молдова в рамках Совместной программы ООН «Укрепление прав человека по обе стороны Днестра», реализуемой ООН при финансовой поддержке Швеции.

*«Сначала я не понимал, о чём эти сессии наставничества. Думал, что это какой-то курс или терапия. Потом понял - это путь к самому себе. Она помогла мне разобраться в себе, понять, почему я так реагирую, как остановиться, прежде чем причинить боль другому. Я не чемпион в этом, но теперь знаю, когда ошибаюсь, и могу что-то изменить»*.

На сессиях наставничества Сергей научился понимать себя и понимать других. *«Я открыл для себя, что такое эмоциональный интеллект. Раньше, если кто-то говорил мне слово, которое мне не нравилось, я закипал от злости. Теперь дышу, думаю, объясняю. Я больше не живу в состоянии войны со всем миром»*.

Сессии наставничества вдохновили Сергея пройти курсы парашютиста, роль, в которой он может помогать другим людям узнавать свои права и восстанавливать жизнь. *«Теперь я хожу по реабилитационным центрам и рассказываю людям, через что прошёл сам. Говорю им, что всё возможно, что есть другая жизнь. Некоторые слушают меня и тоже приходят на наставничество. Там мы делимся своими жизнями, болью но и надеждой».*

Сегодня Сергею 50 лет. У него есть семья, которая его поддерживает, водительские права и план на жизнь. Он понял, что является личностью. *«40 лет я деградировал, но теперь учусь жить. Наставничество вернуло мне достоинство. Оно научило меня, что я могу быть полезен обществу, что могу оставить после себя что-то хорошее».*

Если бы он мог вернуться в прошлое, Сергей точно знает, что сказал бы тому 13-летнему мальчику, который впервые попробовал наркотики: *«Я бы сказал ему, что есть другая жизнь, красивая, наполненная смыслом. Но я знаю, что тот мальчик не стал бы меня слушать. Он думал, что знает всё. Так я потерял годы. Теперь я понимаю: настоящая жизнь, это когда помогаешь и когда тебя принимают».*

Для UNAIDS Молдова история Сергея это доказательство того, что поддержка и доверие способны изменить судьбу. *«Программа наставничества, которую мы реализуем, показывает: в каждом человеке есть потенциал восстановиться и снова стать активной частью общества. Достоинство начинается с возможности быть услышанным и получить поддержку»*, говорит Светлана Плэмэдялэ, директор UNAIDS Молдова.

Сергей улыбается, когда его спрашивают, что для него значит программа наставничества. *«Если бы это была сказка, я бы назвал её “Золотая антилопа”. Тот человек из сказки погиб из-за своей жадности, а я почти погиб из-за собственного поведения. Но пришла мудрость и спасла меня. А моя свобода теперь имеет имя - достоинство».*