

Просто помоги мне прожить следующий день.

Джеймс Тейлор

Содержание

Предисловие Лизы Кудроу.....	8
Пролог	10
1. Вид из окна	21
ИНТЕРЛЮДИЯ: Нью-Йорк	42
2. Еще одно поколение попало в ад	46
ИНТЕРЛЮДИЯ: Мэтман	61
3. Багаж	65
ИНТЕРЛЮДИЯ: Мертвый	84
4. Похоже, я здесь уже бывал	90
ИНТЕРЛЮДИЯ: Зум	107
5. Без четвертой стены	108
ИНТЕРЛЮДИЯ: Дырки	136
6. Брюс Уиллис	137
ИНТЕРЛЮДИЯ: Все небеса вырываются на свободу	153
7. Польза «Друзей»	159
ИНТЕРЛЮДИЯ: Карманы	175
8. Одиссея	177
ИНТЕРЛЮДИЯ: Травматологический лагерь	188
9. Трое — это не компания, трое все разрушат	190
ИНТЕРЛЮДИЯ: Насилие в Голливуде	198
10. Одна Большая и Ужасная Вещь	201
ИНТЕРЛЮДИЯ: Место для курения	223
11. Бэтмен	233

ПРЕДИСЛОВИЕ

Лиза Кудроу

— А как дела у Мэттью Перри?

Прошло много лет с тех пор, как мне впервые задали этот вопрос; были времена, когда этот вопрос мне задавали чаще других. И я понимаю, почему так много людей спрашивали именно об этом: они любят Мэттью и хотят, чтобы у него все было хорошо. Я тоже этого хочу. Но меня всегда раздражали подобные вопросы представителей прессы, потому что я не могла им ответить так, как хотела: «Слушайте, это его история, и я не имею права о ней рассказывать, не так ли?» А еще мне хотелось сказать: «Тут речь идет о вещах очень личных, интимных, и если вам о них рассказывает не сам человек, то, на мой взгляд, это будут сплетни, а я не желаю сплетничать с вами о Мэттью». Но, понимая, что, отмалчиваясь, я могу причинить Мэттью еще больший вред, я иногда говорила просто: «Думаю, у него все хорошо». По крайней мере, такой ответ не привлекал лишнего внимания к Мэттью и, возможно, давал ему еще немного уединения — а оно было ему очень нужно для того, чтобы справиться с болезнью. Правда, говоря начистоту, я не была уверена в том, что с Мэттью все в порядке. В своей книге он расскажет вам о том, почему держал все это в секрете. Ему потребовалось некоторое время, чтобы почувствовать себя достаточно комфортно и рассказать нам о том, через что ему пришлось пройти. На самом деле, за все эти годы я ни разу не пыталась откровенно поговорить с ним и вообще не вмешивалась в его дела. То небольшое, что я знала о его зависимости, — это то, что не в моей власти сделать его трезвенником. И все же иногда я размышляла о том, правильно ли поступаю, когда ничего не предпринимаю. Вскоре я поняла, что его болезнь постоянно подпитывала себя, и значит, определенно будет продолжаться.

И тогда я просто сосредоточилась на воспоминаниях о Мэттью, человеке, который умел смешить меня до колик каждый день, а раз в неделю доводил меня до слез так, что у меня перехватывало дыхание. Я вспоминала того Мэттью Перри, который был очень умен, обаятелен, мил, чувствителен, и при этом очень рассудителен и рационален. И этот парень вместе со всем тем, с чем он боролся, снова находился рядом со мной. Это снова был тот самый Мэттью, который в самом начале работы смог поднять нас всех после изнурительной ночной съемки сцены у фонтана, которая стала фоном заставки сериала. «Что-то я уже не могу вспомнить того времени, когда меня не было в фонтане! Мы что, всегда были мокрыми?» (Именно благодаря Мэттью во вступительных титрах мы все сидим в этом фонтане и смеемся.)

После окончания съемок «Друзей» мы редко встречались с Мэттью, и я не могла даже предположить, как он себя чувствует.

Из этой книги я впервые узнала о том, каково это — сражаться с такой зависимостью и суметь выжить. Конечно, Мэттью кое-что рассказывал мне, но не в таких деталях. Теперь он впускает всех нас в свою голову и свою душу и рассказывает о своей жизни — откровенно и во всех подробностях. Наконец настал тот момент, когда никому не нужно спрашивать ни меня, ни кого-либо еще о том, как обстоят дела у Мэттью Перри. Он сам вам об этом расскажет.

Я знала, что он пережил невероятные страдания, но понятия не имела о том, сколько раз он стоял на грани жизни и смерти. Я рада, что ты с нами, Мэтти. Желаю тебе добра. Я тебя люблю.

Лиза

ПРОЛОГ

Привет! Меня зовут Мэттью, хотя вы можете знать меня под другим именем. Друзья зовут меня Мэтти.

Вообще-то, я уже должен был умереть.

И, если хотите, можете считать то, что собираетесь прочесть, моим посланием из потустороннего мира...

Шел Седьмой день Боли. Под Болью я подразумеваю не боль от удара молотком по пальцу или от просмотра фильма «Девять ярдов 2». Я пишу слово «боль» с большой буквы, потому что это была самая ужасная Боль, которую я когда-либо испытывал; это был платоновский идеал боли, ее эталон. Считается, что самая страшная боль — это боль при родах. Так вот, это была самая ужасная боль, какую можно себе представить, с той лишь разницей, что в конце ты не испытываешь радости оттого, что держишь на руках новорожденного.

Да, наверное, это был Седьмой день Боли, но также и Десятый день Неподвижности... Если вы понимаете, о чем я... А я вот о чем: за десять дней из меня не вышло ни грамма дерьма. Что-то пошло не так, совсем не так... Это не была тупая пульсирующая боль, похожая на головную; это была даже не пронзительная колющая боль, как при панкреатите (а он у меня был, когда мне было тридцать). Это была совсем другая Боль. Мне казалось, что меня вот-вот разорвет и что мои внутренности пытаются вырваться наружу. От этой Боли так просто не отмахнешься.

А еще — звуки. Боже мой, какие звуки! Обычно я веду себя как довольно тихий, замкнутый парень. Но этой ночью я орал во все горло. Иногда по ночам, когда на Голливудских холмах все машины уже припаркованы на ночь, а ветер дует с определенного направления,

можно услышать ужасающие вопли: это койоты заживо рвут кого-то на части. Сначала, правда, кажется, что это где-то далеко звучит детский смех, но потом ты понимаешь: это предсмертные крики. Но, конечно, хуже всего тот момент, когда крики прекращаются и ты понимаешь, что тот, на кого напали койоты, уже мертв. Это ад...

И да, ад существует. Не верьте тому, кто скажет, что ада нет. Я сам там побывал. Ад есть — и точка!

В ту ночь животным, которого рвали на части, был я. Я кричал и кричал, потому что изо всех сил боролся за жизнь. Молчание означало конец. И я не знал, насколько был близок к концу.

В то время я жил в доме для «завязавших» где-то в Южной Калифорнии. Не удивляйтесь — я полжизни прожил в разных реабилитационных центрах и отрезвилках. Прекрасно, когда тебе при этом двадцать четыре года, хуже — когда сорок два. А мне уже было сорок девять, и я никак не мог избавиться от вредной привычки — вцепившейся в меня зависимости.

К этому времени я знал о наркомании и алкоголизме больше, чем любой из коучей и большинство врачей, которых я встречал в этих учреждениях. К сожалению, такое знание ничего человеку не дает. Если бы счастливый билет до трезвости можно было получить тяжким трудом или сбором информации, то пьянство быстро стало бы легким, хотя и неприятным воспоминанием. Я же для того, чтобы просто выжить, превратился в профессионального пациента... Не буду ничего приукрашивать: в свои сорок девять лет я все еще боялся оставаться один. Оставшись в одиночестве, мой безумный мозг (кстати, он безумен только в этой области) всегда найдет какой-нибудь предлог для того, чтобы нарушить запрет и выпить алкоголь или принять наркотики. Помня о том, что несколько десятилетий моей жизни были разрушены этим занятием, я боюсь, что это повторится. Мне не страшно выступать перед двадцатью тысячами человек, но посадите меня одного на диван перед телевизором, оставьте на ночь, и мне станет страшно. Этот страх исходит от меня самого; я боюсь собственных мыслей; я боюсь, что мой разум побудит меня обратиться к наркотикам, как это уже бывало много-много раз. Мой разум хочет убить меня, и я знаю это. Я все время охвачен затаившимися одиночеством и тоской, я все время цепляюсь за мысль о том, что меня исправит что-то, пришедшее извне. Да у меня уже было все, что могло бы меня исправить, но...

Моя девушка — сама Джулия Робертс! *Вот за это надо выпить!*

Я только что купил дом своей мечты! Из него виден весь город! *Да какая же это радость без наркодилера!*

Я зашибаю миллион баксов в неделю! Я самый крутой, верно? *А выпить не хочешь? Почему бы и нет, в конце концов? Большое спасибо!*

А ведь у меня все это было. И я всегда находил себе оправдание и ничего не собирался исправлять. Пройдут годы, прежде чем я пойму, что мне нужно делать. Пожалуйста, поймите меня правильно. Все это было прекрасно — и Джулия, и дом мечты, и миллион долларов в неделю, и я буду вечно благодарен судьбе за все эти подарки. Я один из самых счастливых людей на этой планете. Ребята, тогда я славно повеселился!

Однако все эти события не дают ответа на главный вопрос: мог ли я поступить иначе? Что было бы, если бы мне пришлось прожить жизнь заново? Пошел бы я на прослушивание в сериал «Друзья»? Я уверен, что пошел бы. Стал бы я снова пить? Уверен, что стал бы. Если бы не было алкоголя, который успокаивал мои нервы и помогал мне развлекаться, то я бы уже в двадцать лет спрыгнул вниз с какого-нибудь небоскреба. Правда, мой дедушка, замечательный Элтон Л. Перри, рос в семье алкоголика, но ни разу в жизни не притронулся к выпивке. Ни разу за все эти долгие и прекрасные девяносто шесть лет!

Но я не мой дедушка.

Я пишу все это не для того, чтобы кто-то меня пожалел; я пишу эти слова, потому что в них правда.

Я пишу это для тех, кого смущает тот факт, что они знают: нужно бросить пить. Как и у меня, у них есть вся информация на этот счет, они понимают, какие будут последствия, — и все равно не могут бросить пить. Вы не одиноки, мои братья и сестры. (Когда для словаря потребуется иллюстрация к слову «зависимый», то ее вполне может заменить фотография очень растерянного человека, который постоянно озирается вокруг. Моя фотография.)

Из моей палаты реабилитационного центра в Южной Калифорнии открывался прекрасный вид на Западный Лос-Анджелес. Здесь стояли две двуспальные кровати размера queen size¹. Вторая кровать предназначалась для моей помощницы и лучшей подруги Эрин, лесбиянки, дружбу с которой я очень ценю, потому что она приносит мне радость общения с женщиной без романтического напряжения, которое разрушало мои дружеские отношения с другими женщинами (я уж не говорю о том, что с Эрин можно поболтать о знойных красотках). Я познакомился с Эрин два года тому назад в другом реабилитационном центре, где она тогда работала.

¹ Queen size — так называются двуспальные кровати больших размеров, ширина которых составляет от 160 до 180 см. — Прим. ред.

Я тогда не просыхал, но тем не менее сумел разглядеть, какая это замечательная во всех отношениях женщина, тут же увел ее из реабилитационного центра и сделал своей помощницей. Потом она стала моей лучшей подругой. Эрин тоже понимала природу моей зависимости и знала о борьбе с ней больше, чем любой из врачей, с которыми я имел дело.

Несмотря на утешение, которое принесла мне Эрин, в Южной Калифорнии я провел много бессонных ночей. Сон для меня — это настоящая проблема, особенно когда я нахожусь в одном из таких заведений. Думаю, за всю свою жизнь я ни разу не спал больше четырех часов подряд. Не сильно помогало и то, что тогда мы смотрели только документальные фильмы о тюрьмах. При этом я так «загружался» ксанаксом², а мой мозг поджаривался до такой степени, что я был убежден: я и есть настоящий заключенный, а трезвая жизнь — это настоящая тюрьма. У меня был знакомый психиатр, который постоянно повторял: «Реальность — это приобретенный вкус». Так вот, к тому времени я потерял и вкус, и запах реальности. Можно сказать, что у меня было ковидное восприятие; я постоянно находился в полном отрыве от реальности.

От реальности — но не от Боли; как раз Боль была настолько сильной, что я бросил курить. А если бы вы знали, как много я курил, то поняли бы, что это был верный признак того, что что-то очень серьезное идет не так. Один из сотрудников центра с бейджиком, на котором было написано имя этого придурка, предложил мне принять ванну с английской солью, чтобы «смягчить дискомфорт». Как оказалось, это примерно то же самое, что накладывать лейкопластырь на раны, полученные в ДТП; в воде Боль не только не уменьшилась, но и обрела новые краски. Но, как мы помним, «реальность — это дело вкуса», и именно поэтому я покорно принял ванну с английской солью.

Теперь я сидел голый, погруженный в Боль и выл, как собака, которую рвут в клочья койоты. Эрин меня услышала — впрочем, в этом не было ничего удивительного; я орал так, что меня, наверное, можно было услышать и в Сан-Диего. Так или иначе, она появилась в дверях ванной и, глядя сверху вниз на мое жалкое голое тельце, скорченное от Боли, произнесла очень простые слова: «Ты хочешь лечь в больницу?»

² Ксанакс — торговое название алпразолама, препарата из класса бензодиазепинов. Он применяется для лечения тревожных расстройств и панических атак. Ксанакс (Xanax) является одним из наиболее распространенных препаратов для снижения тревоги и устранения панических симптомов. — *Прим. ред.*

Раз Эрин решила, что дела мои настолько плохи, что надо ехать в больницу, то, значит, дело действительно обстояло именно так. К тому же она уже заметила, что я не курю.

— По-моему, это чертовски хорошая идея, — простонал я в промежутке между завываниями.

Эрин помогла мне выбраться из ванны и вытерла меня. Я начал одеваться как раз в тот момент, когда в дверях появилась мой медицинский куратор — наверное, ее встревожило убийство собаки в подведомственном ей помещении.

— Я отвезу его в больницу, — сказала Эрин.

Куратор Кэтрин была красивой блондинкой. Получилось так, что прямо по прибытии в центр я сделал ей предложение руки и сердца, в силу чего она, скорее всего, не была моей самой большой поклонницей. (Я не шучу: когда мы приехали, я был настолько не в себе, что сначала попросил ее выйти за меня замуж, а уж потом грохнулся с лестницы.)

— Да он просто ищет наркотики, — обратилась Кэтрин к Эрин, пока я продолжал одеваться. — Он будет выпрашивать их в больнице.

«Да, похоже, наша свадьба не состоится», — подумал я.

К этому времени мой вой дошел до других сотрудников, и они поняли, что либо пол в ванной уже завален собачьими внутренностями, либо кто-то испытывает настоящую Боль. К этому моменту к стоявшей в дверях Кэтрин присоединился старший куратор Чарльз (думаю, отец у него был манекенщиком, а мать — бездомной). Теперь Чарльз и Кэтрин вдвоем пытались заблокировать нам выход.

Заблокировать выход? Нам что, по двенадцать лет?

— Это наш пациент, — произнесла Кэтрин. — Вы не имеете права его забирать.

— Я хорошо знаю Мэтти, — настаивала Эрин. — Он не будет пытаться достать наркотики.

Затем Эрин повернулась ко мне:

— Тебе ведь нужно в больницу, Мэтти?

Я в ответ кивнул и еще немного поорал.

— Забираю его, — сказала Эрин.

Каким-то образом мы протиснулись мимо Кэтрин и Чарльза и выбрались из здания на парковку. Я говорю «каким-то образом» не потому, что Кэтрин и Чарльз подняли много шума, чтобы остановить нас,

а потому, что каждый раз, когда мои ноги касались земли, Боль становилась еще более мучительной.

А там, в небе, с презрением глядя на меня, не обращая никакого внимания на мою агонию, висел ярко-желтый шар.

«А это еще что такое? — подумал я, прорываясь сквозь пароксизмы агонии. — А, это солнце... И действительно... Давненько я его не видел...»

— У нас тут известная персона с сильными болями в области живота, — сказала Эрин в свой телефон, открывая машину. Машины — это глупые бытовые предметы, но только до тех пор, пока их не разрешают водить, и тогда они становятся волшебными шкатулками свободы и знаками успешной прошлой жизни. Эрин затащила меня на пассажирское сиденье, и я лег на спину. Живот тут же скрутило. Наверное, это агония...

Эрин села за руль, повернулась ко мне и сказала:

— Ты хочешь поскорей туда добраться или мы будем объезжать все выбоины Лос-Анджелеса?

— Женщина! Да гони же! — прокричал я.

К этому времени Чарльз и Кэтрин решили, что костыми лягут, но не дадут нам выехать с территории центра. Теперь они стояли прямо перед машиной, полностью блокируя нам выезд. Чарльз поднял руки и направил их ладонями к нам, как бы говоря: «Нет!» Но неужели авто массой в полторы тонны можно остановить силой его перчаток?

Но были вещи и похуже: Эрин не могла завести машину. Зажигание запускается через громкую *голосовую* команду «Старт!». Я сам так делал на съемках «Друзей». Здесь этого сделать не удавалось, и потому и машина, и район Палмс по-прежнему не трогались с места. И как только Эрин поняла, как можно завести эту чертову штуковину, ей оставалось только одно: она завела двигатель, нажала на газ, и машина резко взлетела вверх, на бордюр. Только от одного этого толчка, пронизавшего все мое тело, я чуть не умер на месте. Поставив два колеса на бордюр, Эрин промчалась мимо Кэтрин и Чарльза и вылетела на улицу. К счастью, они просто стояли и смотрели, как мы уезжаем, хотя к этому моменту я уже смог убедить ее переехать прямо через них. Неспособность перестать кричать — это очень страшное состояние.

Если все это я проделал только для того, чтобы достать наркотики, то я явно заслуживал «Оскара»!

— Ты что, специально целишься в лежачих полицейских? Не знаю, заметила ли ты, но мне что-то совсем плохо. Чуть помедленнее! — умолял я ее. У нас обоих по щекам текли слезы.

— Нет, надо быстрее! — прокричала Эрин. Ее карие глаза смотрели на меня со страданием, беспокойством и страхом. — Нужно доставить тебя туда как можно быстрее!

В этот момент я потерял сознание. (Кстати, 10 баллов по болевой шкале — это как раз потеря сознания.)

[Внимание: в течение нескольких следующих абзацев эта книга будет скорее биографией, чем мемуарами, потому что я в данный период на этом свете отсутствовал.]

Ближе всего к реабилитационному центру находилась больница Святого Иоанна. Поскольку Эрин предусмотрительно позвонила заранее и предупредила, что к ним едет какая-то VIP-персона, нас встречали прямо у проходной. В то время Эрин подозревала, что я очень серьезно болен, и очень беспокоилась о моей личной жизни. Но врачи поняли, что дело серьезное, и срочно отправили меня прямо в процедурный кабинет. И там все услышали, как я сказал: «Эрин, а зачем на диване лежат шарики для пинг-понга?»

На самом деле в кабинете не было ни дивана, ни шариков для пинг-понга — это просто я погрузился в состояние бреда. (Я не знал, что боль может вызывать бред, но все оказалось именно так.) Затем мне в мозг ударил дилаудид³ (лично я считаю его лучшим из лекарств и наркотиков в этом диком мире), и я ненадолго пришел в сознание.

Врачи сообщили, что мне срочно нужна операция... и вдруг ко мне в палату ворвались все медсестры, которые только были в штате Калифорния. Одна из них повернулась к Эрин и отчетливо сказала: «Готовимся бежать!» Эрин оказалась готова к такому повороту событий, и мы все вместе побежали — ну, или точнее, они побежали, а меня на большой скорости повезли в операционную. Эрин попросили уйти оттуда всего через несколько секунд после того, как я сказал ей: «Пожалуйста, не уходи...» Потом я закрыл глаза, и они не открывались в течение двух недель...

³ Гидроморфон — наркотическое вещество класса опиоидов, производное морфина. Известен также как дигидроморфинон и продаваемый, в частности, под торговой маркой Dilaudid, используется для лечения умеренной и сильной боли. Как правило, длительное применение рекомендуется только при болях, вызванных онкологией. — *Прим. ред.*

Да, вы правы, дамы и господа: я оказался в коме! (А куда, интересно, подевались те уроды из рехаба, которые пытались остановить нашу машину?)

Первое, что произошло, когда я впал в кому и стал дышать через трубку, — так это то, что блевотина, накопившаяся во мне за десять дней, попала прямо в легкие. Легким это не очень понравилось — фактически они у меня мгновенно воспалились. А после этого у меня произошел разрыв толстой кишки. Повторяю для тех, кто не догнал: толстая кишка у меня лопнула! Конечно, меня и раньше не раз обвиняли в том, что я полон дерьма, но на этот раз это была истинная правда.

И я очень рад, что доказательств этого я не увидел.

В тот момент я был почти уверен, что умру. Что это было? Мне не повезло, что произошел разрыв толстой кишки? Или наоборот — мне повезло, потому что это произошло в той единственной палате Южной Калифорнии, где с этим можно было хоть что-то сделать? В любом случае теперь мне предстояла семичасовая операция, которая, по крайней мере, давала всем моим близким достаточно времени, чтобы добраться до больницы. И каждому из тех, кто добирался до больницы, врачи сообщали: «У Мэттью есть шанс пережить эту ночь. Два процента».

Все люди так волновались, что некоторые из них падали в обморок прямо в вестибюле больницы. Увы, мне придется прожить остаток своих дней, зная, что в числе прочих свидетелей эти слова слышала и моя мать...

Я пролежал в операционной минимум семь часов, будучи уверенным в том, что больница сделала все возможное, чтобы моя семья и мои друзья отправились домой на ночь, чтобы немного отдохнуть, пока подсознание боролось за мою жизнь среди скальпелей, трубок и крови.

Спойлер: я пережил эту ночь. Но худшее было впереди. Моей семье и друзьям сказали: единственное, что может на какое-то время продлить мне жизнь, — это аппарат экстракорпоральной мембранной оксигенации / Процедуру ЭКМО часто называют «Аве Мария», имея в виду, что это последняя отчаянная попытка спасти человеку жизнь. Достаточно сказать, что за ту неделю в Калифорнийском университете в Лос-Анджелесе было переведено на ЭКМО четыре пациента, и все они умерли.

Еще больше усложняло ситуацию то, что в больнице Святого Иоанна не было аппарата ЭКМО. Тогда мои врачи позвонили в Седарс-Си-

найский медицинский центр. Наверное, там посмотрели на мою медицинскую карту и сказали: «Мэттью Перри не будет умирать в нашей больнице!»

Спасибо вам, ребята!

Больница Калифорнийского университета в Лос-Анджелесе (UCLA) тоже не хотела меня брать. По той же причине или нет — кто знает. Но, по крайней мере, они были готовы прислать сюда аппарат ЭКМО и бригаду врачей. Меня на несколько часов подключили к аппарату — и похоже, это сработало! Затем на машине скорой помощи в окружении множества врачей и медсестер меня перевезли в Калифорнийский университет в Лос-Анджелесе. (Я мог не пережить пятнадцатиминутную поездку на машине, особенно если бы ее вели так, как это делала Эрин.)

В Калифорнийском университете в Лос-Анджелесе меня доставили в отделение интенсивной терапии сердца и легких и поместили в палату реанимации. На следующие шесть недель она стала моим домом. Я все еще находился в коме, но, похоже, мне это нравилось. Я лежал весь обмотанный бинтами, и в меня закачивали лекарства — что может быть лучше?

Как мне потом рассказывали, все то время, пока я был в коме, я ни на секунду не оставался в одиночестве — в палате всегда был кто-то из семьи или друзей. Они устраивали бдения при свечах, обходили меня с молитвами — словом, они окружали меня любовью.

И в конце концов мои глаза волшебным образом открылись.

[Возвращаюсь к мемуарам.]

Когда я очнулся, то увидел маму.

— Что тут творится? — прохрипел я. — Где я, черт возьми?

Последнее, что я помнил, — мы с Эрин едем в машине.

— У тебя разрыв толстой кишки, — сказала мама.

Получив эту информацию, я сделал то, что сделал бы на моем месте любой комедийный актер: я закатил глаза и снова погрузился в сон.

Мне рассказывали, что когда кто-то по-настоящему болен, то с ним происходит что-то вроде разрыва связи — срабатывает принцип типа «Бог дает тебе только то, с чем ты можешь справиться». Еще в течение нескольких недель после того, как я вышел из комы, я запрещал людям рассказывать, что именно со мной произошло. Я очень боялся, что это моя вина; что я сам навлек на себя все эти напасти. Поэтому,