

ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЮЛЛЕТЕНЬ

ВЫПУСК #13
10.06.2025

ИНФОРМАЦИЯ И КОНТАКТЫ:
129345, Москва, ул. Тайнинская,
д.8, пом. 6 / office@aarus.ru
Тел. (499) 185-40-00,
+7 (916) 0095-770
aarus.ru

Указатель верного направления

ПРЕДТЕЧА АНОНИМНЫХ АЛКОГОЛИКОВ

стр. 4

ЗНАКОМЬТЕСЬ: ПОПЕЧИТЕЛИ ФОНДА ОБСЛУЖИВАНИЯ АА

стр. 21

БЕСЦЕННОЕ НАСЛЕДИЕ В АРХИВАХ АА

стр. 10

КАЛЕНДАРЬ МЕРОПРИЯТИЙ

стр. 24



Дорогие друзья! 10 июня 1935 года – особая дата для каждого члена Содружества АА. С этого дня беспросветную тьму нашего брата, страдающего алкоголика, озарил луч Света, что можно больше не умирать – есть решение!

Сегодня Содружеству исполняется 90 лет! Чувство бесконечной благодарности Богу переполняет каждого из тех нас, кто обрёл новую жизнь в АА, за эту судьбоносную встречу двух алкоголиков, которые основали наше любимое Содружество. Огромная благодарность Людям с большим сердцем, которые поддержали становление и развитие АА на протяжении всех лет со дня основания!

Друзья, Совет по общему обслуживанию АА, сотрудники Фонда обслуживания Анонимных Алкоголиков, Попечительский совет ФООА от всей души рады поздравить всех членов АА с Юбилеем Содружества Анонимных Алкоголиков!

Мы желаем добра, душевного покоя и радости в той новой жизни, которая так щедро была дарована нам по Милости Божьей. Продолжайте нести эту весть и будьте счастливы под сенью Любящего Создателя.

С Богом, друзья.

Дорогие друзья!

Рады поздравить всех нас с великим событием в жизни нашего любимого Содружества АА – 90 лет со дня основания! Пусть с каждым днём в сердце каждого из нас становится чуть больше благодарности и любви!

Рады служить на благо АА.

Ваша Служба Информационного бюллетеня.

*Ваша Служба
Информационного бюллетеня*

КОНЦЕПЦИЯ ИНФОРМАЦИОННОГО БЮЛЛЕТЕНЯ ДЛЯ ИНФОРМИРОВАНИЯ ГРУПП АА РОССИИ

Информационный Бюллетень – это издание Сообщества Анонимных Алкоголиков России для поддержания надежной связи обслуживающих структур с группами АА, развития коммуникаций, обмена опытом и информирования групп АА.

Информационный бюллетень АА издается по решению XXXIII сессии Конференции по общему обслуживанию АА в России и выпускается четыре раза в год. Подготовкой к изданию занимается Служба по информационному бюллетеню при Комитете Совета по общему обслуживанию АА по литературе.

Основная цель издания определена Пятой Традицией Анонимных Алкоголиков – нести идеи АА тем алкоголикам, которые все еще страдают.

Основная задача Информационного бюллетеня – служить Содружеству Анонимных Алкоголиков, как средство коммуникаций, способствовать развитию структуры обслуживания АА России и действовать, как связующее звено между группами АА. Большинство материалов соответствует принципам, на которые опираются группы и структуры АА на своих собраниях и других мероприятиях Анонимных Алкоголиков, таких как рабочие собрания, Ассамблеи, Конференции, Съезды и Фо-

румы. Прежде всего, это опыт применения Двенадцати Шагов, Двенадцати Традиций и Двенадцати Концепций всемирного обслуживания АА.

Корреспондентами Информационного бюллетеня являются члены Содружества АА России.

Материалы отбираются и формируются в соответствии с концепцией и задачей каждого номера Службой Информационного Бюллетеня. Присланные материалы подлежат редакторской правке и не рецензируются. Служба Информационного Бюллетеня оставляет за собой право отклонить материал или принять в публикацию.

На страницах Информационного Бюллетеня не обсуждаются вопросы политического, национального и религиозного характера.

Бюллетень не дает профессиональных советов, не обсуждает на своих страницах работу лечебных, административных, религиозных учреждений и профессиональных работников; не упоминает названия учреждений; не занимается антиалкогольной пропагандой и просвещением; не проповедует ни одну из религий; не имеет позиции по вопросам, вызывающим общественную полемику; не допускает оскорблений и споров на своих страницах.

УКАЗАТЕЛЬ ВЕРНОГО НАПРАВЛЕНИЯ



Каждому человеку дано ощущать духовную потребность в Боге: испытывать духовную жажду, искать Бога, стремиться к общению с Ним. Именно эта жажда, этот вечный зов, ведёт к истинному счастью и движению вперёд по жизни.

Нам, алкоголикам, пришедших в АА и начавших следовать принципам Программы выздоровления от алкоголизма, со временем стало понятно, почему у нас так болела душа. Эта боль с годами усиливалась, нарастала. Поначалу алкоголь помогал унять её, но постепенно его действие стало столь разрушительным, что мы и пить не могли, но не могли не пить. Алкоголизм – это болезнь, которая обманула нас и всё дальше уводила от Бога. Отдаляясь всё дальше и дальше от Него, алкоголизм вёл нас в могилу.

«Рано или поздно каждый член АА начинает полагаться на некую Силу, превышающую его собственную. Он обнаруживает, что Бог, как он Его понимает, – не только источник силы, но и указатель верного направления. Благодаря осознанию, что теперь ему доступна часть этого неисчерпаемого ресурса, его жизнь становится совершенно иной». Эта цитата из книги «Язык сердца», стр. 128, Традиция Вторая (январь 1948 г), статья, написанная Биллом У.

Постепенно Анонимные Алкоголики открывают нам глаза на то, что тщетно, бесполезно и мрачно в одиночку пытаться решить, как проблему алкоголизма, так и все остальные жизненные вопросы. Без Бога и без единомышленников невозможно

обрести Счастье, понять смысл и цель самой Жизни, ощутить настоящую, неподдельную радость. Без Бога и АА мы не сможем проживать горечь утрат, падения и взлёты – алкоголизм и наше необузданное эго обманет нас, снова схватит и утащит во мрак одиночества. Отдаляясь от Бога, мы утрачиваем душевный покой.

Душа связана с Богом незримой нитью. Чем дальше мы отдаляемся, тем сильнее душевная боль. Для одних алкоголиков дно – это точка возврата, второе рождение, а для других – это точка невозврата, уход в небытие.

Домашняя группа АА – это духовная семья для члена АА. В АА каждого из нас принимают таким, какой он есть. Бог принимает нас со всем хорошим и плохим в нас. Он любит каждого безусловно. У нас в АА нет правительства, нет генералов и командиров. Групповое сознание рабочего собрания группы – вот голос Бога. Наши лидеры не правят нами, а ведут за собой личным примером. Никто никого не заставляет, не принуждает. Мы сами, каждый из нас, в конце концов делает свой сознательный выбор – прийти и остаться, потому что АА нам подходит, потому что нам нравится тот образ жизни, который предлагают АА. Бог указывает нам верное направление, Он ведёт нас на нашем нелёгком Пути Счастья.

Мы думали, что пришли в АА за трезвостью, а обрели Бога. Обретя Бога, мы обрели истинное Счастье Жизни.

ТОЛЬКО ДЛЯ ЧЛЕНОВ АА

Мы все привыкли считать, что находимся перед сообществом АА в неоплатном долгу, который можно лишь частично отдать, передавая весть о выздоровлении дальше. Но это лишь полуправда. Представим себе, если у Билла У. не нашлось бы пятицентовика для звонка по 12 шагу в вестибюле гостиницы Мэйфлауэр в мае 1935 года, то наше сообщество могло и не создаться. А сегодня, готовы ли мы, что оно может развалиться, если мы не найдем «пятицентовика» для своего Офиса обслуживания?

Да-да, все мы знаем, разговоры о пожертвованиях считаются в АА «неприличными». Деньги, духовность встречаются и смешиваются в шляпе для пожертвований на собрании, но не слишком ли мы уповаем на групповые жертвы, в то время как нам самим требуется быть героем хотя бы на один день?

В АА мы в ответе за тех, кого наделили доверием обслуживать наши структуры. А значит, мы должны обеспечивать наш Офис обслуживания до тех пор, пока мы хотим в нем обслуживаться.

Мы помним, что капитулировав, мы победили. Этот парадокс действует и в принципе «отдавая – мы получаем». Наши жертвы полезнее наших мнений и слов, и наши структуры должны функционировать для нас, а также для тех, кто придет после нас.



Перечисляя деньги в Офис обслуживания, мы тем самым сохраняем связь нашей домашней группы со всеми уровнями обслуживания (районными, городскими, окружными), поддерживаем печать нашей литературы и сопутствующей полиграфии (буклеты, брошюры, визитки, плакаты и стенды), участвуем в формировании привлекательного образа сообщества, которое спасло нам жизнь. Всем любовь.

Сделать личное пожертвование можно по ссылке <https://7trad.aarus.ru/>



ПРЕДТЕЧА АНОНИМНЫХ АЛКОГОЛИКОВ

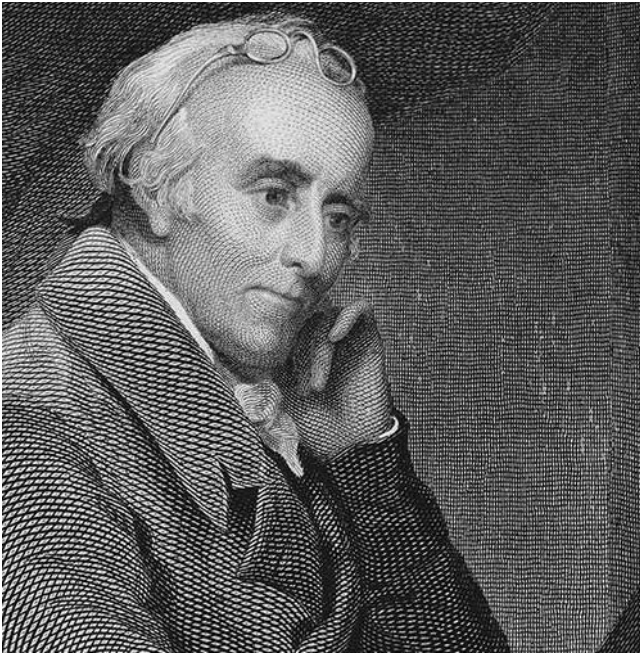
*История – наша память.
Изучение прошлого
помогает нам понимать настоящее,
делать выводы и строить будущее,
избегая ошибок прошлого*

Большинство идей и принципов, определяющих активную деятельность Содружества АА, были далеко не новыми на момент исторической встречи Билла У. и доктора Боба в 1935 году. «Мы, нынешние члены Анонимных Алкоголиков, являемся звеньями в древней цепи алкоголиков, уходящей в прошлое» – часто заявляли Билл У. и доктор Боб.

На протяжении многих и многих веков алкоголики были проблемой для общества. С тех самых давних пор, как алкоголизм определился, как проблема общества, предпринималось множество попыток решить её и предложить страдающим от алкоголизма хотя бы некоторое облегчение от болезни.

До начала 1840-х годов никто всерьез не верил, что алкоголикам можно помочь. Ранняя литература была больше озабочена описанием поведения и симптомов пьяницы, чем поиском «лечения», а «Движение за воздержание» 1820-х годов сосредоточилось на сдерживании пьяного поведения – по сути, на профилактике алкоголизма, а не на решении проблемы, когда он уже возник.

Подъем «Вашингтонского общества» в 1840-х годах ввел идею о том, что пьяница, некогда считавшийся безнадежным, может восстановиться и занять полезное место в обществе. В течение следующих 100 лет были испробованы различные методы лечения и терапии, некоторые из которых имели скромный успех. Но именно основатели Анонимных Алкоголиков в конечном итоге объединили найденные и возможные различные нити знаний в программу выздоровления, которая оказалась неизменно эффективной для алкоголиков по всему миру.



Бенджамин Раш (1745 – 1813) – выдающийся врач того времени (а также философ, политик, общественный деятель, писатель, преподаватель университета). Основатель психиатрии в США. Протеже и друг Бенджамина Франклина, был членом Континентального конгресса и одним из подписавших Декларацию независимости.

В 1785 году написал на семнадцати страницах медицинскую статью «Исследование воздействия горячительного спиртного на человеческое тело и разум». Его труд касался исключительно «крепких спиртных напитков» (дистиллированных ликеров); он считал, что трудно выпить достаточно «ферментированных ликеров» (пива, вина и сидра), чтобы вызвать опьянение, и поэтому не принимал их во внимание. Хотя это и некоторые другие его наблюдения могут быть сомнительными, его описание активного пьянства и его взгляд на поведение, связанное с употреблением спиртного, может найти отклик у любого современного алкоголика.

Свой труд он начинает с непосредственных последствий употребления спиртного: «Эта отвратительная (гнусная) болезнь, ибо именно так ее следует называть, проявляется более или менее следующими симптомами: 1. Необычная болтливость. 2. Необычная молчаливость. 3. Придирчивость и склонность к ссорам. 4. Необычайно хорошее настроение, и безвкусное жеманство или смех. 5. Нецензурная брань и ругательства. 6. Разглашение своих собственных или чужих секретов. 7. Грубая склонность указывать знакомым людям в компании на их недостатки. Через некоторое время полностью формируется пароксизм опьянения. Лицо краснеет, глаза выпячиваются, голова немного наклоняется к одному плечу, челюсть отвисает, появляются отрыжка и икота, конечности подкашиваются, все тело шатается».

Доктор Раш продолжает описывать хронические физические эффекты, включая потерю аппетита и «рвоту желчью... по утрам». Он упоминает про-

блемы с печенью, желтуху, осиплость голоса и хриплый кашель, покраснение и сыпь на разных частях тела... Зловонное дыхание, состоящее из всего, что есть отвратительного в гнилостных животных выделениях», а также «частые и отвратительные отрыжки». И последним, по его словам, приходит безумие и в конечном итоге наступает смерть.

Статья получила широкое распространение, была хорошо принята и положила начало для создания американского движения за трезвость. Но доводы в отношении воздержания от алкоголя, как средства лечения прогрессирующего заболевания, которые он приволил, забывались и часто подвергались сомнению.

ДВИЖЕНИЕ ЗА ТРЕЗВОСТЬ

Первые организованные попытки справиться с проблемой алкоголя начались в начале 1800-х годов. «Общество трезвости» было образовано в Массачусетсе в 1813 году, еще одно несколько лет спустя – в Коннектикуте, а в 1826 году был основан «Американский союз трезвости». Реформа распространилась по всей территории Соединенных Штатов. К концу 1828 года существовало примерно 225 обществ трезвости, насчитывавших более 100 000 членов, подписавших обет воздержания.

Движение за трезвость выступало за воздержание для всех, а не только для тех, кто уже имел проблемы с алкоголем. Поначалу выступало только против употребления дистиллированных спиртных напитков, а не ферментированных. Многие из бедных возражали, потому что они могли позволить себе только сидр и пиво, но не вино.

В ответ на это был инициирован новый обет, запрещающий употребление всех спиртных напитков. Это называлось обетом трезвости. Одним из результатов новой клятвы стало сокращение числа членов движения за трезвость, поскольку многие отказались от более ограничительной версии. Движение за трезвость также ставило своей целью искоренить продажу алкоголя. Его члены не только согласились воздержаться, но и вели кампанию за закрытие винокурен и торговцев спиртным, а также лоббировали принятие закона о трезвости.

КАРТОЧКА С ОБЕЩАНИЕМ ВОЗДЕРЖАНИЯ, НА КОТОРОЙ НАПИСАНО: «НИЖЕПОДПИСАВШИЙСЯ КЛЯНУСЬ СЛОВОМ И ЧЕСТЬЮ ВОЗДЕРЖИВАТЬСЯ ОТ ВСЕХ ОПЬЯНЯЮЩИХ НАПИТКОВ И БУДУ ВСЕМИ ЧЕСТНЫМИ СПОСОБАМИ ПОощРЯТЬ ДРУГИХ К ВОЗДЕРЖАНИЮ».





ВАШИНГТОНЦЫ

В апреле 1840 года движение за трезвость приняло поворотный момент. Именно тогда шесть собутыльников собрались вместе и основали общество воздержания, которое всего за четыре года протрезвило многие тысячи пьяниц и впервые привлекло внимание к алкоголику, как к личности.

Эти шесть товарищей проводили вечер пятницы в таверне Чейза в Балтиморе, где пили, как обычно и начали обсуждать лекцию о воздержании, запланированную на тот вечер. Четверо из шестерых решили принять участие в лекции и рассказать остальным об услышанном по возвращении с неё. Вернувшись с лекции и обсудив её вшестером, они решили основать свое собственное общество трезвости.

Пару дней спустя они встретились, составили и подписали следующую клятву: «Мы, чьи имена прилагаются, стремимся создать общество для взаимной выгоды и для предотвращения пагубной практики, которая наносит ущерб нашему здоровью, положению и семьям, обещаем, как джентльмены, что не будем пить никаких спиртных или солодовых напитков, вина или сидра».

Они назвали новую организацию «Вашингтонское общество трезвости» в честь первого президента страны. Пьяницы впервые объединились здесь, чтобы решить свои собственные проблемы, а не бороться с недугами общества в целом. Движение быстро завоевало популярность, особенно после того, как основатели приняли решение о формате, который члены АА найдут знакомым. Согласно статье, опубликованной в 1840 году, «председатель... предложил, чтобы каждый член встал со своего места и поделился своим опытом; и в качестве вступления он встал и рассказал, через что он прошел за последние пятнадцать лет, и какие преимущества он получил, подписав обет полного воздержания».

Вскоре движение распространилось в другие города, они начали проводить крупные публичные собрания. В их рядах появилось несколько влиятельных ораторов, и в течение двух-трех лет «вашингтонцев» можно было встретить в любой

части страны, они насчитывали тысячи членов (точное число неизвестно, но, вероятно, на пике популярности их число приближалось к 400 000).

Посыл «вашингтонцев» был прост:

- пьяницу можно спасти; он был слабым, а не злым;
 - рассказ о личном опыте исправившегося пьяницы был более трогательным и убедительным, чем лекция благонамеренного не алкоголика;
 - простота залога, требующая только одного — личного воздержания;
 - нейтралитет в вопросах политики, религии, распространения и продажи алкогольных напитков.
- Мало чем отличается от элементов в преамбуле АА.

На пике своей популярности «Вашингтонское общество» привлекло внимание многих выдающихся людей, не последним из которых был Авраам Линкольн, чья речь, произнесенная в спрингфилдском «Вашингтонском обществе трезвости» в феврале 1842 года, стала классической. Он начал с похвалы успеху общества, сравнив его со сторонниками других подходов, которые «не испытывают симпатии или интереса к тем самым людям, которых они стремятся убедить и переубедить».

«Но когда тот, кто долгое время был известен как жертва невоздержания, разрывает оковы, сковывавшие его, и предстает перед своими соседями «в здравом уме», как искупленное воплощение давно утраченной человечности, и встает со слезами радости на глазах, чтобы рассказать о страданиях, которые когда-то были перенесены, а теперь больше не будут... По моему мнению, именно сражениям этого нового класса чемпионов мы во многом, а может быть, и в первую очередь, обязаны своим недавним успехом».

Линкольн критикует традиционных защитников трезвости за то, что они говорят с пьяницами «громовыми тоном анафемы и осуждения» и говорит, что «неудивительно, что они медленно, очень медленно признавали истинность такого осуждения... Ожидать от них иного... значило бы ожидать перемены в человеческой природе... В этом вопросе «вашингтонцы» значительно превосходят защитников трезвости прежних времен. Те, кого они хотят убедить и уговорить, — это их старые друзья и товарищи. Они знают, что они не демоны и даже не худшие из людей; они знают, что в целом они добры, щедры и милосердны,

***Пьяницы впервые
объединились здесь,
чтобы решить свои
собственные проблемы,
а не бороться с недугами
общества в целом.***

«...рассказ о личном опыте исправившегося пьяницы был более трогательным и убедительным, чем лекция благонамеренного не алкоголика...»

даже превосходя пример более уравновешенных и трезвых соседей... А когда у защитника такой характер... ни одно доброе дело не может быть без успешным».

Успех «вашингтонцев», хотя и впечатляющий, длился недолго. Уже в 1843 году интерес начал угасать, и к 1848 году «вашингтонцы» фактически исчезли, за исключением некоторой сохраняющейся активности в Бостоне. Но влияние этого движения вышло далеко за рамки его успешности, поскольку оно ввело два элемента, которые существенно изменили лечение алкоголизма: концепцию о том, что алкоголик – это не просто моральный дегенерат, а человек, которому можно и нужно помочь, и роль самих «исправившихся» пьяниц в собственной реабилитации.

В некоторых своих работах Билл У. размышлял о «вашингтонцах», как о наглядном уроке для Анонимных Алкоголиков. Эти два общества были похожи во многих отношениях: алкоголики помогали друг другу, проводили еженедельные встречи, делились личным опытом. Каждое из них характеризовалось общением в группе и доступностью ее членов, опорой на Бога и, конечно, полным воздержанием. По словам Билла, именно отсутствие руководящих принципов, таких как Традиции АА, создавало проблемы для «вашингтонцев». Общество утратило свою главную направленность на помощь алкоголикам и оказалось втянутым в споры внутри более крупного движения за трезвость.

Без основополагающего требования АА к анонимности, «Вашингтонское общество» слишком полагалось на своих более видных представителей, по крайней мере, один из которых напился и нанес ущерб общественной репутации и авторитету «вашингтонцев». Напротив, АА извлекло уроки из тяжелого опыта, пережило множество ошибок, которые совершили его группы и члены в поисках пути к трезвости, и сформировало принципы, которые позволили выжить и расти.

Еще одним многообещающим ответом на исправление алкоголизма было «Движение Эммануэля»,

основанное священником-психологом Элвудом Вустером в 1906 году. Вустер был глубоко убежден, что врач и священник могут более эффективно работать вместе, занимаясь лечением функциональных заболеваний (он учился в Лейпциге у Густава Фехнера, одного из пионеров психотерапии и одного из профессоров Карла Юнга).

Книга с изложением его теорий «Религия и медицина, моральный контроль над нервными расстройствами» вышла в 1908 году и была переиздана девять раз в год публикации. Алкоголизм, что неудивительно для нас, составлял самую большую категорию в «нервных расстройствах».

Эрнест Джейкоби, бостонский торговец каучуком и прихожанин церкви Эммануэля, начал еженедельные встречи для мужчин, страдающих алкогольными проблемами, в 1909 году. Позже группа рекламировалась как группа «Клуб Джейкоби», «Клуб для мужчин, которые помогают себе, помогая другим». В церковном информационном бюллетене 1910 года Элвуд Вустер написал, что это не было «обычным обществом воздержания», что цель состояла в том, чтобы «обеспечить тщательное научное лечение при участии квалифицированных врачей и священнослужителей тем, кто в этом нуждается». Однако, в первую очередь, группа была посвящена взаимопомощи. «Клуб Джейкоби» оставался активным в течение 1920-х и 30-х годов. В свои последние годы он стал местом для первых встреч в Бостоне Анонимных Алкоголиков.

Двумя успешными выпускниками этого процесса были Кортни Бэйлор, ставший первым оплачиваемым консультантом по алкоголизму, и Ричард Пибоди, выдающийся непрофессиональный терапевт и автор книги «Здравый смысл употребления алкоголя», бестселлера того времени (1930 г.). Эта книга была обнаружена в библиотеке Билла У.

Вустер, Бэйлор и Пибоди верили, что все болезни, включая алкоголизм, имеют физические, психические и духовные аспекты. Они использовали релаксационную терапию и жестикуляцию, чтобы добиться изменений у своих пациентов. По их словам, способ справиться с проблемой заключается не в том, чтобы бороться с ней лоб в лоб, а в том, чтобы отвлечь внимание пациента на что-то более позитивное.

Для Вустера и Бэйлор объектом внимания была духовная жизнь и служение. Для Пибоди, который отошел от своих религиозных корней и выбрал терапию в более профессиональном направлении, это было контролируемое и продуктивное использование времени. В отличие от сторонников трезвости, которые подчеркивали пагубность употребления алкоголя, эти терапевты работали над уменьшением чувства вины пациента и концентрировались на преимуществах трезвой жизни.

В книге «Здравый смысл употребления алкоголя» Пибоди отстаивал концепцию капитуляции, напоминающую Первый Шаг А.А.: «Первый шаг к трезвости – смириться с тем фактом, что алко-

лик не может снова выпить без катастрофических последствий». Пациент, по его словам, также должен быть убежден в том, что ему нужна помощь. В той же книге он использовал фразу «полумеры бесполезны». Скорее всего, источник фразы Билла У. «полумеры ничем не помогли нам», как раз позаимствован из книги Пибоди.

Через пару десятилетий после успешного лечения алкоголиков начались общественные споры, которые снизили их эффективность. Священнослужители публично поссорились с врачами. Таким образом, движение просуществовало недолго.

ОКСФОРДСКАЯ ГРУППА

У нашего непосредственного предка, «Оксфордской группы», та же история. Поначалу она дала впечатляющие результаты, благодаря проверенному методу личной духовной трансформации. «Оксфордская группа» была достаточно многочисленной. Однако сегодня мало кто знает об их огромном влиянии за пределами Анонимных Алкоголиков.

Оксфордская группа, евангельское христианское движение, основанное в 1920-х годах Фрэнком Бухманом, оказало глубокое влияние на раннее развитие Анонимных Алкоголиков.

Фрэнк Бухман – американский лютеранский священник швейцарского происхождения.

Он искренне считал:

- духовное сильнее материального;
- именно «здоровый религиозный опыт» способен породить личные и социальные перемены;



- встреча с Богом может менять человеческую жизнь, давать силы жить мирно и жертвенно;
- ответ на мировой кризис лежит в духовной сфере.
- в ходе молитвенного уединения – «тихого часа» – Бог может дать людям мудрость и руководство;
- духовное возрождение людей – вот, что спасёт мир и позволит создать единство вместо разделения. А это, по его мнению, и есть замысел Святого духа о человечестве.

Он не придавал значения выступлениям с трибуны, а в основном распространял свои идеи преимущественно в ходе личных бесед и домашних встреч, а также на собраниях узких групп.

В 1920-е годы Бухман и его сторонники называли себя «Христианским братством первого века». С 1928 года появилось другое название: «Оксфордская группа».

Члены «Оксфордской группы» искали духовного возрождения путем приобщения к Богу через строгий самоанализ и исповедь перед другими людьми, в том числе, в недостатках своего характера, через исправление того зла, которое они причинили другим, через помощь другим, без раздумий или ожидания награды – «Никакой платы за исцеление души». Однако, они принимали добровольные взносы и пожертвования.

В «Оксфордской группе» практиковалось 4 шага:

- 1 шаг. Поделиться нашими грехами и искушениями с ещё одной христианской душой, преданной Богу. Мы используем это, чтобы помочь другим, по-прежнему не изменившимся, осознать и признать их грехи.
- 2 шаг. Предать наши жизни, прошлую и настоящую и будущую, попечению и руководству Божьему.
- 3 шаг. Возместить ущерб всем, кому мы причинили вред, косвенно или лично.
- 4 шаг. Вслушиваться, принимать и полагаться на Божье руководство и выполнять Его во всем, что мы делаем и/или говорим в большом или малом.

В основе программы «Оксфордской группы» лежали четыре абсолюта: абсолютная честность, абсолютное бескорыстие, абсолютная чистота, абсолютная любовь. Эти принципы были основой для личностного и духовного роста участников и служили руководством в их повседневной жизни. Для алкоголиков и Сообщества АА, которое «притязает на духовной прогресс, а не духовное совершенство» принять абсолютные ценности было трудно. Несмотря на это, корни этих абсолютов мы находим в личной инвентаризации.

Все наши духовные принципы исходят непосредственно от «Оксфордской группы» и от Сэма Шумейкера (лидер Оксфордской группы при церкви Calvary, что в переводе с английского языка означает «Голгофа»). Об этом утверждает Билл У. в книге «Анонимные Алкоголики взрослеют».

Билл У. и доктор Боб посещали собрания «Оксфордской группы», чтобы найти помощь в решении проблемы с алкоголизмом. Именно «Оксфордские группы» свели их вместе.

Доктор Боб пришёл на свое первое собрание «Оксфордской группы» в Акроне вместе со своей женой Анной Смит в 1933 году.

В ноябре 1934 года произошла встреча Билла У. с членом «Оксфордской группы» и другом детства Эбби. Эбби был трезв, чего Билл никак не ожидал увидеть. Эбби оставил Биллу описание программы простых действий, предназначенных для духовного пробуждения. После этой встречи Билл продолжал пить еще несколько недель. В один из декабрьских дней, он явился на собрание в нетрезвом виде. На следующий день он отправился на свою четвертую и последнюю госпитализацию в городскую больницу, где пережил «внезапное и глубокое» духовное озарение, которое изменило его самого и жизни многих алкоголиков.

В мае 1935 года Билл У. встретился с доктором Бобом и его женой Анной. Эта встреча, которую доктор Боб представлял себе, как пятнадцатиминутный визит вежливости, длилась всю ночь и весь следующий день. Биллу предстояло остаться со Смитами почти на три месяца, и вместе они с рвением несли весть многим другим.

Когда Билл ушел от доктора Боба, на пути к выздоровлению был еще один Билл Д., юрист.

То, что должно было стать Анонимными Алкоголиками, началось. Волшебство разговора одного алкоголика с другим с тех пор изменило жизни сотни тысяч страдающих алкоголиков.

Так АА вступили на Путь Счастливой Судьбы. Вначале, рост Сообщества «Анонимные Алкоголики» был медленным. Скорее всего, для нас это было хорошо. Потребовалось почти четыре года, чтобы собрать 100 членов и опубликовать наш базовый учебник – книгу «Анонимные Алкоголики».

Члены «Оксфордской группы» искали духовного возрождения путем приобщения к Богу через строгий самоанализ и исповедь перед другими людьми, ..., через исправление того зла, которое они причинили другим, через помощь другим, без раздумий или ожидания награды

4 шаг. Вслушиваться, принимать и полагаться на Божье руководство и выполнять Его во всем, что мы делаем и/или говорим в большом или малом

Подобно тем движениям до нас, Билл заметил в своей речи в Мемфисе в сентябре 1947 года, что успех был «серьезной проблемой». Он заявил: «Вино забвения может заставить нас мечтать о том, что «Анонимные Алкоголики» были нашим успехом, а не волей Бога... Как движение, мы сможем сохранить наше смирение — и, таким образом, наше единство — перед лицом того, что мир называет великим триумфом? Возможно, нам не нужно далеко искать ответ. Нам нужно только адаптировать и применять к нашей групповой жизни те принципы, на которых каждый из нас основал свое собственное выздоровление.

Затем Билл приступил к задаче «обеспечить будущее АА» посредством формулировки наших Двенадцати Традиций. Он знал, что это был Свет для нашего будущего. Каждый из этих принципов нашел свое воплощение в записях наших ранних лет и в глубоко задокументированном опыте этих более ранних «успешных» попыток помочь алкоголику. Ранние движения потерпели неудачу не потому, что они не были успешными, а потому, что они были успешными; они продемонстрировали точку зрения Билла о том, что успех может нанести обществу больший ущерб, чем неудача.

Двенадцать Шагов нужны каждому из нас в жизни больше, чем когда-либо, чтобы обеспечить собственную эмоциональную трезвость.

Наше Содружество нуждается в Двенадцати Традициях, чтобы обеспечить эмоциональную трезвость на групповом и региональном уровнях.

Тщательное изучение нашей истории необходимо, чтобы углубить признательность за наши дары и стимулировать новые усилия, чтобы помнить и продвигать наше первоначальное Послание. Наша коллективная история, её изучение и сохранение, позволяет стимулировать чувство смирения и доверия Божьему руководству и превратить абстрактные формулировки наших Традиций в жизненно важные инструменты для выживания. Очищение этого окна в наше прошлое может обеспечить лучший свет для нашего будущего.

В благодарности Богу и АА



БЕСЦЕННОЕ НАСЛЕДИЕ В АРХИВАХ АА

Возможно, ничто лучше не подводит итог истории АА, чем миллионы личных историй выздоровления, которые собрались воедино, как бесценное наследие в Архивах АА.

В апреле 1948 в журнале АА «Грейпвайн» Билл У. в своём эссе о Пятой Традиции пишет: «Именно потому, что теперь нам предельно ясно, что лишь выздоравливающий алкоголик способен многое сделать для алкоголика больного, на всех нас легла огромная ответственность – обязанность настолько великая, что её можно назвать священной. Ибо для нас, людей, страдающих алкоголизмом, исцеление – вопрос жизни и смерти. Поэтому Содружество Анонимных Алкоголиков не может, не смеет отклоняться от своей главной цели». Эта истина, которую всем нам, нынешнему и будущему поколению членов АА, никогда не следует забывать.

Двенадцатый Шаг – это наше основное служение в Содружестве АА. Вся история Анонимных Алкоголиков основана на простой императивной идее – один алкоголик ведёт разговор с другим алкоголиком.

Архивариусы и члены Архивных комитетов АА также участвуют в своей работе по Двенадцатому Шагу. Архивы дают возможность членам АА активно делиться своей историей.

Вот уже несколько лет мы собираем истории зачинателей, членов АА и групп Анонимных Алкоголиков из различных регионов России. Эти истории – живая летопись Содружества АА России. Летопись, которая позволит будущим поколениям не только узнать о становлении и развитии Анонимных Алкоголиков в нашей стране, но и станет источником вдохновения и поддержки для многих, кто ищет путь к выздоровлению.



МЕНЯ ПОГЛОТИЛО АА С ЛЮБОВЬЮ

Эта история одной женщины, алкоголика и члена АА, из маленького города Западная Двина, расположенного на юго-западной окраине Валдайской возвышенности в Тверской области.

История Светланы Ц. и её путь в АА начинается в сентябре 1988 года. В городе Западная Двина нет сегодня групп АА и никогда не было. Весть АА пришла неожиданно и прозвучала из настенного радио...

Светлана Ц. продолжает свой путь с Анонимными Алкоголиками, оставаясь трезвой с 7 августа 1997 года. Сегодня её домашняя группа АА «Правильное место» (онлайн-группа АА).

Что было, что произошло и что стало – Светлана рассказала Елене К. (группа АА «Выбор», г. Тверь) во время интервью в июне 2025 года. Елена служит в Комитете Конференции по архиву.

Интервью со Светланой и её историю читайте далее.

Елена: Привет, Светлана. Меня зовут Елена, член группы АА «Выбор», город Тверь. Сегодня я служу в Архивах АА. Мы просим тебя поделиться с нами опытом выздоровления и о своём пути в АА. Как ты пришла в Анонимные Алкоголики, в каком году это было и через что тебе пришлось пройти? Твоё первое знакомство с Содружеством, как это происходило и как ты узнала о том, что можно выздоравливать?

Светлана: Однажды я слушала передачу, которая называлась «Вечерний курьер». Это была молодёжная программа. Я любитель музыки, поэтому я сидела в ожидании, чтобы записать очередную музыкальную новинку. Но в анонсе ведущая сказала, что сегодня будет встреча с алкоголиком Сашей, который расскажет о Сообществе Анонимных Алкоголиков и о том, что в Советском Союзе

образовалась первая группа АА «Московские начинающие». А я как раз была после большого-большого питья. Сидела никакая и тут вдруг у меня ушки на макушке. Мне уже было не до музыки. Я быстренько взяла ручку и бумагу, когда Саша сказал, что ознакомит с этим Сообществом, расскажет немного о себе и оставит свои контакты.

Больше всего меня поразило, когда он по радио (причём радио было самое такое примитивное, настенное) сказал: «Меня зовут Саша, я алкоголик». Первая мысль, которая промелькнула тогда у меня: «Какой-то ненормальный человек. На всю страну сказал, что он алкоголик. Да таким радостным голосом! Как будто бы он сказал: «Меня зовут Саша, я герой Советского Союза»». Тем не менее, я слушала очень внимательно. В тот же вечер я написала письмо и отправила на предложенный им адрес. Позвонить я не могла, у меня не было домашнего телефона.

Это событие произошло 9 сентября 1988 года. Я написала письмо, в котором рассказала о том, как мне бывает страшно жить. Отправила его на следующий день, совершенно не ожидая никакого ответа. Ну, кто мне мог написать? Человек из радио вдруг возьмет и ответит мне что-то? Напишет?

Ровно через 10 дней я получила от него ответ. В письме он написал, что у него всё точно также, как и у меня, такие же проблемы и бывают такие же страшные дни. За давностью лет подробности я сейчас уже не помню. Но он точно лечился в наркологических клиниках... Москва есть Москва. А в моём городе, где я живу, вообще ничего не было.

Саша пригласил меня приехать в Москву. В тот год я так и не решилась поехать. Поехала на следующий год, в октябре-ноябре в 1989 года. Мы встретились с Сашей. Он меня познакомил с очень интересными и знаменитыми людьми из Америки, такими как, например, пастор Джей Кэнти. Познакомил и с другими анонимными алкоголиками – имён я называть не буду, сейчас их все знают.

Тогда я ничего не понимала. Не понимала, что происходит. Я только понимала одно... я попала в какое-то элитное общество и это какое-то чудо, а может быть это даже сон, который я вижу и скоро проснусь. Так я стала периодически приезжать на эти встречи. Саша обеспечил меня всей литературой. У меня была Большая Книга – первое издание книги «Анонимные Алкоголики» на русском языке 1989 года, которое сохранилось у меня и по сей день. Также у меня была книга «Двенадцать Шагов и Двенадцать Традиций» и всевозможные брошюры, такие как «44 вопроса начинающим», «Знакомьтесь АА» и другие. Все-все брошюры, которые и сейчас в ходу.

Они ездили по разным городам, открывали группы, ездили в Белоруссию, на Украину, на Урал, в Челябинск. В какой бы город ни приезжал Саша, где открывалась группа АА, он мне всё время оставлял из этого города адрес человека, с кем я могла бы переписываться. У меня завязалась очень обширная переписка. Письма приходили ко мне по 12-15

штук в день, и я с удовольствием на них отвечала. Вот так началось моё знакомство с Анонимными Алкоголиками и моя небольшая деятельность в Сообществе, которая потом прекратилась. О причинах, по которым моя деятельность в АА прервалась, возможно я расскажу позже.

Елена: Спасибо, Света, очень интересно. А как ты ощущала себя, когда переписывалась с иностранцами, американцами? Впечатления от американских алкоголиков, может быть, что-то ещё? Ответная реакция Саши – это дорогого стоит, человек живёт в Москве, ты в Западной Двине, как твои ощущения в этот момент?

Светлана: Ощущения были такие, что у меня просто тряслись руки. Когда зашёл Джей Кэнти, а Саша сказал, что он тоже алкоголик, да ещё и священник, я вообще недоумевала, как такое может быть. Потому что я понимала, что алкоголик – это я, а вот такие люди...это просто невозможно. Как сейчас помню... Когда я первый раз увидела Джея Кэнти – у него была шуба. Не знаю из какого меха, но до самого пола, такая длинная-длинная. Саша представил меня ему (он всегда очень любил меня всем представлять): «Это Светлана, Западная Двина». Помню, он хлопал меня по плечу, приветствовал, обнимал. Потом состоялось собрание. На собрании я ничего не поняла от слова совсем. Про что там люди говорили? Просто сидела и чувствовала, что я на седьмом небе, наверное. А про что там говорили – не поняла ни одного слова. Говорили на языке сердца. Я чувствовала себя в абсолютной безопасности. До этого, раньше, я чувствовала себя изгоем общества. Вдруг я поняла, что со мной сейчас какие-то очень большие люди, они меня не отталкивают, а наоборот как-то рады встрече со мной. Такая неприкрытая, естественная радость. Конечно, я смущалась, мало говорила, больше слушала.

Елена: Это еще раз подтверждает слова нашей книги, что нет расы, пола, принадлежности к религии – мы алкоголики все одинаковы перед болезнью. Помнишь ли ты своё первое собрание, и что тебя привело на собрание снова?

Светлана: Первое моё собрание состоялось в 1989 году. В тот день, когда я приехала на встречу с Сашей. Саша мне предложил поехать в женское ЛТП в Москве (лечебно-трудовой профилакторий). Тогда только-только начинались практики Двенадцатого Шага с донесением наших идей, с нашей миссией. ЛТП – это то место, куда я могла и должна была бы попасть, если бы я не пришла в Сообщество Анонимных Алкоголиков. Почему? Потому, что местный нарколог, к которому я обращалась, поставил мне диагноз «бытовое пьянство». Лечили в то время очень специфически: витаминная терапия и препарат, который назывался «тетурам». Диагноз, поставленный врачом, я практически опровергла. Внутри себя я уже пришла к выводу, что я алкоголик, а не пьяница. Даже не зная Программу, я внутренне понимала, что это так.

Когда мы приехали в ЛТП (это очень похоже на тюрьму) и за нами закрылись страшные железные двери на автоматический замок, мне захотелось сразу убежать оттуда. Я еле сдержала себя, когда вышли женщины в одинаковых платьишках и косынках и все беззубые. А мы приехали и привезли им гостинцы: конфетки, печенье и даже арбуз. Когда мы сказали, что мы алкоголики – никто из них не поверил в это. Неудивительно, ведь перед ними сидели вполне приличные, хорошо одетые люди.

Ребята из группы «Московские начинающие» стали рассказывать о Сообществе, а я сидела и просто безучастно слушала. Но Саша стал меня подталкивать: «Свет, скажи что-нибудь. Свет, скажи что-нибудь». Я в ответ ему: «Отстань, Саш, я ничего не могу сказать. Вообще я в такой растерянности». А он всё равно: «Скажи что-нибудь, да скажи что-нибудь». Подумала, скажу что-нибудь. Тут меня прорвало. Всё, что у меня копилось все эти годы, непонимание того, что со мной происходит. Я начала говорить, опустив голову. Я чувствовала себя страшным преступником перед этими женщинами. Мне казалось, что они гораздо лучше меня. Что они не такие опустившиеся, как я, хоть я сейчас прилично выгляжу и прилично одета. Думала, вот я сейчас закончу говорить, а они на меня будут смотреть с такой укоризной. У меня рекой текли слезы. Когда я подняла голову, смотрю, а они все вместе со мной плачут. Потом, некоторые стали ко мне подходить и просить мой адрес. Года три переписывалась с тремя или четырьмя этими женщинами. Они меня всегда просили выслать конвертик чистый, потому что даже этого там не было.

ЛТП больше похоже на исправительное учреждение, чем на лечебно-профилактическое. На мой взгляд, люди становились еще более больными, чем до того, как они туда попали. Понятно, почему они не могли поверить нам, когда нас увидели. Мы вроде называем себя алкоголиками, но внешне мы отличаемся от них. Они воспринимали нас так, как будто мы пришли их не то лечить, не то учить. Но не все, несколько женщин всё-таки подошло, и я им очень подробно про себя всё рассказала. У меня накопилось очень много адресов, я только успевала писать, отвечать на письма. Первоначально меня это очень сильно поддерживало.

Литература, как я уже говорила, у меня была буквально вся, которая может быть у выздоравливающего члена АА. Большую Книгу я вообще не поняла. Ни строчки. Мне там ничего не отозвалось. Я её долгие годы вообще не воспринимала никак. А вот книгу «12 на 12» я прочитала за одну ночь, не отрываясь. Тогда мне стало понятно, что со мной происходит. В этой книге всё очень подробно и детально написано. Только я не знала, что с этим делать. Да, я подтвердила сама себе факт того, что я больной человек и мне уже стало легче. Я перестала ощущать себя изгоем и поняла, что, оказывается, есть еще такие люди, как я. Я больше не была одинока на этой планете. Они написали,

что с ними происходило и как они стали трезвыми. У меня была огромная надежда на то, что у меня тоже получится, но это было ещё только самое начало. Постепенно, мой интерес стал угасать. Наверное, я переусердствовала в этой писанине. У меня случился срыв, довольно длительный. После чего, я уже перестала верить в то, что я смогу решить проблему алкоголизма. Я говорила себе: «Если мне это не помогло, то мне уже не поможет ничего». Но, оказалось, что я была не права.

Елена: Света, как ты узнала о спонсорстве и когда в твоей жизни появился Бог? Что ты делала для этого? При прохождении Программы в одиночку, работало это или не работало, и как ты поняла, что нужен спонсор?

Светлана: Это было 7 августа 1997 года, когда я вышла из срыва. Вот сколько я шла к стабильной трезвости. Очень долго. Я не всегда пила, были какие-то промежутки. Когда работала в детском саду я как-то приостановилась. Но в том году у меня был страшный запой. Помню, когда я ездила на группу, мне говорили: «Запомни свою последнюю пьянку, она поможет тебе оставаться трезвой». Я её даже записала в подробностях – как и что было. Я вела дневники. Потом, как выяснилось, это было очень похоже на Десятый и Одиннадцатый Шаги. Я описывала все, что со мной происходило за день, и это мне очень помогало.

В тот день, 7 августа, я встала на колени по-настоящему. Уже с осознанием того, что я не воспринимала слова Высшая Сила, для меня это был Бог и никак по-другому. Я встала на колени и сказала: «Господи, пожалуйста, ты меня или убей, или помоги мне выбраться. Помоги мне, пожалуйста». Это была самая что ни на есть большая и искренняя моя молитва. Большая не по тексту, а по внутреннему ощущению. Ощущению того, что в этот момент я обращаюсь к Богу очень честно, с самым большим желанием покончить с этим пьянством. У меня сохранилась дневниковая запись. Позже, когда ее перечитывала, я поняла, что мной был впервые осознанно сделан Первый Шаг. Я там писала: «Если это не конец, что еще тебе нужно?» Как говорят анонимные алкоголики: тюрьма, больница или смерть. Если ты выбираешь смерть, значит продолжай пить. Если ты выбираешь жизнь, значит начинай все сначала.

Я достала все письма, какие у меня были, сидя на полу, я плакала и говорила, обращалась к ним, как будто они, эти люди, были со мной рядом. Я говорила: «Милые мои, родные, любимые, дорогие мои алкоголики, я очень хочу к вам вернуться. Я сделаю это. Я буду всё делать для того, чтобы снова прийти в Сообщество и больше никогда никого не подводить». Я чувствовала себя какой-то преступницей. Мне поверили, мне столько всего дали. Один Саша – сколько он для меня сделал всего. А я всех предала? И я поняла, что больше я на такой поступок, просто не имею права.

Мне помогло то, чему меня учили. Сейчас это как-то не воспринимается, но тогда мне говорили: «Не

замахивайся ты на долгие годы или на месяцы. Не пей ты один только день. Один. Вот сегодняшний». И я говорила себе: «Сегодня я не пью. Я не знаю, что будет завтра. Завтра, может быть, я и напьюсь, а сегодня я не пью».

В те времена не было еще Шагов, не было спонсорства, но мне нужно было что-то делать. Среди прочих книг, которые Саша мне привез, было две книги польских психологов. Один из них был Богдан Воронович. Второй – Теренс Горски. Я стала по этим книгам работать, там было очень много наводящих вопросов. Я завела свою тетрадь, такую специальную, для Шагов, и я сделала четыре Шага письменно. Не по Большой книге, не по «12 на 12», а по этим двум книгам. Они были привязаны к нашей Программе, и они мне очень помогли. Я стала понимать, что что-то проясняется в моей голове. Стала ездить регулярно на группы АА, уже не только на группу «Московские начинающие». Я очень много групп в Москве объездила. От всех этих поездок я получала очень большой заряд, просто колоссальный заряд. Для меня приехать на группу – это было как праздник.

Сначала на собраниях я вообще не выступала. Очень боялась и всегда стеснялась. Потом потихонечку стала выступать. Подтолкнул меня к этому председатель одной из групп. Он сказал: «Я нарушаю правила проведения нашей группы (на собраниях группы было принято высказываться по кругу), а сейчас с нами своим опытом поделится Светлана». Я чуть ли не в слезы. Я не знаю, что говорить. Он говорит: «А тебе не надо знать, просто говори». В общем, что-то я там говорила. Мне потом хлопали. Самое было для меня трогательное – это молитва в кругу. Я едва сдерживалась, чтобы не разрыдаться. Слезы у меня всегда подступали к глазам.

Дальше мне нужно было помимо того, что я еду на группы, ещё что-то делать. Однажды мне пришло письмо, очень удивительное письмо из Москвы. Человек, который мне написал, представился как организатор собрания Анонимных Домоседов. Человек этот, Виктор, собирал всех алкоголиков, являющихся членами Анонимных Алкоголиков из мест, где нет групп. Мы обменивались своими адресами. У меня тогда началась ещё более активная переписка с людьми, порядка 13 человек, у которых не было групп, как и у меня. А еще мне Саша дал адреса американских алкоголиков, которые умели писать по-русски. Одного из них звали Поль Фишер (не знаю, жив ли он сейчас или нет). С ним мы в переписке проделали следующее. Он мне писал свои Шаги, я ему свои. Я писала так, как я их понимала. У него, естественно, был спонсор. Он мне в каждом письме писал и очень искренне удивлялся, что у меня нет спонсора, но я так хорошо понимаю эти Шаги.

Я не знаю, откуда это всё бралось. Вообще не понимаю, как так получалось, что не по правилам я проходила Программу. Но это мне тоже здорово помогло в своё время. Очень здорово. И ещё с одним человеком мы проделали точно так же, это

был Володя с Карелии, он мне писал свои 12 Шагов, я ему свои. Это тоже мне очень хорошо помогло в своё время.

Потом я стала ездить на форумы, на юбилеи групп АА. Была дважды в Карелии, в Пскове. Потом образовалась группа вообще рядом со мной, полтора часа езды на автобусе, в городе Великие Луки, Псковской области. Туда я уже стала ездить чаще. Собрания группы были больше уже похожи на собрания АА. Но спонсоров у них тоже не было. Приходили на группу, читали Большую книгу, читали ежедневник. Про что прочитали, про то и высказывались. Группа была смешанная, в ней были алкоголики и наркоманы. Но мне и этого хватало.

Елена: Когда ты поняла, что тебе необходим спонсор и что это работает по-другому, нежели ты самостоятельно делаешь? Что спонсор тебе помогает, не помогает, как ты слово понимаешь слова «спонсорство» и «спонсор»?

Светлана: Сначала я вообще даже не думала об этом. Многие говорят, что человек не выздоравливает, если он просто ходит на группы. Сидит на собрании, штаны протирает, ничего не делает. Я по чуть-чуть что-то делала. У меня был Двенадцатый Шаг, и неоднократно, может быть примитивный. Я просто рассказывала людям, как я пришла в Сообщество и о своем пьянстве. Люди понимали это. Со многими я пыталась сделать Двенадцатый Шаг. И даже мы начинали работать по Шагам так, как умели.

Елена: Вот это и есть самый настоящий Двенадцатый шаг, и ты уже проявляла свою спонсорскую активность.

Светлана: Мой первый подспонсорный, у нас разница в трезвости с ним в 1 год, он остается трезвый 27 лет. Он мне был послан Богом. Потому что, когда я уже встала на тропу трезвости, я поняла все и сказала себе: «Лучше под танк, чем я буду еще пить». Ведь говорят, что «на зубах» – это страшная трезвость. У меня так и было, но не в самом начале. Сухая трезвость пришла, когда трезвой я оставалась более двадцати лет. Вот тут мне стало не очень хорошо, и мне и этого с лихвой хватало. Этот паренёк зацепился за Программу, и мы даже организовали группу из двух человек, назвали её «Наследие». Работали мы в одной организации. В перерывах мы с ним садились и читали книгу. Говорили о нашей душе, что у нас не так, с чем мы не в ладу, и почему мы не в ладу сами с собой. Сейчас он иногда называет меня наставником и благодарит. В 1990-м году я его привезла в первый раз на группу «Московские начинающие», он оттуда на крыльях просто летел.

А что мне нужен спонсор я поняла очень поздно. У меня, наверное, 18 или 19 лет трезвости было. Меня накрыло, накрыло очень серьезно. Я поняла, что я чего-то не понимаю или я не понимаю ничего совсем. Когда появились смартфоны, у меня было большое сопротивление. Я долго не хотела его покупать. Но когда он появился, я стала слушать

спикерские.

Я слушала спикерские, можно сказать, 24 часа в сутки. Все говорили одно и то же. О спонсоре. О том, что нужна Программа. О том, что нужны Шаги. Иначе ничего не получится, что это просто сухая трезвость, которая заставляет человека незаметно для себя выйти из окна или снова вернуться в пьянство. И я стала искать спонсора, стала ездить в город Тверь на группы, знакомилась с людьми. Тогда в городе только две группы АА работали – «Белка» и «Выбор».

Однажды, мне на буклетике написали номера телефонов. Наверное, пять или шесть номеров. Както мне стало очень-очень плохо, и я нашла этот буклетик. Позвонила одному мужчине и спрашиваю: «Что делать?». Он отвечает: «Нужен спонсор». Я говорю: «Я понимаю, вот сейчас я это понимаю, а где мне его искать?». У меня не было никаких контактов, ничего. Он: «Неподалеку от Западной Двины живет одна такая, я тебе дам телефончик, созвонись с ней». Вот так у меня появился первый спонсор. Я была рада так, что я готова была делать буквально все. Мы немножко не дошли до конца, по техническим причинам. Никто здесь не был виноват. Ни она, ни я. Так сложились обстоятельства. Но я уже поняла, что это хорошее дело, что я ступила на путь настоящей, счастливой трезвости, а не поддельной.

Потом появился у меня второй спонсор. Начали мы, как это говорят, за здоровье, окончили за упокой. Расстались по-доброму, без всяких обид. Дело в том, что Четвёртый и Пятый Шаги я так и заныкала. Я не смогла писать, ворошить прошлое мне не хотелось. А Пятый Шаг – тем более. Я могла кое-что рассказать, в рамках приличного, а вот довериться полностью тогда не смогла.

Позже я узнала, что есть группы онлайн, что можно к ним подключаться. Первый раз я подключилась к собранию АА в скайпе. Стала слушать. Я сидела тихо, как мышь, ничего не говорила. На этой группе я задержалась довольно-таки долгое время. Там же состоялось мое первое спикерское выступление. Потом мне предложили служение ведущей. В общем, потихонечку я стала приобщаться к нормальному выздоровлению, которое и должно быть в Программе Анонимных Алкоголиков.

Елена: Свет, ты помнишь, когда ты впервые на собрании услышала слово «Бог»? Твои представления, противоречия, что вообще для тебя значит слово «Бог»?

Светлана: На первом собрании я не услышала слово «Бог». Тогда как-то вообще про это не говорили. Исключительно обходились словосочетанием «Высшая Сила». Никакого чувства у меня это не вызвало. Я помнила, что моя бабушка каждое утро молилась, но кому она молилась я тоже не знала. Я не признавала, Высшую силу, как таковую, но и сопротивления не было никогда.

Спустя небольшой промежуток времени, я поняла каким-то шестым чувством, что Бог есть. В моем понятии Бог – Он и есть Бог. Это Творец Вселен-

ной, и в частности Творец моей души. Для меня это ведущая роль в Программе. Для того, чтобы я могла не просто оставаться физически трезвой, но изменяться внутренне, преображаться, как Господь преобразился на горе Фавор. Я всегда понимала, что своими силами я никогда ничего не осуществляю, как бы я не хотела этого. Это может сделать только Бог.

У меня была встреча с Богом личная. Не прямо, чтоб визуальная, понятное дело. Кстати, я никогда не верила тому, что написано в «Рассказе Билла». Не верила, что его что-то там озарило, ослепило, осветило. Видимо, по моему неверию и недоверию у меня произошло несколько подобных озарений, когда я просто услышала не в ушах, а где-то внутри себя голос мужчины, но очень бархатный какой-то, который сказал: «Света, не бойся, ты справишься». Тогда я тоже, как Билл, встала на колени и плакала. Я не просто плакала, у меня нескончаемым потоком текли слезы. Как ни странно, мне не нужен был носовой платок, это было как какое-то омовение. Утром проснулась и поняла, что это была не моя фантазия и не мое воображение, потому что я уже в тот момент не пила. Эта была внутренняя, осознанная связь с Богом. По сегодняшний день она сохраняется.

Каждый день мне Господь дает такие ситуации, когда я понимаю, что Он рядом, что Он постоянно присутствует, это внутреннее состояние, и я его осезаю. Это некая форма благодати, когда сердце становится мягким, теплым и любящим. В этот момент не хочется ни злиться, ни раздражаться, ни осуждать. На какие-то доли секунды приходит ощущение, что ты обладаешь самым большим сокровищем в этом мире – любовью, потому что для меня Бог – это Любовь.

Елена: Свет, расскажи про твой первый опыт спикерских выступлений? Где и на какие темы ты выступала?

Светлана: Первый опыт спикерского выступления был для меня совершенно неожиданным. Меня не предупредили об этом. Я приехала в Псков на группу АА. Мы пришли на собрание. Когда оно началось меня представили, как спикера. У меня глаза вылезли из орбит, я говорю им: «Что, как, чего?». Мне: «Не бойся, просто расскажи, как ты пришла в Сообщество, и всё». Мне потом сказали: «Если бы мы тебя предупредили, то ты бы сбежала и не стала бы ничего говорить». Видимо, потому что у меня не было никаких заготовок, никаких размышлений, все получилось очень естественно. Мне особо хвастаться было нечем, я просто пересказала свой путь, как я попала в Сообщество. И, как ни странно, я помню, что людям понравилось. У меня остались фотографии, такие неожиданные. Кто-то меня сфотографировал, как подходили ко мне, задавали вопросы. Все удивлялись, что в отсутствие в моем городе группы АА я как-то остаюсь трезвой. Для всех это было очень удивительно. Некоторые даже недоверчиво к этому относились. Второй раз это было в г. Великие Луки на юбилее

группы, тоже как-то спонтанно. А вот на 25 лет трезвости я впервые, уже осознанно и подготовившись, приехала в Тверь. Это была уже полноценная спикерская, когда я делилась своим опытом, как написано в книге, личная история и дальше мой путь. Когда я попала на онлайн-группы, стали поступать и другие разные предложения поделиться опытом. У членов АА возникал интерес, как я могла в те годы то-то и то-то... Спикерские не сильно отличались друг от друга, что-то новое дополняла. У меня не было высокомерного чувства. Я всегда говорила, что я не специалист в Шагах. На вопросы отвечала так, как сама лично понимала. Недавно поступило новое приглашение от одной группы АА. И это уже будет осознанно, ведь теперь я по-настоящему в Программе. Я говорила на группе, что после Пятого Шага у меня такое ощущение, как будто я только-только пришла в Сообщество Анонимные Алкоголики. И я только-только стала понимать, что действительно Программа работает для тех или на тех, кто работает по ней. Действие – это необходимость. Если спонсор говорит вот это надо делать, значит никаких споров, никаких пререканий, никаких вопросов, как это у меня было поначалу: а это зачем, а это я не буду. Я была полностью готова к тому, что я буду выполнять абсолютно все, даже то, что, на мой взгляд, кажется ненужным или нелепым.

Хочу рассказать такой случай: вторая спонсор сказала мне: «Посади дерево». Я говорю: «Какое дерево?». Она: «Да любое». А я говорю: «А зачем?». Она говорит: «Ты посади, просто посади, а потом мы поговорим, зачем». Я, чертыхаясь, пошла в лес, выкопала сосну маленькую-маленькую, совсем крохотную. И думаю, что я в жизни своей никогда ничего не сажала и никогда она не вырастет. Сейчас эта сосна уже где-то метра два выросла. Я тогда смеялась и говорила: «Вот это задание. Ты бы ещё мне сказала ребёнка родить». Мне тогда было примерно где-то за 50, даже больше. Но я посадила, и потом она мне задала вопрос: «Ну теперь ты поняла, для чего ты это сделала?». Я говорю: «Наверно в память о нашей работе». Она говорит: «Нет, Света, ты это сделала, потому что я тебе это сказала. Тебе могло показаться это ненужным. Но ты послушалась. Ты не стала отговариваться, что не буду, зачем мне это надо. Ты просто выполнила действие, о котором я тебя попросила». И я сейчас понимаю, что спонсор никогда лишнего, если только сам человек что-то недопонимает, не даст человеку. Он будет его вести, опираясь на опыт своего спонсора, и на свой личный опыт. Вот как моя спонсор говорит: «Мы с тобой плывем в одной лодке. Только ты на веслах, а я рулевой. Я тебе показываю путь, но гребешь этими веслами ты». Это очень большое подспорье, когда ты понимаешь, что ты не туда загреб, или свернул, или еще чего-то, а человеку со стороны гораздо виднее, и он это делает с большой любовью и радостью помочь. Ты понимаешь, что расстараться незнамо как, лишь бы это все на пользу пошло, на выздоровление.

Елена: Света, что для тебя означает фраза из книги «Анонимные Алкоголики»: «Духовная жизнь – это не теория, нужно жить духовной жизнью»?

Светлана: Я раньше думала, что духовность или духовный человек – это человек такой мудрый, набравшийся знаний и не совершающий ошибок. Такой правильный – правильный. Но потом я поняла... У меня был момент, когда я очень увлеклась «Творениями святых отцов», зависла себе планку, их нимбы над головами не давали мне покоя. Потом я поняла, что я самый обыкновенный человек, который хочет стать чуть-чуть лучше, чем он был. Который хочет не быть хуже, чем вчера.

У меня очень долго был девиз: «Наступило сегодня, чтобы в этом сегодня мне не быть лучше, чем завтра, а быть не хуже, чем вчера». Прежде, чем лезть на сияющие высоты, мне нужно было учиться, я образно говорю, сморкаться в платок, а не зажимая одну ноздрю пальцем. Или бросить фантик от конфетки не под ноги себе, а в урну. Начинать с элементарного. Уступить место в автобусе, не грубить. Не заноситься «я всё знаю, не надо меня учить» и так далее, а смиряться. Даже когда ты знаешь, что ты это знаешь, а тебе кто-то говорит – очень внимательно постараться слушать. Никогда не помешает лишний раз послушать и усвоить, а не кричать: «да что ты мне тут рассказываешь, я уже это давно все знаю». Не перебивать, больше слушать, чем говорить. Я приучала себя, потому что был такой девиз членов АА: «Вытащи вату из ушей и засунь её себе в рот». Алкоголики вообще народ говорливый, и я не была исключением.

Уважать друг друга, любить друг друга, насколько это возможно, ценить друг друга, не подставлять – в этом проявление простых человеческих качеств, я бы сказала культуры поведения. И, конечно же, смирение – самое главное. Смирение не в том плане, что я буду смиряться перед злом. Нет, перед злом я смиряться не должна. Скорее, я должна смиряться перед своими недостатками, которые у меня есть и которые у меня будут. И принимать себя такой, какая я есть. А не думать о том, как бы мне стать лучше. Как только я завышаю планку и поднимаюсь на более высокую ступень, Бог непременно даст мне щелчок по носу. И я окажусь там, с чего я, как бы сказать, приподнялась.

Поначалу трудно все это делать, потому что я привыкла жить так, как говорится в Большой Книге: «Мы расталкивали локтями окружающих, и они нам платили той же монетой». Каждый ищет свое счастье под солнцем. Мне казалось, что я заслуживаю чего-то большего. Но когда я вспоминала о том, откуда я вылезла, из какой выгребной ямы, то эти красивые перья, они как-то облетали, и такая ошипанная курица получалась.

Конечно, умение прощать других людей само не приходит. Есть такая молитва, в которой сказано: «принимать хулу как хвалу». Это очень трудно сделать, когда тебя незаслуженно оскорбляют или хулят. Если я смиряюсь, мне же становится лучше, и я от этого не чувствую никакого ущемления. Если раньше когда меня оскорбляли, я старалась ото-

Конечно, умение прощать других людей само не приходит. Есть такая молитва, в которой сказано: «принимать хулу как хвалу». Это очень трудно сделать, когда тебя незаслуженно оскорбляют или хулят.

мстить этому человеку и доказать, что я лучше его. Сейчас этого нет.

То есть духовная жизнь, это действительно не теория, она в действии применяется. Духовные принципы нужно стараться применять не только в Анонимных Алкоголиках. Это проще всего применять там, где тебя понимают, где не надо ничего объяснять. Дома тоже надо стараться делать так, как и на группе АА. И на работе тоже. То есть – везде, во всех делах, в любой сфере деятельности. Куда бы ты ни пришёл, куда бы ты ни обратился, ты должен быть самим собой.

На группе, бывает «звёздная болезнь» такая: мол, «Я тихая, вся такая смиренная. Посмотрите, чего я добилась». А домой прихожу, и, как собака, начинаю лаять на своих домочадцев. Поэтому духовность – духовность везде. Прежде всего, куда бы я ни пошла, духовность должна идти со мной, а не только в определенное конкретное место.

Есть такие слова «блаженны нищие духом, ибо они Бога узрят». Это значит, что не стоит кичиться какими-то своими знаниями, своими достижениями. А понимать, что Бог настолько Велик, что дал тебе знания и достижения по Великой Милости Своей.

Поэтому благодарность – это результат духовной жизни, это тоже молитва. Можно просто так читать молитвы 49 штук за час. А можно просто искренне, от всей души сказать: «Благодарю тебя, Господи, за прожитый мною сегодня трезвый день». И это будет самая лучшая молитва. И это духовная жизнь.

Мы спросили разрешение у Светланы на публикацию интервью в Информационном бюллетене АА.

Светлана ответила: «Конечно, можно опубликовать. Спасибо вам за эту работу», а потом добавила: «Меня поглотило АА с любовью. Я рада служить. И всех вас люблю!»

С любовью из Архивов АА

АНОНИМНЫЕ АЛКОГОЛИКИ БЕЗ ГРАНИЦ. ПОСЛАНИЕ АА ДОСТИГАЕТ КАЖДОГО УГОЛКА МИРА

С тех пор, как осенним днём 1934 года Эбби Т. принёс Биллу У. счастливую весть о том, как выйти из замкнутого пространства алкоголизма, прошло много лет. Сидя на кухне в то хмурое утро, Билл не думал ни о чём другом, кроме того, что его джина хватит с избытком на любой трёп Эбби. Но его слова не были трёпом. Билл применил способ, предложенный Эбби, его мышление кардинально изменилось. Лёжа в больнице, где Билла в последний раз отлучили от алкоголя, он сделал всё, что предложил Эбби. Как же был удивлён доктор, когда услышал, что Билл озадачен тем, КАК передать эту весть сотням тысяч страдающих алкоголиков! Сотням тысяч! Таким образом, Бог даровал Биллу духовное пробуждение и цель в жизни, причём цель громадного масштаба.

Глава «Заглянем в ваше будущее» в Большой Книге передаёт нам опыт, как создать и развивать группу Анонимных Алкоголиков, как нести нашу весть, как ценно это для нас самих – чтобы спастись самим, мы должны передавать эту весть другим страдающим алкоголикам.

Для того, чтобы весть АА неслась по всему земному шару, необходимо было создать структуру обслуживания. Так постепенно была создана Штаб-квартира АА, затем Фонд алкоголиков.

В структуре обслуживания АА в настоящее время функционируют международные комитеты. Эти комитеты имеют целью нести весть в АА в страны, где об АА не знают или АА не развито.

«Во всем служении АА мы предлагаем другим ал-

коголикам ту же возможность для надежды, которая привела нас к чудесам в нашей собственной жизни... Именно в этом духе служения одна страна заботится о нуждах страдающих алкоголиков в другой стране. Мы понимаем, что когда-нибудь АА, вероятно, доберется туда; мы знаем, что, начавшись, оно вероятно, закрепится и со временем вырастет само по себе, чтобы стать чудесной силой добра среди своих потерянных и безнадежных пьяниц, точно так же, как это произошло в нашей собственной стране. Мы также знаем, что сроки этого процесса можно ускорить, выполнив несколько простых действий» (из выступления делегата на Всемирное собрание по обслуживанию АА (W.S.M.) из США / Канады).

На сайте General Service Office по адресу www.aa.org и его веб-странице «АА Around the World» размещена информация о международной деятельности Совета по общему обслуживанию и Офиса общего обслуживания АА США/Канады (https://www.aa.org/pages/en_US/aa-around-the-world).

Среди разнообразия представленной на этой странице информации находит своё место историческая справка под названием «АА по всему миру». В этой справке излагается последовательность или, если выразиться по-другому, эстафета передачи вести АА.

Эта справка, как нельзя кстати к 90-летию АА. Поэтому, мы посчитали возможным разместить её на страницах нашего бюллетеня. Читайте полностью её далее.

АА ПО ВСЕМУ МИРУ

*Если где-то кто-то в беде
И ему нужна наша помощь,
АА всегда будет рядом.
И я отвечаю за это...*

На раннем этапе своего существования Анонимные Алкоголики распространялись с места на место, благодаря усилиям отдельных членов АА, которые переезжали в новый город или путешествовали по делам. Даже первая встреча Билла У. с доктором Бобом произошла, потому что Билл поехал в Акрон по делам. Сегодня эта традиция продолжается. Далее следует краткая история и примеры того, как члены АА помогали распространить послание по всему миру.

В 1944 году Билл У. совершил поездку по Соединенным Штатам, чтобы посетить группы АА. Затем, в 1950 году, он отправился в Европу. В письме, которое он написал доктору Бобу после почти семи недель пребывания там, он говорит: «АА приехало в Европу, чтобы остаться».

- Билл посетил Норвегию, Швецию, Данию, Голландию, Францию, Англию и Ирландию.
- В то время было 3527 групп примерно в 34 странах. Сегодня существует более 120 000 групп примерно в 181 стране.

Поначалу распространение АА было оставлено на волю случая (было случайным).

- Один из первых интернационалистов, капитан Джек, нес послание надежды из порта в порт, куда его приводила жизнь торгового моряка.
- Другие несли послание, путешествуя по делам или в отпуск. В 1946 году член АА из Филадельфии посетил Дублин и воспользовался возможностью, чтобы нести туда весть о выздоровлении. Его усилия окупались, и в ноябре того же года в Дублине прошла первая в Ирландии встреча АА. Аналогичным образом путешествующие члены АА из США несли идеи АА в Бразилию, Сальвадор и Исландию; в Японию — американский солдат, служивший в оккупационных войсках; и в Румынию — американская пара.

По мере роста АА страны с устоявшейся структурой обслуживания АА начали помогать начинающим странам. Например, Германия спонсировала АА в Польше в 1980-х годах. После этого Польша смогла помочь распространить АА в других странах Восточной Европы. Среди других примеров такой деятельности — Япония, помогающая нести послание в Корею, и Мексика, выступающая в качестве спонсора Кубы. В то же время Южная Африка с помощью Великобритании и США играла роль спонсора в странах Африки к югу от Сахары.

Практика спонсорства между странами продолжается и сегодня, поскольку АА растёт по всему миру. Всемирное собрание по обслуживанию АА (WSM) было задумано в конце 1960-х годов как закрытый форум, на котором члены АА со всего мира могли бы делиться друг с другом о том, как АА работает в

их странах. WSM собирается каждые два года, попеременно в Нью-Йорке и на площадке в принимающей стране.

- На первой встрече в 1969 году присутствовало 27 делегатов из 16 стран.
- В 2020 году из-за глобальной пандемии Всемирное собрание впервые прошло в виртуальном формате, в нем приняли участие 70 делегатов из 44 стран.
- В октябре 2022 года делегаты из стран-участниц снова соберутся на виртуальную встречу с подходящей темой: «АА в цифровую эпоху» и с нетерпением ждут новой встречи в 2024 году в Нью-Йорке в соответствии с ротацией.

В 2018 году WSM создал Фонд Всемирного собрания по обслуживанию АА, чтобы страны могли вносить средства для оказания финансовой помощи странам, которые обращаются с просьбой о финансировании и для поддержки Всемирного собрания по обслуживанию АА. Фонд Всемирного собрания по обслуживанию поддерживается и управляется АА World Service и находится в ведении Комитета по политике/приему и финансам Всемирного собрания по обслуживанию АА.

По мере развития Всемирного собрания по обслуживанию была введена концепция зонального собрания. С момента их зарождения участие стран росло.

С момента их зарождения участие стран росло. Зональные встречи похожи на мини-встречи Всемирного собрания по обслуживанию АА, где могут встретиться страны из одного и того же географического региона (из одной и той же географической зоны). А представители АА, которые участвовали во Всемирном собрании по обслуживанию, могут поделиться опытом с теми, кто не участвовал. В 2021 году зональные собрания проводились виртуально.

- Первая зональная встреча стран Америк (REDELA) состоялась в 1979 году с участием представителей 10 стран.
- За этим последовало Европейское собрание по обслуживанию АА в 1981 году с 14 участниками. К 1997 году оно выросло до 21 страны.
- В 1995 году начало проводиться Собрание по обслуживанию стран Азии и Океании, в 1997 году в нем приняли участие семь стран.
- Первая Восточно Европейская встреча по обслуживанию АА состоялась в апреле 2002 года в Варшаве, Польша. В ней приняли участие 14 стран. Впоследствии эта встреча была объединена с Европейским собранием по обслуживанию АА.
- Первая встреча по обслуживанию стран Африки к югу от Сахары состоялась в июне 2003 года в Йоханнесбурге, Южная Африка. В ней приняли участие 17 делегатов из девяти стран.
- В последнее время некоторые АА в странах Ближнего Востока объединяются в так называемый Ближневосточный региональный комитет Анонимных Алкоголиков (MERCAA). MERCAA участвует в Зоне Азии и Океании.

Взрыв активности АА на международном уровне с

1980-х годов создал огромную потребность в основных материалах АА.

В ответ на это GSO USA/Canada выделяет средства на помощь в переводе, печати и распространении литературы АА в странах, где требуется помощь. Это помогает обеспечить последовательный перевод послания АА о выздоровлении и поддерживает управление защищенными авторскими правами материалами АА через лицензионные соглашения. Это, в свою очередь, поддерживает целостность послания АА и наше единство.

Страны, желающие принять участие, могут внести свой вклад в Международный литературный фонд, который поддерживает эту работу. Предложение о создании фонда было выдвинуто на 11-м Всемирном собрании по обслуживанию в 1990 году и управляется AAWS. В фонд было внесено почти 2 миллиона долларов, что напрямую помогло обеспечить литературой АА более чем на 110 языках, среди которых висайский, арабский, тагальский, тайский, грузинский и сербский. На 25-м Всемирном собрании по обслуживанию, состоявшемся в Южной Африке в 2018 году, было решено, что Всемирное обслуживание АА рассмотрит возможность использования Международного литературного фонда для компенсации административных расходов, связанных с проверкой перевода и регистрацией авторских прав на книги АА Grapevine, Inc.

Международный комитет попечителей Совета по общему обслуживанию (США/Канада) отвечает за разработку политики и действий, которые способствуют распространению идей АА среди алкоголиков по всему миру, особенно в странах, где отсутствует устоявшаяся структура обслуживания. Международный отдел GSO делится информацией и опытом в отношении структуры, деятельности и услуг Совета по общему обслуживанию с группами АА в странах, которым требуется помощь в создании центров распространения литературы, советов или офисов общего обслуживания; а также сотрудничает и обменивается информацией с группами АА и членами в странах, где нет Офиса общего обслуживания или аналогичной структуры. На протяжении многих лет попечители, генеральные менеджеры и сотрудники приглашались для участия в мероприятиях по всему миру, предлагая опыт проб и ошибок, делясь тем, что сработало, а что нет. В последние годы внедрение виртуальных платформ предоставило дополнительные возможности для участия.

Во всех ситуациях мы не управляем и не вмешиваемся в местные споры; мы делимся опытом, силой и надеемся помочь другим донести послание АА о выздоровлении до тех, кто все еще страдает.

В последние годы попечители в целом из США/Канады и сотрудники посетили многие страны лично и онлайн, включая Аргентину, Бразилию, Коста-Рику, Чили, Кубу, Германию, Великобританию, Италию, Японию, Мексику, Португалию, Россию, Словению, Южную Африку, Иран, Украину и Объединенные Арабские Эмираты.

На общественном уровне попечители класса А смогли поделиться в более широком масштабе со своими коллегами как лично, так и на публичных виртуальных платформах.

- В 2018 году попечитель класса А (не алкоголик) Совета общего обслуживания США/Канады выступил на профессиональной конференции, собравшей почти 100 врачей, специалистов по зависимостям, социальных работников, медсестер и студентов-медиков в городе Гуантанамо, провинция Гуантанамо, Куба. В докладе «Профессионалы здравоохранения и А.А.» доктор Луонго рассказал о том, как АА и профессионалы в области медицины могут консолидировать помощь в решении проблемы алкоголизма.

- В 2021 году попечитель класса А (не алкоголик) доктор Эл Дж. Муни выступил на вебинаре, организованном Панамериканской ассоциацией здравоохранения, под названием «Лечение и восстановление после алкогольной зависимости в Америке» на тему «Что такое АА и как оно может служить ресурсом для специалистов и их клиентов-алкоголиков?». В международном вебинаре приняли участие эксперты разных профессий, организаций и те, у кого могут быть проблемы с алкоголем из Центральной и Южной Америки, а также США/Канады.

Сегодня АА действует примерно в 181 стране, а в мире насчитывается около 66 GSO. Совсем недавно виртуальные платформы предложили дополнительные возможности для потенциального общения с алкоголиками. В последние годы фраза «АА по всему миру» приобрела гораздо более широкий смысл.

«Возможность услышать опыт наших трезвых друзей из соседних стран – величайшая награда для всех тех, кто чувствует ответственность за единство АА и за распространение послания АА в других странах.

Программа «Двенадцать Шагов» – это программа духовного развития, основанная на любви и искреннем сердце. Вот почему границы, культурные различия и язык не являются препятствиями в спонсорских отношениях между странами» (из выступления польского делегата WSM).

Спонсорство из страны в страну (от страны к стране) — это всемирное действие АА, помогающее донести послание до стран, где АА является новым и развивающимся. На основе коллективного опыта этих усилий в своё время GSO подготовил и выпустил очень познавательный информационный бюллетень «Спонсорство из страны в страну: Распространение идей АА по всему миру». Брошюра есть в свободном доступе на сайте GSO на английском языке.

Для международных комитетов, занимающихся донесением вести АА в разные уголки Земли, эта брошюра может стать хорошим подспорьем. Любительский перевод на русский язык можно найти на просторах интернет. Было бы неплохо иметь хороший печатный вариант в профессиональном,

одобренном переводе на русский и другие языки. «Когда несколько человек в этом городе исцелятся и узнают радость помощи другим, возвращая их к нормальной жизни, этот процесс уже нельзя будет остановить, пока каждому алкоголику в этом городе, кто захочет и сможет выздороветь, не будет предоставлена возможность исцелиться» – «Анонимные Алкоголики», глава «Заглянем в ваше будущее».

От одного алкоголика другому алкоголику, из города в город, из региона в регион, из страны в страну распространяется весть АА. Неисповедимы Пути Господни.

Всем заинтересованным: ссылка на брошюру «Спонсорство из страны в страну: Распространение идей АА по всему миру» – <https://www.aa.org/country-country-sponsorship-carrying-aa-message-worldwide>



НУЖЕН ОПЫТ!

Здравствуйтесь, друзья! Обращаюсь ко всем причастным к служению в АА за опытом. Я служу в Комитете по Пятой Традиции. Не буду называть город, не хочу обрести известность определённого рода. Не всегда все бывают довольны разного рода решениями группового сознания. Я одна из тех, кто ищет ответы на вопросы. Меня не очень любят, прямо скажу, за эту мою дотошность.

В общем, суть такова: в нашем городе планируется организация Юбилея Содружества АА. По этому случаю Комитет принял решения всем, кто будет служить на Празднике, заказать одинаковые футболки с тематической надписью, чтоб быть узнаваемыми, на деньги из Седьмой Традиции.

Естественно, начали составлять список по размерному ряду. Футболки эти решили оставлять на следующий Праздник.

Я оказалась в меньшинстве во время голосования. Считаю, что каждый вполне может сам оплатить футболку и оставить её себе на память. Считаю, что деньги из Седьмой Традиции не стоит тратить на приобретение футболок. Да, и кто и где будет их хранить, стирать, и т.д.? И подойдут ли они нашим последователям в служении по размеру?

Обращаюсь к тем, кто имел подобный опыт. Есть ли отклонение от назначения расходов по Седьмой Традиции в данном случае? Да, конечно, футболки – это привлекательно – я вполне согласна. Но, много «НО».

Спасибо за то, что есть, куда обратиться.

Аля, алкоголичка

ЗНАКОМЬТЕСЬ: ПОПЕЧИТЕЛИ ФОНДА ОБСЛУЖИВАНИЯ АА

«АА везло эти годы, что у нас было и есть много компетентных попечителей, как членов АА, так и неалкоголиков, и подбор попечителей продолжает быть одним из наиболее важных факторов, обеспечивающих будущее АА».

«Руководство по обслуживанию АА»

Мигаль Сергей Анатольевич (г. Кемерово) - председатель Попечительского совета Фонда обслуживания АА.

Родился 12 апреля 1978 года. Продолжительность непрерывной трезвости 21 год. Домашняя группа АА «Радуга», г. Кемерово.

Образование высшее по специальности Промышленное Гражданское Строительство. Имеет опыт работы на руководящих должностях: мастер, прораб, начальник участка, заместитель директора по строительству, индивидуальный предприниматель.

Знаком и применяет Двенадцать Шагов, Двенадцать Традиций, Двенадцать Принципов обслуживания АА; является наставником; имеет опыт служения на группе и в структурах обслуживания АА России; знаком с папкой «Уставы и положения в структуре Конференции» и законодательством Российской Федерации.

Наделён всеми необходимыми лидерскими качествами и организаторскими способностями, ведёт за собой личным примером. Служил делегатом на Конференцию 2 срока по 2 года (2013 – 2016 гг.), затем был рекомендован и служил членом Совета по общему обслуживанию АА в России (2016 – 2019 гг.). В Совете выполнял служение председателя Финансового комитета СОО АА с совмещением председателя Ревизионной комиссии. Исполнителен, на домашней группе выполняет любое служение от чайханщика до председателя группы. В 2022 – 2023 гг. служил председателем комитета по исправительным учреждениям в Кузбасском Комитете обслуживания.

Андреев Павел Игоревич (г. Кострома) – неалкоголик.

Родился 12 апреля 1965 года в Вологде. После 10 классов средней школы поступил в Ярославский государственный медицинский институт. Со второго курса начал работать санитаром, затем медбратом, затем фельдшером. После окончания института поступил на работу в Костромскую областную психиатрическую больницу в 1988 году врачом-интерном. С 1989 года работал психиатром-наркологом в мужском наркологическом отделении.

Избирался депутатом Костромского Совета народ-

ных депутатов, входил в состав избирательной комиссии Костромской области. Проводил лекции для студентов Костромского государственного технологического университета, Костромской государственной сельскохозяйственной академии, Костромского медицинского училища о зависимостях, проводил занятия по психологической устойчивости. Входил в состав Общественного Совета при УМВД по Костромской области.

С 1999 года работает заведующим женским наркологическим отделением ОГБУЗ Костромская областная психиатрическая больница, психиатр, нарколог, психотерапевт. Высшая квалификационная категория по специальностям «психиатрия» и «психиатрия – наркология». В качестве психотерапевта ведёт амбулаторный прием в ОГБУЗ Городская больница города Костромы.

Женат, имеет двоих детей. Ветеран труда.

В 2019 году был признан «Лучшим психиатром года» Костромской области.

На протяжении всей профессиональной деятельности активно сотрудничает с Содружеством «Анонимные Алкоголики». Знает историю Содружества АА. Знаком и применяет в личной жизни Двенадцать Шагов, Двенадцать Традиций, Двенадцать Принципов обслуживания АА. Имеет личную заинтересованность в служении на благо Анонимных Алкоголиков. Снимался в фильме «Пять мифов об Анонимных Алкоголиках», активно участвует в мероприятиях АА местного и российского масштаба.



Зайцев Вадим Валерьевич (г. Кострома) – неалкоголик.

Родился 1 марта 1971 г. в Костроме. В 1993 году окончил Костромской Государственный Педагогический Институт имени Некрасова. В 1993-1994г.г. прошёл срочную службу в Вооружённых Силах России. В 1995 году поступил на службу в Органы Внутренних Дел России, проходил службу на разных должностях в УФСИН России по Костромской области. В 2001 году окончил Академию права и управления ФСИН России, психологический факультет. Заканчивал службу по выслуге лет в должности начальника психолого-психологической службы УФСИН России по Костромской области. В настоящее время работает в сфере молодёжной политики, занимается, в том числе, и вопросами профилактики деструктивного поведения в молодёжной среде. Место работы ОГБУ молодёжный центр «Кострома», должность – заместитель директора.

Много лет активно сотрудничает с Содружеством «Анонимные Алкоголики». Знаком с программой Двенадцати Шагов Анонимных Алкоголиков, Двенадцатью Традициями Анонимных Алкоголиков. Знает историю Содружества АА. Активно участвует в мероприятиях Анонимных Алкоголиков в Костромской области. Снимался в фильме «Пять мифов об Анонимных Алкоголиках». Имеет личную заинтересованность в служении на благо Анонимных Алкоголиков.



«Мы склонны забывать, как сильна оторванность Фонда от средней группы АА. Такое положение дел изменилось только в апреле этого года с приходом Конференции по общему обслуживанию. Но даже этот орган будет собираться лишь раз в год. В этой уникальной ситуации изоляции неалкоголики раз за разом доказывали свою неизмеримую ценность для АА. Благодаря своей отдалённости от нас, они часто демонстрировали более здравые суждения, чем мы – непостоянные, полные безрассудства алкоголики. Они не только стабилизировали работу нашего Штаба; было несколько случаев, когда они просто спасли Фонд от катастрофы» «Язык сердца», стр. 304-305.

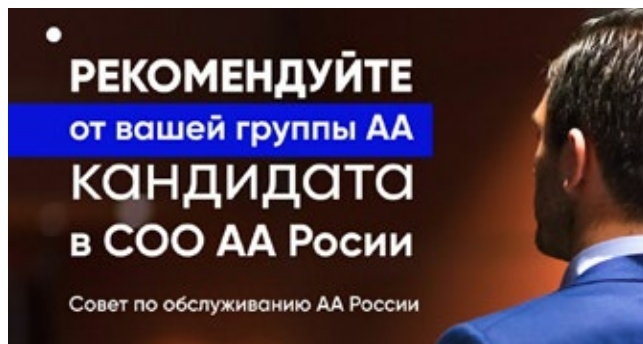
ИНФОРМАЦИЯ ОТ КОМИТЕТОВ И СЛУЖБ АА В СТРУКТУРЕ КОНФЕРЕНЦИИ



Друзья! Комитет Совета по журналу Анонимных Алкоголиков России «Дюжина» приглашает к служению неравнодушных и талантливых членов АА. Если у вас есть определённый писательский талант, опыт работы в редакции или вы просто любите экспериментировать с текстами, то служение откроет для вас новые возможности наиболее эффективно раскрыть свой потенциал, вложившись в несение вести АА, в судьбы тех, кто на пути к нам, кто ищет двери АА.

Может быть, служение в Комитете по журналу «Дюжина» откроет дверь в нечто новое в вашей жизни? Или перспективу стать главным редактором голоса АА России – журнала «Дюжина».

Ждём отклик на электронный адрес Совета по общему обслуживанию АА в России: soo@aaarus.ru



Каждая группа АА может рекомендовать кандидата на служение в Совет по общему обслуживанию АА в России бывшего или действующего делегата второго года служения.

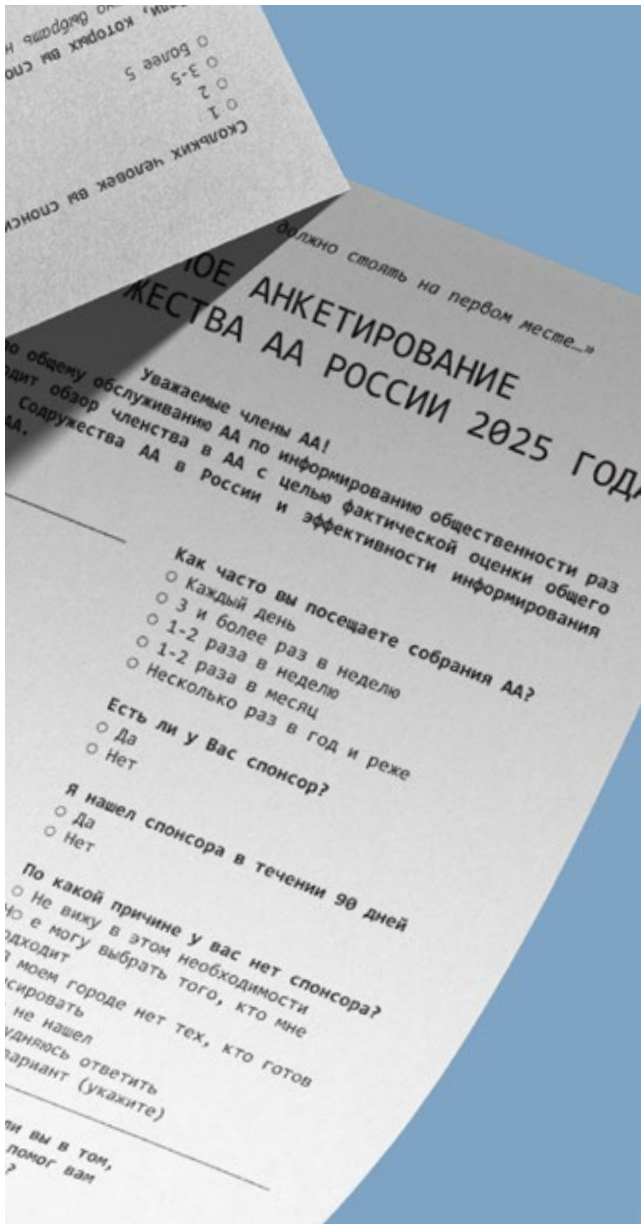
Сведения о кандидате на служение в Совет по общему обслуживанию АА необходимо передать в Комитет СОО АА по кадрам, отправив письмо на электронную почту: hr@aaarus.ru

АНОНИМНОЕ АНКЕТИРОВАНИЕ ЧЛЕНОВ СОДРУЖЕСТВА АА РОССИИ 2025 ГОДА

Уважаемые члены АА!

Комитет Совета по общему обслуживанию АА по информированию общественности раз в три года проводит обзор членства в АА с целью фактической оценки общего роста и развития Содружества АА в России и эффективности информирования общественности об АА.

Анкета в электронном виде:
<https://anketa2025aa.tilda.ws>



СЪЕЗД АНОНИМНЫХ АЛКОГОЛИКОВ В НИЖНЕМ НОВГОРОДЕ

Друзья! В 2026 году будет проходить Съезд Анонимных Алкоголиков в Нижнем Новгороде! Финансовая поддержка съезда осуществляется путём перечисления пожертвований на карту.

Спасибо большое группам и членам АА, которые переводят средства на организацию Съезда Анонимных Алкоголиков 2026 года.

Программа съезда и дата проведения будет анонсирована позднее.

Прошу обратить внимание, что для перевода карта привязана к т. +7987-754-07-47 (банк Тинькофф). Всем спасибо!

Инна Т.



КАЛЕНДАРЬ МЕРОПРИЯТИЙ

ИНТЕРАКТИВНЫЕ СЕМИНАРЫ КОММИТЕТОВ КОНФЕРЕНЦИИ

Приглашаем к участию в интерактивных семинарах! Семинары проходят в форме диалога, где участники обмениваются опытом и задают интересующие вопросы. Добро пожаловать!

ИЮНЬ

«ОНЛАЙН-ГРУППЫ АА В СОДРУЖЕСТВЕ АА
РОССИИ. ПРАВО НА УЧАСТИЕ»

ИЮЛЬ

ГДЕ ЖЕ ПЕРЕПЛЕТАЮТСЯ
ДУХОВНОСТЬ И ДЕНЬГИ?

АВГУСТ

СЛОВО КАК ЛЕКАРСТВО: ЛИТЕРАТУРА АА И СИЛА
ИЩЕЛЯЮЩИХ ТЕКСТОВ.

СЕНТЯБРЬ

СПОНСОР ПО СЛУЖЕНИЮ.



telegram

Подключиться к чату в телеграмме, где проводятся семинары, можно по QR-коду.

СЕМИНАРЫ ОТ КОМИТЕТА СОО ПО ОРГАНИЗАЦИИ СЕМИНАРОВ, ФОРУМОВ И СЪЕЗДОВ

План мероприятий от Комитета СОО по организации семинаров, форумов, съездов на III квартал 2025 года:

ИЮЛЬ

«С ЧЕГО НАЧИНАТЬ НОВОЙ ГРУППЕ АА»

АВГУСТ

«ПЯТАЯ ТРАДИЦИЯ АА»

СЕНТЯБРЬ

«СЕДЬМАЯ ТРАДИЦИЯ АА»



Информацию по этим и другим семинарам вы можете узнать на сайте aarus.ru

 [aa.seminar aa](https://www.youtube.com/channel/UC...)

YouTube канал Комитета СОО по организации семинаров форумов и съездов