

# ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЮЛЛЕТЕНЬ

*Сделай шаг, и дорога появится*

ВЫПУСК #14  
10.10.2025

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

## АНОНИМНЫЕ АЛКОГОЛИКИ В СОВЕТСКОМ СОЮЗЕ

*стр. 3*

ЖИВОЕ НАСЛЕДИЕ.  
КНИГА «АА ВЗРОСЛЕЮТ»:  
ОПЫТ, МУДРОСТЬ, ЛЮБОВЬ

*стр. 11*

АА В МЕСТАХ  
ЛИШЕНИЯ  
СВОБОДЫ

*стр. 16*

ОНЛАЙН-ГРУППЫ  
АА. ПРАВО  
НА УЧАСТИЕ!?

*стр. 20*

ИНФОРМАЦИОННЫЙ  
БЮЛЛЕТЕНЬ АА –  
КАКИМ ЕМУ БЫТЬ?

*стр. 12*

ПО ВАШИМ ПИСЬМАМ

*стр. 7*

КАЛЕНДАРЬ МЕРОПРИЯТИЙ

*стр. 24*

## 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.

*Друзья! В следующий раз, когда вы захотите узнать хоть что-нибудь об Анонимных Алкоголиках, попробуйте заглянуть в наш Информационный бюллетень. Возможно, вы не найдете ответ сразу. Тогда напишите нам письмо на электронный адрес [infobul33@mail.ru](mailto:infobul33@mail.ru) Ваш вопрос может стать вдохновением для будущей статьи.*

ВЕСТЬ ИЗ АРХИВОВ АА

# АНОНИМНЫЕ АЛКОГОЛИКИ В СОВЕТСКОМ СОЮЗЕ: СДЕЛАТЬ НЕВОЗМОЖНОЕ ВОЗМОЖНЫМ

## СДЕЛАЙ ШАГ, И ДОРОГА ПОЯВИТСЯ... НАЧАЛО ПУТИ

*Каждая большая история начинается с малого. С искры идеи, с неугасающей надежды, с веры в то, что даже невозможное может стать возможным. Когда эта идея находит отклик в сердцах других, когда к ней присоединяются единомышленники, готовые действовать вопреки сомнениям, мир вокруг нас начинает меняться. А немыслимое сегодня становится реальностью завтра.*

История Анонимных Алкоголиков в Советском Союзе не возникла из ниоткуда. Она проросла из крохотного зёрнышка, посеянного в сердце одной женщины. Женщины, которая на личном опыте познала всю разрушительную мощь алкоголизма и убедилась, что выход есть. Эту женщину звали Фейт С.

Фейт, член АА из солнечного Ориндж Каунти, что в Южной Калифорнии. Именно ее видение, ее вера в силу единства и сострадания, стали отправной точкой для беспрецедентной миссии, которая принесла надежду на выздоровление многим и многим страдающим алкоголикам на советской земле.

Осудив на себе в полной мере ужас, замешательство, разочарование и отчаяние – тех самых спутников алкоголизма – она не могла примириться с мыслью, что где-то там, за железным занавесом и идеологическими барьерами, люди страдают от той же болезни, что и она. Страдают и не подозревают, что решение уже найдено. Фейт, трезвая уже двадцать лет, хорошо помнила, как сама опустилась на самое «дно», выпивая почти по квинте водки в день. И она не могла представить себе, что существуют алкоголики, лишённые возможности найти выздоровление, которое ей подарила программа АА.

Несмотря на то, что идея советского АА зрела давно, посещение Communication Workshop в январе 1985 года в Южной Калифорнии стало переломным моментом. Communication Workshop – это практическое мероприятие, на котором участники активно развивают и совершенствуют навыки эффективного общения в различных ситуациях. Участвуя в упражнении по определению жизненной позиции и заявлению о намерениях, Фейт впервые публично объявила, что собирается нести идеи АА в Советский Союз.

«Я вдруг почувствовала какую-то невидимую силу, заставляющую меня встать», — вспоминала Фейт позже — «Поднявшись перед аудиторией в 200 человек, я сказала: «С Божьей помощью я намерена выступить за создание Анонимных Алкоголиков в Советском Союзе». Сев на место, она ощутила волнение, прошептала: «Боже, что я натворила?!»

Фейт не отказалась от своих слов. Началась кропотливая подготовительная работа. Она написала письма о своих намерениях и разослала их в центральные Офисы АА по всему миру, приглашая членов АА принять участие в этом проекте.

Оставаясь верной духовным принципам АА, Фейт в своих обращениях особо подчеркивала, что эта инициатива не была официально одобрена Содружеством Анонимных Алкоголиков. Это объяснялось Шестой традицией АА, согласно которой «группе АА никогда не следует поддерживать, финансировать или предоставлять имя АА для использования какой-либо родственной организации или посторонней компании».

Несмотря на отсутствие формальной поддержки, идея была посеяна. Она нашла отклик в сердцах не только членов АА, но и просто равнодушных людей, кто хотел увидеть АА в России.

В это же время... В январе 1985 года в ленинградской квартире одного советского алкоголика разворачивались события, которые сыграют свою роль в появлении Анонимных Алкоголиков в Советском Союзе. Две женщины из Сан-Франциско, Шерон Теннисон и Сара Сейболд, вели беседу с Максимом за чашкой горячего чая у него дома.

Шерон Т. и Сара С. были активными участницами дипломатической миссии «Центра гражданских инициатив», полностью разделяя его цель — укрепление дружбы между простыми гражданами США и СССР и содействие миру. Проблемы алкоголизма не входили в их первоначальные планы. С 1984 года движение из Сан-Франциско организовало 16 поездок американцев в Советский Союз, стремясь к взаимопониманию между народами.

На том момент ни Шерон, ни Сара не были знакомы с Фейт. Никто из них не мог и представить, что в скором будущем их совместные усилия приведут к первому открытому собранию АА на советской земле.

Вспоминая события того вечера, Шерон Теннисон напишет в своем дневнике: «Ледяной снег царапал окно поезда, когда мы покидали Ленинград. Сара и я только что вышли из крошечной, скудно обставленной русской квартиры, где мужчина средних лет изливал свою исповедь, как будто мы были доверенными лицами всю жизнь».

Макс встретил нас на Театральной площади Ленинграда одним морозным вечером в 1984 году. Мы искали «Максов» в СССР — тех, кто был достаточно смел, чтобы испытать систему и рискнуть поговорить с иностранцами. Прежде чем двинуться в другом направлении в ту ночь, он тихо нацарапал свой номер телефона с просьбой позвонить, когда мы снова приедем в Ленинград. Затем он и

его друг Михаил Малков из Москвы быстро убежали пешком, скрывшись в темной ночи.

И вот мы с Сарой, больше года спустя, в двухкомнатной квартире Макса, пьем горячий чай и знакомимся с Наташей, его больной женой, и их 11-летней дочерью Ольгой. К нашему удивлению, Макс спросил: «Есть ли у вас на Западе какое-нибудь лечение для алкоголиков?». Мы рассказали то немногое, что знали об АА и Большой книге Анонимных Алкоголиков. «Пожалуйста, принесите мне эту книгу, если приедете снова. Я должен бросить пить. Я единственный кормилец для нас троих, и я пробую все, что знаю, чтобы оставаться трезвым. Сейчас я читаю Библию, которую мне дал другой американец, но это ежечасная борьба». Неподдельная искренность Макса, тон его голоса и наблюдение за маленькой семьей из трех человек, охваченной надеждой на выживание, захватили Сару и меня в их дилемму. Покидая их квартиру, мы пообещали привезти Большую книгу АА, когда вернемся.

Спешно забрав багаж в гостинице «Пулковская», мы едва успели на полуночный поезд в Финляндию. Когда поезд отходил от станции, единственной нашей заботой было то, что мы можем сделать для Максима и других людей в СССР, чьи жизни разрушались алкоголем. Между нами промелькнула невероятная идея: «А может когда-нибудь удастся начать работу Анонимных Алкоголиков в Советском Союзе?» Это казалось совершенно немыслимым, ведь анонимные групповые собрания любого рода были запрещены на протяжении десятилетий. Самое большее, что мы могли сделать — это провезти книги АА в нашем багаже и передать их русским друзьям».

Описанные выше события разворачивались синхронно. Фейт в Южной Калифорнии продолжала работу над своей миссией по распространению идей АА в Советском Союзе. Вернувшиеся в Сан-Франциско Шерон и Сара, глубоко тронутые историей Максима, обдумывали ту же идею. Их пути еще не пересеклись, но общее стремление — помочь страдающим алкоголикам в Советском Союзе — уже объединяло их.

В феврале 1985 года, спустя месяц после начала работы, Фейт собрала комитет под названием «Создание трезвого мира» (Creating a Sober World), в который вошли члены АА и другие равнодушные люди. Они собирались каждые две недели, чтобы воплотить в жизнь эту смелую идею — поездку протяженностью в 6000 миль. Комитет утвердил «Заявление о намерениях», в котором говорилось: АА в России: сделать невозможное возможным.

Цель: организовать первое открытое собрание АА в Москве, получив официальное разрешение советских властей.

Обязательство: активно работать в комитете и воплотить этот замысел в жизнь к маю-июню 1986 года.

Осознавая всю ответственность, Фейт направила письма послан США и СССР, американским сена-

торам, представителям Государственного департамента и ФБР, а также лично президенту Рейгану. «Мы должны получить официальное одобрение на поездку от правительства Советского Союза» – говорила она – «Но как это сделать?»

Ответ пришёл поздней весной в виде Центра советско-американских инициатив – организации, которая сыграет ключевую роль в дальнейших событиях. Фейт полетела в Сан-Франциско, чтобы встретиться с президентом центра, Шэрон Теннисон, и вице-президентом, Сарой Сейболд, узнав об этой организации от дочери члена комитета «Создание трезвого мира». Знакомство трёх женщин состоялось.

Все трое – Фейт, Шерон и Сара – хорошо понимали, что для работы с проблемой алкоголизма в России необходимо напрямую обратиться к советским чиновникам и открыто поделиться опытом АА в решении этой проблемы на Западе. Несмотря на отсутствие контактов в Министерстве здравоохранения СССР, они надеялись, что советские чиновники увидят пользу от проведения хотя бы экспериментальных собраний АА, учитывая негативное влияние алкоголя на производительность страны.

Понадобилось четыре визита в Министерство здравоохранения СССР. Первые три были совершенны Шерон и Сарой в течение весны и осени 1985 года. Шерон, рассказывая об этом, вспоминает: «В начале весны, вернувшись в Москву, мы направились в Министерство здравоохранения СССР. Мы тщательно подготовились, изучив все доступные материалы об АА и взяв с собой письменные работы. Без каких-либо связей, мы нервно поднялись по ступенькам этого престижного советского учреждения. К нашему удивлению, нас не прогнали. Нас приняли в темной, отделанной панелями комнате, где за полированным столом нас ждали два чиновника средних лет: женщина и молодой мужчина. Они были довольно приятными и не выражали явного мнения, но внимательно выслушали нас. Наши материалы об АА на английском языке были приняты с вежливым «спасибо». Затем они попросили перевести их на русский язык, чтобы с ними могли ознакомиться исследователи, не владеющие английским. Мы покинули министерство с надеждой, что нам, по крайней мере, не отказали. Поздней весной мы вернулись в министерство, чтобы передать русские переводы. Осенью, в ходе еще одного визита, мы предоставили дополнительные материалы по их запросу. Казалось, мы понемногу продвигаемся к тому, чтобы наша идея была принята.

В то время, пока мы проводили встречи в министерстве, в советском обществе назревали важные перемены. Михаил Горбачев только что пришел к власти. И, мало кто знал, как он был глубоко обеспокоен проблемой неконтролируемого потребления алкоголя в стране».

В декабре 1985 года Фейт С. присоединилась к Шерон и Саре, чтобы совершить четвертую поездку в

Министерство здравоохранения СССР. «Мы вошли в здание министерства – рассказывала Шерон – На этот раз с нами была Фейт. Эффектная седовласая дама, Фейт являла собой живой пример силы выздоровления в АА – она оставалась трезвой более 20 лет. Это был её шанс убедить этих чиновников в том, насколько важна программа АА для безнадежного алкоголика. Убедить их так, как может лишь человек, выживший после алкоголизма. Подкрепленная чувством миссии, она казалась готовой. В знакомую, обставленную панелями, комнату вошли те же двое чиновников. На этот раз они начали спрашивать Фейт о программе, трезвости, госпитализациях, собраниях и статистике рецидивов. Она отвечала открыто и убедительно.

В конце допроса чиновница серьезно произнесла: «Мы довели информацию об АА и его результатах до самого высокого уровня. Наш новый генеральный секретарь утверждает, что проблема алкоголизма в стране настолько серьезна, что мы не можем позволить себе игнорировать ни одно успешное западное решение. Настоящим мы даем разрешение на проведение анонимных собраний АА в Москве и других городах страны». От неожиданности и облегчения Фейт склонила голову на стол, издав радостный крик. Быстро придя в себя, она поблагодарила чиновников. Комнату, казавшуюся ранее такой стерильной и невозмутимой, наполнили доброжелательность и большая надежда».

Вспоминая об этом моменте, Фейт делилась: «Встреча прошла в очень теплой атмосфере. Когда я услышала, что они не возражают против приезда группы для проведения собраний АА, я просто расплакалась. Мне было ужасно неловко. Но он, кажется, действительно понял, что мы делаем это не ради рекламы. Мы просто хотим поделиться своим опытом».

Министерство здравоохранения СССР открыло путь для членов «Создания трезвого мира» в Советский Союз, разрешив проведение открытых собраний АА на два месяца раньше запланированной даты – в апреле 1986 года.

С получением официального разрешения началась активная подготовка к поездке. Необходимо было уладить множество организационных вопросов. Шерон Теннисон и Сара Сейболд координировали проезд, занимались поиском переводчиков и готовили образовательные материалы о советской культуре для членов АА, направляющихся в Советский Союз. Они связывались с советскими чиновниками в сферах образования, здравоохранения и занятости, а также со своими друзьями из СССР, чтобы организовать посещение официальных учреждений и частных домов для путешественников.

Фейт и её команда отбирали членов АА разных возрастов со всей страны, заинтересованных в несении вестей Анонимных Алкоголиков на советской земле.

Перед поездкой участниками группы была принята Преамбула: «Мечта об основании АА в Советском Союзе может стать реальностью, только если

мы отбросим личное и прислушаемся к мудрости тех, кто был до нас и кто исследовал этику и дух советского народа. Наша миссия не учить и не проповедовать, а также не подорвать существующие взгляды. Мы будем гостями в стране, где мы получили привилегию встретиться с советским народом и поделиться с ним своим опытом. Мы предлагаем показать на примере, проводя собрания АА, как многие из нас выздоравливают от хронической, прогрессирующей и слишком часто смертельной болезни. Мы должны помнить, что наша единственная цель — донести наше Послание, а не обращать в свою веру, читать лекции или проповедовать. Мы должны уважать позицию правительства и чтить тот факт, что «Бог, как мы его понимаем» и «Высшая Сила» могут восприниматься ими по-другому. Мы должны соблюдать формальности и ограничения, изложенные в наших руководящих принципах, и избегать индивидуальных, спонтанных отклонений от согласованных процедур. Поступая так, мы можем поставить под угрозу группу в целом и запятнать наше Послание. Наша мечта — вдохновляющая, но она требует дисциплины, единства и самоотверженности».

Приближаясь к поездке, Фейт всё чаще задавалась вопросом: «Как примут наше послание?». Она понимала, что советской стороне может быть непросто принять философию АА. «Главное, — говорила она себе, — оставаться верными принципам АА и просто делиться своим опытом, не навязывая его. Искренность и готовность помочь — вот что может открыть сердца».

Фейт, полная надежд и тревог, находила как поддержку, так и критику своей работы.

Владимир Тремл, профессор экономики Университета Дьюка в Северной Каролине, эксперт по советскому алкоголизму, изучавший эту проблему на протяжении 15 лет, назвал предстоящую поездку «абсолютно значимой, вдохновляющей и достойной поддержки».

По его словам, всего пять лет назад Советский Союз просто не допустил бы АА в свою страну, несмотря на то, что организация существовала уже в 114 странах. Тремл рассказал: «В 1981 году, во время посещения посольства США, я общался с советскими экономистами и социологами, занимавшимися вопросами лечения алкоголизма. Мы обсуждали АА, и они признавали, что знают о ней и впечатлены, но говорили, что это «не для нас». Возможно, теперь они готовы пойти на компромисс».

Тремл также отметил, что американцы могут столкнуться с двумя основными проблемами. Во-первых, хотя АА не является религиозной организацией в строгом смысле, она имеет сильную духовную составляющую, и участники ссылаются на некую силу, большую, чем они сами. Для Советского Союза, где единственной силой, большей, чем мы, является Коммунистическая партия, это, безусловно, неприемлемо. Во-вторых, Советский Союз — это общество с жестким идеологическим

контролем. Правительство крайне негативно относится к любым ассоциациям или группам людей, ориентированным на внутренние цели.

В ответ на слова Владимира Тремла Фейт сказала: «Мы действительно не знаем, как всё сложится. Мы не можем предсказать, станет ли это началом АА в Советском Союзе, или наше послание не будет принято. Всё в руках Высшей Силы. Наша задача — просто донести весть АА, поделиться своим опытом, силой и надеждой, а не навязывать свою точку зрения или добиваться безоговорочного признания». Фейт была настроена оптимистично. Тем временем, в последние несколько недель перед отъездом возникли проблемы и на родине. Рут получила несколько «анонимных враждебных телефонных звонков», в которых ее группу обвиняли в «помощи врагу». Некоторые члены АА, которые планировали присоединиться к поездке, отменили свои планы, а другие выразили опасения, что путешественники могут быть использованы советской стороной в пропагандистских целях. Кроме того, некоторые считали, что поездка противоречит Традиции, которая акцентирует «привлечение, а не продвижение» идей АА. Поездку в СССР они расценивали как пропаганду.

Однако Фейт не сомневалась в своих намерениях. «Я не чувствую, что мы делаем что-то неправильно, иначе я бы не делала этого», — сказала она — «Я искренне верю, что алкоголизм действительно уравнивает всех нас. Наш мотив исходит от сердца и желания помочь страдающему алкоголику, независимо от того, кем он является. Коммунист он или демократ — это не имеет значения.

Когда вы готовы выйти из своей зоны комфорта и рискнуть, принимая на себя такое экстраординарное обязательство, как это, вы не позволяете ничему удерживать вас. Вы не позволяете неодобрению сдерживать или влиять на вас. Вы просто полностью сосредоточены и преданы своему делу. У меня никогда не было сомнений в том, что это произойдет».

В начале апреля 1986 года, американские газеты наперебой сообщали: «Кремль разрешает Миссию трезвости. Анонимные Алкоголики едут в Советский Союз!» «Советский Союз открыл свои двери для Анонимных Алкоголиков!» «Послание АА советским людям». «Анонимные Алкоголики расскажут свою историю в Москве». Невозможное стало возможным.

У Фейт никогда не было сомнений, что это произойдет. Она верила в силу Послания АА, способного преодолеть любые границы.

История на этом не заканчивается, а лишь переходит в новую главу. О том, что произошло дальше, мы обязательно расскажем вам в следующий раз.

Продолжение следует...

*С любовью из Архивов АА*

# ПО ВАШИМ ПИСЬМАМ

*Дорогие друзья! К нам приходят письма. Одни с благодарностью, другие – с просьбой помочь или с просьбой поделиться опытом. Каждое такое письмо несёт в себе целую историю. О страхах и мечтах, об отчаянии и надежде.*

*На страницах Информационного бюллетеня мы делимся друг с другом самыми сокровенными переживаниями и болью, опытом, силами и надеждой.*

*И благодаря вам нашим читателям, членам Содружества АА – эти письма не остаются неотвеченными. Публикуя ваши письма – вопросы и ответы, мы рады продолжению диалога, рады служить связующим звеном, связующей нитью по нашему Пути.*

*Ваша Служба  
Информационного бюллетеня*



## СЕДЬМАЯ ТРАДИЦИЯ АА: КАК НЕ ОТПУГНУТЬ НОВИЧКА?

Друзья! Меня зовут Елена, я алкоголик. Недавно на собрание нашей группы пришла одна женщина. Сначала мы подумали, что она впервые пришла в АА. Оказалось, что это не так. Несколько лет назад она приходила на собрание одной из групп АА в нашем городе. К сожалению, тогда её опыт оказался не самым удачным, и она не захотела оставаться в АА. Несмотря на доброжелательное отношение членов АА и надежду, которые она почувствовала на том собрании, она все же решила уйти и больше не возвращаться.

Каково же было наше удивление, когда мы услышали причину её решения уйти из АА. Как ни странно, причиной стала Седьмая Традиция АА. Что произошло? В тот день, когда на собрании объявили о том, что мы существуем на наши добровольные пожертвования и пустили по кругу коробку, куда члены группы кидали свои деньги, она почувствовала себя некомфортно. Она переживала сильные финансовые трудности и у нее возникло ошибочное впечатление, что АА – это платная услуга, а ей нечем платить. Ей стало неловко, и она решила, что АА – это «не для нее».

И вот, по милости Божьей, она снова с нами! Эта история не оставила равнодушными никого из членов нашей группы. Мы бурно обсуждали эту ситуацию, пытались понять, как нам вести себя с новичками, чтобы не отпугнуть их Седьмой Традицией.

Мы обращаемся в Информационный бюллетень АА, надеясь найти ответы на наши вопросы. Как нам лучше объяснять суть Седьмой Традиции но-

вичкам, чтобы она не стала для них препятствием на пути к выздоровлению? Как создать атмосферу доверия и безопасности, чтобы новичок не чувствовал себя неловко или обязанным, когда на собрании ведущий объявляет о Седьмой Традиции АА? Очень надеемся услышать опыт других членов и групп АА.

*Елена, группа АА «Возрождение»,  
Архангельск*

## ПОТОМУ ЧТО Я АЛКОГОЛИК... ДРУГИХ ПРИЧИН НЕТ!

Я пришёл в АА четыре года назад на собрание группы Домашний очаг в Костроме. Не нужен был уже никому, даже самому себе. Не раз по всему раскладу должен был уже быть мёртвым, но Бог оставил меня в живых.

Несколько раз на неделе я приезжал на собрания группы, слушал, не высказывался сам. Нашёл спонсора, шёл по Шагам. В рабочих собраниях участвовал, но служение не брал. На Домашнем очаге есть традиция – в День рождения в АА члены группы спикерят на собрании, делятся своим опытом выздоровления.

В год своей трезвости спикерил и я. В конце спикерского выступления отвечал на вопросы. Первой моей реакцией на вопрос: «Почему ты не брал служение?» - был смех. Ответил честно: «Я не знал, останусь я с вами или нет». Домашним я от чистого сердца сказал, что пойду в АА искать решение проблемы алкоголизма.

Когда я приехал на первое своё собрание, подошёл к двери, взялся за дверную ручку, в голову пришла

мысль: «Может, сразу развернуться и уехать? Откуда родные узнают, был я на собрании Анонимных Алкоголиков или нет?» И это извечно, как я позже понял, что сердце говорит одно, а голова сбивает с толку. Я остался тогда, и не перестаю за это Бога благодарить.

Но, честно скажу, высиживал собрание, глядя на часы – быстрее бы уже закончилось оно. И ещё один момент: искал повод, за что бы зацепиться, чтобы обидеться и уйти совсем. Но, как ни странно, со мной всегда и все были доброжелательны. Найти повод, чтобы уйти, обвинив Анонимных Алкоголиков, у меня не нашлось.

От тех, кто возвращался на группу после срыва, я часто слышал: «Я ушёл, потому что (мнимая причина)» или «Я сорвался, потому что (мнимая причина)». Для себя теперь понимаю, что человек запил не потому что (мнимая причина), а потому что он алкоголик. Других причин нет. Нормальные люди не уходят в запой ни по одной из причин.

Сейчас моя домашняя группа – это группа Красноселье. Группа малочисленная. Своего помещения у нас нет. В одно время пришли новички, остались, на рабочие собрания тоже приходили. Плохо дело – помещения для проведения собраний у нас нет. Решали вопрос, были предложения, предлагали одно помещение в аренду. Стало понятно, что дорого. Один из членов группы предложил попросить помощи у нашего Фонда, ведь мы управляем добровольные пожертвования в Фонд... Вот, пусть теперь нам помогут... Мы, конечно, старались объяснить, что в Содружестве АА группы поддерживают деятельность своего Фонда АА добровольными пожертвованиями, а Фонд, в свою очередь, группы обслуживает, а не финансирует. Обиделся парень, ушёл. Ушёл и запил.

Одно время я себя винил, мол, плохо объяснял, вот он и ушёл. А потом, в процессе инвентаризации и следующих Шагов, «мозаика сложилась». Человек искал повод, и он его нашёл.

Ради блага группы и своего собственного блага, Традиции АА нам предлагают всегда отказываться от гордыни. Конечно же, я постараюсь объяснить новичку, для чего мы в конце собрания пускаем шляпу Седьмой Традиции по кругу. Но, если он всё-таки будет слушать свою голову, то повод уйти он найдёт. Но причиной того, что он начнёт пить снова, будет тот факт, что он является алкоголиком. Других причин нет.

Спасибо.

*Сергей, член Содружества АА  
с 19 января 2021 г.*

## **ВЫЗДРАВЛИВАЮ В АА ИЛИ ВЫЗДОРОВЕЛА...!?**

Дорогие друзья! Меня зовут Светлана. В Анонимные Алкоголики я пришла 4 года назад. В последнее время, посещая собрания разных групп АА в моем городе, я часто сталкиваюсь с дискуссиями

и даже спорами на тему того, как правильно себя называть и представлять на собраниях группы АА: «выздоровливающий» или «выздоровевший» алкоголик.

На группах я слышала аргументы в пользу обеих формулировок. Некоторые члены АА считают, что термин «выздоровливающий» может звучать как некая незавершенность, ставя под сомнение их достигнутую трезвость и действенность самой Программы АА. Они считают, что в результате прохождения со спонсором Двенадцати Шагов АА, алкоголик достиг стабильной трезвости и больше не испытывает прежнего влияния алкоголизма на свою жизнь, поэтому он может с полной уверенностью говорить о себе, что выздоровел от алкоголизма.

Другие говорят, что термин «выздоровевший» звучит так, будто мы полностью избавились от болезни, что может ввести в заблуждение новичков и даже дать ложное чувство безопасности тем, у кого уже есть стаж трезвости. Они аргументируют тем, что алкоголизм – это хроническое заболевание, требующее постоянного поддержания и работы над собой, а также смирения и признания своей уязвимости перед алкоголем. Поэтому более корректно говорить «выздоровливающий», чтобы подчеркнуть непрерывность процесса выздоровления и необходимость ежедневной работы по программе.

Лично я считаю, что оба термина имеют право на существование, и выбор остается за каждым. Однако, постоянные споры и разногласия на эту тему создают некоторую путаницу и могут отвлекать от нашей главной цели – нести весть АА до страдающих алкоголиков.

В связи с этим, я прошу подготовить и опубликовать статью или разъяснение, посвященное этой теме. Хотелось бы услышать опыт и мнение разных членов АА, а также Службы Информационного бюллетеня АА о том, какие термины считаются более уместными в различных ситуациях (например, при представлении на собраниях, в общении с новичками, в личной идентификации) и почему. Надеюсь мой вопрос не останется без внимания. С благодарностью за ваше служение.

*Светлана,  
г. Москва.*

## **ТУТ И СПОРИТЬ НЕ О ЧЕМ**

«Мы, члены Содружества “Анонимные Алкоголики”, знаем тысячи мужчин и женщин, которые были точно так же безнадежны, как Билл. Почти все они выздоровели». (книга «Анонимные Алкоголики», стр. 16).

От чего же они выздоровели? От чего мы выздоравливаем? В той же книге написано, что алкоголизм - болезнь хроническая и неизлечимая.

Я называю себя выздоровевшим алкоголиком, потому что у меня больше нет навязчивой идеи о

том, чтобы выпить. Пьянство – это симптомы алкоголизма. Я выздоровел от симптомов пьянства. У меня нет навязчивой мысли о первой рюмке и, следовательно, у меня нет феномена тяги, потому что я не употребляю алкоголь.

Считаю важным говорить именно так – «выздоровевший алкоголик», потому что я имею ввиду свободу от алкоголя, а не просто о «завязке». Но при этом я всегда подчёркиваю, что я не перестал быть алкоголиком, и моё выздоровление продолжается.

Для примера могу сравнить с гипертонией. У меня гипертоническая болезнь 2 стадии, и я поступил в больницу с гипертоническим кризом. Врач подобрал мне препараты, которые я должен принимать на постоянной основе, чтобы артериальное давление у меня было в норме. Я принимаю препараты по назначению, и показатели артериального давления у меня в норме и чувствую я себя хорошо. Меня выписывают, как выздоровевшего гипертоника, но гипертоником я быть не перестал. Симптомы гипертонии купированы, но до конца жизни я должен принимать препараты, и моё выздоровление продолжится в виде регулярного приёма препаратов по назначению врача и ведения правильного образа жизни для профилактики рецидивов в виде кризовых состояний.

Оба термина одинаково уместны: и выздоровевший, и выздоравливающий. Важно понимать, в каком контексте понимается термин «выздоровевший». Тут и спорить не о чем. А новичку нужно просто объяснять это. Конечно, невозможно объяснить человеку всё за раз, на первом собрании – это процесс.

*Мнение одного члена АА*

## **СЛУЖЕНИЕ НА ЮБИЛЕЕ ГРУППЫ АА: БОЛЬШЕ, ЧЕМ ПРОСТО КАЗНАЧЕЙ**

Здравствуйте!

Наталья, алкоголичка. Трезвая пять лет. Являюсь членом группы АА «Домашний очаг». Группу свою считаю не только домашней, но и самой что ни есть родной. День основания моей группы 30 мая 2001 г. Традиционно группа каждый год отмечает свой день рождения, который мы привыкли называть ежегодным Юбилеем. Наши Юбилеи уже несколько лет проводятся на базе отдыха «Крутояр». К нам приезжает много гостей, чтобы разделить нашу радость, поделиться опытом и насладиться общением друг с другом. В мероприятиях Юбилея участвуют и наши друзья из профессиональной среды. Атмосфера праздника пропитана жизнелюбием, это меня лично очень вдохновляет. Поэтому вот уже третий раз я участвую в подготовке к Юбилею группы и беру служение, которое выполняю в весь период праздника, а он обычно длится в течение трёх дней.

Два года у меня было служение по чайхане. Чувствовалась ответственность за взятое служение.

Очень хотелось, чтобы всем гостям было комфортно и уютно. С начала нынешнего 2025 года группа доверила мне служение казначея. И я предложила на организационном рабочем собрании по подготовке к Юбилею группы свою кандидатуру на служение казначея Дня Рождения группы и получила одобрение.

Самой было интересно для сравнения. Конечно же, я волновалась, как это будет? Ведь служение непростое, ответственное. В прежние годы я непосредственно наблюдала и была в курсе, как служили мои предшественники казначеем на Юбилеях группы. Да и всегда можно было рассчитывать на их помощь и поддержку.

Служение моё началось задолго до начала мероприятий, в процессе подготовки к Юбилею. Наша группа в течение года тщательно готовится к проведению очередного Дня рождения. Было принято решение о том, что мы откладываем фиксированную сумму в банку «Дня рождения группы». При распределении средств Седьмой Традиции казначей докладывает, какая сумма находится в банке на момент рабочего собрания. Заранее, за несколько месяцев ответственные члены нашей группы договариваются об оплате аренды базы отдыха. Уже много лет нас принимает база отдыха «Крутояр». Руководство базы заблаговременно информирует о стоимости мест проживания, стоимости стоянки транспорта на территории базы. Казначей у всех гостей принимает оплату за питание, причём нужно индивидуально каждого выслушать и правильно записать: сколько человек обслуживается в заказе; кто и по каким дням будет питаться, и что будет кушать (завтрак, обед, ужин). Вот здесь мне очень потребовалось проявлять терпение. Слава Богу, всё получилось.

Обеспечением завтраками, обедами, ужинами и шашлыком занимается повар – член нашей группы. Он же и информирует о стоимости на человека. Питанием обычно все бывают довольны. Особенно хвалят вкуснейший шашлык.

По окончании праздника казначей составляет отчёт. Нужно подсчитать весь приход, вычесть расходы. Оставшуюся сумму в «шляпе» Седьмой Традиции Юбилея группы мы перечисляем в Фонд обслуживания Анонимных Алкоголиков.

Выполняя служение чайханщика Юбилея, я больше общалась с людьми за чашкой чая, но никак не успевала побывать на собраниях и семинарах.

В рамках же служения казначеем, я побывала на всех собраниях, которые проводились за весь период праздника. Эмоций было очень много! Я получила замечательный опыт!

Как всегда, гостей было много, было море позитива. Мероприятия, сопутствующие выздоровлению – праздничный концерт и дискотека, уютные посиделки у костра в кругу друзей снова окутывали ощущением радости жизни, душевной теплоты и всеобъемлющей заботы Бога, Его любви к нам и нашей любви к Нему и друг к другу. Это дало мне непередаваемое словами наполнение души. Не

хотелось расхотеться и ложиться спать. Все общались и делились опытом.

Очень благодарна Богу за родную группу «Домашний очаг». Благодарна за новых друзей из Содружества Анонимных Алкоголиков. Благодарна за опыт служения. Спасибо, Боже, за новую трезвую и счастливую мою жизнь. Рада быть полезной АА. Хотелось бы, чтоб в нашем Информационном бюллетене было побольше информации о меро-

приятных, которые проводятся в разных городах. Многие приезжают целыми семьями. Интересно было бы почитать, чтобы запланировать, куда можно поехать в следующий раз. Нашим родным это тоже интересно. И обмен опытом служения тоже будет полезен.

С благодарностью.

*Наталья И., Кострома  
август, 2025 г.*

## ОТ КОМИТЕТА ПО «ДЮЖИНЕ»

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](mailto:soo@aaarus.ru)



## ОТ КОМИТЕТА ПО КАДРАМ

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](mailto:hr@aaarus.ru)

ЛИТЕРАТУРА АА

# ЖИВОЕ НАСЛЕДИЕ. КНИГА «АА ВЗРОСЛЕЮТ»: ОПЫТ, МУДРОСТЬ И ЛЮБОВЬ

*«...За всю будущую историю АА больше не будет другого такого события, как это...» – писал Билл У. в журнале «Грейпвайн» о предстоящем Съезде АА в Сент-Луисе в 1955 году, посвященном двадцатилетию со дня основания Содружества.*

*«...Однако мы также сделаем кое-что, чего никогда нельзя будет повторить. Мы объявим, что детство и юность нашего сообщества остались в его невероятном, похожем на чудо прошлом; что наше Содружество достигло совершеннолетия; что теперь мы предлагаем членам АА взять в свою собственность и под свою полную ответственность наше наследие, доставшееся нам от ранних лет существования АА – жизненно важные заветы Выздоровления, Единства и Служения. Единство и функционирование нашего сообщества больше не будет зависеть от его родителей, старейшин или основателей. В этом и будет заключаться уникальное значение Сент-Луиса». (книга «Язык сердца», статья «Значение Сент-Луиса», стр. 220).*

То, что «никогда нельзя будет повторить» – событие, определившее будущее АА, – оживает на страницах книги «АА взрослеют». Это наша первая историческая книга. Она посвящена Съезду АА в Сент-Луисе в честь 20-летия Анонимных Алкоголиков.

Съезд АА 1955 года в Сент-Луисе – это не просто юбилей, но и важный поворотный момент в истории нашего Содружества. Именно там, в атмосфере единства, Билл У. от имени доктора Боба и всех ветеранов АА с благодарностью передал судьбу Содружества в руки нынешнего и будущих поколений Анонимных Алкоголиков. Так АА заявило о своей зрелости, готовности нести ответственность за свое развитие, оставаясь верным принципам Выздоровления, Единства и Служения.

«АА взрослеют» – третья значительная работа Содружества, изданная в 1957 году, занимает достойное место рядом с книгами «Анонимные Алкоголики» и «Двенадцать Шагов и Двенадцать Традиций». История первых двух десятилетий Анонимных Алкоголиков, рассказанная в книге Биллом У., помогает каждому из нас понять, кто мы есть, откуда пришли и куда стремимся.

Эта книга – не просто история, а связующая нить между поколениями АА. В ней Наследие, которое мы получили в дар, – опыт, мудрость и любовь тех, кто шёл этим путём до нас. Наша задача – сохранить и передать его будущим поколениям АА. Книга помогает нам увидеть, что АА – это не просто собрания и Шаги, а живой организм, который растёт благодаря нашей вере и участию в жизни АА. Она углубляет понимание духовных принципов и даёт вдохновение для личного роста и служения Содружеству АА.

## «АА ВЗРОСЛЕЮТ» ЗАГОВОРИЛА НА РУССКОМ ЯЗЫКЕ. ОТ МЕЧТЫ К РЕАЛЬНОСТИ: ПУТЬ ДЛИНОЙ В 15 ЛЕТ

В Содружестве АА России книга «АА взрослеют» вышла в свет в 2009 году. В Архивах АА бережно хранится экземпляр первого издания этой книги. Книга с многочисленными пометками на полях и выделениями в тексте, была передана нам на хранение Мариной Т. – ветераном АА России.

Марина, остающаяся трезвой с 14 мая 1989 года, практически с первых дней своего выздоровления посвятила себя служению, тесно связанному с литературой АА.

«Я так хотела эту книгу, вы даже не представляете! С тех пор, как только о ней узнала! Я передаю в Архивы АА именно ту книгу, которую я изучала, когда она впервые появилась на русском языке. Я штудировала эту книгу» – поделилась с нами Марина при передаче книги в Архив.

Мы попросили Марину рассказать о том, как эта книга пришла в Россию, как она издавалась в нашей стране. И вот её рассказ.

Впервые о книге «АА взрослеют» я услышала от своего спонсора в 1994 году. К тому моменту она уже передала мне свой опыт выздоровления по программе Двенадцати Шагов АА, и я старалась применять их в своей жизни.

Кэти, моя спонсор, член АА из Америки, сыграла немаловажную роль в развитии АА в России. Она привезла опыт освоения и практики Двенад-

цати Шагов, основанный на книге «Анонимные Алкоголики» и фактически заложила фундамент спонсорства в истории АА нашей страны. Кэти передала опыт применения Традиций Анонимных Алкоголиков и познакомила с Принципами обслуживания АА.

После того, как мы с Кэти закончили тщательное изучение книги «Анонимные Алкоголики» – от первой обложки до последней, потому что, как говорила Кэти, «программа выздоровления и сама книга – это не шведский стол, где берешь только то, что нравится» – она мне предложила: «Теперь мы будем изучать Традиции АА. Их обязательно нужно знать, понимать и применять во всех своих делах так же, как и Шаги». Я с радостью согласилась изучать Традиции.

В итоге, когда мы приступили к изучению Традиций, Кэти попросила меня принести книгу «AA Comes of Age» – «АА взрослеют». В 1994 году эта книга еще не была переведена на русский язык, о ней никто даже не слышал, а моего знания английского было недостаточно для чтения оригинала. На мой ответ, что у нас нет этой книги, Кэти удивленно спросила: «А как же вы изучаете Традиции АА?». Услышав, что у нас есть книга «Двенадцать Шагов и Двенадцать Традиций», Кэти попросила: «Принесите мне её, я почитаю». Вот так американка, член АА с десятилетним стажем трезвости, неожиданно для себя познакомилась с книгой «12 на 12» в России – и нам пришлось изучать Традиции именно по ней.

С первого занятия по Традициям Кэти начала знакомить с книгой «АА взрослеют»: рассказывала о её содержании, зачитывала отрывки, раскрывающие Историю Анонимных Алкоголиков, формирование и суть Двенадцати Традиций, а также принцип их действия – как и почему эти духовные принципы работают, если мы, члены АА, готовы неуклонно следовать им.

Не имея возможности самой открыть эту книгу, я с жадным интересом записывала на чистых страницах в конце «12 на 12» основные мысли и тезисы, которыми Кэти с любовью делилась. Так, впервые погружаясь в мир Традиций АА, нашу Историю и Три Завета АА, я страстно захотела эту книгу. Каждое новое занятие лишь усиливало это желание. Я мечтала, чтобы «АА взрослеют» говорила на русском языке. Я осознавала, что Традиции открывают для меня не только новые знания о нашем Содружестве, но и новые горизонты выздоровления.

Понадобилось пятнадцать лет, чтобы мечта о книге «АА взрослеют» на русском языке стала реальностью. В начале 2000-х начали разворачиваться события, в которых по Божьей Воле мне было суждено сыграть активную роль. Однажды Бог привёл меня на ежегодную Конференцию по общему обслуживанию АА, куда я везла свою спонсируемую и ещё одного делегата из Санкт-Петербурга. После встречи на вокзале, передохнув и перекусив, мы отправились на Конференцию. С нами была и Татьяна Л., - в будущем директор Фонда

обслуживания АА, о чем тогда никто, конечно, и не подозревал.

По дороге Татьяна стала уговаривать меня зайти и просто одним глазком взглянуть на происходящее. Я отмахивалась: «Ну что там делать? Один дурдом!». Но Татьяна не сдавалась: «Марина, давай хоть на минутку! Пойми, я ведь из Кисловодска, для меня это настоящая Российская Конференция Анонимных Алкоголиков!». В итоге, скрепя сердце, я уступила: «Ладно, на десять минут, и сразу уходим!».

И вот мы зашли... и как в плохом анекдоте... Мы не только остались, но меня еще и выбрали председателем Литературного комитета Российского Совета по общему обслуживанию АА! А ведь у меня не было никакого опыта в обслуживающих структурах, я никогда не была ни делегатом, ни даже просто участником! Вот так, с корабля на бал – сразу в Совет, но это, как говорится, уже совсем другая история.

Когда мне предложили стать председателем Литературного комитета, я поняла: вот он, шанс! Именно здесь я смогу приложить все усилия к переводу книги «AA Comes of Age». Впереди меня ждало служение, которое, как я тогда не знала, приведёт вначале к председательству в РСО, а затем и к работе в Фонде обслуживания АА. Мечта, казалось, стала ближе, чем когда-либо.

Однако, в то время Фонд обслуживания АА переживал тяжелые времена. Обремененный огромными долгами, фонд едва сводил концы с концами. Практически все ресурсы уходило на переиздание основных книг. В 2008 году у Анонимных Алкоголиков России было пять книг: «Анонимные Алкоголики», «Двенадцать Шагов и Двенадцать Традиций», «Жить трезвыми», «Ежедневные размышления» и «Пришли к убеждению».

У нас не было многих изданий, доступных членам АА в других странах: ни «Доктора Боба и славных ветеранов», ни «Языка сердца», ни «Как это видит Билл». У нас книга «Анонимные Алкоголики» была без 44 личных историй членов АА. И, конечно, не было и «АА взрослеют», о которой так мечтала я.

Надежда на новые переводы в то время казалась призрачной. На переводы требовались деньги. На вопрос, что делать, от Андрея Е. поступило предложение обратиться за помощью к членам АА. Необходимость в личных добровольных пожертвованиях на переводы книг была очевидной.

Изучив содержание и осознав ценность этих книг, которые еще не были переведены на наш родной язык, я отправилась по группам АА, рассказывая о сокровищах нашей литературы и прося поддержать наше начинание личными пожертвованиями для оплаты профессиональных переводчиков. Я не просила делать пожертвований от группы АА и всегда подчеркивала, что это личный вклад каждого, кто чувствует отклик в сердце.

И чудо произошло – члены АА стали жертвовать. Деньги на переводы книг начали поступать. Я до сих пор помню ту собранную сумму – сто семьдесят три тысячи рублей, одна тысяча пять

**После того, как мы с Кэти закончили тщательное изучение книги «Анонимные Алкоголики» – от первой обложки до последней, потому что, как говорила Кэти, «программа выздоровления и сама книга – это не шведский стол, где берешь только то, что нравится» – она мне предложила: «Теперь мы будем изучать Традиции АА. Их обязательно нужно знать, понимать и применять во всех своих делах так же, как и Шаги».**

долларов и три финских марки. Для меня каждый рубль, каждый доллар, каждая марка были не просто деньгами, а дарами от сердца, свидетельством нашего единства и общей цели. Я глубоко чувствовала это и верю в это и по сей день.

Благодаря пожертвованиям книги стали переводиться и постепенно издаваться. Несмотря на мой личный интерес к книге «АА взрослеют», она была переведена и вышла самой последней. Это произошло в 2009 году. Что ж, всему свое время. Такова была Воля Бога, не моя.

Книгу «АА взрослеют» переводила Анна Конищева – не просто профессиональный лингвист-переводчик, а человек, который сердцем чувствует каждое слово, каждую мысль, заложенную в наших книгах. Переводы Анны получали самые высокие оценки от GSO, а работа редакторов сводилась к минимуму – лишь небольшие правки, да корректура опечаток. Ее вклад в перевод литературы

для Анонимных Алкоголиков и Ал-Анон неоценим. Смею надеяться, что Фонду и дальше будет дарована возможность сотрудничать с этим удивительным человеком.

Я глубоко признательна не только Анне, но и всем переводчикам, благодаря таланту и кропотливому труду которых наша литература заговорила на русском языке. Их работа – это бесценный дар для каждого, кто ищет путь к выздоровлению.

Я искренне благодарна каждому члену АА, кто внёс свой вклад в наше общее дело – в издание нашей литературы АА. Спасибо за ваше доверие, дорогие друзья. Вместе мы смогли сделать то, что когда-то казалось всего лишь призрачной надеждой.

С благодарностью, Марина Т., трезвая с 14 мая 1989 года.

### **Я ПРОЧИТАЛА КНИГУ «АА ВЗРОСЛЕЮТ»**

Привет, друзья! Меня зовут Лена, и я алкоголик. В июле этого года я отметила свой первый год трезвости, год новой жизни в АА. Я выздоравливаю в замечательной группе «Выбор» в Твери, и я рада служить ответственным за литературу АА. Я благодарна Богу и Содружеству АА за возможность жить по-новому.

Размышляя о литературе АА, её значении в жизни члена АА, я вспомнила одну цитату неизвестного автора: «Книга – это не просто книга: это разум, это счастье, это учитель, это психотерапевт и лучший друг». Именно такими книгами стали для меня книги Анонимных Алкоголиков, когда я отчаянно искала ответы на свои вопросы.

Мир литературы АА – это бесценная сокровищница опыта и мудрости, накопленных за годы жизни нашего Содружества. В АА литература занимает особое место. Это не просто книги и брошюры, это живой голос Анонимных Алкоголиков, передающий опыт выздоровления из поколения в поколение. Литература АА – это наш компас, помогающий не сбиться с пути, когда штормит.

Я всегда понимала важность литературы в нашем выздоровлении, но именно служение на группе позволило мне прочувствовать это в полной мере. Читая наши книги, брошюры, бюллетени, я каждый раз заново открываю для себя знакомые истины и с удивлением обнаруживаю незнакомые в, казалось бы, давно привычных словах. Литература помогает мне оставаться на связи с программой, углубляет мое понимание принципов АА и дает силы двигаться дальше. Я надеюсь, что мое служение поможет другим членам АА найти ответы в литературе.

Недавно я прочитала книгу «АА взрослеют». Эта книга не просто понравилась мне, она тронула меня до глубины души. Это чудесная история о том, как по воле Божьей Содружество АА смогло родиться, вырасти и, несмотря на все трудности, распространить свои идеи по всему миру. Это

***С первых страниц  
книга «АА взрослеют»  
открыла для меня  
историю первых лет  
Содружества, словно  
провела рядом с  
Биллом У. и доктором  
Бобом, показала их  
самоотверженное  
служение и познакомила  
с теми, кто стоял  
у истоков АА и  
поддерживал его.***

история о том, как были заложены Три Завета АА – Выздоровление, Единство, Служение – воплощенные в Двенадцати Шагах, Двенадцати Традициях и Двенадцати Концепциях обслуживания АА.

Билл У., определяя Заветы АА как «стройную систему Духовности», говорит: «Кажется, что именно Господь велел нам возвести этот храм, фундамент которого уже прочно покоится на земле во всех её уголках. На громадной площади этого храма пребывают в мире уже 200 тысяч наших товарищей, и на его ступенях уже давно записаны наши Двенадцать Шагов выздоровления. Старейшие из нас видели возведение боковых стен этого храма, и постепенно перед ними открывались устои, на которых базируются Традиции АА, которые даны нам, чтобы мы сохраняли своё единство так долго, как того захочет Господь. И теперь энергичные сердца, и руки водрузили наверх шпиль нашего храма. Этот шпиль называется «Служение», и пусть он всегда служит указателем прямой дороги к Богу» (стр. 234). Я думаю, что сегодня эта «стройная система духовности» помогает и мне оставаться трезвой.

С первых страниц книга «АА взрослеют» открыла для меня историю первых лет Содружества, словно провела рядом с Биллом У. и доктором Бобом, показала их самоотверженное служение и познакомила с теми, кто стоял у истоков АА и поддерживал его. Я увидела, как шаг за шагом АА завоевывало доверие медицинского сообщества. Медики, привыкшие к безнадежности алкоголизма, с удивлением наблюдали преобразование людей, находящих трезвость в АА. Имена врачей – Карла Юнга, Уильяма Дункана Силкуорта, Фо-

стера Кеннеди, Гарри М. Тьебу, Уильяма Бауэра, Дж. Кирби Кольера и многих других – навсегда вписаны в историю Анонимных Алкоголиков, и их вклад в наше развитие бесценен. Доктор Тьебу на съезде в Сент-Луисе назвал АА «не просто чудом, а образом жизни, наполненным вечной ценностью». Именно благодаря таким друзьям, АА смогло протянуть руку помощи алкоголикам по всему миру.

Глава «Религиозный взгляд на Анонимных Алкоголиков» стала для меня личным откровением и углубила мое понимание программы выздоровления АА. Удивительно, но несмотря на свойственное нам сопротивление, постепенно каждый из нас приходит к вере и начинает ощущать острую потребность в руководстве Высшей Силы, которую многие из нас называют Богом. Отец Даулинг дал такое определение веры, которое лично мне очень близко: «Вера – это возможность воспользоваться опытом других. Блаженны ленивые, ибо найдут кратчайший путь» (стр. 256).

Для меня эта глава ценна еще и тем, что она предлагает «экспериментальный» подход в поисках Высшей Силы (стр. 265). Она помогает понять агностиков, показывает, что сомнения – это нормально, и каждый идет к вере своим темпом. «Отрицающие Бога отрицают Его от отчаяния, потому что им не удалось обрести Его» – слова испанского философа Унамуно-и-Хуго (стр. 263). Как писал Билл У. священнику Ньюману: «Насколько далеко должен зайти алкоголик в своей зависимости от Бога – это совершенно не касается АА». По сути он говорит нам: «Не думаю, что это является предметом заботы кого-либо из членов АА. Это предмет заботы Господа». Нам надо научиться быть терпимыми к чужим взглядам на веру, уважать опыт других, помнить, что у каждого из нас свой путь к Богу. Нам не надо спорить об этом, нам надо просто делиться своим опытом и поддерживать друг друга на нашем общем пути выздоровления.

Бернард Б. Смит, не алкоголик, адвокат по профессии и верный друг АА долгое время был председателем Совета попечителей и одним из создателей структуры Конференции. Именно он смог дать ясный и глубокий ответ на вопрос: зачем АА нужна Конференция? И каждый раз, перечитывая эту речь, я испытываю трепет на одном моменте: «Генеральная конференция нужна нам не для того, чтобы самим сохранять трезвость. Она нужна для того, чтобы обеспечить выздоровление алкоголиков, все еще спотыкающихся в темноте в поисках света. Она нужна, чтобы гарантировать исцеление некоторых новорожденных детей, по каким-либо причинам обреченных на алкоголизм. Она нужна, чтобы в соответствии с Двенадцатым Шагом обеспечить постоянное прибежище всем алкоголикам будущих времен и дать им такую же возможность для духовного возрождения, какая была у старейших членов АА» (стр. 281).

Бернард Смит видел значение АА не только для алкоголиков, но и для всего мира: «Именно существование АА имеет большое значение для тех,

кто отвергнут обществом и тех, кто сам отверг общество. На самом деле, существование АА важно для всего человеческого общества, поскольку оно является символом силы и мощи огромного духовного источника, к которому могут припасть все, кто стремится к правильной жизни» (стр. 282). Б. Смит придерживался сам принципов АА в течение всей своей жизни.

Эти слова, произнесенные человеком, не страдавшим от алкоголизма, но глубоко понимавшим духовную суть Анонимных Алкоголиков, напоминают нам, что АА – это часть большого мира, не замкнутая в себе. Они напоминают нам о важности служения и ответственности перед будущими поколениями страдающих алкоголиков.

О важности Традиций АА мне рассказала мой спонсор. Но благодаря «АА взрослеют» я поняла, как тяжело они дались первым членам Сообщества и почему так важно их соблюдать. Единство АА обеспечивает и мое личное благополучие. Гарри Тьебу в своем выступлении отметил: «Жизненно важное значение для сохранения трезвости имеет постоянное повторение и осмысление сути Двенадцати Шагов, и особенно 12-го Шага. Это обычно называется работой в рамках 12-го шага, что отражает его суть. Это уже не чудо, а повседневная работа над собой.

Традиции АА также не являются волшебной стороной их деятельности. Как сказал Билл, они отражают уроки и смысл полученного опыта. Они являются руководством для начинающих. Они ограждают путь для неискушенных и неосторожных. Они спускают человека с небес на землю и подводят его к реальности. Они говорят: «Обрати внимание на то, что подсказывает опыт, иначе ты навлечешь на себя неприятности». Мы не случайно рассуждаем о значении опыта. Я намеренно обращаю особое внимание на не чудотворные вещи в деятельности АА» (стр. 250).

Именно поэтому, как в личном выздоровлении, так и в жизни АА, важны постоянные усилия. Я в это верю, мой опыт говорит мне об этом. Ведь Ано-

**«...существование АА важно для всего человеческого общества, поскольку оно является символом силы и мощи огромного духовного источника, к которому могут припасть все, кто стремится к правильной жизни»**

нимные Алкоголики – это сообщество в действии. Наше личное и общее выздоровление зависит от того, насколько активно мы участвуем в жизни Содружества: делимся своим опытом, встречаем новичков, поддерживаем наши службы и храним верность принципам АА. Сила АА в единстве. Несмотря на разнообразие мнений, нас объединяет общая проблема, общее решение и общая цель. Теперь я более осознанно отношусь к своему участию в жизни АА и чувствую, что являюсь частью чего-то действительно важного.

«АА взрослеют» – это живое свидетельство силы АА, его способности меняться и адаптироваться к новым вызовам. Эта книга показывает, что АА – это не статичная организация, а постоянно развивающееся сообщество, которое стремится к совершенству.

Я искренне рекомендую эту книгу каждому члену АА. Она поможет вам лучше понять историю нашего Сообщества, углубить свое понимание принципов АА и вдохновит вас на новые свершения на пути выздоровления. Читая эту книгу, вы почувствуете себя частью чего-то большего, частью огромной семьи, которая помогает людям по всему миру обрести свободу от алкоголизма.

И в заключении, но не завершении...

Друзья! Давайте вместе изучать литературу АА. В ней находятся все необходимые для нас истины, чтобы мы – каждый страдающий алкоголик, каждый член АА и АА в целом – могли жить полноценной жизнью, наполненной смыслом, надеждой и служением другим.

Нам осталось только научиться применять эти истины в нашей повседневной жизни, быть честными с собой и с другими, практиковать принципы АА во всех наших делах и доверять Богу, как мы Его понимаем.

Многие из нас понимают, что знания сами по себе не спасают. Чтение литературы АА – это лишь первый шаг. Главное – это готовность к действию, стремление менять себя и свою жизнь в соответствии с теми ценностями, которые мы находим в этих книгах и брошюрах. Это работа над собой, это постоянное самосовершенствование, это ежедневный выбор в пользу трезвости.

Именно в практике Двенадцати Шагов и Двенадцати Традиций АА мы находим реальную силу для выздоровления. Именно в служении другим мы обретаем истинную свободу под Богом. Именно в единстве Содружества АА мы находим поддержку и понимание, которые так важны на этом пути.

Поэтому давайте не просто читать литературу АА, давайте жить в согласии с ней. Давайте делиться своими открытиями с другими, давайте поддерживать друг друга в трудные моменты, давайте вместе строить новую жизнь, основанную на принципах честности, смирения, любви и служения. Ведь только вместе мы можем оставаться трезвыми и помогать другим обрести надежду.

ИНФОРМАЦИЯ ОТ КОМИТЕТОВ И СЛУЖБ АА В СТРУКТУРЕ КОНФЕРЕНЦИИ

# АА В МЕСТАХ ЛИШЕНИЯ СВОБОДЫ: НАДЕЖДА ТАМ, ГДЕ ЕЁ НЕ ЖДУТ...

## НЕСЁМ ВЕСТЬ АА В ИСПРАВИТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ ЗА ПРЕДЕЛАМИ ВАШЕЙ ДОМАШНЕЙ ГРУППЫ

*«Ваше место теперь там, где вы можете принести наибольшую пользу другим, поэтому идите туда, где вы нужны» (книга «Анонимные Алкоголики», стр.99).*

*Многие из нас в определенной степени познали «заключение», отгородившись стеной от общества и столкнувшись с последствиями стигматизации. Мы не понаслышке знаем, что такое изоляция и отчаяние, которые становятся нашими болезненными спутниками, отравляя каждый день жизни.*

*Тем же, кто находится за решеткой или прошел через места лишения свободы, приходится еще тяжелее, ведь общество воздвигает вокруг них ещё одну стену. В исправительных учреждениях отчаяние усиливается, изоляция достигает своего пика, а надежда на перемену кажется почти невозможной.*

*Мы, члены АА, хорошо знаем «как темно бывает перед рассветом». Даже в самых темных уголках можно увидеть проблеск света. Даже в изоляции можно найти связь, и даже в отчаянии – надежду на новую жизнь.*

*Весть АА о выздоровлении может стать именно тем лучиком надежды для тех алкоголиков, кто находится в стенах исправительных учреждений. Важно помочь им осознать свою проблему, увидеть возможность трезвой жизни и почувствовать, что они больше не одиноки в своей проблеме, что выход есть.*

*Анонимные Алкоголики — это место, где прошлое не определяет будущего, а выздоровление возможно для каждого, кто ищет его. Выздоровление – это дар от Бога. Дар, которым необходимо делиться с теми, кто остро нуждается в нём.*

Дорогие друзья! Вас приветствуют члены Комитета Совета по взаимодействию с исправительными учреждениями.

По статистике Министерства внутренних дел Российской Федерации каждое четвертое преступление совершается в состоянии алкогольного опьянения. Эту статистику подтверждают и сотрудники исправительных учреждений в различ-

ных регионах России, с которыми мы сегодня сотрудничаем. Многие из тех, кто совершил преступление в алкогольном опьянении, страдают алкоголизмом. Зачастую они возвращаются снова и снова за решётку. Ведомые нашей болезнью, они не знают сегодня, что выход есть и можно жить по-другому.

Этот замкнутый круг – выпил, совершил преступление, тюрьма, освобождение, снова выпил – кажется бесконечным и обреченным. Но мы, Анонимные Алкоголики, знаем, что это не приговор, что этот круг можно разорвать. Мы знаем, что решение есть. Мы верим, что послание АА о надежде и выздоровлении должно быть доступно каждому, кто страдает от алкоголизма – независимо от обстоятельств.

К сожалению, не всегда и не в каждом регионе есть возможность лично делиться опытом выздоровления в местах лишения свободы. Но каждый член АА может внести свой вклад в эту важную работу. Даже если вы не можете посещать колонии рядом с вашим домом, всё равно вы можете участвовать в том, чтобы идеи АА достигли тех, кто отчаянно нуждается в них.

### **Как вы можете помочь?**

Все очень просто. Наш Комитет предлагает следующие направления в служении, чтобы донести весть АА до тех, кто находится в исправительных учреждениях:

- **станьте голосом надежды: участвуйте в переписке с заключенными через Службу «А/я 33»** (информацию читайте далее).

- **станьте проводником той самой «Розовой банки»:**

- 1) помогайте в распространении литературы АА в исправительных учреждениях.

- 2) информируйте о значении «Розовой банки». Расскажите группам и членам АА о духовном и практическом вкладе «Розовой банки» в нашу способность помогать тем, кто находится за решеткой. Ваша поддержка помогает нам всем продолжать эту важную работу (информация далее).

## СЛУЖБА ПЕРЕПИСКИ «АБОНЕНТСКИЙ ЯЩИК 33»

«Письма заключенным – это важная и ценная работа по Двенадцатому Шагу» - так считают члены АА, которые участвуют в этом служении.

Ежегодно на адрес нашего «абонентского ящика 33» приходят десятки писем от страдающих алкоголиков, находящихся в заключении. В этих письмах звучат истории их жизни и просьбы о помощи в решении проблемы их пьянства.

Отвечая на эти письма, члены АА делятся своим опытом, силой и надеждой, предлагая руку помощи на пути к выздоровлению.

Для многих заключённых-алкоголиков бумажные письма остаются единственным возможным способом связи с Анонимными Алкоголиками.

Мы приглашаем членов АА, готовых переписываться с алкоголиками, находящимся в исправительных учреждениях России.

Для этого не нужен тюремный опыт – гораздо важнее ваша трезвость в АА. Заключенным важнее узнать, как Двенадцать Шагов помогли вам обрести и сохранить трезвость, чем истории о времени, которое вы, возможно, провели в тюрьме.

Мы благодарны всем, кто помогает нести весть АА алкоголикам «за решеткой».

Если у вас есть желание делиться своим опытом выздоровления таким образом и вы готовы попробовать себя в этом служении – напишите нам и мы расскажем подробнее.

Email для связи:

Комитет Совета по взаимодействию с исправительными учреждениями. В теме письма просим написать – Служба переписки «А/я 33»

[k.k@aarus.ru](mailto:k.k@aarus.ru)

Фонд обслуживания АА

[office@aarus.ru](mailto:office@aarus.ru)

## РОЗОВАЯ БАНКА: РУКА ПОМОЩИ АЛКОГОЛИКУ В МЕСТАХ ЛИШЕНИЯ СВОБОДЫ

Идея «Розовой банки» зародилась в 1957 году в Северной Калифорнии и с тех пор распространилась по всему миру, включая Россию. Подробнее об истории «Розовой банки» можно узнать в Информационном бюллетене АА (выпуск 12, апрель 2025 г.), стр. 21.

«Розовая банка» – это:

- вклад в выздоровление тех алкоголиков, кто находится за решеткой,
- шанс для заключенных-алкоголиков найти путь к новой жизни, изучая литературу АА во время отбывания наказания,

- способ для членов АА поделиться опытом, силой и надеждой,
- ценный ресурс и поддержка усилий в несении вести о выздоровлении в исправительных учреждениях,
- возможность для членов АА компенсировать ущерб в рамках 9-го шага,
- это проявление любви и заботы АА о страдающем алкоголике.

Деятельность по распространению литературы АА в исправительных учреждениях России осуществляется Комитетом Совета по взаимодействию с исправительными учреждениями совместно с Фондом обслуживания АА.

Расходы покрываются за счет пожертвований членов и групп АА, направленных на целевую статью «Литература для исправительных учреждений».

Сделать добровольные пожертвования на литературу для ИУ можно:

перейдя по ссылке

<https://7trad.aarus.ru/howtohelp/>

или по реквизитам Фонда обслуживания АА

ИНН 7725139531

КПП 771601001

Р/с 40703810038330100622

Банк: ПАО СБЕРБАНК

БИК: 044525225

Корр. счет: 30101810400000000225

В назначении платежа написать – на Литературу для исправительных учреждений.

Мы с радостью ответим на ваши вопросы.

Электронная почта для связи:

[k.k@aarus.ru](mailto:k.k@aarus.ru)

Друзья! Нас, членов АА, объединяют общая проблема, общее решение и общая цель: помогать страдающим алкоголикам, где бы они сегодня ни находились.

Если у вас есть желание нести весть АА в местах лишения свободы в вашем регионе, но вы не знаете с чего начать и как лучше это сделать, наш Комитет СОО АА по взаимодействию с исправительными учреждениями готов оказать вам содействие.

Наша единственная цель – помогать группам АА доносить идеи АА до алкоголиков, отбывающих наказание в исправительных учреждениях России. Подробнее о задачах Комитета вы можете узнать в Положении...

*В Благодарности Богу и АА,  
в служении с вами*

# ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЮЛЛЕТЕНЬ АА – КАКИМ ЕМУ БЫТЬ? РЕШАЕМ ВМЕСТЕ!

Дорогие друзья! Приветствуем вас от имени Комитета Конференции по развитию структуры обслуживания АА!

Мы обращаемся к вам, чтобы вместе определить будущее Информационного Бюллетеня АА – неотъемлемой части нашей жизни в Содружестве, который регулярно выходит в электронном формате. Важен каждый голос, вне зависимости от размера вашей группы!

Информационный бюллетень АА – это надежный источник обмена опытом, силами, идеями и надеждами между членами, группами и обслуживающими структурами. Он призван служить нашей общей цели – нести весть о выздоровлении тем, кто все еще страдает от алкоголизма.

В Информационном бюллетене мы находим разнообразный опыт служения по Пятой Традиции, примеры сотрудничества с профессиональными сообществами, личный опыт спонсорства и применения Двенадцати Шагов и Традиций в жизни, а также информацию о литературе АА, новых проектах, из Архивов АА, календарь мероприятий и многое другое.

В последнее время от некоторых групп стали поступать просьбы об издании печатной версии бюллетеня. Конференция рекомендовала Комитету изучить мнение сообщества о необходимости и целесообразности такого издания. Поэтому мы подготовили некоторые вопросы для обсуждения. Мы просим вас, опираясь на личный опыт и опыт вашей группы, поделиться своим мнением. Ваши искренние ответы помогут принять взвешенное решение, полезное для всего нашего Содружества. Будем признательны за ваши ответы по электронной почте: kpd@aaarus.ru. В теме письма, пожалуйста, укажите: «Информационный бюллетень в печати. Для Комитета по структуре».

Спасибо за ваше служение!

## НЕСКОЛЬКО ПРОСТЫХ ВОПРОСОВ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ БУДУЩЕГО ИНФОРМАЦИОННОГО БЮЛЛЕТЕНЯ АА:

- Получает ли ваша группа электронную версию Информационного Бюллетеня АА ежеквартально? (Да / Нет)
- Если ваш ответ «нет, не получаете», хотели бы вы его получать? (Да / Нет)

- Необходим ли вашей группе печатный Информационный бюллетень АА? Хотели бы вы иметь возможность заказывать печатные экземпляры? (Да / Нет / Затрудняюсь ответить). Пожалуйста, поделитесь, почему вы так считаете.

*Мы будем очень признательны, если вы уделите еще немного времени и ответите на следующие вопросы, которые помогут нам лучше понять потребности нашего Содружества:*

### I. Информированность об АА: ресурсы и источники (ответы на эти вопросы помогут нам понять, как ваша группа получает информацию об АА).

1. Обладает ли ваша группа информацией об АА в целом?
2. Представлена ли на вашей группе АА литература АА во всём многообразии? Отметьте нужное:
  - Книги (Да / Нет)
  - Брошюры (Да / Нет)
  - Журнал АА «Дюжина» (Да / Нет)
  - Информационные материалы (Да / Нет)
  - Материалы обслуживания АА (Да / Нет)
  - Уделяете ли вы внимание литературе АА? (Да / Нет)
3. Использует ли ваша группа информационные материалы АА (буклеты, бюллетени, обращения, анонсы, информационные листы, журналы и т.п.)? (Да / Нет / Иногда)
4. Как часто ваша группа использует информационные материалы АА? (Регулярно / Иногда / Редко / Никогда)
5. В какой форме ваша группа предпочитает получать информацию от АА? (Печатная / Цифровая / Аудио / Все форматы)

### II. Электронный Информационный Бюллетень АА: использование и возможности (вопросы связаны с пониманием опыта вашей группы с текущим электронным бюллетенем).

1. Известно ли членам вашей группы о существовании электронной версии Информационного бюллетеня АА? (Да / Нет / Некоторые знают)
2. Если да, то как часто члены вашей группы читают электронную версию Информационного бюллетеня? (Регулярно / Иногда / Редко / Никогда)
3. Ваша группа использует Информационный бюллетень АА? (Да / Нет). Если «да», каким образом?
4. Как вы думаете, какие преимущества Информационный бюллетень АА может дать вашей группе в целом? Какие преимущества он может дать каждому члену АА?

5. Сталкивались ли члены вашей группы с трудностями при доступе к цифровой версии Информационного бюллетеня АА (например, отсутствие доступа к интернету, трудности с использованием технологий и т.п.)? (Да / Нет). Если «да», опишите, пожалуйста, какие именно трудности.

**III. Печатный Информационный Бюллетень АА: необходимость и возможности (ответы на эти вопросы необходимы для определения потребности в печатной версии и поиска оптимальных путей ее реализации).**

1. Как вы думаете, печатная версия Информационного бюллетеня АА была бы полезна для членов вашей группы? (Да / Нет / Затрудняюсь ответить). Пожалуйста, поясните свой ответ.

2. Какие преимущества/недостатки вы видите в наличии печатной версии бюллетеня по сравнению с цифровой?

3. Если бы печатная версия Информационного бюллетеня АА была доступна, готова ли ваша группа её приобретать? (Да / Нет / Возможно, в зависимости от цены).

4. Какую цену за один экземпляр вы считаете приемлемой? (Бесплатно / 50 рублей / 100 рублей / 150 рублей / Другое: \_\_).

5. Сколько примерно экземпляров ваша группа могла бы заказывать каждый выпуск? (0 / 1-5 / 6-10 / Более 10 / Затрудняюсь ответить).

6. Как вы видите оптимальный способ распространения печатной версии бюллетеня среди членов вашей группы? (Индивидуальные заказы / Распространение на собраниях / Размещение в библиотеках/информационных уголках / Другое: \_\_).

7. Готова ли ваша группа брать на себя ответственность за распространение Информационного бюллетеня АА

среди членов группы? (Да / Нет / Возможно, при определенных условиях: \_\_). Если «возможно», опишите, пожалуйста, условия.

8. Какие рубрики/темы вы хотели бы видеть в печатной версии Информационного бюллетеня АА в первую очередь? Есть ли какие-либо особенные пожелания к его содержанию, чтобы она лучше соответствовала потребностям вашей группы?

9. Как вы думаете, в долгосрочной перспективе, будет ли сохраняться потребность в печатной версии Информационного бюллетеня, или со временем все больше людей перейдут на цифровой формат? (Сохранится / Скорее перейдут на цифровой формат / Затрудняюсь ответить).

10. У вас есть идеи о способах, которые, по вашему мнению, АА могло бы улучшить информирование членов групп?

Благодарим вас за служение и участие!

*В служении с вами*

Друзья! С выпусками бюллетеня АА вы можете познакомиться на сайте [aarus.ru](http://aarus.ru) в разделе ИНФО-БЮЛЛЕТЕНИ или по этой ссылке

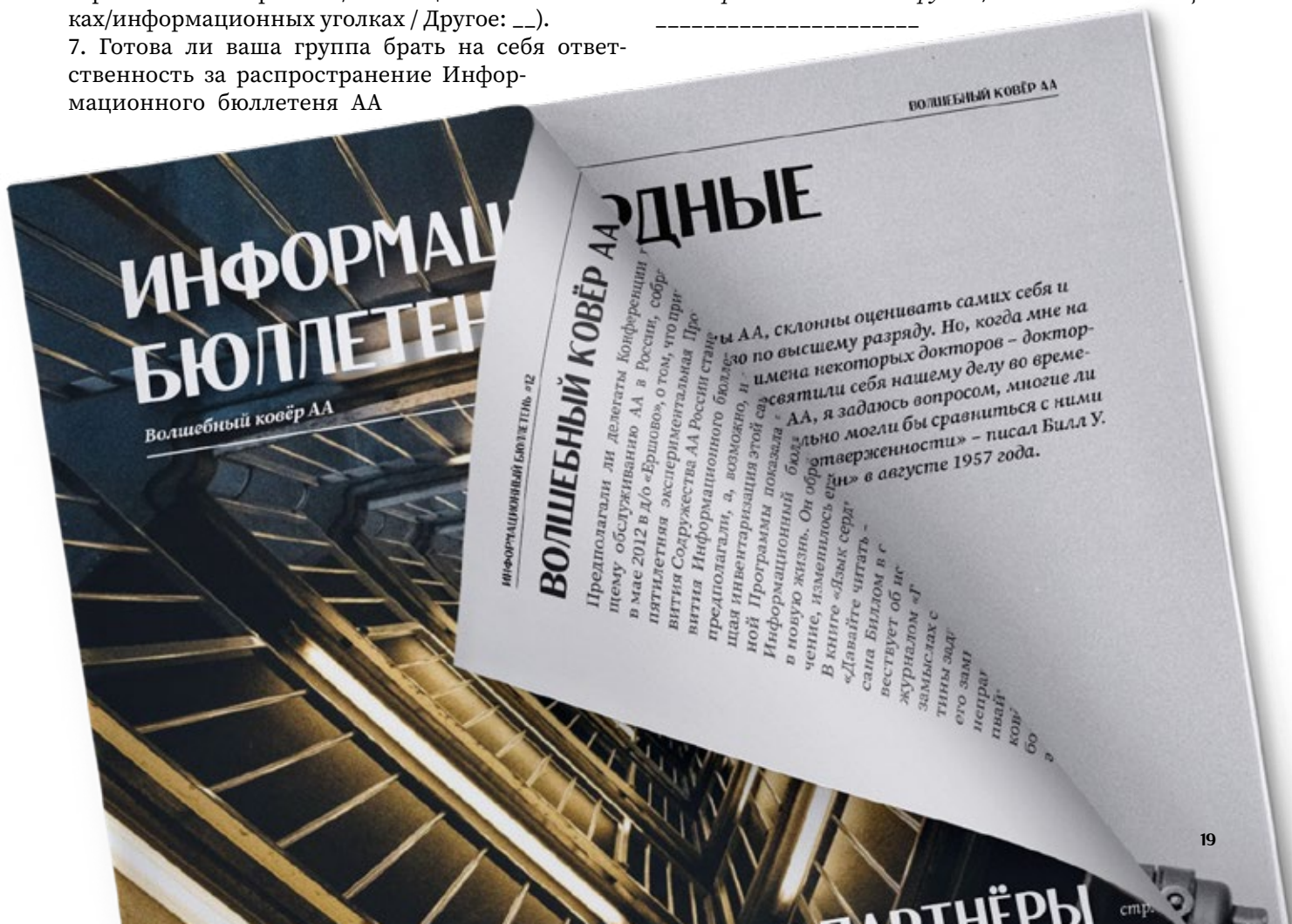
<https://aarus.ru/infobyulleten>

Если вы хотите получить Информационный бюллетень АА по электронной почте, сообщите адрес вашей группы (или ответственного лица) и отметьте согласие на получение рассылки:

Согласие на получение рассылки: [ ] Да / [ ] Нет

Электронная почта группы/контактного лица:

-----





# ОНЛАЙН-ГРУППЫ АА. ПРАВО НА УЧАСТИЕ!?

История АА началась с непосредственного общения и личных встреч. Тем не менее, еще в 1986 году, задолго до повсеместного распространения интернета, начали появляться первые онлайн-встречи Анонимных Алкоголиков на электронных досках объявлений. Эти электронные доски объявлений (BBS - Bulletin Board Systems), позволявшие пользователям подключаться через модем и телефонную линию, стали одним из первых средств общения и поддержки онлайн для тех, кто стремился к выздоровлению. Особенно это было важно для тех, кто жил в отдаленных районах или по каким-либо причинам не мог посещать собрания живую.

В начале 1990-х члены АА открыли для себя электронную почту как средство обмена опытом и взаимной поддержки, организуя группы для общения и организации личных встреч. Это стало первыми попытками онлайн-собраний, хотя и в асинхронном текстовом формате. Эти «собрания АА по переписке» позволяли людям чувствовать себя частью группы, даже находясь на расстоянии. Одна из старейших таких групп, «Lamp-lighters», появившаяся в 1990 году, до сих пор активно общается по электронной почте, демонстрируя жизнеспособность этого формата.

Постепенно онлайн-группы АА стали появляться как ответ на потребность тех, кто не мог принимать участие в «живых» собраниях. Благодаря современным технологиям, сегодня сотни онлайн-групп АА предлагают поддержку тысячам страдающих алкоголиков по всему миру. Через видеоконференции, форумы, чаты члены АА делятся опытом, силой и

надеждой, помогая друг другу оставаться трезвыми. До недавнего времени отношение к онлайн-группам в нашем Содружестве было неоднозначным. Многие члены АА, привыкшие к живым встречам, выражали опасения относительно духовности и подлинности такого формата. Виртуальные группы часто встречали сопротивление и не рассматривались как полноценная часть АА.

Но в нашу жизнь вмешалась пандемия 2020 года. Она заставила нас, членов АА, пересмотреть наши взгляды и искать новые способы оставаться вместе, не нарушая принципов АА. Лишившись возможности встречаться лично, мы нашли выход в онлайн-пространстве, не без помощи Божьей. Теперь нам предстоит научиться гармонично сочетать эти два формата, храня верность нашим Шагам, Традициям и Концепциям.

До 2020 года участие групп АА в жизни Содружества основывалось на географическом принципе организации структуры обслуживания. С появлением виртуальной среды в жизни АА возникли определенные задачи, потребовавшие совместного поиска решений и адаптации принципов служения АА к новым реалиям.

В разных странах мира интеграция онлайн-групп АА в структуры обслуживания происходит по-разному. В одних странах процесс идет активно, в других – всё ещё на стадии обсуждения. Это зависит от подходов к организации работы структуры обслуживания и способов общения участников, которые могут значительно варьироваться в каждой стране.

Вопрос об участии онлайн-групп АА в структуре обслуживания не остался в стороне и для Содружества АА России, он активно изучается нашей Конференцией.

Впервые он был поднят на Конференции в 2015 году. Тогда группа АА «Земляне», проводящая собрания онлайн, обратилась к Конференции с вопросом о возможности информирования о своей работе через сайт [aaug.us](http://aaug.us) и справочники АА в России.

В 2015 году в России существовало всего 4 онлайн-группы: «Планета», «Земляне», «Вне зависимости» и «Наш путь». Они проводили свои собрания, используя платформу Skype. Других платформ для проведения онлайн-собраний в то время не было. На сегодняшний день, благодаря развитию технологий и возросшей потребности, в России насчитывается более 130 онлайн-групп АА. В ответ на обращение группы «Земляне», Конференция поручила Комитету Совета по связям с общественностью изучить вопрос о возможности регистрации skype-групп, интернет-групп, радио в структуре обслуживания АА в России. Впоследствии этот вопрос не получил дальнейшего развития, но спустя девять лет задача вновь стала актуальной.

Зимой 2024 года в Комитет Совета по Конференции обратилась онлайн-группа АА «Мир» с вопросом об участии их делегата в ежегодной Конференции по общему обслуживанию АА. У нас не было и нет оснований отказывать любой группе АА в её праве голоса. Группы АА являются самым главным звеном в структуре обслуживания АА. Они наделены высшими полномочиями и ответственностью за обслуживание и развитие Анонимных Алкоголиков. Группы приняли эту ответственность в 1955 году, когда Билл У. от имени доктора Боба и ветеранов АА, передал её всему Содружеству. Однако, сами по себе высшие полномочия и ответственность групп не приводят АА в движение и не способствуют его росту и развитию, если голос каждой группы не будет услышан. Голос группового сознания группы АА не будет услышан на Конференции без делегата, наделённого доверием группы.

Онлайн-группа АА «Мир» не только воспользовалась своим правом голоса, отправив делегата на ежегодную Конференцию по общему обслуживанию АА, но и обратила внимание на виртуальный мир АА, подчеркнув необходимость признания онлайн-групп равноправной частью Содружества, и поставив задачи по их включению в структуру обслуживания АА.

В мае 2024 года, на XXXV сессии Конференции, по инициативе онлайн-группы АА «Мир», рассматривался вопрос о регистрации онлайн-групп АА в структуре обслуживания АА и Фонде обслуживания Анонимных Алкоголиков. У делегатов Конференции не было сомнений по вопросу регистрации онлайн-групп АА в Фонде, но возникли вопросы о том, каким образом онлайн-группы АА могут быть включены в деятельность структуры обслуживания АА. Конференция рекомендовала изучить

этот вопрос Комитету Конференции по развитию структуры обслуживания АА. После сессии к его изучению присоединились Комитет Конференции по уставным документам и Комитет Совета по Конференции.

В результате сотрудничества этих Комитетов: пересмотрены и адаптированы для онлайн-групп АА:

Форма регистрации групп АА в Фонде обслуживания АА

Бланк изменений сведений о группе АА.

Письмо новой группе АА, регистрирующейся в Фонде.

Совет одобрил эти документы, и они были приняты к использованию.

изучен опыт интеграции онлайн-групп АА в структуру обслуживания АА в США, Канаде и других странах (представлен далее).

проведено дискуссионное собрание на XXXVI сессии Конференции по вопросу участия онлайн-групп АА в структуре Конференции.

В ходе дискуссии мы пришли к общему мнению о важности дальнейшей работы по интеграции онлайн-групп АА в структуру обслуживания. Одним из предложенных шагов стало проведение опроса среди групп АА в России для глубокого понимания их мнения по этому вопросу. Мы полностью поддерживаем эту инициативу.

## АА СЕГОДНЯ И ЗАВТРА: УЧАСТИЕ ОНЛАЙН-ГРУПП АА В СТРУКТУРЕ ОБСЛУЖИВАНИЯ

*Друзья! Мы обращаемся к вам с просьбой принять участие в этом опросе. Ваши ответы помогут получить всестороннюю картину отношения групп АА к онлайн-группам и их участию в структуре обслуживания. Ваше мнение бесценно для нас!*

### I. Онлайн-группы АА: опыт и восприятие.

1. Как члены вашей группы относятся к существованию и деятельности онлайн-групп АА? Считают ли они их полезными для сообщества АА в целом? Почему да или почему нет?
2. Какие вы видите преимущества и недостатки в посещении онлайн-групп по сравнению с очными собраниями?
3. Считаете ли вы, что онлайн-группы АА соответствуют основным принципам и традициям АА? Если нет, то какие традиции, по вашему мнению, сложнее соблюдать в онлайн-формате?
4. Приходилось ли членам вашей группы посещать онлайн-группы АА (на постоянной или временной основе)? Если да, то каким был этот опыт?
5. Считаете ли вы онлайн-группы группами АА, или скорее рассматриваете их как собрания?

### II. Интеграция онлайн-групп АА в структуру обслуживания: возможности и перспективы.

6. Как вы относитесь к идее регистрации онлайн-групп АА в Фонде обслуживания АА?

7. Как вы думаете, каким образом онлайн-группы АА могут быть наиболее эффективно вовлечены в работу структуры обслуживания АА?

8. Видите ли, вы какие-либо потенциальные проблемы или трудности, связанные с интеграцией онлайн-групп в структуру обслуживания? Если да, то какие?

9. Как вы считаете, какие изменения могут потребоваться в структуре обслуживания АА, чтобы эффективно учитывать потребности и особенности онлайн-групп?

10. Считаете ли вы, что онлайн-группы должны иметь право голоса при принятии решений, касающихся всего сообщества АА?

11. Какие опасения, если таковые имеются, у вас вызывает перспектива более тесной интеграции онлайн-групп в структуру обслуживания АА?

12. Какие предложения вы могли бы внести для успешной интеграции онлайн-групп в работу структуры обслуживания АА?

13. Какие ресурсы, по вашему мнению, необходимы для поддержки онлайн-групп и их интеграции в структуру обслуживания?

*Спасибо за ваше время и готовность делиться опытом! Мы будем рады получить ваши ответы на электронную почту – k.k@aarus.ru. В теме письма просим указать – Онлайн-группы АА.*

*В служении с вами.*

## **ОНЛАЙН-ГРУППЫ В СТРУКТУРЕ ОБСЛУЖИВАНИЯ АА США И КАНАДЫ. ОПЫТ ИНТЕГРАЦИИ**

71-я Конференция по общему обслуживанию АА США и Канады в 2021 году уделила особое внимание вопросам, связанным с онлайн-группами, приняв два важных решения, направленных на их интеграцию в структуру обслуживания:

- Структура обслуживания Анонимных Алкоголиков США и Канады признала онлайн-группы АА и поддержала их участие в обслуживании АА. Онлайн-группы могут быть включены в официальный список Районных и Окружных комитетов в соответствии с их предпочтениями. Это решение отменило ранее принятое решение 1997 года, которое определяло онлайн-группы как «заочные международные собрания».
- Конференция рекомендовала Совету по общему обслуживанию АА создать специальный комитет для изучения путей и возможностей участия онлайн-групп АА в структуре обслуживания США и Канады.

В ответ на решение Конференции, GSO **обновила форму регистрации новых групп АА, чтобы учесть онлайн-группы и включить их в список получающих обслуживание.** Важно отметить, что регистрация в GSO не является одобрением или подтверждением деятельности какой-либо группы АА. Внесение группы в список расширяет

возможности для коммуникации со структурой обслуживания АА на всех уровнях, что способствует оказанию помощи страдающим алкоголикам.

Форма предназначена для связи группы исключительно со структурой АА в США и Канаде. Группам предлагается указать предпочтительный для них район и округ. Очные группы АА обычно ориентируются на географическое расположение. Виртуальные группы, в отличие от очных, могут выбирать район и округ, с которыми они чувствуют наибольшую связь, независимо от местоположения. В некоторых регионах существуют специальные негеографические районы для таких групп. Если группа не сделает выбор, будет использовано местоположение основного контактного лица.

Для связи с GSO необходимо указать актуальный e-mail основного контактного лица. Им может быть Представитель по общему обслуживанию (GSR) или любой другой член группы, отвечающий за коммуникацию. Этот e-mail будет использоваться для оперативной рассылки информации. Для удобства переписки рекомендуется использовать групповой адрес электронной почты.

В рамках второго решения Конференции был создан **Специальный комитет Совета для изучения вопроса участия онлайн-групп в общей структуре обслуживания АА США и Канады.** Комитет провел опрос делегатов из 93 областей (получено 76,5% ответов), который подтвердил сложность вопросов, связанных с онлайн-группами, но также выявил, что многие их проблемы универсальны для всех групп АА независимо от формата собраний.

В то же время, анализ ответов демонстрирует, что отношение к виртуальным (онлайн) группам в структуре обслуживания АА неоднозначно и находится в процессе развития. Многие районы и округа признают необходимость учитывать существование и потребности этих групп. Однако подходы к их интеграции и участию пока еще существенно различаются.

### **Основные вопросы и опасения, возникающие в группах АА в ходе обсуждений:**

- можно ли считать онлайн-группы полноценными группами АА?
- в какой район/округ должна входить группа, члены которой находятся в разных регионах внутри страны и зарубежных странах.
- как онлайн-группа может следовать Седьмой Традиции и поддерживать АА в целом, если ее члены находятся в разных географических областях. Куда группа должна переводить добровольные пожертвования?
- сможет ли онлайн-группа АА обеспечить преемственность в служении Представителя группы по обслуживанию АА? Группы АА (как онлайн, так и «живые») сталкиваются с трудностями в привлечении своих членов к этому служению в целом. Они выражают обеспокоенность тем, чтобы в служении АА находились те, кто лучше всего понимает наши нужды и может служить интересам нашей группы в целом. Считают, что членам онлайн групп слож-

нее принимать решение о служении в качестве Представителя группы по обслуживанию АА и продолжать его в течение всего срока до ротации. Сложно обеспечить преемственность.

- Как быть с теми онлайн-группами АА, которые не захотят стать частью структуры общего обслуживания АА?
- будет ли процедура включения онлайн-группы АА в список GSO соответствовать установленному порядку?
- не будет ли онлайн-формат собраний менее эффективным для выздоровления, чем личное общение?
- сможет ли онлайн-группа АА обеспечить безопасность на собраниях? А как насчет анонимности? как онлайн-группа может участвовать в распространении литературы АА и следовать рекомендациям GSO в этой области?
- не приведет ли все большее распространение онлайн-групп АА к тому, что АА рискует потерять драгоценную возможность личного общения, искренность и близость, которые так важны для нашего выздоровления и передачи Послания АА?
- не приведет ли увлеченность онлайн-форматом к тому, что следующее поколение Анонимных Алкоголиков будет знать только онлайн-АА? Важно ли нам сохранить баланс и ценить преимущества обоих форматов? Как нам сохранить при этом Дух и Традиции нашего Содружества?

#### **Инициативы по включению онлайн-групп АА в структуру обслуживания, реализуемые на уровне Районов и Округов:**

- обслуживающие структуры (Районы, Округа) и Ассамблеи используют гибридный формат проведения встреч, сочетающий личное присутствие и онлайн-участие. Для обеспечения эффективной организации таких собраний приобретает необходимость оборудование и формируются ИТ-комитеты.
- в ряде Районов Представителям онлайн-групп АА предоставлена возможность участвовать в собраниях Районных комитетов, при этом, как правило, оговаривается условие личного присутствия.
- создаются Виртуальные Районы и Районные Комитеты для обслуживания онлайн-групп. Представители этих комитетов участвуют в работе Окружных комитетов и Ассамблей. Решения о формате участия (онлайн или личное присутствие) принимаются на уровне Округа с учетом местных потребностей и возможностей.
- рассматривается возможность создания либо единого Виртуального Округа, либо нескольких Виртуальных Округов (в каждой области структуры АА США и Канады) для повышения эффективности обслуживания онлайн-групп АА. Предполагается, что такие округа смогут проводить собственные Ассамблеи и выбирать делегатов на Конференцию по общему обслуживанию АА.

#### **Возможности и преимущества онлайн-групп АА, по мнению членов АА:**

- помогают алкоголикам, живущим в отдаленных и труднодоступных районах, получить поддержку.

- позволяют привлечь молодых людей, которые чувствуют себя комфортнее в цифровой среде и нуждаются в нашей помощи.
- стирают географические границы, давая возможность членам АА со всего мира общаться, делиться опытом, силой и надеждой.
- способствуют организации собраний в регионах и странах, где АА только начинает развиваться или сталкивается с трудностями.
- позволяют сэкономить средства и привлечь больше участников к рабочим собраниям, повышая эффективность служения.

Триш Л., попечитель по общим поручениям (Канада), представляя отчет о работе по изучению места онлайн-групп в общей структуре обслуживания АА США и Канады на 73-й Конференции, подчеркнула: «Наш опрос показал, что во многих областях успешно находят способы интеграции онлайн-групп в структуру общего обслуживания АА, и эти группы становятся активными участниками нашего Содружества. Таким образом, мы считаем, что сейчас важнее делиться накопленным опытом, чем искать принципиально новые решения. Нам необходимо и дальше поддерживать открытый диалог на всех уровнях структуры АА, чтобы прийти к общему пониманию роли и места онлайн-групп. В этой новой, развивающейся сфере важно услышать все голоса. Для меня большая честь быть частью этого важного процесса».

В базе данных GSO зарегистрировано 1168 виртуальных групп. Важно отметить, что 752 из них имеют своего Представителя по общему обслуживанию (ПГ) – это значит, что эти группы активно участвуют в структуре обслуживания АА. Согласно установленным требованиям, ПГ от онлайн-группы должен быть членом АА, гражданином США или Канады, и не должен иметь другой домашней группы, кроме той онлайн-группы, которую он представляет.

В целом, в последние годы наблюдается значительный рост числа виртуальных групп АА. На данный момент зарегистрировано два виртуальных района, что говорит о развитии структуры обслуживания онлайн-сообщества АА.

*Продолжение читайте в следующем выпуске.*



# КАЛЕНДАРЬ МЕРОПРИЯТИЙ

## ИНТЕРАКТИВНЫЕ СЕМИНАРЫ КОМИТЕТОВ КОНФЕРЕНЦИИ

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

### ОКТЯБРЬ

«МОЯ СТОРОНА УЛИЦЫ В ГРУППОВОМ СОЗНАНИИ»

### НОЯБРЬ

«ЛИТЕРАТУРА АА – ЭТО НЕ ПРОСТО КНИГИ,  
А КОЛЛЕКТИВНЫЙ ОПЫТ И МУДРОСТЬ»

### ДЕКАБРЬ

«АНОНИМНОСТЬ В ИНТЕРНЕТЕ»



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 II квартал 2025 года:

### ОКТЯБРЬ

«РОЛЬ ЖУРНАЛА АНОНИМНЫХ АЛКОГОЛИКОВ  
РОССИИ «ДЮЖИНА» В ЖИЗНИ ГРУППЫ АА И  
СОДРУЖЕСТВА АА РОССИИ»



Информацию по этим  
и другим семинарам  
вы можете узнать  
на сайте [aarus.ru](http://aarus.ru)

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

YouTube канал Комитета СОО  
по организации семинаров  
форумов и съездов