

ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЮЛЛЕТЕНЬ

ВЫПУСК #15
31.12.2025

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

Искреннее проявление благодарности – действие!

БЛАГОДАРНОСТЬ, ОБРАЩЕННАЯ В БУДУЩЕЕ АА...

стр. 3

ПУСТЬ О НАС ГОВО- РЯТ НАШИ ДРУЗЬЯ... ЛУЧШИЙ ПОДАРОК К НОВОМУ ГОДУ

стр. 9

ВЕСТЬ АА В ТВЕРСКОЙ ОБЛАСТИ

стр. 12

СЪЕЗД АА В НИЖНЕМ НОВГОРОДЕ

стр. 15

ЛИТЕРАТУРА АА

стр. 11

ИНФОРМАЦИЯ ОТ КОМИТЕТОВ И СЛУЖБ АА В СТРУКТУРЕ КОНФЕРЕНЦИИ. АНКЕТИРОВАНИЕ ЧЛЕНОВ АА ДЛЯ ИУ

стр. 20

ПО ВАШИМ ПИСЬМАМ

стр. 6

ОНЛАЙН-ГРУППЫ АА. ПРАВО НА УЧАСТИЕ!?

стр. 16

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 Ваш вопрос может стать вдохновением для будущей статьи.

ПОЗДРАВЛЕНИЕ ОТ СОВЕТА

Дорогие члены Содружества АА!

Новый год – особенный праздник. Это праздник ожидания чудес и прихода чего-то нового и особенного в нашу жизнь. Мы встречаем Новый год с открытым сердцем.

Новый год – это время дарить добро. Важно всегда помнить о тех, кому особенно нужна поддержка, о тех, кто всё ещё страдает.

От всего сердца поздравляем вас с Новым 2026 годом! Пусть в каждый дом приходит чудо, пусть сердца

наполняются Светом и радостью! Пусть благая весть АА придёт к каждому сердцу, кому она особенно необходима. Пусть вера, счастье, и душевное тепло наполнит каждого из нас.

С Новым годом! С Новым счастьем, дорогие, под сенью Любящего Создателя.

С вами в служении Богу и Анонимным Алкоголикам, ваш Совет по общему обслуживанию АА России и Фонд обслуживания АА

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.

БЛАГОДАРНОСТЬ, ОБРАЩЕННАЯ В БУДУЩЕЕ АА... ОТДАВАЯ, МЫ ПОЛУЧАЕМ

Пожалуй, одно из самых ценных и приятных переживаний в АА — это тихая благодарность, которая постепенно заполняет наши сердца, день за днём, на нашем пути выздоровления. Наши усилия невелики — всего лишь готовность принять помощь и затем помогать другим. То, что мы получаем взамен, поистине бесценно. Жизнь, казавшаяся бесполезной, становится полезной. Страхи уступают место душевному покою. Замешательство сменяется ясностью. Желания воплощаются в реальные действия. Жизнь становится ежедневным путешествием.

В ежедневных размышлениях мы благодарим Бога и АА за ещё один день жизни, прожитый без алкоголя. Но благодарность без действий — всего лишь слово, затухающее в тишине. Как сказано в нашей литературе, «вера без дел мертва». Просто слова не способствуют движению, они подобны семени, не попавшему в благодатную почву.

Подлинная благодарность в АА выражается не только в молитве и размышлениях, не только в словах «спасибо» за поддержку и понимание, но прежде всего — в действиях. Это значит быть готовым протянуть руку помощи каждому страдающему алкоголику, нести весть АА туда, где в ней отчаянно нуждаются, делиться своим опытом, временем и ресурсами с теми, кто ищет выздоровления. Это значит активно участвовать в жизни группы и всемерно поддерживать наши Службы, чтобы наша связь с теми, кто хочет и может исцелиться от алкоголизма, никогда не прерывалась. Безусловно, наша работа по Двенадцатому Шагу жизненно важна для АА, и большинство из нас участвуют в этом служении с радостью и благодарностью. Однако мы склонны забывать, что возможность эффективно выполнять нашу главную задачу согласно Пятой Традиции, во многом обеспечивается нашими Службами, включая Офис обслуживания АА. Именно они выполняют ту работу, которую группы не могут и не должны делать самостоятельно. Заблуждаясь в том, что Службы — не наша общая забота, мы не всегда спешим поддержать их, отправляя добровольные пожертвования, необходимые для их деятельности. В этом отношении нам есть куда расти.

Билл У., подчёркивая важность выражения благодарности через действия, писал: «Благодарность должна быть направлена вперёд, а не назад...». Именно через наши действия — через нашу готовность делиться тем, что мы получили — благодарность становится живой и действенной силой,

которая продолжает двигать наше Содружество вперед. Мы отдаем, чтобы получать. Мы служим, чтобы быть свободными. Это и есть дух АА в действии. Благодарность в действии — вот наша тема!

Дорогие друзья!

С самого начала история нашего Содружества хранит имена тех, чьи вдохновляющие примеры Выздоровления, Единства, Служения и благодарности Богу за Его Милость проложили нам путь к созданию духовного климата, где алкоголики могут выживать и развиваться. Мы в вечном долгу за всё, что Господь послал нам через них. И наша задача — сохранить и передать дальше то, что так щедро было дано нам. Благодарность — это не просто чувство признательности, которое мы испытываем в глубине души. Благодарность — естественное стремление, часто неосознанное, к восстановлению баланса между тем, что мы получаем, и тем, что отдаем. Это стремление заложено в человеческой природе изначально и даровано нам Богом. Благодарность — это дарение блага другим, это действия, направленные на помощь нуждающимся.

Добровольные пожертвования членов АА — та самая «шляпа» Седьмой Традиции, где переплетаются духовность и деньги — это не просто желательный акт доброй воли. Это и есть действие, выражающее нашу благодарность за подаренную нам новую жизнь. Как тот пятицентовик, позволивший Биллу У. совершить судьбоносный звонок в вестибюле гостиницы Мэйфлауэр в мае 1935 года, изменил жизни сотен и сотен тысяч алкоголиков по всему миру, так и наши сегодняшние пожертвования, даже самые скромные, могут протянуть руку помощи другим, отчаявшимся алкоголикам. Делая пожертвования, мы помогаем Богу творить чудо — даровать новую жизнь такому же бедолаге, каким когда-то был каждый из нас до прихода в АА.

Члены АА по всему миру выражают свою благодарность Богу и Содружеству разными способами, в том числе, устраивая особые дни Благодарения — дни, когда особенно ярко проявляется признательность за дар выздоровления. 10 июня — День основания Анонимных Алкоголиков — один из таких дней. В этот день многие группы направляют все средства, собранные на собраниях в «шляпу» Седьмой Традиции, в Офис обслуживания АА. Также, члены АА в день начала непрерывной трезвости — в свой День рождения в АА — часто жертвуют в Офис сумму, соответствующую стажу трезвой жизни, например, один доллар или сто рублей за каждый год трезвости.

Многие группы АА, празднуя свою годовщину, также отправляют собранные пожертвования в Офис обслуживания АА.

В календаре АА нет отдельного «Дня Благодарения», но благодарность является неотъемлемой частью нашего нового образа жизни. Следуя вместе по нашему общему и нелегкому Пути Счастья, мы учимся ценить все, что имеем, и с благодарностью поддерживаем службы АА, обеспечивающие наше выздоровление. Благодарность Богу и АА, воплощенная в действии, становится не просто чувством, а образом жизни, когда мы делимся Божьим благословением с другими.

Мы предлагаем вам ознакомиться с финансовой отчетностью о добровольных пожертвованиях, поступающих в Фонд обслуживания Анонимных Алкоголиков от групп, структур обслуживания и отдельных членов АА. Мы публикуем эту статистику на сайте aaus.ru, чтобы показать масштаб и ценность каждого вклада в общее благо АА.

Эти цифры – не обезличенные. За каждой из них стоит чья-то история. История возрождения, история продолжения чьей-то жизни. Ведь нас объединяет общая цель – желание помочь страдающему алкоголику, скитающемуся во тьме и обреченному на гибель. Добровольные пожертвования в Фонд обслуживания АА – это малая толика благодарности каждого из нас, обретшего новую счастливую жизнь благодаря помощи Бога и АА. Но с малого начинается великое – именно эта сумма в цифрах отчета Фонда, состоящая из наших скромных пожертвований, обеспечивает успех в реализации наших общих планов и вклад в настоящее и будущее АА.

Действенная благодарность сегодня всегда обращена в завтра. Направляя пожертвования на общее благо АА, давайте вспомним слова Билла У.: «Когда мы выказываем щедрость, опуская деньги в шляпу, это служит признаком нашей благодарности за проявленное к нам милосердие и свидетельством острого желания поделиться тем, что мы обрели со всё еще страдающими алкоголиками».

*С теплом и благодарностью,
ваш Совет по общему обслуживанию АА*

МЕСЯЦ БЛАГОДАРНОСТИ В АА: БОЛЬШЕ, ЧЕМ ПРОСТО ТРАДИЦИЯ (Опыт Анонимных Алкоголиков в Америке)

«Итак, разве неуместно будет отвести Неделю Благодарения для обсуждения практической и духовной ценности наших Традиций? Этими благоразумными усилиями мы укрепим свою веру в будущее и покажем, что достойны и дальше получать тот бесценный дар гармонии, который Господь в мудрости своей так щедро ниспослал Содружеству Анонимных Алкоголиков в важнейшие годы его становления» – писал Билл У. в ноябрьском выпуске журнала *Grapevine* за 1949 год вскоре после публикации Двенадцати Традиций.

К моменту, когда Билл У. размышлял на страницах

Grapevine о возможности для членов АА использовать Неделю Благодарения для размышлений о Традициях, эта идея уже была близка и понятна многим в Анонимных Алкоголиках. Она зародилась в начале 40-х годов, когда Совет по общему обслуживанию АА начал устраивать скромные Благодарственные Обеды, ставшие прообразом более масштабных и организованных Благодарственных Ланчей, проводившихся в 60-х годах XX века по инициативе Комитета Совета по информированию общественности.

Ланчи были задуманы как возможность выразить личную благодарность за трезвость, донести весть АА до других алкоголиков и поблагодарить наших друзей из профессионального сообщества за их вклад в распространение информации об АА. GSO выражало надежду, что такие встречи помогут укрепить связь Содружества с внешним миром, предоставляя редакторам, издателям, писателям, журналистам возможность лично общаться с теми, кто может рассказать о нашем движении достоверно.

Первое официальное признание Недели Благодарности АА, приуроченной к празднованию Дня Благодарения в США, произошло в 1956 году. Шестая Конференция по общему обслуживанию АА рекомендовала Совету ежегодно обращаться к группам с просьбой о пожертвованиях для поддержки всемирного обслуживания АА.

Эти ланчи, неизменно проходившие в ноябре в отеле Roosevelt в Нью-Йорке, всегда собирали много людей. Среди участников были представители *The New York Times*, *McCall's Magazine*, *Medical World News* и *The Christian Science Monitor*. Билл У. и доктор Джек Норрис (в то время председатель Совета попечителей АА класса А), всегда выступали на этих встречах. После выступлений проводились дискуссии, и всем участникам предлагался широкий выбор литературы АА. В 1965 году Билл У. подарил каждому гостю книгу «АА взрослеют» со своим автографом.

Хотя в 1968 году проведение Ланчей прекратилось, идея благодарности не только не угасла, но и получила новое развитие. В США уже многие годы члены АА в течение ноября отмечают Месяц Благодарности, делая особые пожертвования в GSO в духе Седьмой Традицией АА. «Мы осознаем, что участие каждого из нас жизненно важно для существования нашего Содружества, и с благодарностью принимаем эту ответственность» – эти слова звучат на группах по сей день. Преисполненные благодарностью за дарованную им трезвость и стремясь передать ее дальше, члены АА в этот месяц особенно активно занимаются работой по Двенадцатому Шагу и служением. Они чаще обращаются к одиноким членам, людям с особыми потребностями, представителям меньшинств и тем, кто еще не знаком с АА. Опыт показывает, что большинство членов АА, а также многие наши профессиональные друзья, находят свои способы выразить благодарность в течение Месяца Благодарности и круглый год.

Месяц Благодарности приносит в Совет волну писем, наполненных искренней признательностью от членов АА и наших друзей по всему миру. «Мое сердце переполнено благодарностью за мою жизнь, за счастье моей семьи и за каждого выздоравливающего алкоголика. В этот юбилейный момент я прилагаю чек с надеждой, что Содружество АА сможет и дальше протягивать руку помощи каждому, кто отчаянно в ней нуждается», – пишет один из членов АА. «Передаю этот чек, чтобы АА всегда оставалось открытым для тех, кто ищет помощи, как когда-то и я», – делится другой. «Мое пожертвование – это поддержка для групп АА в тюрьмах, где и я нашел путь к выздоровлению. Мы стараемся изменить свою жизнь, начиная с себя и помогая другим», – пишет выздоравливающий алкоголик. А вот слова миссионера из Индии, который не является алкоголиком: «Сердце радуется, видя, как ваше Содружество АА служит источником надежды, помощи и поддержки для многих, кто работает с проблемами алкоголизма». И еще множество подобных посланий... В каждом из них – глубокая благодарность за возможность выздоравливать и помогать другим.

Наряду с Месяцем Благодарности, многие используют План «Дни рождения в АА», чтобы «вернуть то, что было дано нам». Они отправляют благодарственные пожертвования в GSO, часто из расчета доллар или два за каждый год трезвости. Некоторые группы придерживаются Плана «Дни рождения», собирая добровольные пожертвования своих членов в течение года пока собранная сумма не будет соответствовать общему количеству лет трезвости всех членов группы. Собранные таким способом средства отправляются в GSO в годовщину группы.

В книге «Анонимные Алкоголики» написано: «Посторонние приходят в ужас, когда мы весело смеемся над трагическими событиями нашего прошлого. Но почему бы нам не посмеяться? Мы

выздоровели, и у нас сохранились силы, чтобы помогать другим». Разве бывает более значимая причина для благодарности, чем эта?

МЕСЯЦ БЛАГОДАРНОСТИ В АА РОССИИ: СТАНЕТ ЛИ ЭТО НАШЕЙ ТРАДИЦИЕЙ?

Вдохновленные мировым движением АА, мы в Анонимных Алкоголиках России тоже рассматриваем идею сделать ноябрь Месяцем Благодарности. Хотя в нашей стране нет национального Дня Благодарения, эта инициатива находит отклик в сердцах многих членов АА.

Многие из нас чувствуют, что именно ноябрь – это особое время для углубленного размышления о нашем выздоровлении. Символично, что ноябрь – одиннадцатый месяц в году. И именно в этот период на собраниях групп мы чаще всего слышим, как члены АА делятся своим опытом каждодневной практики Одиннадцатого Шага – стремясь через молитву и размышление укрепить свой сознательный контакт с Богом, как мы Его понимаем.

В ноябре мы как члены АА более активно задумываемся о том, что получили, находясь в Сообществе: поддержку, надежду, понимание. Именно в это время мы чаще всего благодарим Бога и АА за новую жизнь и шанс прожить её иначе. Ноябрь – это возможность сказать «спасибо» чуть громче, чем обычно.

Станет ли Месяц Благодарности ежегодной традицией для АА в России, покажет время. Групповое сознание АА, выраженное на Конференции, определит будущее этой инициативы. Но уже сейчас каждый из нас может найти свой способ выразить благодарность – словом, действием и нашими скромными добровольными пожертвованиями в Офис обслуживания АА.

В благодарности Богу и АА





ПО ВАШИМ ПИСЬМАМ

Друзья! Традиционно на страницах нашего Информационного бюллетеня члены Содружества делятся своими трудностями, делятся опытом, задают вопросы. Важно, чтобы определённого рода трудности всё-таки не лишили нас радости выздоровления.

На самом деле каждый из нас, алкоголиков, выздоравливающих по Программе Двенадцати Шагов АА, проходит нелёгкий путь. Но хорошие перемены происходят с каждым из нас – это правда. Здесь не бывает глупых вопросов,

не бывает неважных писем – ничего неважного и ненужного не бывает. Мы понимаем, что ваш вопрос – это не просто формальность – это жизненная необходимость.

Если вдруг ваше письмо не найдёт быстрого отклика, значит Бог найдёт способ ответить на ваш вопрос другим способом. Мы по-прежнему вдохновенно ждём ваших писем.

*С теплом и благодарностью,
Служба Информационного бюллетеня*

БЕЗУМНАЯ ТРЕЗВОСТЬ

Меня зовут Дмитрий, я алкоголик.

Меня гложет один вопрос, поэтому решил написать в Информационный бюллетень в надежде, что мне ответят и поделятся мнениями и опытом. Предыстория банальна для алкаша. Пить начал со школьной скамьи. Впервые выпил, когда мне было 11 лет. По многу пить начал сразу. Унизительные подробности последствий моего пьянства описывать не буду. Позже пристрастился и к другим веществам, изменяющим реальность. Попадал в психбольницу.

Мои близкие устали от меня такого и 10 октября 2015 года меня скрутили и увезли в реабилитационный центр под Казань. Там я находился три месяца, там встретил Новый год трезвым впервые во взрослой жизни. В реабилитационном центре ко мне пришло желание жить по-новому. Там мне сказали, что мне нужно найти Анонимных Алкоголиков в своей местности, посещать собрания, найти наставника и работать по Шагам.

В Костроме я пришёл на группу АА «Домашний очаг», нашёл наставника, но не задержался – решил, что и без АА смогу жить трезвой жизнью.

Восемь лет я не пил, другие вещества не употреблял. Но всё это время я потихоньку сходил с ума. Я вёл диалоги с разными людьми, которым не смог сказать то, что хотел сказать. Вообще, как оказалось, я вёл себя очень странно. Так я в трезвости попал в психушку, находился там какое-то время. В начале апреля 2022 года моё состояние стало настолько невыносимым, что я пошёл за бутылкой. Испуганная жена, почуввав неладное, побежала за мной. В магазине она отняла у меня коробку вина. Дома мы долго разговаривали. Я посетовал, что понадеялся на себя, отказавшись от помощи АА, но понимаю, что никак не могу в одиночку бороться с искушениями, не могу прощать обиды. Мои мысли всегда крутятся вокруг алкоголя.

Жена сказала мне тогда, что, вроде бы, у нас в посёлке есть люди из АА и посоветовала мне сходить к одному парню. Я пришёл к нему на работу. Оказалось, что пришёл в нужное место, к нужному че-

ловеку. Четвёртого апреля 2022 года мы сели друг против друга с Большой Книгой, пошли по Шагам. А 30 июня у нас в посёлке собралась на своё первое собрание группа Анонимных Алкоголиков. Позже мы назвали свою группу «Красноселье» и зарегистрировались в Фонде обслуживания АА. Я очень рад за нас, хотя не всегда всё бывает в жизни нашей группы гладко.

И есть вопрос, который гложет меня. Есть такая традиция в АА – члены группы в юбилей своей трезвости спикерят, делятся своим опытом: какими мы были, что с нами произошло и какими мы стали. Мне сказали, что каждый трезвый год – юбилейный, что так повелось в АА.

По факту я трезвый с октября 2015 года. А в АА я пришёл в апреле 2022 года.

Как мне выступать на собраниях, какой срок непрерывной трезвости называть, что говорить подопечным? Есть ли какие-то стандарты? Может, кто-то откликнется с похожим опытом? Очень надеюсь.

С благодарностью Богу и АА, Дмитрий Ч.

HELP! HELP! HELP!

Подскажите, что делать? В нашем городе три группы АА. С реабилитационным отделением наркологии в нашем городе сотрудничаем несколько лет. Приходили регулярно, беседовали с пациентами, рассказывали свои истории. Конечно же, всегда говорили о том, как пришли в АА, как изменилась жизнь, благодаря Богу и Анонимным Алкоголикам. И вот в очередной раз связались с компетентным человеком, спросили, можно ли нанести визит? Ответили, что можно, НО! Но, пожалуйста, не говорите об АА и о Боге. На вопрос: «А о чём же говорить?», - ответили: «Рассказывайте о том, как изменилась ваша жизнь, как хорошо жить трезвыми».

Мы информировали об этом группы. Наши группы озадачены. Как работать по Пятой Традиции в таком случае? Выходить на новый диалог или нет? Мы не знаем, что делать, поэтому пока решили ничего не предпринимать.

Дело в том, что в нашем городе уже был опыт недоверия к АА со стороны этой наркологической больницы. Раньше членов АА пускали в наркологическое отделение, но, как впоследствии выяснилось, члены АА по просьбе больных приносили им то, что приносить было запрещено. Несколько лет назад отношения удалось возобновить с трудом, благодаря одной сотруднице этой больницы, которая начала выздоравливать на группе АА. Нам разрешили посещать только реабилитационное отделение. К сожалению, в настоящее время эта сотрудница там больше не работает.

Традиция 4 рекомендует в подобных ситуациях обращаться за помощью к Попечителям. Но хочется услышать и опыт групп и членов АА, которые столкнулись с похожей ситуацией.

Мы не хотим портить отношения с лечебными уч-

реждениями нашего города. Надеемся получить ответ от Совета и от рядовых членов АА, кто сотрудничает по 5 Традиции АА через обмен опытом в Информационном бюллетене.

Координаторы АА по лечебным учреждениям из города Х. Название города решили не писать.

СО МНОЙ ТАКОГО НЕ СЛУЧИТСЯ

В 33 года я пришла в АА. На собраниях часто слышала абстрактное определение алкоголизма – болезнь замороженных чувств. Ещё – что алкоголизм похож на айсберг. Видимая верхушка этой глыбы льда над водой хоть и кажется огромной, но это лишь малая его часть. В глубинах тёмных вод сокрыта невидимая глазу громадная часть этой созданной природой махины, многократно превышающая видимую.

Конечно же, тогда я не могла понять и оценить реальные, угрожающие жизни, масштабы этой коварной болезни. Я находилась в заблуждении, что проблема алкоголизма – это пьянство. Хотя, конечно, и впереди идущие, и наставник – все говорили, что, если ты настоящий алкоголик, то перестать пить – это только начало. Да, я слушала, но не слышала. Я читала в Большой Книге это многократно повторяющееся утверждение, но продолжала находиться в иллюзии, что это ко мне не относится. Я смотрела, но не видела. И это тоже коварство алкоголизма – это мышление алкоголика – «мы стали жертвой иллюзии...»

Спустя время я поняла, что у меня проявлялись симптомы алкоголизма с детского возраста. Нет, я совсем не хотела пробовать спиртное, Боже упаси! Насмотревшись на алкоголизм своих родных, я поклялась себе, что никогда в жизни я не выпью ни глотка этого зелья, которое, как я считала, было виной всех моих бед. Я поклялась, что никогда в жизни я не буду, как моя мать, что никогда не брошу своих детей. Много ещё, в чём я поклялась себе, что никогда не совершу в своей жизни.

Читая книгу «Анонимные Алкоголики», которую мне дал доктор в наркологическом отделении, я поняла, что, возможно, алкоголиком я была с рождения или даже до рождения. Практически все психические и духовные симптомы алкоголизма были у меня с тех пор, как помню себя.

Мать издевалась надо мной, как могла, и морально, и физически. Независимо от того, пьяна она была или нет. Стыд, вина, угрызения совести, нежелание жить – это про меня. Напрасно я искала любви там, где жила болезнь. А бабушка меня любила. Она тоже пила, но я не помню её сильно пьяной. 19 октября 1979 года её не стало.

В тот вечер пьяный хахаль матери, не застав её дома, надругался над бабушкой. Он растерзал её и убил. Я осиротела. Слёз не было, был страх. Те страшные кадры: душевная боль, ненужность, предательство пьющей матери, вставшей на защиту убийцы. Ему дали высшую меру наказания – расстрел. А она подала апелляцию, после чего

приговор заменили на 15 лет строгого режима. Потом была вереница разных мужчин матери. Пьяные рожи в доме, пьяные наставления, домогательства, голод, холод, ложь, гонения, скитания, отказ в доступе домой, детдом – неприятные воспоминания из детства. Зачем она забрала меня из детдома после лечения, я не знаю. Приехала за мной уже пьяная. Продолжилось, как и не кончалось.

В ночь с 31 декабря на 1 января 1983 года я замерзала в холодном коридоре в коробке из-под телевизора. Мать выставила меня, к ней пришёл очередной хахаль. Зимы в пору моего детства были очень холодными, порой температура бывала градусов сорок ниже нуля по Цельсию. В картонной коробке в тонком платице, хоть и под ватной фуфайкой, но было очень холодно, да и с улицы под дверь поддувал холодный ветер. Я не знаю, какое Провидение привело инспектора по делам несовершеннолетних в эту новогоднюю ночь? В двери стучали, стучали в окна. Кто-то открыл. Вошла инспектор, она была разгневана.

Остаток ночи я спала в тёплой кровати, у меня был гостинец, я была сытая. Ещё несколько дней я жила там с её дочками. После меня определили в детское отделение больницы, потом в приёмник-распределитель, оттуда увезли в интернат для сирот и лишившихся попечения родителей. Я жила, будто в забытии. Я не верила, что это – моя жизнь. Но почему-то, может быть, по своей детской наивности, я надеялась, что вопреки всему я буду счастлива.

В течение всего последнего года обучения в интернате приезжали бывшие выпускники, которые учились в разных учебных заведениях. Это называется профориентация. Нам тоже нужно было определяться, куда пойти учиться после выпуска.

Когда мы выпускались из интерната, в наш выпускной вечер, мы сидели в сшитых своими руками белых платьях. Мальчишки – в белых рубашках. Мы мечтали о будущем. Кто-то хотел стать инженером, кто-то космонавтом, кто-то учителем, шофёром, строителем. Мечтали.

Прошло 30 лет после того вечера, и я приехала в тот город. У меня были незакрытые долги по списку Восьмого Шага. С прискорбием узнавала, что многих ребят и девочек нет в живых. «От осины не родятся апельсины» – стало ясно, как день. Менее одной трети осталось от большого класса. Нас выпускалось 37 человек. Причина – алкоголь и наркотики, следствие – скоропостижная или медленная смерть. Я плакала.

Девятый Шаг в сочетании с Двенадцатым, я рассказывала свою историю. А ведь я тоже клялась и верила, что никогда не стану алкоголиком. Со мной такого точно не случится! Какой же самонадеянной я была! Я не могу управлять этой коварной и хитрой болезнью под названием алкоголизм. Это оказалось мне не под силу...

С тех самых пор я задаюсь вопросом: «Могло ли быть иначе?» Если бы тогда мы могли бы не только определиться с будущей профессией, но и были как-то информированы о других прогнозах и пер-

спективах нашего будущего? Если бы кто-то правдиво донёс нам о том, что мы не застрахованы от алкоголизма, что у нас нет гарантий, что это нас не коснётся. Ведь многие из нас попали в интернат по причине лишения прав наших родителей ввиду их постоянного и продолжительного пьянства. Сирот среди нас были единицы.

Моя мать не виновата в том, что она не смогла мне дать то, в чём я отчаянно нуждалась. У неё этого попросту не было. Алкоголизм исковеркал её жизнь так же, как потом исковеркал мою. Мои старшие дети, Слава Богу, осознанно говорят о том, как им было больно, когда я бросала их, променяв на алкоголь. Я сама тогда мучительно подыхала от алкоголизма, как бездомная собака. А ведь клялась, что со мной такого не случится!


Программа АА поистине чудодейственна. Полное осознание того, что алкоголизм – болезнь замороженных чувств, приходит по мере каждодневной работы по Программе Анонимных Алкоголиков. В первые годы выздоровления стаяла верхушка айсберга – ушли симптомы пьянства – Бог избавляет от смертельной одержимости первой рюмкой, с ней ушёл феномен тяги, потому что я не пью. По мере углубления отношений с Богом начали оттаивать скрытые пласты, начались проблемы в отношениях: с родителями, с супругом, с детьми, коллегами, друзьями, с членами АА. Через боль и работу по Программе проблемы постепенно решались, я обретала свободу. Кто-то уходил из моей жизни, с кем-то отношения укреплялись. Остаётся только лучшее, Бог открывает новое во всех отношениях, старое и больное уходит естественным образом.

Оказывается, тают и глубинные пласты этой громадины, благодаря Богу и Программе АА. Детство, искорёженное алкоголизмом... Насколько глубоко я поражена этой страшной болезнью, стало понятно спустя многие годы. И всё это – про меня. «Со мной такого не случится» – думала я. Как же я заблуждалась! Бог даёт невообразимую новую свободу и счастье, когда я стараюсь выполнять свою часть работы.

Я надеюсь, что мой опыт будет нужен кому-то. В России полно детских домов и школ-интернатов. С Содружеством АА России сотрудничают высокопоставленные уполномоченные Правительства РФ. В том числе Уполномоченный при Президенте РФ по правам ребёнка. Каковы на сегодняшний день возможности Анонимных Алкоголиков донести весть АА до преподавателей, воспитателей, старшеклассников детдомов и школ-интернатов? Как развивать это направление Пятой Традиции АА? Возможно, это спасёт чью-то жизнь. А, может быть, далеко не одну жизнь. Буду рада отклику. Очень надеюсь на возможность развития этого направления Пятой Традиции Анонимных Алкоголиков.

Я живая, трезвая и счастливая, благодаря Богу и Анонимным Алкоголикам.

Наталья, Костромская область



ПУСТЬ О НАС ГОВОРЯТ НАШИ ДРУЗЬЯ... ЛУЧШИЙ ПОДАРОК К НОВОМУ ГОДУ

ОТ АА АРХАНГЕЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

Дорогая Служба Информационного Бюллетеня АА! Сердечный привет вам от Содружества АА Архангельской области. Для многих из нас ваш бюллетень стал добрым другом и верным спутником на пути выздоровления. Мы находим в нем вдохновение, поддержку и ценную информацию о жизни Содружества АА в России и в разных уголках мира. Мы – ваши постоянные читатели и ценим возможность делиться своим опытом на страницах этого нашего замечательного издания.

Приближается Новый год! Это время, когда мы обычно оглядываемся назад, чтобы посмотреть на пройденный нами путь и наметить новые цели. В эти дни мы особенно глубоко осознаём то чудо преображения, которое произошло в нашей жизни благодаря Богу и АА. Мы благодарны Богу и АА за дар новой жизни, за возможность каждый день просыпаться трезвыми и идти по пути духовного роста, помогая другим алкоголикам обрести надежду и свободу.

Опыт АА убедительно показывает нам, что мы не можем сохранить то, что не отдаём. Наша главная цель – нести весть АА страдающим алкоголикам – это не только наш личный иммунитет против алкоголя, но и возможность для других найти выздоровление, обеспечивая будущее Анонимных Алкоголиков. Вместе мы несём ответственность за то, чтобы двери АА всегда были открыты для тех, кто ищет помощи, вне зависимости от времени и обстоятельств. И в этом деле ваше служение неоценимо. Ваша работа помогает нам оставаться на связи, делиться опытом и укреплять наше Содружество.

Сегодня мы хотим поделиться нашими маленькими, но очень ценными для нас, радостями и подарками, которые приносят наши скромные усилия в работе по Пятой Традиции в Архангельской области. Для

нас нет большей награды, чем видеть, как наши друзья из профессионального сообщества начинают говорить о нашей программе, понимать и поддерживать нас. Это вселяет надежду, что еще, возможно, не один страдающий от алкоголизма найдёт свой путь в АА и обретет то, что получили когда-то мы – счастливую, радостную и свободную от алкоголя новую жизнь.

Мы желаем вам и всем читателям Информационного Бюллетеня АА счастливого и трезвого Нового года! Пусть он принесет новые возможности для выздоровления, роста и служения другим.

Ещё несколько лет назад мы ошибочно полагали, что несение весть АА ограничивается личным Двенадцатым Шагом, когда один алкоголик ведет разговор с другим алкоголиком. Но опыт АА показал, что этого недостаточно. Чтобы каждый из нас мог делиться опытом, силой и надеждой нужен групповой вклад согласно Пятой Традиции – необходимо активно налаживать контакты с внешним миром и создавать условия для сотрудничества с профессионалами, общественными организациями и всеми, кто заинтересован в помощи страдающим от алкоголизма.

Сегодня мы сотрудничаем с УФСИН Архангельской области, с медицинскими и религиозными организациями, с некоторыми профессиональными сообществами, кадровыми центрами и уполномоченным при Губернаторе Архангельской области по правам ребенка. Благодаря сотрудничеству с различными организациями и с Божьей помощью к нам приходят новички и, находя поддержку и понимание, обретают трезвость, принимая принципы программы АА в свою жизнь.

Недавно мы были приглашены к участию в Региональной стратегической сессии по оказанию помощи родителям, имеющим зависимости, которая проходила 26 ноября 2025 года в Интеллектуальном центре – научной библиотеке имени Е. И. Овсянкина «Северного арктического федерального университета» в Архангельске. Эта сессия проходила в рамках специального проекта «Вызов» и собрала представителей министерств здравоохранения, труда и социального развития региона, специалистов социальных учреждений, медицинских организаций, органов опеки и попечительства, комиссий по делам несовершеннолетних из разных районов Архангельской области, а также членов Содружества АА.

Проект «Вызов» реализуется в Архангельской области с 2024 года и направлен на профилактику социального сиротства и сохранение семей для детей. Инициатива института Уполномоченного по правам ребенка Марии Львовой-Беловой, начатая по поручению Президента России Владимира Владимировича Путина в рамках стратегической программы «Дети в семье», помогает таким семьям преодолеть кризис, оказывая всестороннюю поддержку. В 17 муниципалитетах Архангельской области созданы межведомственные консилиумы, которые рассматривают вопросы помещения детей в госучреждения, организуют работу с семьями для налаживания детско-родительских отношений и принимают решения по оказанию адресной помощи семьям, находящимся в зоне риска. Бесспорно, одной из серьезных зон риска, приводящих к изъятию детей из семьи, является алкогольная зависимость родителей.

В ходе дискуссий и в своих докладах специалисты подчеркнули необходимость отказа от стереотипов в отношении семей с родителями, страдающими алкоголизмом. Они отметили, что профилактика не должна строиться на обвинениях и нравоучениях, поскольку это часто приводит к усилению конфликта. Было отрадно услышать,

«Помимо нас, алкоголиков, признающих действенную помощь групп АА в возвращении к трезвой и счастливой жизни, общество всё больше осознаёт ценность нашего служения»

«Позитивным знаком стало изменение подхода к страдающим алкоголизмом: переход от осуждения к пониманию алкоголизма как болезни, требующей поддержки и сочувствия»

что наряду с научными и социальными методами оказания помощи, профессионалы признают Содружество Анонимных Алкоголиков как один из возможных способов преодоления алкоголизма.

Позитивным знаком стало изменение подхода к страдающим алкоголизмом: переход от осуждения к пониманию алкоголизма как болезни, требующей поддержки и сочувствия. Специалисты разрабатывают новые методы работы, стараясь понять мышление и поведение алкоголиков через встречи с членами АА, что уже приносит положительные результаты. В центре внимания - человек, попавший в беду, а не объект для порицания.

Огромное впечатление произвело выступление директора ГБКУ «Вельский центр «Скворушка», Лагерь Е.П., с презентацией о взаимодействии центра с группой Анонимных Алкоголиков.

Первое знакомство специалистов центра «Скворушки» с АА произошло несколько лет назад, когда члены АА из Архангельска приехали поддержать группу в Вельске и провели круглый стол. С тех пор члены групп из разных городов области не раз посещали центр с презентациями. Сегодня эти встречи переросли в дружеские беседы, в ходе которых специалисты и члены АА находят всё больше точек соприкосновения для оказания помощи страдающим алкоголикам.

Елизавета Павловна отметила в своем выступлении, что:

- Встречи повышают мотивацию специалистов, обогащают их профессиональные компетенции и способствуют развитию новых направлений в профилактике.
- Обратная связь от членов АА помогает совершенствовать терапевтические подходы и оценивать их на практике.
- Специалисты изучают методы самоорганизации и поддержки, применяемые в группах АА, для лучшего понимания потребностей зависимых и индивидуализации профилактических программ.
- Взаимодействие с АА способствует освоению новых форм диагностики и терапии.

Представленную Елизаветой Павловной презентацию мы решили отправить на хранение в Архивы АА. Если у вас есть желание с ней познакомиться, то вы можете обратиться в Комитет Совета по архиву.

Мы, как члены АА, рассказали о Содружестве, нашей программе выздоровления и различных способах сотрудничества, поделившись опытом взаимодействия с профессиональными сообществами в разных уголках Архангельской области и России. Мы также предоставили комплекты с литературой АА, включая книгу «Анонимные Алкоголики», брошюры и буклеты, Информационный бюллетень АА и журнал «Дюжина». Было приятно видеть, что интерес к нашему опыту и литературе высокий – все подготовленные материалы были востребованы, и даже возникла потребность в дополнительных экземплярах.

Мы испытываем огромную радость, осознавая, как весть АА распространяется в Архангельской области. Радостно видеть, что профессионалы в медицине, социальных службах и общественных организациях начинают говорить о Содружестве Анонимных Алкоголиков. Помимо нас, алкоголи-

ков, признающих действенную помощь групп АА в возвращении к трезвой и счастливой жизни, общество всё больше осознаёт ценность нашего служения. Слова Билла У. «Пусть о нас говорят наши друзья» наполняются для нас практическим и духовным смыслом. Теперь и наши друзья говорят о нас. Это самый лучший подарок к Новому году. Благодаря сотрудничеству с различными организациями и с Божьей помощью, новые члены приходят в АА, где находят поддержку и понимание, обретая трезвость через принятие принципов нашей программы. Мы будем продолжать стараться налаживать новые контакты и искать возможные пути сотрудничества с профессиональным сообществом и общественными учреждениями, чтобы нести весть о выздоровлении каждому, кто в ней нуждается. Ведь только отдавая то, что получили сами, мы можем сохранить нашу трезвость и обеспечить будущее АА. Да поможет нам Бог.

*С благодарностью Богу и АА,
члены АА Архангельской области*

ЛИТЕРАТУРА АА

ОЧЕРЕДНОЙ ТИРАЖ САМОЙ ВОСТРЕБОВАННОЙ КНИГИ ДОСТАВЛЕН В ОФИС ФООА!

Да-да, нужно планировать и формировать заказы на книгу «Анонимные Алкоголики» стандарт! Любимая нами, членами Содружества АА, Большая Книга адресована непосредственно каждому читателю, столкнувшемуся прямо или косвенно с проблемой алкоголизма, ему в помощь и во благо. Она является надёжным руководством тем, кто ищет духовную опору, потому что она – продукт коллективного творчества многих людей; тех, чьей главной задачей было попытаться практически помочь людям, находящимся порой в безвыходном положении.

Книга «Анонимные Алкоголики» - твой верный друг и спутник. В ней – созвучие с внутренним голосом, отклик на зов души алкоголика, задавшего целью изменить свою жизнь.

Заказать книги можно в интернет магазине на сайте aarus.ru или по адресу: г. Москва, ул. Тайнинская, д. 8, пом. 6. Будем рады.

ЦЕННАЯ ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ЧЛЕНОВ АА!

Дорогие друзья, спешим поделиться радостной новостью!

Долгожданный тираж книги «Сбросить камень» доставлен в офис ФООА!

Двенадцать Шагов Анонимных Алкоголиков предлагаются, как программа выздоровления от алкоголизма. Пять Шагов делаем мы, Шестой и Седьмой Шаги делают нас. С книгой «Сбросить камень» результат изменений, происходящих в личности, намного превосходит ожидания.

Она раскрывает суть Шестого и Седьмого Шагов и становится путеводной, сопровождая кардинальное переосмысление духовных ценностей и меняя жизненный вектор для тех нас, кто выбрал следовать по нашему нелёгкому Пути Счастья.

Спешите приобрести книгу «Сбросить камень», если у вас её ещё нет. Эта книга – великолепный подарок на День рождения в АА другу или подопечному.

*С теплом и благодарностью,
ваш Фонд обслуживания
Анонимных Алкоголиков*



ОТ ТВЕРИ ДО ЗАПАДНОЙ ДВИНЫ: НЕСЯ ВЕСТЬ АА В ТВЕРСКОЙ ОБЛАСТИ

Всем привет! Меня зовут Сергей Л., я алкоголик из Твери, член группы «Выбор». Хочу рассказать об одной нашей поездке по Тверской области, целью которой было несение вести АА.

В октябре этого года мы посетили реабилитационный центр «Моя семья» в городе Западная Двина. Мы приехали, чтобы рассказать о Содружестве АА и поделиться опытом выздоровления по программе 12 шагов с юными пациентами, сотрудниками и специалистами, работающими с семьями, где алкоголизм коснулся детей.

Изначально посещение реабилитационного центра и было нашей основной задачей. Однако, понимая, что 300 километров из Твери – это немалый путь, мы решили использовать эту возможность по максимуму, неся весть АА, в соответствии с Пятой Традицией. Поэтому мы договорились о дополнительных встречах в Западной Двине: с заведующей и наркологом местной поликлиники, а также с отцом Игорем из Никольского храма. В организации встречи с отцом Игорем нам помогла Светлана, наша сестра по АА, проживающая в Западной Двине.

Встречи с представителями здравоохранения и отцом Игорем прошли в теплой и конструктивной атмосфере. Мы рассказали о программе 12 шагов и возможностях, которые она открывает для страдающих алкоголизмом и их близких. Представители Ал-Анона поделились своим опытом помощи семьям, затронутым этой проблемой.

Результатом нашей поездки стало размещение информационных стендов с визитками АА и Ал-Анона в поликлинике, реабилитационном центре «Моя семья» и Никольском храме (по предварительной договоренности). Светлана взяла на себя ответственность за поддержание актуальности информации на этих стендах.

Этот успешный опыт вдохновил нас, и мы планируем посетить Андринополь и Вышний Волочок с аналогичной целью.

Кроме того, мы активно сотрудничаем с благотворительным фондом «Константа», который помогает семьям, столкнувшимся с проблемой алкоголизма. Направление работы фонда – возвращение детей в семьи. Они оказывают всестороннюю поддержку людям, зависимым от алкоголя и наркотиков, работая с неблагополучными семьями. Вместе с фондом мы планируем проводить встречи (для отцов, матерей, жен и мужей) в Торжке и других населенных пунктах

Тверской области. Эти встречи будут направлены на поддержку семей, где существует риск изъятия детей или где дети возвращаются в семью, а также на распространение информации об АА.

В настоящее время мы находимся на этапе заключения официального соглашения между Фондом обслуживания АА и фондом «Константа», чтобы наше сотрудничество было максимально эффективным и юридически оформленным. Мы также готовы поделиться нашим опытом с коллегами из Калужской области через филиал фонда.

Все наши действия направлены на то, чтобы донести до как можно большего числа людей весть о возможности выздоровления от алкоголизма и предоставить им необходимую поддержку. Мы верим, что, объединив усилия, сможем донести весть АА до тех, кто в ней нуждается. На всё воля Божья.

Привет, друзья! Меня зовут Юлия Г., я член группы АА «Выбор».

Фонд «Константа» оказывает нам неоценимую помощь в продвижении идей АА в Тверской области. Благодаря их поддержке, мы выезжаем в Торжок, Западную Двину, Вышний Волочок и другие города, где нас ждут собранные ими люди, испытывающие проблемы с алкоголем или их родственники.

Особенно полезной оказалась наша поездка в семейный центр в Западной Двине, где собрались преимущественно созависимые. Мы впервые взяли с собой двух представителей Ал-Анона, и это был замечательный опыт. Разносторонние истории и перспективы, осветившие вопросы созависимости и алкоголизма, помогли участникам глубже проникнуться проблемой.

Эта поездка еще раз убедила меня в том, что люди, не сталкивающиеся с алкоголизмом, часто не понимают его сути, списывая все на слабоволие. Но взаимопомощь и обмен опытом внутри сообщества АА и Ал-Анона оказываются бесценными. Несмотря на то, что в Западной Двине не было алкоголиков на встрече, к концу вечера многие задавали вопросы. Даже сотрудники центра проявили интерес и получили рекомендации по медицинской литературе, чтобы лучше понять суть проблемы и возможные пути ее решения. Информация быстро распространилась по небольшому городу.

В Западной Двине нас поддерживала наша анонимная сестра Светлана, имеющая большой опыт трезвости и выздоравливающая еще в советские времена по переписке. Она не побоялась раскрыть свою анонимность и стала контактным лицом для тех, кто нуждается в помощи. К сожалению, в маленьких городах сложно создать группы АА из-за страха нарушения анонимности.

Мы сталкиваемся с этой проблемой везде, где бы ни были: в Торжке, Вышнем Волочке. Даже при хороших отношениях с представителями местных организаций сложно найти человека, готового взять на себя ответственность за развитие группы. Но, несмотря на это, после нашей последней поездки в Вышний Волочок несколько человек (включая девушку из Удомли и одну онлайн-участницу из Вышнего Волочка) начали работу со спонсором и пошли по шагам. Такие выезды, организованные при поддержке «Константы», приносят ощутимые плоды.

Благодаря сотрудничеству с фондом «Константа», одна девушка в Торжке прошла программу и осталась трезвой, и, по-моему, ей даже вернули детей. В каждом регионе есть центры, где лишают родительских прав из-за алкоголизма. Поэтому важно договариваться с ними о проведении встреч с людьми, лишенными родительских прав, чтобы нести им весть АА. Даже помощь нескольким людям может изменить жизнь целой семьи.

Мы были приятно удивлены тем, как гармонично представители Ал-Анона вписались в нашу работу. Этот первый опыт совместных поездок оказался очень успешным, и теперь они хотят ездить с нами везде, ведь там, где есть алкоголики, должен быть и Ал-Анон. Мы видим, что Ал-Анон в Тверской области нуждается в развитии, и хотим всячески этому способствовать, ведь это пойдет на пользу и алкоголикам.

Мы также посетили поликлинику и пообщались с заведующей и врачом-психиатром. К моему удивлению, они не знали об АА и не до конца понимали суть проблемы алкоголизма. Но мы постарались объяснить им все, разместили стенд и визитки, надеясь, что кто-то увидит эту информацию и начнет выздоравливать.

Встреча с батюшкой, организованная при поддержке Светланы, прошла в теплой обстановке. Личные истории и комментарии участников тронули его сердце, и он выразил готовность направлять нуждающихся в АА.

В целом, мы считаем эту работу очень важной и плодотворной. Хотя мы как представители Тверской группы должны развивать АА в городе, в области много неохваченных мест, где мы стараемся помогать, чем можем.

Спасибо за внимание!

Светлана, г. Западная Двина.

23 октября 2025 г., г. Западная Двина. С целью несения вестей АА, в соответствии с Пятой традицией, члены группы Анонимных Алкоголиков

и Ал-Анона из Твери посетили семейный центр, наркологический кабинет и храм святителя Николая Чудотворца.

Распространение информации об АА началось со встречи с врачом-наркологом Ольгой Юрьевной. Ольга Юрьевна, уже знакомая с нашим Сообществом, дала согласие на размещение информации о группах АА рядом со своим кабинетом. Мы попросили ее обращать внимание пациентов на эту информацию и рекомендовать им обращаться за помощью к членам нашего Сообщества, знающим об алкоголизме не понаслышке.

Далее мы направились на встречу с настоятелем храма святителя Николая Чудотворца, отцом Игорем, который радушно принял нас, пригласив в трапезную на чай со сладостями. Разговор был долгим и душевным. Мы подробно рассказали о Сообществе, делая акцент на личном опыте прихода в АА. Мы объяснили, что Программа ничуть не противоречит духовным принципам религии, а, напротив, обращает к Богу атеистов и приводит в храм тех, кто ранее его не посещал. Отец Игорь пообещал содействовать при вовлечении прихожан, страдающих от алкогольной зависимости, в Сообщество анонимных алкоголиков. Он был искренне удивлен тем, как Программа 12 шагов помогает алкоголикам оставаться трезвыми. Ему мы также предложили разместить информацию об АА в храме, на что он доброжелательно согласился.

Затем мы посетили Центр семьи, где собралось около пятнадцати человек, преимущественно женщины, являющиеся в той или иной степени созависимыми. Сначала они стеснялись говорить о проблемах с алкоголем у своих мужей и детей, но по множеству вопросов стало понятно, что они страдают вместе со своими близкими. Особенно ценным было присутствие двух женщин из Ал-Анона, приехавших из Твери. Они поделились своими историями прихода в Ал-Анон, раздали буклеты и брошюры для ознакомления с Программой, а также визитки с телефонами для связи с группами. Встреча была продолжительной, и даже после ее окончания в неформальной обстановке задавали много вопросов. Для этих женщин знакомство с Ал-Аноном стало настоящим открытием, о котором они раньше не слышали.

В целом, эта поездка с целью распространения информации об АА прошла в спокойной и дружественной атмосфере. Зерна посеяны, а будут ли всходы – покажет время и Бог!

Здравствуйтесь, меня зовут Лена К., я алкоголик.

Восемь лет назад было положено начало сотрудничества группы «Выбор» г. Тверь с благотворительным фондом «Константа». Однако плотное взаимодействие началось только три года назад, когда фонд открыл новое направление деятельности — помощь людям с зависимостью.

С целью сохранения семьи Фонд предоставляет возможность лечения алкогольной зависимости у профессиональных наркологов и психиатров.

На открытой встрече с нашим представителем по связям с общественностью было принято решение об организации встречи членов Содружества АА с семьями, столкнувшимися с проблемами алкоголизма.

Поездка нашей группы в новый социальный центр «Ладья» в Торжокском районе Тверской области состоялась 25 ноября 2025 года. Этот центр оказывает помощь семьям, находящимся в трудной жизненной ситуации.

Встреча прошла в теплой, неформальной обстановке. На ней присутствовали психологи фонда «Константа», люди, страдающие алкоголизмом, и члены группы АА «Выбор».

Мы поделились личными историями: рассказали о том, как употребление алкоголя повлияло на наши жизни, о принятом решении обратиться в Содружество АА в поиске выхода и о позитивных изменениях, произошедших благодаря программе Двенадцати Шагов. Каждая человеческая жизнь уникальна и бесценна и стоит того, чтобы её сберечь. Как один наш анонимный брат отметил: «У обычного человека жизнь одна, а у алкоголика, члена АА, – и х две. Вторая жизнь начинается в АА благодаря Программе Двенадцати Шагов. Слушатели проявили большой интерес к выступлениям, задавали вопросы и получили искренние ответы. Встреча завершилась совместным обедом, который включал блюда домашней кухни: борщ, картофель и квашеную капусту, что создало теплую, домашнюю атмосферу.

Особенно ценным моментом встречи стало участие члена АА, для которой центр «Ладья» стал отправной точкой на пути к выздоровлению. Разрушенная алкоголизмом жизнь, отлучение от детей и чувство глубокой безысходности привели её в центр год назад. Тогда, находясь среди людей, оказавшихся в капкане болезни, она испытывала сильную боль и тихо плакала. В процессе той встречи что-то произошло внутри неё. Тронутая

искренностью участников, она осознала, что выход есть. Это стало возможным благодаря Богу, и она сразу же нашла спонсора и начала работу по программе Двенадцать шагов.

Сейчас, чуть больше года спустя, она активный участник нашего Содружества, открыла группу АА в г. Торжок и продолжает вести трезвый образ жизни на новой основе. Ей удалось восстановить отношения в семье и с детьми, она – многодетная мама. И как же радостно было видеть её счастливой, радостной и свободной на встрече через год, в наших рядах. Такие встречи – это тот самый момент, когда ты глубоко понимаешь, что даже ради одного человека стоит стараться продолжать свой Двенадцатый Шаг.

Меня зовут Елена, и я алкоголик. За годы употребления я потеряла многое: здоровье, друзей, близких. Но самое страшное – трижды у меня забирали детей органы опеки. Каждый раз я была уверена, что справлюсь сама, что смогу бросить пить. Но безуспешно. В третий раз, когда органы опеки обратились в суд для ограничения меня в родительских правах, я боролась за детей и выиграла дело. Тогда они провели в учреждении шесть месяцев. Когда я вернула детей, я была уверена, что они никогда больше не пострадают из-за моего алкоголизма. Но прошло всего три месяца, и я сорвалась. Алкоголь снова взял надо мной верх. Мои сестры забрали детей, а я... Я проснулась в ужасе, осознав, что я не могу контролировать это.

Мой психолог пригласил меня в центр «Ладья». Там я впервые услышала о Содружестве АА и Двенадцатишаговой программе выздоровления. Слушая истории других, я поняла, что это про меня. В тот же вечер я побежала (поверьте, именно побежала!) на группу АА и начала свой путь выздоровления по программе 12 Шагов со спонсором. С тех пор я трезвая год и один месяц! И я двигаюсь вперед, и моя трезвость счастливая!



СЪЕЗД АНОНИМНЫХ АЛКОГОЛИКОВ В НИЖНЕМ НОВГОРОДЕ С 16 ПО 18 ОКТЯБРЯ 2026 ГОДА

**НАША ЗАДАЧА – НЕСТИ ИДЕЮ
ВЫЗДОРОВЛЕНИЯ И УВЛЕКАТЬ ЗА СОБОЙ
СВОИМ ПРИМЕРОМ, А НЕ ПРОПАГАНДОЙ.**

Мы склонны считать, что отречься от алкогольного мира – это значит покинуть его, но действовать по принципам, которые нам понравились и которые мы высоко ценим. Само наше существование (а мы – люди, в прошлом злоупотреблявшие спиртными напитками) зависит от нашей постоянной заботы о других и от того, в какой степени мы можем им быть полезными.

Огромное значение для каждого из нас имеет тот факт, что мы нашли общий выход в решении наших проблем. У нас есть путь к избавлению, в отношении которого среди нас наблюдается полное согласие, и благодаря которому мы можем объединиться, чтобы действовать в гармоничном и братском союзе.

Наша задача – нести идею выздоровления и увлечь за собой своим примером, а не пропагандой.

***Цель Съезда АА – привлечь
внимание общественности
к деятельности Содружества
«Анонимные Алкоголики»
в России и в частности
в г. Нижний Новгород***

В программе Съезда АА: круглые столы с ответственностью, врачами и другими профессионалами, теми, кто первыми сталкиваются с нашим собратом-алкоголиком. А также – семинар, собрания АА, церемонии открытия и закрытия Съезда АА 2026.

На самом деле вклад каждого члена Содружества АА нужен и бесценен. Благодаря нашему вкладу, Съезд АА 2026 укрепит наше братство и сплотит наши ряды, а также послужит росту численности Содружества АА России, поспособствует донесению идей АА до ещё большего количества людей, тем самым спасая не одну жизнь и давая многим шанс на счастливую трезвую жизнь.

Если Вы и Ваша группа АА желает принять участие в Съезде Анонимных Алкоголиков в г. Нижний Новгород, а также поддержать его организацию и проведение, можно обратиться в Комитет по организации Съезда АА:

Председатель Комитета: Григорий Л., тел. +7 982 819-09-83

Секретарь Комитета: Ольга, тел +7 952 440-79-50

Казначей Комитета: Инна Т., тел +7 982 754-07-47

Финансовая поддержка Съезда осуществляется путём перечисления пожертвований в Фонд обслуживания АА на статью пожертвований с целевым назначением «организация мероприятий АА» по реквизитам:

ФООА

ИНН 7725139531

КПП 771601001

Р/с 40703810038330100622

Банк: ПАО СБЕРБАНК

БИК: 044525225

Корр. счет: 30101810400000000225

Назначение платежа:

Организация мероприятий АА

Ссылка на страницу онлайн перевод с карты ФООА: после перехода прокрутите ниже по странице и выберите из «Перечисление целевых пожертвований» – «организация мероприятий АА» <https://7trad.aarus.ru/howtohelp/>

Или вы можете перевести средства на карту казначея Съезда, и она переведёт их в ФООА на статью «организация мероприятий АА». Перевод можно сделать по номеру телефона +7 987-754-07-47 на карту банка ТИНЬКОФФ. Получатель: Инна Т.

**СПАСИБО БОЛЬШОЕ ГРУППАМ И ЧЛЕНАМ АА,
КОТОРЫЕ ПЕРЕВОДЯТ СРЕДСТВА НА ОРГАНИЗАЦИЮ И ПРОВЕДЕНИЕ СЪЕЗДА АА 2026 ГОДА В НИЖНЕМ НОВГОРОДЕ.**

Подробная информация о программе съезда будет объявлена дополнительно. Следите за новостями в группах АА и на информационных ресурсах Содружества.

*С уважением и любовью,
члены Комитета по организации
Съезда АА 2026 года*

ПРОДОЛЖАЕМ ДИАЛОГ

ОНЛАЙН-ГРУППЫ АА. ПРАВО НА УЧАСТИЕ!?

Дорогие друзья! Мы продолжаем важный разговор об участии онлайн-групп в структуре обслуживания АА. Наша общая цель – найти наилучший и наиболее эффективный способ интеграции онлайн-групп в российскую структуру обслуживания АА. В Информационном бюллетене №14 мы рассмотрели опыт интеграции в США и Канаде, а также первые шаги в этом направлении на нашей Конференции. Тогда же мы предложили вам принять участие в опросе, чтобы собрать мнения групп АА в России. Благодарим всех, кто уже откликнулся! Результаты опроса будут представлены на XXXVII сессии Конференции, а затем и в нашем бюллетене. А чтобы продолжить обсуждение и приблизиться к нашей общей цели, сегодня мы хотим поделиться опытом одной онлайн-группы АА.

В служении с вами, Комитет Совета по Конференции и Комитет Конференции по развитию структуры обслуживания АА

БОЛЬШЕ, ЧЕМ ПРОСТО СОБРАНИЕ... ОПЫТ ОНЛАЙН-ГРУППЫ АА «МИР»

Меня зовут Марина, я алкоголичка. Моя домашняя группа – онлайн-группа АА «Мир». Каждый раз, вспоминая одну историю моей спонсируемой, я не могу сдержать слез, осознавая Божью Милость и чудо АА. Она пришла на собрание нашей онлайн-группы и попросила меня стать её спонсором. Отправленную по почте книгу «Анонимные Алкоголики» больше всего ждала её девятилетняя дочка. Когда книга пришла, девочка с искренней детской верой в глазах спросила: «Мамочка, эта волшебная книжечка поможет тебе? Ты поправишься и больше не будешь пить?». Об этом моя спонсируемая рассказала на нашей первой встрече, когда мы начали с ней первые шаги по Программе выздоровления АА. С тех пор я говорю всем, что наша книга волшебная. Я верю, что наша книга волшебная. Она исцеляет людей, спасает души и семьи, как писал один из основателей АА. Сегодня жизнь моей спонсируемой изменилась. Бог даровал ей трезвость и всё необходимое для новой полноценной жизни. А её дочке вернул любящую и заботливую маму. Какое счастье видеть радость в глазах ребенка. Радость, наполненную надеждой и верой в лучшее будущее. И я благодарю Бога за еще одно чудо, которое мы видим в АА.

Мой путь в АА начался более 10 лет назад в небольшом городке Онега, Архангельской области. Тогда там работала всего одна группа АА. Позже

открылась и вторая, но просуществовала недолго, закрывшись из-за переезда основателя. К сожалению, за все эти годы АА так и не получило в Онеге значительного развития.

В 2016 году я переехала в Тотму, маленький город Вологодской области, где не было групп АА, и я была вынуждена присоединиться к собраниям онлайн-групп АА. В 2018-м мне удалось организовать живую группу, но прожила она недолго. Группа закрылась через год, оставшись без помещения. Альтернативного места для собраний группы у администрации так и не нашлось.

Все это время я стараюсь нести весть АА до страдающих алкоголиков и среди общественности в моем городе. Наш городок с численностью всего 9700 человек. Здесь трудно информировать людей об АА и создавать живые группы. Эта проблема актуальна не только для нашего города, но и для других малонаселенных пунктов России. Чиновники относятся к АА с настороженностью, а местные жители боятся огласки и сплетен. Поэтому для многих страдающих алкоголизмом в городах, где нет очных групп АА, онлайн-группы – это единственная дверь в АА, единственная возможность получить поддержку и начать свой путь к выздоровлению.

Наша группа, первоначально названная «Мир-Казань», родилась 26 апреля 2020 года в Казани, столице Татарстана. Мы ставили перед собой задачу познакомить алкоголиков республики с опытом выздоровления членов АА со всего мира, и для это-

го выбрали формат спикерских собраний в Zoom. Мы проводили их дважды в неделю, а численность участников часто превышала 100 человек. Затем мы перешли в Telegram, так как это оказалось более доступным и экономичным вариантом для всех участников группы.

Со временем группа АА «Мир» вышла за пределы Татарстана, объединив членов АА из разных уголков России. Сегодня мы представляем Татарстан, Сибирь, Урал, Москву и Московскую область, Краснодарский край, Красноярский край, Кировскую и Вологодскую области. К участию в жизни группы присоединяются члены АА Германии, Грузии и других стран.

Наши собрания проходят три раза в неделю – по понедельникам, средам и пятницам в 20:00 по московскому времени. Мы делимся опытом выздоровления по программе 12 Шагов АА, и читаем литературу, одобренную Конференцией АА. Если у кого-то из участников есть вопросы или трудности, по которым он хотел бы услышать опыт других, он может предложить тему собрания. В последнюю пятницу месяца проводим большое спикерское собрание, а также организуем мини-спикерские собрания по Традициям АА. Для поддержания эффективной работы группы мы ежемесячно проводим рабочие собрания и недавно провели инвентаризацию.

Служения на группе представлены во всем многообразии. У нас есть секретарь, ведущие собраний, организаторы, казначеи (российский и международный), технический администратор, спикер-хантер, дизайнер по заливке спикерских и делегат на Конференцию по общему обслуживанию АА.

Группа АА «Мир», следуя Пятой Традиции Анонимных Алкоголиков, активно сотрудничает с реабилитационными центрами и наркологическими отделениями по всей России. Члены нашей группы имеют возможность делиться опытом выздоровления с пациентами этих учреждений как лично, так и онлайн.

Мы активно распространяем информацию об АА и нашей группе через информационные чаты в WhatsApp и Telegram. На нашем YouTube-канале вы найдете много полезных и вдохновляющих спикерских, где звучит опыт, сила и надежда выздоравливающих алкоголиков со всего мира. У нас есть визитки группы (в бумажном и электронном виде), чтобы каждый нуждающийся в помощи мог легко связаться с нами. Мы оказываем поддержку новичкам в России и отправляем им книгу «Анонимные Алкоголики». Если новичок находится за пределами страны, мы обращаемся в Международную Ассамблею АА для поиска ближайших групп, предоставления информации и, при необходимости, отправки книги АА.

Мы с радостью приветствуем новичков на собраниях нашей группы, стараемся окружить их заботой, оказать поддержку и проявить гостеприимство АА. К нам приходят много новичков из разных мест, в том числе и тех, где работают живые группы АА. Мы понимаем, что многим, требуется

время, чтобы преодолеть страх перед посещением очных собраний АА. Обретая уверенность в онлайн-группе, некоторые впоследствии находят собрания АА в своем городе.

Один из нас, получив опыт выздоровления в онлайн-группе «Мире», открыл живую группу АА в своем районе. В этом ему оказал содействие Фонд обслуживания АА. И это не единичный случай в практике нашей группы. Это вдохновляет нас, хотя мы понимаем, что, к сожалению, не все остаются в АА.

Наша группа придерживается и Седьмой Традиции АА. Осознавая ответственность за поддержку служб АА, мы направляем большую часть собранных добровольных пожертвований в Фонд обслуживания АА и Международную структуру обслуживания АА. Часть средств мы оставляем для оплаты расходов делегата на Конференцию по общему обслуживанию АА в России.

В марте 2024 года на рабочем собрании группой АА «Мир» было принято несколько важных решений: зарегистрироваться в Фонде обслуживания АА; отправить делегата на XXXV Конференцию по общему обслуживанию АА;

внести в повестку дня XXXV сессии Конференции вопрос о регистрации онлайн-групп АА в структуре обслуживания АА/ в Фонде обслуживания АА.

В тот год наша группа впервые приняла участие в работе ежегодной Конференции. Мне было доверено служение делегатом, и я продолжаю служить второй год.

Мы постоянно ищем новые пути информирования о программе выздоровления АА тех, кого коснулась проблема алкоголизма. У нас появилось много идей. Для воплощения этих начинаний была сформирована и начала свою работу инициативная группа по Пятой Традиции. Один из служащих нашей группы предложил план по распространению информации о группе в интернете, как без финансовых затрат, так и с возможным бюджетом до 10 000 рублей.

Мы рады, что служение нашей группы охватывает и международное сообщество. Наши русскоговорящие друзья из разных стран не только принимают участие в собраниях, но и активно служат, находя вдохновение для создания новых русскоязычных групп АА у себя дома. Мы благодарны за возможность быть частью этой группы и ценим наше единство.

Немного о наболевшем. В Содружестве АА России (как и в других странах) долгое время существовало распространенное мнение о том, что онлайн-группы не являются «полноценными» группами АА, а скорее представляют собой собрания. По этой причине онлайн-группы зачастую не получали признания со стороны многих членов АА, посещающих очные группы. Это приводило к тому, что их не регистрировали, они не были вовлечены в работу структуры обслуживания АА и не считались частью Содружества АА России. В результате, не имея возможности участвовать в ежегодной сес-

сии Конференции по общему обслуживанию АА, онлайн-группы не могли полноценно выражать свое мнение и вносить вклад в развитие Содружества, что затрудняло понимание и удовлетворение потребностей онлайн-сообщества АА.

Нам часто приходилось слышать: «Какие вы группы? Вы не группы АА! Вы не служите Пятой Традиции. Что уж говорить о Седьмой Традиции!». К онлайн-группам АА относились с пренебрежением, а порой и с насмешкой. В то время онлайн-спонсорство было развито слабо, и люди преодолевали огромные расстояния – из Сибири в Москву – чтобы сделать Пятый Шаг. Я помню, как занимала деньги, чтобы доехать на поезде с пересадками из Архангельской области в Карелию и пройти эту важную часть пути. Тогда мало кто мог представить, что это возможно сделать онлайн.

В ноябре 2001 года вышло четвертое издание книги «Анонимные Алкоголики», и в последнем Предисловии мы прочитали: «Модем к модему, лицом к лицу Анонимные Алкоголики говорят на языке сердца со всей его мощью и простотой». Эти строки стали для нас подтверждением того, что наше присутствие в интернете признано, и мы с благодарностью в сердце перечитывали их снова и снова. Мы так благодарны за это издание, вышедшее в начале нового тысячелетия, хотя тогда и не могли представить, во что это выльется. Скайпа еще не было, и телефоны с медленным интернетом только начинали появляться. Но они уже предвидели, как все будет развиваться и наше Содружество сможет использовать новые технологии для служения другим.

Тем не менее долгое время онлайн-группы не принимались нашим Содружеством. Я понимаю тех, кто долгое время не признавал онлайн-группы. Если ты живешь в большом городе, где миллион жителей и миллион возможностей, где есть десятки или даже сотни «живых» групп, то выбор всегда есть. Возможно, если бы и у меня была такая возможность, я бы также не нуждалась в онлайн-группах. Но мой опыт сложился иначе.

Сегодня мы не обижаемся, когда нам говорят: «Не обольщайтесь, вы не группа АА. Вы просто собрание». Мы понимаем, что не осведомленность в Традициях АА и отсутствие личного опыта участия в работе онлайн-групп АА могут приводить к таким суждениям. В свою очередь, мы просто делимся своим опытом, как принципы АА работают в онлайн-формате. Ведь, мы – группа АА! Почему? Наше право называть себя группой АА определено Третьей Традицией Анонимных Алкоголиков, которая гласит: «Наше членство должно включать всех страдающих от алкоголизма. Поэтому мы не можем отказывать никому из тех, кто желает выздороветь. Любые два-три алкоголика, собравшиеся вместе с целью поддержания трезвости, могут называть себя группой АА, при условии, что как группа они не входят в какую-либо другую организацию». И никто – будь то отдельный член АА, группа, Комитет, Совет или даже Конференция –

не может отнять у нас это право. Но важнее этого права для нас – возможность нести весть о выздоровлении другим страдающим алкоголикам, независимо от того, где они находятся.

В брошюре «Группа АА...там, где всё начинается» на странице 17 есть рекомендации о том, как создать новую группу АА и определены потребности группы, которые состоят из 6 пунктов:

- два-три алкоголика
- сотрудничество с другими членами АА
- помещение для проведения собраний
- чайник
- литература и справочники групп АА
- прочие ресурсы.

Как и в любой группе АА, у нас есть алкоголики, стремящиеся к выздоровлению. Мы сотрудничаем с другими членами Содружества, делимся опытом и поддерживаем друг друга. Мы изучаем литературу АА. Справочники групп АА давно не издаются. Информация о группах АА доступна в интернет-пространстве. Да, у нас нет чайника, но его отсутствие не влияет на атмосферу нашего собрания. К тому же он отсутствует у многих «живых» групп. Важнее, чтобы у нас было место, где мы можем делиться опытом и поддерживать друг друга. В современном мире таким местом может быть чат в мессенджере, комната на платформе Zoom или в ином виртуальном пространстве. Например, группа АА «Мир» проводит собрания онлайн, и местом проведения является чат в Telegram, а адресом группы – ссылка на чат. Мы видим, что это работает. И находим этот способ эффективным для тех, кто не имеет доступа к «живым» группам.

Пандемия ворвалась в нашу жизнь неожиданно. Ковид-19 не оставил выбора – члены и группы АА вынуждены были адаптироваться к новым условиям, ища способы взаимодействия и поддержки друг друга в виртуальном пространстве. Алкоголизм тоже не оставляет выбора, требуя от нас готовности меняться. Чтобы продолжать жить, мы должны быть готовы пересмотреть свои взгляды и убеждения, отбросить предрассудки и сделать всё необходимое для достижения цели. Цель у всех нас одна – оставаться трезвыми и помогать другим алкоголикам прийти к выздоровлению.

Наша группа долго изучала возможность более глубокого участия в МАРАА, столкнувшись с трудностями в реализации Пятой Традиции из-за особенностей местного законодательства. В нашей группе есть члены, лишённые возможности посещать очные собрания, но готовые нести весть АА через взаимодействие с местными органами власти и общественными организациями. Для этого крайне необходима документация, включая устав Фонда, на русском языке – для информирования общественности и поддержки тех, кто хочет открыть очные группы, не имея доступа к необходимым ресурсам.

При этом мы продолжаем соблюдать Седьмую

Традицию, перечисляя пожертвования в МАРАА, поскольку в нашей группе участвуют новички из разных стран, в том числе из Испании, Бразилии.

В связи со всем вышесказанным, хотим подчеркнуть важную мысль: каждая группа АА со временем достигает определенного уровня зрелости. Любая группа имеет право на использование всех ресурсов АА на планете – литературы, информационных материалов и т.д. Все, что создано Анонимными Алкоголиками, принадлежит каждой группе. Наступает момент, когда группа, подобно тому, как член АА передает свой опыт другим, чувствует благодарность за полученное и приходит к желанию отдавать. Служение начинается не тогда, когда группа хочет что-то получить, а когда ее групповое сознание созревает до понимания, что у нас есть все, и мы хотим делиться этим с другими, объединившись в общем служении. Тогда, когда группа АА хочет отдавать, неся идеи АА туда, куда мы можем дотянуться.

Независимо от того, есть ли где-то другие группы или нет, люди умирают от алкоголизма. И это вне нашей власти. Но дать им шанс на выздоровление – это уже в наших руках! Любые структуры, которые мы создаем для этого, лучше, чем бездействие. Онлайн-группы проводят колоссальную работу, и мы предлагаем создать Комитет по онлайн-группам, к которому они могли бы присоединиться для объединения усилий и повышения эффективности служения.

В заключение, позвольте привести слова Билла из журнала «Грейпвайн» (статья «Хранитель АА: наша Конференция по общему обслуживанию АА», книга «Язык сердца», стр. 263): «Каждый член АА хочет обеспечить себе выживание после алкоголизма, а затем – собственное духовное благополучие. Именно так и должно быть. Кроме того, он хочет сделать всё от него зависящее ради выживания и благополучия своих братьев-алкоголиков. Поэтому он, естественно, жизненно заинтересован в постоянстве существования и благополучии

самого Содружества.

В своей группе каждый добросовестный член АА глубоко ощущает это. Получив чудо трезвости, он знает: Провидение ожидает от всех нас, что мы будем трудиться и расти, выполняя свою роль в поддержании дарованных нам благ в полноценном состоянии. Пожизненного чуда – не требующего ни усилий, ни ответственности с нашей стороны – просто нет в Божественном плане. Мы все понимаем, что цена как личного, так и группового выживания – это готовность и жертва, бдительность и работа.

То, что справедливо в отношении каждого члена каждой группы АА, должно быть и в отношении Содружества в целом».

Друзья, каждый из нас призван выполнять свою роль – ту, что определена свыше. Принимая решение о роли онлайн-групп, прошу каждого из вас вспомнить маленькую девятилетнюю девочку из глубинки.

Представьте её, крепко сжимающую нашу волшебную книгу в своих руках, смотрящую с надеждой и верой на исцеление своей мамы. По милости Божьей, эта мама совсем недавно пришла в наше Содружество. Когда она была трезвой уже второй месяц, обнимая крепко свою дочку сказала ей: «Всё у нас теперь будет хорошо, я в нужном месте и у меня появились надежные добрые друзья!».

Мы с вами, пробудившиеся проводники, можем сделать еще больше, объединив усилия с онлайн-группами АА, которые проводят столь важную работу по несению вести АА, сохраняя чистоту её идей.

Давайте всегда помнить слова из Декларации ответственности:

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

С благодарностью, Марина Е.



ИНФОРМАЦИЯ ОТ КОМИТЕТОВ И СЛУЖБ АА В СТРУКТУРЕ КОНФЕРЕНЦИИ

ОТ КОМИТЕТОВ ПО АРХИВУ

Дорогие друзья! В преддверии Нового 2026 года примите сердечный привет и самые теплые пожелания из Архивов АА!

Пусть наступающий год принесет вам укрепление веры, новые возможности для духовного роста и мира в душе. А мы, в свою очередь, будем продолжать наше служение – бережно собирать, сохранять и делать доступной историю Анонимных Алкоголиков России для всех, кто интересуется нашим Содружеством. Ведь вы, друзья, – часть нашей дружной команды!

Мы от всего сердца благодарим группы АА и каждого, кто помогал нам в этом важном деле! Наша признательность не знает границ за вашу отзывчивость, заинтересованность и равнодушие к сохранению истории АА, воплощенной в архивных книгах, газетах, журналах, бюллетенях, документах, аудиозаписях и в памяти наших пионеров. Спасибо за вашу самоотдачу, терпение и любовь к АА!

Особая благодарность нашим волонтерам! Ваша бескорыстная работа вызывает искреннее восхищение и вселяет надежду на наше дальнейшее сотрудничество в деле сохранения наследия АА России для будущих поколений. Без вас деятельность Архива была бы просто невозможна.

Уходящий 2025 год был непростым, но щедрым на творческие встречи и новые проекты, которые мы старались освещать в нашем информационном бюллетене. И мы надеемся продолжать эту традицию, ведь в АА мы понимаем: «Мы не можем сохранить то, чего не отдаем».

Для нас сохранение прошлого Содружества – это не просто служение, а дело, которое мы любим всем сердцем. Мы ценим «старые» архивы, но всегда помним, что то, что происходит сегодня, – это архивы завтрашнего дня, наше общее наследие. Мы также видим свою роль в служении согласно Двенадцатого Шага, ведь архивы – это место, где каждый член АА может поделиться частичкой своей истории.

Истории ваших групп АА – бесценная часть нашего общего наследия. Мы с благодарностью получаем трогательные письма и аудиозаписи, где звучит рассказ о том, как когда-то в одном из уголков России широко открылись двери новой группы АА, которая и по сей день протягивает руку помощи страдающему алкоголику. Мы искренне признательны каждой группе за эти истории, по-

зволяющие увидеть прошлое ради будущего АА в России.

И, возможно, среди этих историй сегодня не хватает истории именно вашей домашней группы!?

Друзья! Сегодня мы обращаемся к вам с просьбой поделиться своими воспоминаниями и архивными материалами. Мы с благодарностью примем и бережно сохраним в Архивах АА историю вашей группы, ваши личные истории, воспоминания, фотографии, записи, письма, газетные и журнальные статьи об АА – любые свидетельства, которые помогут нам сохранить дух Содружества.

Помните, что каждый присланный вами материал – это кирпичик, из которого складывается мозаика истории АА в России. Эти материалы могут стать частью архивной выставки, которую мы планируем подготовить к мероприятию по истории Анонимных Алкоголиков России в 2027 году. Будем искренне рады встрече с вами! Информацию о датах, месте проведения и программе мероприятия мы обязательно опубликуем в Информационном бюллетене АА и других информационных ресурсах Содружества. Наш адрес электронной почты для связи: k.k@aaarus (пожалуйста, напишите в теме письма - в Архивы АА).

С пожеланиями добра, счастья, душевного покоя и новых надежд в наступающем году! Пусть в ваших сердцах, в ваших семьях, в ваших домах, на ваших группах каждый день случаются маленькие и большие чудеса! Божьей благодати вам, дорогие, и неугасимого желания жить и делиться своим опытом, несмотря ни на что! С Новым годом!

С любовью, Архивы АА

ОТ КОМИТЕТА СОВЕТА ПО ЛИТЕРАТУРЕ И КИО

Дорогие друзья! Самый теплый привет от Комитета Совета по информированию общественности и Комитета Совета по литературе!

Мы искренне благодарны за ваше доверие и возможность быть полезными в несении вести о выздоровлении тем, кто всё ещё страдает. В уходящем 2025 году мы трудились над множеством задач, вдохновлённые словами из нашей Большой Книги: «Единственная реальная свобода, доступная человеку, – это делать то, что следует, потому

что ты хочешь это делать» (стр. 542). Как и взмах крыла бабочки может изменить мир, так и каждое наше слово, и действие в Содружестве АА мы стремимся сделать инструментом помощи в следовании Шагам и Традициям.

В наступающем 2026 году мы продолжим служить вам с тем же смирением, принятием и открытостью, с которыми мы встречаем каждое чудо выздоровления, большое или маленькое, каждый день.

Пусть три главных дара – Единство, Служение и Выздоровление – станут не только основой нашего общего пути, но и частью вашей жизни, словно те самые дары из новогоднего мешка, которые Содружество приготовило для каждого из нас. И пусть этот мешок никогда не иссякнет! Пусть каждый найдёт в нём поддержку, понимание и надежду для новой жизни.

Мы желаем вам самых тёплых и душевных поздравлений! Пусть каждый ваш шаг, каждое слово принесут надежду и утешение тем, кто только начинает свой путь к свободе от алкоголизма.

С Новым 2026 годом! Пусть каждый день наступающего года будет наполнен тихой радостью благодарности за трезвость, за возможность служить другим и чувствовать себя частью чего-то большего.

С любовью, в служении с вами

ОТ КОМИТЕТА ПО СТРУКТУРЕ

Дорогие друзья!

Примите самые сердечные поздравления с наступающим Новым годом! Пусть 2026 год раскрасит вашу жизнь яркими красками, озарит дом светом и наполнит каждый день радостью.

Пусть ваш жизненный путь будет долгим и интересным, а мелкие заботы останутся незамеченными. Пусть приобретенные навыки только крепнут, домашний очаг дарит умиротворение, а устои вашей жизни будут нерушимы.

Мы желаем, чтобы даже ваши недруги стали добрее, а одиночество навсегда отступило, уступив место теплу и поддержке близких. Пусть над головами ваших родных всегда будет ясное небо. Пусть в вашей памяти остаются только светлые воспоминания, ведь мы так верим в обретение счастья и свою счастливую звезду, что никакая серость не сможет омрачить нашу жизнь.

Давайте верить, любить, творить и мечтать! Желаем вам лунных ночей в кругу любимых людей, светлых будней, искренних коллег, верных друзей. Ведь сколько всего можно успеть, если не спешить: увидеть сердцем, не приглядываясь, услышать, не додумывая.

Пусть каждый звездопад приносит вам удачу, а счастье не заставит себя долго ждать у вашей двери. Пусть никто и никогда не плачет в вашем доме, а душа наполняется надеждой и верой.

Давайте беречь друг друга! Прощать ошибки, неточности, недостатки и недосказанности. Давайте

учиться жить в мире и согласии, учиться любить и быть любимыми!

С Новым 2026 годом!

С любовью к Богу и к вам,

Комитет Конференции по развитию структуры обслуживания АА России

ОТ КОМИТЕТА СОВЕТА ПО ИУ

Друзья! Привет от Комитета Совета по взаимодействию с исправительными учреждениями.

Новый год – это время надежды и новых начинаний, когда мы, оглядываясь назад и оценивая пройденный путь, строим планы на будущее. В этот период мы особенно ценим единение с близкими, наслаждаемся теплом домашнего очага и радостью быть вместе.

Однако для многих этот праздник омрачен одиночеством, тоской и отчаянием. Среди них – алкоголики в местах лишения свободы, которые особенно нуждаются в нашей поддержке и в готовности услышать их. Именно поэтому библейские слова «Я был в тюрьме – и вы пришли ко мне» так актуальны для нас, членов Анонимных Алкоголиков. Ведь в программе АА нет преград для выздоровления.

Мы, прошедшие через мрак зависимости, как никто другой понимаем, как важно протянуть руку помощи тем, кто находится в изоляции. Несение вестей АА в исправительные учреждения – это возможность поделиться опытом, надеждой и шансом на новую жизнь.

Друзья, мы поздравляем вас с наступающим Новым 2026 Годом! Много Сил, Радости и Счастья в Новом Году!

Наш труд над тем, чтобы просто жить, действительно непрост, но как показывает плод этого труда, он бесценен!

Делиться опытом – это важная часть нашего выздоровления. Как сказано в Двенадцатом Шаге: «Достигнув духовного пробуждения, в результате выполнения этих шагов, мы старались донести смысл наших идей до других алкоголиков и применять эти принципы во всех наших делах».

Мы обращаемся к вам с просьбой **поделиться опытом сотрудничества с исправительными учреждениями в вашем регионе**. Ваши успехи и трудности, с которыми вы столкнулись на этом пути, могут стать бесценной помощью для других групп АА, только начинающих нести веста лишения свободы.

Заполнение анкеты займет примерно 20-30 минут.

АНОНИМНЫЕ АЛКОГОЛИКИ В ИУ РОССИИ: ОБМЕН ОПЫТОМ.

I. Информация о группе АА и ИУ

- Область РФ: Город РФ:
- Комитет/группа/группы АА (название):
- Контактное лицо:

- Контактные данные (телефон, email):
- Название и тип исправительного учреждения (или нескольких учреждений):
- С какого года вы сотрудничаете?

II. Начало сотрудничества с ИУ

1. Как вы начали сотрудничество с исправительным учреждением?
2. Кто был инициатором сотрудничества? (группа/ группы АА; администрация ИУ; другое)
3. Как происходил процесс установления контакта?
4. Какие документы или соглашения были оформлены (если есть)? Есть ли у вас копия данного документа, которой вы могли бы поделиться с комитетом (опционально)? (да/нет)

III. Деятельность АА в исправительном учреждении

1. Какие мероприятия АА проводятся в исправительном учреждении? Пожалуйста, отметьте все подходящие варианты:
 - Встречи с заключенными: групповые, индивидуальные
 - Проведение собраний АА
 - Организация групп АА (внутри исправительного учреждения)
 - Спонсирование (внутри исправительного учреждения)
 - Переписка с заключенными
 - Распространение литературы АА
 - Презентации об АА для заключенных
 - Презентации об АА для сотрудников ИУ
 - Временный наставник/связной (для освобождающихся заключенных)
 - Другие:
2. Ресурсы, используемые в несении вестей. Пожалуйста, отметьте все подходящие варианты:
 - Литература АА: книги, брошюры, буклеты
 - Информационные стенды
 - Визитки
 - Видеоматериалы
 - Аудиоматериалы
 - Интернет-ресурсы (сайты, онлайн-группы)
 - Другие:

IV. Требования к членам АА, посещающим ИУ

1. Требования, которые предъявляют ИУ. Пожалуйста, отметьте все подходящие варианты:
 - Оформление допуска/разрешения на посещение
 - Наличие справки об отсутствии судимости
 - Срок трезвости
 - Прохождение инструктажа
 - Проверка документов и личных вещей
 - Соблюдение правил внутреннего распорядка
 - Требования к внешнему виду. Какие?
 - Особые требования к поведению и общению с осужденными. Какие?
 - Особые требования к поведению и общению с

- сотрудниками. Какие?
- Тестирование на запрещенные вещества
- Возрастные ограничения
- Другие:

2. Требования внутри АА к члену АА, посещающему ИУ:

- Как группа АА готовит своих членов к посещению ИУ:

V. Трудности и пути их решения

1. Трудности: (пожалуйста, отметьте все подходящие варианты)
 - с получением разрешений на посещение
 - с обеспечением безопасности членов АА
 - недостаток ресурсов
 - препятствия со стороны администрации или сотрудников ИУ
 - скептическое отношение со стороны осужденных
 - с организацией собраний и мероприятий
 - проблемы с логистикой (транспорт, удаленность ИУ)
 - Другие:

2. Как вы решаете эти проблемы? Какие действия оказались наиболее эффективными?

VI. Результаты сотрудничества

1. Какие результаты вы наблюдаете?
2. Изменилось ли отношение осужденных к проблеме алкоголизма? Как изменилось?
3. Есть ли осужденные, которые начали выздоравливать с помощью АА?
4. Как изменилась атмосфера в ИУ: стала ли она более открытой к диалогу о проблеме алкоголизма и выздоровлении?
5. Как администрация ИУ оценивает результаты сотрудничества?
6. Есть ли статистика по рецидивам среди освободившихся осужденных, посещавших встречи с АА в ИУ? (если доступна)
7. Получаете ли вы обратную связь от осужденных, освободившихся и продолжающих посещать АА на свободе?

VII. Взаимодействие в структуре обслуживания АА

1. Известно ли вам о деятельности Комитета Совета по взаимодействию с исправительными учреждениями? (Да/Нет)
2. Если да, вы взаимодействуете с ним? (Да/Нет)
3. Если да, то в какой форме происходит взаимодействие (обмен информацией, совместные мероприятия и т.д.)?
4. Нужна ли вам помощь нашего Комитета? Пожалуйста, укажите, какая именно?
5. Знаете ли вы о Службе переписки «Абонентский ящик 33»? (Да/Нет)
 - Участвуют ли члены вашей группы в переписке с заключенными? (Да/Нет)

6. Знаете ли вы о функции «Розовой банки»? (Да/Нет)

VIII. Дополнительная информация и комментарии

1. Есть ли у вас какие-либо дополнительные комментарии, истории или рекомендации, которые вы хотели бы добавить?

Благодарим вас за участие в опросе! Мы верим, ваш опыт поможет нам улучшить взаимодействие АА с исправительными учреждениями и донести весть о выздоровлении до тех, кто в ней нуждается.

Если у вас возникнут какие-либо вопросы или пожелания, пожалуйста, свяжитесь с Комитетом Совета по взаимодействию с исправительными учреждениями по адресу k.k@aaarus.ru . В теме письма просим указать – АА в ИУ: обмен опытом.

Примечание: Результаты опроса будут обобщены и использованы для создания практических рекомендаций, которые будут доступны для всех групп АА, работающих с ИУ.

Спасибо за ваше служение!

ОТ КОМИТЕТА СОВЕТА ПО КОНФЕРЕНЦИИ

Дорогие друзья! Сердечный привет от Комитета Совета по Конференции.

Новый год – это время надежд, планов и новых начинаний. Оглядываясь назад, мы видим, как много было пройдено, как менялись мы сами и наши группы. Перемены – это не просто неизбежность, а неотъемлемая часть нашей жизни в АА. Они касаются всех аспектов нашей деятельности: от форматов собраний до способов несения вестей о выздоровлении. Давайте не забывать, что изменения несут в себе потенциал как для роста и развития, так и для стагнации. Будущее нашего Содружества АА – ответственность нашего поколения.

Конференция по общему обслуживанию АА всегда была площадкой для инноваций, позволяющей АА расширять свою досягаемость и помогать большему числу страдающих алкоголиков. Билл У. в своём выступлении на Конференции 1960 года сказал: «Мы живем в эпоху перемен, наши Двенадцать Шагов, вероятно, не изменятся; Традиции, скорее всего, нет. Но наша манера общения, наша манера организовывать себя для работы, для служения – давайте надеяться, что это будет меняться к лучшему всегда». Эти слова справедливы и сегодня, особенно когда мы сталкиваемся с новыми вызовами и возможностями, которые предоставляет нам современный мир и меняющиеся потребности тех, кто ищет помощи в АА.

Все эти годы мы старались думать по-новому и действовать по-новому. Но изменения, которые мы сегодня наблюдаем, происходят не на самой

Конференции. Изменения приходят к Конференции. Изменения исходят от вас – групп АА, определенных высшими полномочиями в Содружестве и несущих окончательную ответственность за его благополучие. Все начинается с передачи идей в качестве пункта повестки дня Конференции по общему обслуживанию АА.

Едиственное для чего продолжает собираться ежегодная сессия Конференции каждый год – постараться найти новые пути и улучшить существующие способы продолжать нести весть АА до страдающего алкоголика. Другой цели у нас нет. И быть не может.

Участие в работе ежегодной Конференции – это вклад группы АА в Пятую Традицию всего Содружества Анонимных Алкоголиков России. Останутся ли Анонимные Алкоголики вне времени и станут ли решением для всех грядущих поколений страдающих алкоголиков – зависит от нас с вами.

Дорогие друзья! Вот и приближается Новый год, полный надежд и новых возможностей. Пусть в ваших группах царит атмосфера поддержки и понимания, а весть о выздоровлении находит новые отклики в сердцах тех, кто нуждается в помощи. Здоровья, мира и гармонии вам и вашим близким! В эти праздничные дни, когда мы полны решимости двигаться вперед, давайте не забывать о нашей общей ответственности за будущее АА. Мы приглашаем вас принять активное участие в XXXVII сессии Конференции по общему обслуживанию АА России, которая состоится с 13 по 17 мая 2026 года. Это наша возможность вместе, через групповое сознание, определить пути дальнейшего развития и улучшения нашей деятельности по несению вестей АА.

Спасибо за оказанное доверие и возможность служить. Будем рады сотрудничеству!

С благодарностью Богу и АА



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!

ЯНВАРЬ

«КУДА ИДУТ НАШИ ДЕНЬГИ?
ПРОЗРАЧНОСТЬ И ДОВЕРИЕ»

ФЕВРАЛЬ

«ЛИТЕРАТУРА АА КАК ИНСТРУКЦИЯ К ЖИЗНИ»

МАРТ

«НАШИ ЛЮБИМЫЕ ВЕДУЩИЕ»

13 – 17 МАЯ 2026

XXXVII СЕССИЯ КОНФЕРЕНЦИИ ПО ОБЩЕМУ
ОБСЛУЖИВАНИЮ АА РОССИИ.

ПО ВСЕМ ВОПРОСАМ ОБРАЩАТЬСЯ В КОМИТЕТ
СОВЕТА ПО КОНФЕРЕНЦИИ (K.K@AARUS.RU)

16 – 18 ОКТ. 2026

СЪЕЗД АНОНИМНЫХ АЛКОГОЛИКОВ
В Г. НИЖНИЙ НОВГОРОД.

С ВОПРОСАМИ ВЫ МОЖЕТЕ ОБРАТИТЬСЯ
В КОМИТЕТ ПО ОРГАНИЗАЦИИ СЪЕЗДА АА:
+7 982 819-09-83, ГРИГОРИЙ Л.



telegram

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

*Друзья! Поздравляем всех с наступающим
Новым годом!
Пусть уходящий год оставит приятные
воспоминания, а год наступающий при-
несёт новые яркие впечатления! Продол-
жайте делиться теплотой наших сердец,
дарите любовь, участие и заботу друг
другу, родным и близким, и тем, кому это
особенно нужно.*

*Ваша Служба
Информационного бюллетеня*