

«Что жизнь? То сон турка, упоенного опиумом...»

Григорій Сковорода

Передмова

Людина розумна вирізняється з-поміж інших земних створінь розвинутою свідомістю. Це дуже корисна штука, яку, однак, так і підмиває якимось змінювати – підсилювати, приглушувати, розтягувати, вимикати, переносити в інші виміри. І це бажання не з'явилося разом з наркотичним бумом 1960-х. Ні, воно таке ж старе, як і саме людство.

Важко назвати точну дату, коли з'явився алкоголь. Проте існують археологічні свідчення, що ще 13 000 років тому люди вже практикували виготовлення п'яних трунків.

У племінну добу змінена свідомість була привілеєм, який використовували переважно шамани. Її досягали завдяки наркотичним алкалоїдам, що містилися в рослинах і грибах: тютюн, кока, мак, конопля, ефедр, аяваска, пейот, псилоцибе, мухомор. До зміненої свідомості вдавалися для розв'язання складних питань, передбачення майбутнього, а також для лікування хвороб. Згодом ці алкалоїди вже не були привілеєм шаманів і людство почало використовувати їх для рекреації.

Основним каталізатором цього процесу стала епоха великих географічних відкриттів, які спричинили колонізаційну хвилю та масову торгівлю. Унаслідок чого людство отримало можливість ділитися місцевими рослинними засобами для зміни свідомості. Дуже часто вони здобували світову популярність через сферу медицини.

Француз Жан Ніко (саме від його прізвища – Nikot – походить назва нікотин) популяризував тютюнокуріння у Франції. Він рекламував цю рослину як лікарський засіб, що допомагає при коліках, нефриті, істерії, дизентерії, зубному й головному болю. 1587 року в Голландії вийшла книга «Рослина-панацея» про лікувальний потенціал тютюну.

Теофаст Парацельс у XVI столітті запропонував лікувати біль і кашель опіумом, хоча задовго до нього цю речовину використовували подібним чином на Близькому Сході.

Коку споконвіку вживали в Латинській Америці, але сам кокаїн синтезували аж 1855 року. Його почали використовувати як локальний анестетик. Екстракт коки був компонентом першого рецепту «Кока-коли» з 1886 до 1906 року.

Наркотики завдяки своїй популярності стали предметом жвавої торгівлі. Британська імперія наростила економічну потугу зокрема й на торгівлі опієм. У державній Ост-Індійській компанії було ціле Опійне агентство, у

якому працювало 2500 клерків, що наглядали за вирощуванням, збором і торгівлею цією речовиною. Щорічно вироблялося кілька тисяч тонн опію. У боротьбі за ринок збуту Британія провела дві опійні війни з Китаєм.

З другої половини XIX століття до традиційних наркотиків почали додавати нові класи речовин. 1887 року Лазер Еделяну синтезував у Німеччині амфетамін. 1885 року японський хімік Нагаї Нагойоші ізолював ефедрин (аналог амфетаміну) з рослини ефедр, а 1893-го синтезував з нього метамфетамін. Усі ці речовини – потужні стимулятори, що мобілізували енергію й надавали можливість довго не спати. Спочатку їх використовували в медицині, потім як допінг для військових.

На основі метамфетаміну в Німеччині випускали препарат «Первітин», який активно роздавали солдатам Вермахту на початку Другої світової. Ті називали його «таблеткою Герінга», однак через побічні дії речовини від цієї практики відмовилися 1941 року.

У 1950-х в Америці з'явився препарат «Обетрол» для боротьби з ожирінням, що також містив метамфетамін. Він був доволі популярним, поки не відкрили його адиктивні властивості.

У СРСР наприкінці 1980-х набула розмаху ефедрінова наркоманія: ін'єкційний наркотик, так званий вінт, видобували за допомогою хімічних реакцій з лікарських засобів «Солутан» та «Ефедрин». Нові синтетичні стимулятори продовжують з'являтися й досі.

1938 року в Базелі Альберт Гофманн синтезував психodelік ЛСД (діетиламід лізергінової кислоти). Компанія «Сандоз», у якій працював Гофманн, подавала ЛСД як універсальні ліки від шизофренії, сексуальних перверзій і алкоголізму. З цією речовиною почали активно експериментувати на початку 1950-х. У 1960-х вона стала неодмінним атрибутом контркультури.

Ще однією ключовою фігурою у винайденні нових речовин був американець Александер Шульгін. У другій половині XX століття він синтезував близько 270 психоактивних речовин, переважно триптіамінів та фенілетиламінів, зокрема MDMA, DOB, 2C та ін. Він не тільки винаходив нові речовини, але й активно їх випробовував, тому Шульгіна називають хрещеним батьком психodelіки.

Масове розуміння, що речовини, які змінюють свідомість, шкодять людині, – почало фіксуватися в середині XIX століття. Звичайно, багато релігій засуджували надмірне (або будь-яке) вживання їх і до того, але про обґрунтовану й медично доведену шкоду не йшлося.

1849 року шведський лікар Магнус Гусс увів поняття алкоголізму для позначення хронічної залежності від алкоголю. Майже через сто років, 1951-го, у Копенгагені відбувся перший Європейський семінар щодо алкоголізму, під час якого Елвін Мортон Єллінек презентував свою графічну концепцію «кривої алкогольної залежності»: різні стадії та ступені цієї хвороби.

1935 року в Огайо з'являється Товариство анонімних алкоголіків, яке засновують двоє протестантів та колишні шанувальники міцних напоїв – Білл Вілсон і Боб Сміт. Перша жінка долучилася до них 1937-го, а перший

непротестант — 1939 року. 2018 року Анонімні алкоголіки налічували 2 087 840 членів у всьому світі (120 300 товариств).

Речовини на кшталт опію й кокаїну почали обмежувати в медичній сфері наприкінці XIX століття: ввели контроль за точним складом лікарських засобів (до того виробники грішили прихованим додаванням опію) та розповсюдженням ліків, що містили наркотики. Паралельно взялися за немедичне використання. Кожна країна пройшла свій індивідуальний шлях. У міжнародному контексті цей процес завершився аж 1961 року, коли в ООН ухвалили Єдину конвенцію про наркотичні засоби (з поправками 1972 року), що забороняла поширення наркотиків (116 речовин) за винятком терапевтичного й науково-експериментального застосування.

Список заборонених речовин постійно оновлюється, бо спокуса високих прибутків надзвичайно приваблива: можна синтезувати нову речовину, що буде аналогом відомого наркотику, запустити її на ринок і легально продавати, поки її не внесуть у відповідний список. Наприкінці 2018 року під міжнародною заборонаю були вже 273 психоактивні речовини (тоді ж подали на аналіз ще 892 речовини). Новосинтезовані наркотики не завжди встигають належним чином випробувати, тож дуже часто вони значно токсичніші за своїх старших родичів.

Кожна країна вибудовує свою стратегію боротьби з наркоманією. На одному полюсі — Португалія, яка 2001 року декриміналізувала особисте вживання всіх наркотиків¹, на іншому — Філіппіни, де 2016 року президент Родріго Дутерте оголосив війну наркоманії (за офіційними даними, станом на 2019 рік убито 5104 людей, підозрюваних у торгівлі наркотиками, за неофіційними даними — близько 25 000). Однак жоден із цих підходів не розв'язав питання наркотиків, їх однаково продовжують уживати.

Тютюнокуріння найдовше вважалося безпечним. Кореляцію між курінням і раком легень встановлено аж наприкінці 1920-х. Доказова база про шкоду куріння поповнювалася до 1980-х, після чого стартували активні кампанії, що боролися із цим легким психостимулятором у розвинених країнах.

Тютюнокуріння не заборонене у світі, щоправда, є вікові обмеження на продаж цигарок. У деяких країнах не дозволено курити в публічних місцях, існують суворі обмеження щодо реклами, а пачки цигарок прикрашають не бренди, виписані гарними шрифтами, а фотографії людських нутрошів, уражених курінням; тютюнові вироби обкладають високими акцизами.

В Україні курять за різними даними від 23 до 31 % дорослого населення (18+ років), з них 6,2 % — електронні цигарки (дослідження Research and branding group). Тобто понад 8 мільйонів українців споживають тютюнові вибори — 40 % чоловіків та 9 % жінок. За даними МОЗ, щороку 85 000 українців помирають від проблем, спричинених курінням (це як населення Андори).

Алкоголь — також легальний з обмеженим поширенням. На відміну від тютюну, який не так просто самому виростити й висушити для споживання, цю речовину значно легше виготовити в домашніх умовах. За статистикою ВООЗ, більше чверті світового алкоголю виробляють в обхід оподаткування в підпільних умовах (домашнє вино, самогон, настоянки).

За цією ж статистикою, 2016 року алкоголь постійно вживало 2,3 мільярда населення планети: 44,8 % у вигляді міцних напоїв, 34,3 % – пива, 11,7 % – вина.

237 мільйонів чоловіків і 46 мільйонів жінок потерпало від розладів через уживання алкоголю. 3 мільйони осіб померло за рік через цю речовину. Це більше, ніж від туберкульозу, СНІДу та діабету.

В Україні 2018 року від отруєння алкоголем або від причин, пов'язаних з його вживанням, померло 11 877 осіб, з них 82 % – чоловіки.

А як щодо нелегальних речовин? За даними ООН, протягом 2017 року бодай раз вживали наркотик 271 мільйонів осіб. Це 5,5 % населення планети, кожен 18-й мешканець. З них 35 мільйонів потерпали від проблем зі здоров'ям через наркотики й потребували лікування. Третина з них – ін'єкційні наркомани, які вживають речовини внутрішньо. У половини ін'єкційних наркоманів виявили гепатит С, у кожного восьмого – ВІЛ. За 2017 рік від наркотиків померло 585 тисяч, що втратили потенційні 42 млн років здорового життя.

Не всі наркотики однаково популярні. За даними ООН, з 217 мільйонів 188 уживали канабіноїди, 53 – опіати, 29 – амфетамінові стимулятори, 21 – екстезі, 18 – кокаїн.

Канабіс вирощують майже скрізь – у 159 країнах (97 % суші). Найбільше опійних макових плантацій в Афганістані, М'янмі та Мексиці. Кокаїн традиційно продукує Латинська Америка (70 % – Колумбія, решту – Перу та Болівія). Екстезі виготовляють із сафролу, який виробляють переважно в Азії (Камбоджа) із сассафрасу білуватого.

Канабіноїди – це наркотичні речовини з коноплі – мелене сухе листя, суцвіття, гашиш (з пилку) тощо, які переважно курять або підмішують у їжу.

Канабіс не всюди криміналізований. У деяких країнах дозволено навіть немедичне вживання: в 11 штатах Америки, Канаді, Грузії, Уругваї², ПАР. 2 грудня 2020 року ООН виключила медичний канабіс зі списку небезпечних наркотиків.

У США 2017 року понад 24 мільйони осіб уживали канабіс бодай раз на місяць, із них половина майже щодня. У Канаді щоденних користувачів нарахували понад 1 мільйон того ж року. У Європі, де переважно дозволено тільки медичне використання канабісу, у середньому 9–10 % населення вживали канабіс упродовж року, причому у Франції більше (11,1 %), ніж у Голландії (9,2 %).

Опіати – маковий опій, героїн, кодеїн, трамадол, метадон, бупренорфін та ін. – це речовини, що спричиняють сильну залежність. Їх уживають або таблетовано, або ін'єкційно – у вену. Для боротьби з ін'єкційним уживанням, яке часто стає причиною поширення хвороб на кшталт ВІЛ/СНІД, гепатитів В і С та ін., використовують замісну терапію, коли ін'єкційних наркоманів переводять на таблетовану форму (метадон, бупренорфін).

Амфетамінові стимулятори вживають переважно в порошках і таблетках, рідше ін'єкціями. Їх використовують, коли треба багато енергії для довгої й виснажливої роботи, але також для вечірок. Хоча в останньому контексті

значно популярніша MDMA, або екстезі, так званий «тусовковий» наркотик, споживання якого у світі не набагато менше за всю амфетамінову групу. Стимулятори дають справді багато енергії, але за це потім настає розплата у вигляді «похмілля» та побічних ефектів.

Кокаїн, що замикає список топречовин, має подібний до амфетаміну ефект, просто дія кокаїну коротша, і коштує він поза Латинською Америкою значно дорожче.

Психodelіки, тобто ЛСД, псилоцибінові гриби, DMT, мескалін, не входять у світові топи. Ці речовини вирізняються тим, що вони найсильніше змінюють відчуття реальності. Після їх прийому свідомість людини переноситься у так званий тріп, що триває від кількох хвилин до дванадцяти годин (залежно від речовини). Під час тріпів у людей змінюється відчуття часу й простору, трапляються галюцинації, може з'явитися синестезія, тобто стан, у якому різні чуття поєднуються (людина може бачити кольори звуків, чути звуки кольорів, відчувати запахи на дотик та ін.). На думку ООН, до цієї групи належить також найпопулярніший дисоціатив кетамін. Цю речовину використовують в анестезії, але вона має також наркотичні властивості (людина може відчувати позатілесний досвід).

ООН не подає, скільки саме психodelіків уживають у світі, однак підсумовує річне вилучення цих речовин правоохоронними органами. Отже, 2017 року вилучено 24 кг ЛСД (насправді, це дуже багато, оскільки одна доза – 0,00005 грама), 12 тонн кетаміну, 3,5 тонни інших галюциногенів.

В Україні не ведуться підрахунки осіб, які вживають наркотики, однак є статистика щодо тих, хто звернувся по лікування або був упійманий на правопорушенні, пов'язаному з нелегальними речовинами.

Станом на 01.01.2019 року в Україні під наглядом у диспансерній групі перебувало 62 243 особи з розладами психіки та поведінки через уживання психоактивних речовин, близько 7 % (2027 осіб) унаслідок вживання канабіноїдів, полінаркомани (особи, які вживають різні речовини) – 6412 осіб.

На обліку МОЗ 2018 року перебувало 40 тисяч залежних від опіатів, 4,6 тисяч – від канабіноїдів, 1,5 тисячі – від амфетамінових стимуляторів, 40 осіб – від кокаїну. З них ВІЛ було зафіксовано в 15 тисяч осіб, гепатит С – у 7,6 тисяч осіб, туберкульоз – у 4,9 тисяч осіб, гепатит В – у 2,4 тисяч осіб.

З 2012 року в Україні діє програма замісної терапії для опійних залежних. 2018 року вона охопила 11 385 осіб (83 % – чоловіки, 41 % пацієнтів мають ВІЛ). На закупівлю медикаментів, переважно метадону, було витрачено 3007,7 тисяч грн.

2018 року в Україні від наркотиків померло 399 осіб (90 % – чоловіки, 85 % – у віці 25–44 років).

Правоохоронні органи зафіксували 23 163 правопорушень, пов'язаних з наркотиками. У «Єдиному звіті про кримінальні правопорушення» за 2018 рік зазначається, що всього вилучено 2662 кг наркотиків: 2054 кг канабісу, 452 кг макової соломки, 41 кг амфетаміну, 4,73 кг кокаїну, виявлено 130

підпільних лабораторій, ліквідовано 11 місць культивування опійного маку (знищено 112 000 рослин), 72 місця культивування канабісу (знищено 1 900 000 рослин). Загальна площа ліквідованих незаконних посівів нарковмісних рослин становила 155 гектарів.

За даними ЮНІСЕФ за 2019 рік серед українських підлітків (14–17 років) 18 % мали досвід вживання наркотиків, 50 % – досвід куріння (2003 року цей показник був 70 %), 85,7 % уживали алкоголь, а кожен п'ятий підліток п'є алкогольні напої майже щотижня.

Уживання речовин в Україні має свої особливості.

По-перше, наша східнослов'янська культура міцно заснована на алкоголі: «Наливаймо, браття, кришталеві чари», «А молоді жовнярики мед-горілку п'ють», «пиєми-пиєми по два-три, по три дня», «червена жура трояка, мала я мужа пияка», «Пили горілку, пили й наливку, ще й мед будем пить, а хто з нас, братця, буде сміятися, того будем бить!»

По-друге, Сагайдачний, як ми знаємо, «проміняв жінку на тютюн та люльку, необачний».

По-третє, як описувала Марко Вовчок: «Згадала Горпина, що чула колись, як дитина не спить, то настояти макові головки на молоці та й дати випити. Так вона й зробила».

По-четверте, на Україну вплинули загальнорадянські наркотичні хвилі, зокрема бум кокаїну і морфію в 1920-х (наслідок сухого закону на час Першої світової), війна в Афганістані (де багато солдатів підсіли на опіати), масове поширення коноплі та гашишу з Чуйської долини Киргизстану й Казахстану та загальнорадянська епідемія ефедренового «вінта» кінця 1980-х, що посідав за популярністю третє місце після канабіноїдів і опіатів.

По-п'яте, Україна зазнала удару 1990-х. Упала радянська вертикаль правоохоронних органів. Усі, включно з міліцією, почали масово заробляти на наркотиках в умовах дикого капіталізму. На фоні економічної кризи й бідності багато хто шукав розради в речовинах. Почалася велика лихоманка опійної ширки, що тривала з середини 1990-х до початку 2000-х. Унаслідок безконтрольного повального поширення цього наркотику в деяких депресивних містечках зараз важко знайти чоловіків, яким 40–45 років (ціле покоління вимерло). Також у 1990-ті до нас проникають західні наркотичні здобутки – амфетамін, кокаїн, екстезі, ЛСД.

Сьогодні Україна мало чим вирізняється від інших центральноевропейських країн. У нас, щоправда, заборонене медичне використання канабісу, але найпопулярніші речовини такі ж, як і в решті Європи.

Від куріння, алкоголю та інших наркотиків в Україні щороку помирає близько 100 000 осіб (як населення Кам'янця-Подільського); стають залежними, страждають на серйозні психічні ускладнення значно більше (багатьох людей оминає статистика). Однак гонитва за станами зміненої свідомості, як і тисячі років тому, позбавляє спокою.

За кожною історією вживання – індивідуальний досвід. Причини звернення до речовин бувають абсолютно різними: бунт, цікавість, нудьга, дослідницькі інтереси, печаль, травма, депресія тощо. Так само різними бувають наслідки: хтось може з першого разу геть підсісти на те, що рідко спричиняє залежність, а хтось роками вживатиме героїн, а потім з нього зіскочить. Хтось може без наслідків пройти сотню тріпів під ЛСД, а в когось будуть незворотні зміни психіки від однієї хапки трави. Хтось питиме важкий алкоголь щодня до глибокої старості, а хтось помре від передозування в підлітковому віці.

Ця книга складається з розповідей від першої особи. Я добирав оповідачів так, щоб показати досвід вживання всього спектра найпопулярніших речовин. Нерідко різні оповідачі говорять про одні й ті ж речовини, але їхні враження кардинально відрізняються. Це ще раз доводить суб'єктивність сприйняття, а також те, що не варто приміряти чужий досвід на себе. Не намагайтеся повторити те, про що розповідають герої, адже це може мати дуже серйозні наслідки.

Окрім свідчень людей, які вживали різні речовини, у книжці також є розповідь свідомого абстинента, лікарки, що практикує психоделічну терапію, та психіатра-нарколога, який понад 20 років лікує згубні наслідки вживання речовин.

Усі мої співрозмовники – українці, але перший герой живе у Швейцарії, а друга героїня – у Чехії. Більшість співрозмовників побажали залишитися анонімними. Можу назвати тільки чотирьох: Тарас Прохасько (розповідь про алкогольний стоїцизм), Стас Домбровський (розповідь про заповнення внутрішньої порожнечі), Вероніка Андрашко (розповідь про психоделічну терапію) та Владислав Сова (розповідь про зворотний бік медалі).

1966 року батько психоделіки Тімоті Лірі видав гасло: «Turn on, tune in, drop out», тобто «Увімкнися, налаштуйся, випадай». Останнє дієслово багато людей сприймали як «обдовбися і забий на суспільство». В автобіографії 1983 року Лірі пояснив, що насправді йшлося про «активний, вибірковий, витончений процес відмежування від недобровільних та несвідомих обов'язків».

Насправді це гасло доречне не тільки для психонаутів, але й для тих, хто тримається осторонь від речовин. Тут «випадай» повинно означати «позбудься стереотипного сприйняття», спробуй зрозуміти інших людей, бо тільки так зможеш сприйняти їх адекватно. Саме це і є метою цієї книжки.

У жодному разі не йдеться про пропаганду вживання – я просто хочу дати слово тим, хто перебуває в тіні. Як свідчать історія й статистика, ця тінь споконвічна й величезна.

1. Якщо поліція виявляє невелику кількість наркотиків (середнє дозування не більше ніж на 10 днів), то виписує адміністративне покарання; вирощування та торгівля наркотиками й надалі залишаються злочином.
2. Уругвай першим на державному рівні легалізував уживання канабісу з немедичною метою 2017 року.

Розповідь про дим, який завжди з тобою

У моїй родинній історії куріння проходить червоною, чи точніше, чорною ниткою. За чоловічою лінією, починаючи з прадіда, у всіх слабе серце. І от про прадіда не знаю, але дід кутив, тато кутив, і я курю.

Куріння діда я не застав. Він кинув задовго до мого народження, після серйозних клопотів зі серцем. Кинув не з першого разу. Тато розповідав, що одного дня дід поклав на стіл пачку цигарок і більше до неї не торкнувся, переламуючи власну волю (до куріння) чи точніше безвольність.

Куріння тата я пам'ятаю від самого народження. Пам'ятаю прокурені пальці, переповнені попільниці й робочий кабінет, що потопав у густому диму.

Тато мій був викладачем, що разом із мамою утримував трьох дітей у голодні дев'яності, тому кутив дешеві й міцні цигарки.

Пам'ятаю китайський «Лішепай» зі штангістом на пачці, «Президент», червоний «ЛМ», червоний «ПалМал». Тато знав, що таке дефіцит цигарок, тому купляв їх блоками, побоюючись, що такий необхідний товар знову зникне з продажу.

Тато кутив по пачці за день. Або й більше, я тоді не рахував. Куріння він намагався приховати від своїх батьків, але це не завжди вдавалося. Бабуся мені якось сказала, щоб я насипав татові в цигарку цукру, мовляв, йому не посмакує, й він кине. Бабуся ніколи не курила, і мала свої уявлення про механіку залежності. Я був ще малий і виконав прохання бабусі. Ефекту це, звісно, не дало.

Тато кинув курити після обширного інфаркту. До того безуспішно пробував кілька разів.

Попри те, що я виростав у тютюновому диму, мене не тягнуло спробувати. Я закінчив школу й чотири курси університету, ні разу не закуривши.

Моя перша цигарка – синя «Мор». Будівельники забули в нас на подвір'ї пачку з однією цигаркою, а я з цікавості вирішив спробувати.

Враження були доволі дивні: легке запаморочення, швидкоплинне піднесення й неприємний присмак. Я не закашлявся. Бажання покурити ще не з'явилося.

З того часу на різних тусовках іноді спорадично я викурював по цигарці. Без особливого захоплення.

Що мені справді сподобалося, так це кальян. Вечорами ми розпалювали його з братом і розкурювали під «Дорс». Ефект кальяну доволі сильний і приємний. По-перше, дим холодний, а отже, не викликає відштовхування організму й проходить глибоко в легені (чим завдає їм більшої шкоди). По-друге, ти вдихаєш багато CO₂, продукту горіння вугілля, тож перші глибокі затяжки приносять розслаблення й запаморочення. По-третє, ти видихаєш значно більше диму, ніж від якоїсь там цигарки.

Справжнє куріння починається тоді, коли ти сам купуєш собі пачку цигарок. Я купив срібний «Лакі Страйк» в один з короточасних візитів до Києва в кіоску на вулиці Хмельницького. Зараз його вже нема.

Кінець безкоштовного уривку. Щоби читати далі, придбайте, будь ласка, повну версію книги.