ЖУРНАЛ АНОНИМНЫХ АЛКОГОЛИКОВ РОССИИ

ДЮЖИНА

Март 2012 1 (41)
ПИ №ФС77-3908 от 11.03.2010 года
Первый номер журнала АА России выпущен в августе 1991 года

Тема номера:
форум Анонимных Алкоголиков
в г.Костроме
2-4 декабря 2011 года

ДВЕНАДЦАТЬ ШАГОВ АА

I. Мы признали свое бессилие перед алкоголем, признали, что мы потеряли контроль над собой.

2. Пришли к убеждению, что только Сила, более могущественная, чем мы, может вернуть нам здравомыслие.

3. Приняли решение препоручить нашу волю и нашу жизнь Богу, как мы Его понимали.

4. Глубоко и бесстрашно оценили себя и свою жизнь с нравственной точки зрения.

5. Признали перед Богом, собой и каким-либо другим человеком истинную природу наших заблуждений.

6. Полностью подготовили себя к тому, чтобы Бог избавил нас от всех наших недостатков.

7. Смиренно просили его исправить наши изъяны.

8. Составили список всех тех людей, кому мы причинили зло, и преисполнились желанием загладить свою вину перед ними.

9. Лично возмещали причиненный этим людям ущерб, где только возможно, кроме тех случаев, когда это могло повредить им или кому-либо другому.

I0. Продолжали самоанализ и, когда допускали ошибки, сразу признавали это.

II. Стремились путем молитвы и размышления углубить соприкосновение с Богом, как мы понимали Его, молясь лишь о знании его воли, которую нам надлежит исполнить, и о даровании силы для этого.

I2. Достигнув духовного пробуждения, к которому привели эти шаги, мы старались донести смысл наших идей до других алкоголиков и применять эти принципы во всех наших делах.

Отчёт о работе редакции журнала «Дюжина» за 2011 год

1. В 2011 году дала согласие на служение в журнале член АА из г. Хабаровска, являющаяся также членом Союза писателей. Ряды редакции «Дюжина» пополняются. И мы продолжаем искать и приглашаем на служение в редакцию журнала «Дюжина» членов АА из разных регионов.

2. Всё так же журнал продолжает печатать опыт членов АА по служению, личные истории выздоровления, статьи из архивов журнала «Грейпвайн».

3. На момент 25 ноября 2011 года было распространено 2749 экз. журнала, из них:

- отправлены в тюрьмы и учреждения закрытого типа – 386 экз.
- распространены на конференциях, круглый столах, презентациях АА, а также в больницах – не менее 130 экз.

4. Ушёл в историю, закончился тираж журнала № 1 за 2009 год.

5. 83 подписчика своевременно получали журнал по фиксированной цене.

6. На 25 ноября 2011 года оформили подписку 13 членов АА.

7. Журнал «Дюжина» стал ещё более привлекательным с того момента, когда с журналом стали выпускаться аудиоприложения. Практически каждого из номеров журналов с приложением распространяется в три раза больше, чем без приложения.

Видя такой интерес членов АА и необходимость в живом опыте выздоровления и служения, редакция планирует продолжать выпуск аудио- и видеоприложений к журналу с определённой регулярностью, в зависимости от наличия достойного материала.

Предлагаем вам принять участие в этом проекте. Присылайте нам аудиоматериалы для приложений, несущие опыт Шагов, Традиций и Принципов.

8. Редакция журнала продолжает работу по отслеживанию в статьях критики, насмешек и негативных моментов. Так, благодаря участию члена АА, в 4-ом номере 2011 года была своевременно отредактирована статья, содержащая косвенную критику. Редакция с удовлетворением отмечает, что журналу удалось не принимать участия и не предоставлять «поле журнала» для критических статей, споров или осуждающих высказываний, согласно традициям журнала «Грейпвайн». Нам важно учитывать, что журнал распространяется не только среди членов Анонимных Алкоголиков.

9. Редакция журнала в 2012 году планирует выпустить 4 таких же интересных и красочных номера.

– Один номер журнала мы опять посвятим работе АА в тюрьмах. С этим журналом будет выпущено аудиоприложение со спикерскими выступлениями членов АА, которые были в местах заключения.

– Тема рубрики «Собрание АА в печати» в 2012 году посвящена проблеме «Почему новички не остаются на группах». Присылайте свои статьи с опытом, как вы решаете эту проблему.

– Ещё один номер будет посвящён «Духовной и практической значимости книги «Анонимные Алкоголики». С этим журналом будет выпущено аудиоприложение со спикерским выступлением Григория – члена АА, который делится опытом работы по Шагам по Большой книге на группе АА «Девчата», переданным ему спонсором. А также в этом приложении будут размещены текстовые файлы, упоминаемые в этой работе.

10. Редакцией разрабатывается положение о работе журнала «Дюжина» на основе концепции журнала «Грейпвайн» для дальнейшего утверждения его редакцией.

Программа в действии
Путь к свободе
(Шаг Седьмой) 3

Второй завет: Единство
Традиция - 7 10

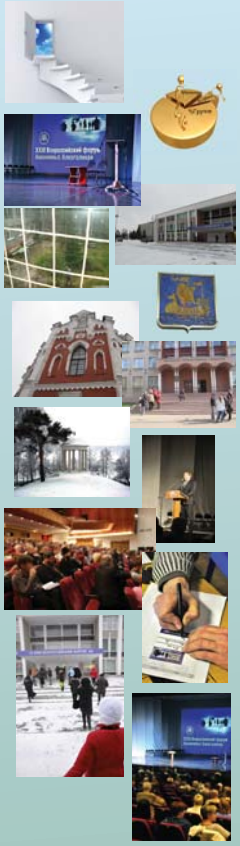
XXIII форум АА россии
Репортаж о XXIII форуме АА России 16
Наркология 31

Форум в Костроме
Поход в Общественную палату 38
Медицинский колледж 39

Университет 41
Встреча в университете 43
Впечатления участника XXIII ВФ АА,
причастного к организации оного 44

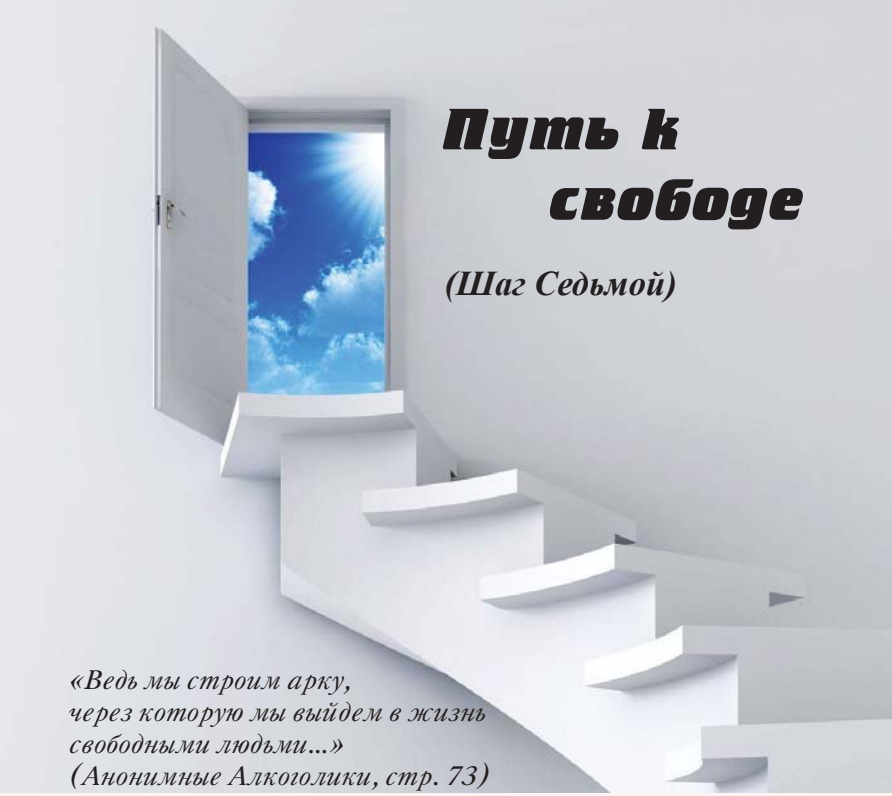
Чита-кострома 46
КОСТРОМСКАЯ ЕПАРХИЯ.
Русская Православная Церковь 50
Дух Единства 52
Хабаровск-Кострома 54

Наш архив
Из публикаций в
американской прессе 1939–1942 гг.
«ВМЕСТЕ…»
Открытое письмо алкоголику 58



ДЮЖИНА © Фонд Обслуживания
Журнал Анонимных Алкоголиков России
Свидетельство регистрации ПИ № ФС77-3908 от 11.03.2010 года

Журнал издается Комитетом «Дюжина» РСОАА
Корректор - Леденёва И.Н.,
Дизайн и вёрстка - Леденёв А.В.,
Воспроизведение материалов внутри Содружества АА обязательно со ссылкой на журнал «Дюжина». Вне АА - только с письменного разрешения издательства.
129128, РФ, Москва, а/я 33
duginaaa@aarus.ru
Отпечатано:
ООО «Чебоксарская типография №1»
428019, г. Чебоксары, пр-т Яковлева, д. 15
Тираж: 1000 экз.



Путь к свободе

(Шаг Седьмой)

«Ведь мы строим арку,
через которую мы выйдем в жизнь
свободными людьми...»
(Анонимные Алкоголики, стр. 73)

В юности я был убеждён, что самое моё слабое место – это воля. Я был неусидчивым и предпочитал всё откладывать «на потом». Поэтому у меня часто возникали проблемы из-за несделанных вовремя домашних заданий. Как-то раз мне влепили сразу шесть единиц, что повергло в шок не только домашних, но и моих одноклассников. Вернувшись из школы, я в отчаянии запихнул дневник под матрас, где его в тот же вечер и обнаружила мама... Вполне очевидно, что я был ещё трусоват – боялся драться и избегал всего, что связано с риском. К тому же плохо успевал по физкультуре и мучился от своей «косорукости» на уроках труда. Всё это сильно снижало мою самооценку, так как я получался в глазах мира вроде как «не мужик». Спроси меня тогда о моих недостатках – я

бы всё свёл к лени, слабой воле и трусости. Победить же эти изъяны могла, по моему тогдашнему убеждению, только работа по закалке характера. Помню, что заштудировал до дыр «Искусство быть собой» Владимира Леви[1], правда, без малейшего намёка на успех. А однажды причинил себе сильный ожог сигаретой, чтобы доказать себе, что воля у меня всё-таки есть. Ещё я верил, что какие-то вещи придут просто с возрастом. Надо только дожить до определённых лет. Как я узнал позже, единственный недостаток, который проходит с годами, это сама молодость. Всё остальное имеет тенденцию с годами усугубляться. Следствием же слабой воли я считал своё пристрастие к выпивке. Мне казалось, что, покончив с алкоголем, я довольно быстро перестану отличаться от окружающих в худшую сторону. Как оказалось впоследствии, пьянка была только верхушкой айсберга.

...В начале моей трезвости Шестой и Седьмой Шаги как-то проскальзывали мимо моего сознания. Они не казались мне особо важными. Программу АА я воспринимал тогда как набор идей о моральном совершенствовании, и эти Шаги в моей тогдашней картине мира отвечали за «борьбу с недостатками» для особо грешных. Поскольку, протрезвев, сам себе я казался довольно славным парнем, работа со своими недостатками не входила в число моих первостепенных приоритетов. Меня скорее напрягали недостатки других людей, нежели мои собственные. Неудивительно, что в ту пору я просто болел мечтой сделать 12 Шагов нормой жизни для всего остального человечества. И как же меня бесило нежелание моей жены (я уже не говорю о тёще!) «подчинять свою жизнь этой простой программе». Сам себе я казался довольно «программным» — ведь я

[1] Популярное в 70-х годах пособие по аутотренингу.

ходил на группы, читал литературу и был довольно активен как внутри АА, так и в социуме, желая во что бы то ни стало затащить на группу новичка. В общем, преисполнившись важностью задачи, я нарезал круги возле Четвёртого Шага, как тяжеловес на подходе к штанге, снова и снова примеряясь взять этот груз. Мне хотелось поразить всех глубиной своего самоанализа. При этом я совершенно не думал о своих недостатках. Мне почему-то казалось, что сам по себе этот Шаг обладает магической исцеляющей силой – стоит только всё правильно прописать, и плохое отвалится само, подобно сухим листьям с дерева. И я писал и писал, отчаянно стремясь выплеснуть свою боль на бумагу, пытаясь сбежать от того, что меня мучило... И продолжал страдать. Получая лишь временное облегчение, я оставался всё тем же ищущим утешения, зацикленным на себе алкоголиком. Как сказано в нашей Книге: «Люди продолжали обижать нас, а мы продолжали обижаться на них[2]». И, конечно же, глядя на меня, трудно было поверить, что программа 12 Шагов даёт какие-то результаты. Всё, что я мог предъявить миру, – это трезвость. Мне как-то не приходило в голову, что для нормальных людей в трезвости как таковой нет ничего выдающегося.

Когда речь на группе заходила о Седьмом Шаге, я предпочитал обходиться высокопарными и не очень вразумительными рассуждениями на тему «духовного роста» и «морального совершенствования». Похоже, выглядеть умнее других для меня было более привлекательной целью, нежели самому избавиться от страданий. «Казаться» было важнее, чем «быть». И уж точно я не видел в Седьмом Шаге его духовного содержания. Бог казался мне скорее идеей, нежели Великой Реальностью. И потому я продолжал

[2] «Анонимные Алкоголики», Стр. 64.

быть хронически недоволен собой, будучи обречён продолжать бесплодные попытки по «перековке» собственного характера. Воспитанный на героических примерах лётчиков с отрезанными ногами, я всегда подозревал у себя недостаток мужества, чтобы быть тем самым «настоящим человеком». Алкоголь помогал с этим недостатком примиряться. Напиваясь, я чувствовал себя значительно увереннее и был способен на решительный поступок. Однако трезвость снова заставила ощутить себя слабым, или, по меркам нового времени, «недостаточно крутым». Я был в тупике. Мои страхи и комплексы снова брали верх. И хотя я чувствовал себя значительно лучше, я по-прежнему был недоволен собой. Лень, трусость и слабая воля не давали моей самооценке расправить крылья. Может быть, поэтому я постоянно самоутверждался в своей семье, пытаясь доказать жене и тёще их неправоту по основным вопросам бытия...

Думаю, здесь также кроется причина моего желания быть популярным в АА. Кем я был, пока пил? Ничтожеством и неудачником. Ни профессии, ни достижений, ни заслуг перед обществом. Зато масса такого, что можно рассказать только в 5 Шаге, поскольку стыдно и грязно. Полное моральное банкротство. А здесь, мне казалось, я встретил сборище таких же неудачников, среди которых можно стать заметной величиной хотя бы за счёт бойкого языка (трепаться я всегда умел). Чем, собственно, я и стал заниматься на группах и за их пределами. Разглагольствования на тему программы, алкоголизма, духовности стали моей ведущей деятельностью в АА. И довольно долго мне удавалось подменять реальное выздоровление красивыми рассказами о нём. Я по-прежнему «гнал картину», входя в образ выздоравливающего, наслаждаясь одобрением тех, кто не умел «звонить так складно». Этим людям было невдомёк, что и в пья-

ном виде я был краснобай ещё тот. Однако красивые слова не избавляли меня от проблем. Я страдал, и это страдание, в конечном счёте, развернуло меня в сторону работы по Большой Книге.

Смысл Шестого и Седьмого Шагов открылся для меня, когда я поведал наставнику историю своей жизни, рассказав в том числе и самые стыдные вещи, которые долгое время были тайнами за семью печатями. Как оказалось, этим Шагам в Большой Книге уделено всего два абзаца – по одному на каждый. Причём, как в том, так и в другом случае практическое действие, посредством которого совершаются Шаги – это молитва. И если Шестой Шаг – это молитва о желании, то Седьмой – это молитва об избавлении. Собственно, текст самого Шага трудно истолковать как-то иначе: «Смиренно просили Его исправить наши изъяны». Смиренная просьба к Богу может быть выражена только молитвой. Какие тут ещё могут быть «смыслы»? Странно, что я не видел раньше этих простых вещей. Впрочем, нет ничего удивительного в такой «слепоте». Все 12 Шагов начинают звучать иначе, когда начинаешь относиться к ним, как к *«программе действий»*. Своим подопечным я даже даю такое задание: вчитаться в каждый из Шагов, найти глаголы и понять, какое именно ДЕЙСТВИЕ мы должны совершить в каждом Шаге для обретения «жизненно важного духовного опыта». Моя проблема была в том, что я смотрел на программу АА слишком интеллектуально, ища в ней, скорее, философию жизни, нежели её практическую основу. Попросту говоря, я подменял действия разговорами. Впоследствии я встретил немало людей, совершающих ту же ошибку. Как правило, они чаще встречаются среди людей образованных или, по крайней мере, начитанных. И так непросто порой развернуть этих «умников», каким и сам я был когда-то, к прос-

той и действенной практике. Главным открытием для моей головы, которой свойственно всё усложнять, была обескураживающая простота программы. Действие влечёт за собой результат. Куда уж проще? Если мы правильно положили фундамент, строить дальше становится значительно проще. Если скелет сформирован правильно, у организма больше шансов быть здоровым. А уже со временем к костяку начинают прирастать важные подробности. Так и понимание Шагов углубляется за счёт прирастания нового опыта. Итак, в основе своей, действие Седьмого Шага – это молитва. И сегодня, спустя годы после этого «исторического» открытия у меня появилось несколько практических мыслей, которые я озвучу.

«Смиренно просили...» Значит, не требовали и не ожидали быстрых результатов. Долгое время я относился к молитве, как к способу влиять на Бога. (Если хорошенько упросить, то сделает.) То есть, молясь, я занимался своего рода магией, привлекая Бога на свою сторону. Сегодня я понимаю, что только Бог решает, от чего, когда и как меня избавлять. Какие-то недостатки отвалились достаточно быстро. Так было с наклонностью к воровству. Меня просто перестали интересовать чужие вещи. При этом я знаю, что какие-то из недостатков я унесу с собой в могилу – последнюю исправительную инстанцию. Думаю, что часть изъянов Господь нам оставляет, дабы мы не сильно залетали в облака. Так водолаз вынужден надевать свинцовые ботинки, чтобы не терять способность ходить по дну. И когда я молюсь, я соглашаюсь с Богом и в этом тоже. Моя молитва – это способ лучше выполнять Его волю, а не диктовать ему свою. И мне бы хотелось чуть позже раскрыть эту тему, когда мы будем говорить о Шаге 11.

«Исправить наши изъяны...» О каких таких изъянах идет речь? От чего мы просим нас избавить? Если

следовать логике моего эго, то от слабости характера, несобранности, лени – короче, всего того, что не давало мне чувствовать себя в достаточной мере «крутым». То есть, получается, что прошу таким образом Бога поднять меня над всем остальным миром. Я по-прежнему хочу успеха, денег и влияния. Я пытаюсь у Него выпросить основание для гордости и самолюбования. Какое отношение всё это имеет к выздоровлению? Решение этого вопроса я нашёл в тексте молитвы Седьмого Шага: «...Прошу Тебя освободить меня от всех недостатков моего характера, которые **мешают мне быть полезным для Тебя и других**[3]» (курсив мой Е.М.). Мешают быть полезным! Вот в чём суть. Мне нужно избавляться от того, что мешает исполнять Его волю, а не от того, что мешает моей «успешности». Поэтому сегодня, когда я делаю Седьмой Шаг, я прошу избавлять меня именно от того, что мешает мне быть хорошим наставником и хорошо служить другим. И в данном случае, слабая воля тут уже ни при чём. Моя жена как-то заметила мне: «Я поражаюсь, каким энергичным становишься, когда тебе что-то нужно, и насколько инертен, когда этого не хочешь». У меня колоссальная воля в отношении того, чего я действительно хочу. И хватит об этом. Мои истинные проблемы лежат в совершенно иной плоскости. Мне сложно думать о нуждах других людей, если мне это не принесёт выгоды. Мне не хочется чем-то жертвовать. Мне часто не хватает терпения в общении со спонсируемыми, и я становлюсь грубым. (Простите меня те, кого я обижаю.) Поэтому я прошу Бога, избавить меня от эгоизма, научить терпению, доброте и любви. И я учусь. Возможно, пока это не очень заметно, но, видит Бог, я стараюсь.

Ваш в служении,
Евгений М.

[3] «Анонимные Алкоголики», стр. 74.

... Нам надо было либо платить, либо убираться. Поэтому мы платили, и добровольные пожертвования стали частью существования АА – без них мы не могли бы функционировать.

....«АА взрослеет», стр. 141-142.

ВТОРОЙ ЗАВЕТ: ЕДИНСТВО

Традиция 7

“Каждой группе АА следует полностью опираться на собственные силы, отказываясь от помощи извне.”

Группы АА и всё наше Содружество, следуя 7 Традиции, приобретают здоровую независимость и стабильность.

Логично, что 7 Традиция это продолжение 6 Традиции, и, конечно же, без неё невозможна вторая часть 8 Традиции. В брошюре «Самообеспечение» есть предложения группам АА, в каком процентном соотношении можно перечислять оставшиеся деньги в обслуживающие

структуры после обязательных выплат группы. Всё это делается для того, чтобы избежать ненужных волнений и манипуляций деньгами, всего того, что может увести нас от нашей главной цели и породить конфликты.

Именно при помощи этих денег наши службы (Офисы обслуживания) могут нанимать работников, обладающих определённой квалификацией, т.е. профессионалов. Об этом говорит вторая часть 8 Традиции.

Знакомиться с этой Традицией мы начнём со свежей информации о нарушении 6 Традиции, как от имени **Анонимных Алкоголиков** были собраны деньги для реабилитационного центра.

Мы уже привыкли, что члены Анонимных Алкоголиков часто собираются на различные юбилеи и празднования групп. Вот на таком празднике, который позиционировался как праздник АА, после проведения собрания, зачитали текст **7 Традиции АНОНИМНЫХ АЛКОГОЛИКОВ**, пустили шляпу по кругу и собрали деньги. Но почему-то собранные деньги передали в реабилитационный центр. Нет ничего страшного и преступного в том, чтобы собирать пожертвования для различных организаций, но если деньги собираются под именем АА, то и передать их надо было ТОЛЬКО в АА - в местную группу, которая организовала этот праздник, или в региональную структуру.

... Мы отказались от **филантропии** *(благотворительность), попыток перевоспитания и* **патернализма** *(покровительство)... «АА взрослеет», стр. 288.*

Так, из-за незнания Традиций члены АА нарушили сразу две Традиции. Хороший опыт.

В начале рождения АА в СССР ещё не было структур обслуживания, и

вопрос о том, что собранные деньги надо перечислять за аренду помещения, в интергруппу или в Офис - не стоял. Деньги тратились на чай, кофе, торты и праздничные шашлыки. Тогда в СССР мы понятия не имели о 7 Традиции. Но АА в России уже почти 25 лет, уже создаются настоящие обслуживающие структуры. И теперь нам надо становиться более ответственными не только за благополучие своей группы, но и той структуры, которая помогает группам более качественно и обширно доносить весть об АА. Об этом и написано в нашей литературе - в брошюрах и книгах: «Руководство по обслуживанию АА» и «АА взрослеет». В этих книгах мы узнаём, для **каких целей** нужны деньги в обслуживающих структурах и в Офисе. В конце статьи я укажу страницы книг, где вы сможете прочитать и узнать, на какие работы в обслуживании нам нужны деньги.

7 Традиция – это наша защита. Чтобы никто не мог «заказывать музыку» Анонимным Алкоголикам, мы не можем брать деньги со стороны, тогда логично, что все структуры обслуживания должны быть обеспечены деньгами самих Анонимных Алкоголиков. То есть нами и нашими группами. Но здесь начинают борьбу наши **эго** и **желание халявы**. Под вымышленным предлогом о нечестности членов АА, которые работают в этих структурах, подогреваемых сплетнями отдельных людей, мы не хотим видеть результаты работы этих структур и отказываемся кинуть больше денег в шляпу и, тем более, перечислять их структурам! Именно наши **эго** и **жела-**

ние халявы хотят, чтобы литература была дешёвой, зарплата сотрудников копеечной, а вот обслуживание было на высшем уровне! В брошюре «12 Принципов обслуживания в иллюстрациях» в 11 Принципе есть великолепный рисунок, на котором нарисованы весы и обезьянка, а надпись гласит: «Если платить орехами, то получишь…»

Именно из-за наших сплетен, желания халявы, эгоизма и незнания 7 Традиции у нас за 25 лет работы групп АА в России ещё не переведены и не изданы книги, одобренные Генеральной Конференцией «Язык сердца», «Передай это дальше», которые передают бесценный опыт первых членов АА нам, тем, кто родился в России и стал алкоголиком.

Именно из-за наших сплетен, желания «халявы», эгоизма и незнания 7 Традиции в нашем Офисе есть перебои с изданием старых и переводом новых брошюр.

Как узнать халявщиков и критиканов? Если кто-то кричит: «НАШИ ДЕНЬГИ!!!», то посмотрите в табель пожертвований на сайте aarus/Офис АА, сколько в 2011 году в Офис пожертвовали эти члены и их группы, которые кричат о плохом качестве обслуживания и о нечестности других! Конечно, любая группа АА и любой человек получит обслуживание вне зависимости от того, жертвуются деньги или нет, но как называются те, кто: получают обслуживание за чужой счёт, ничего не дают и не делают, но при этом требуют и критикуют?… **«По плодам их узнаете их»… (библейская истина)**. Более 130 групп есть в этом «табеле пожертвований», и эти группы не высказывают претензий к обслуживанию. А моя группа не разрешает этим халявщикам гово-

рить «наши» деньги. Но мы знаем, что эти трудности временное явление, что мы проходим через всемирный опыт АА, иначе не было бы этих строк:

…Примерно половина групп не делает взносов. Это обстоятельство отягощает бремя тех групп, которые вносят деньги. Более важным, чем размер взносов в долларах, является, однако, участие групп в этом виде обслуживания АА, поскольку, как и в других видах деятельности, это участие делает группы членами содружества АА…

«Руководство по обслуживанию», стр. 94.

Но «мы должны применять эти принципы во всех наших делах», и я поделюсь опытом, что мне дала 7 Традиция в моей жизни, после того как я начала выполнять задание, данное спонсором.

Задание: в течение двух месяцев я не должна была принимать подарков и дарить подарки, везде платить за себя, не разрешая это делать никому. Сначала стало страшно, казалось, что мне не будет хватать денег, если я буду оплачивать свой проезд в транспорте или мне придётся сидеть дома, когда другие пойдут в кафе или кино. Вот так сразу я увидела своё желание «халявы», где и в каких местах я пыталась «проскочить» за чужой счёт. Но я также увидела и пользу, когда стала отказываться от подарков, или что бы платили за меня. Именно в этот момент я увидела, как за «копейку» меня пытаются использовать на все 100 рублей. И теперь, если меня спрашивают: «Ты мне друг?», я спрашиваю в ответ: «Что я теперь должна тебе сделать за то, что ты наградил меня таким званием – ДРУГ?» И те, кто пытался меня использовать, – отваливались.

Научившись применять 7 Традицию в жизни, я приобрела: независимость,

самоуважение, ответственность за свою семью, уважение и доверие других людей и научилась говорить «нет». Научилась различать, когда подарок дарится от сердца, а когда с корыстью. Убедилась, что библейская истина - «не оскудеет рука дающего» - говорит правду, у меня ВСЕГДА есть, что отдать.

Научившись применять 7 Традицию в жизни, я лишилась: людей, которые меня использовали (они отвалились, как шелуха), возможности проскакивать на «халяву» (людям, которых я использовала, мне пришлось всё компенсировать). Я лишилась постоянного чувства вины и злости за то, что, принимая комплимент или подарок, я постоянно что-то была должна.

Применяя 7 Традицию, я становлюсь свободной, чего и вам желаю. Итак, я привожу страницы и названия книг, из которых вы сможете узнать, для чего в АА нужны деньги. И если вы увидите, что тоже хотите принять в этом регулярное участие, может быть, тогда вам удастся стать немного свободней и немного щедрее.

... На что нужны деньги в Офисе? *"АА взрослеет"* **- стр. 201;**

На какие работы по служению, для облечённых доверием исполнителей и на всех уровнях структур обслуживания нужны деньги в АА?

«*Руководство по обслуживанию АА (кор.)*» - **стр. 10, 38, 46, 57, 63, 94, 98, 217, 218.**

«Руководство по обслуживанию АА (беж.)» - **стр. 12, 46, 55, 68, 76 - 77, 112, 115 - 119, 255 - 256**

P.S. Внимание, сейчас в России есть две книги «Руководство по обслуживанию АА» - 2009 и 2012 года выпуска, в коричневой и бежевой обложке соответственно.

Удачи вам.
Марина Т.

Репортаж о XXIII форуме АА России

Здравствуйте, меня зовут Ирина, я алкоголичка. Сразу же после окончания 23-го Форума АА России, который проходил в Костроме, меня попросили написать статью в журнал «Дюжина» о том, как мы организовывали проведение этого мероприятия. Начну я издалека.

Началось всё с того, что на костромской группе «Домашний очаг» в 2009 году впервые за много лет был выбран делегат на Конференцию по общему обслуживанию АА России. Поехал он туда, пообщался с народом и понял, что мы находимся в подполье, потому что работы в рамках Пятой традиции ведётся недостаточно. Всё, что происходило далее, описано в журнале «Дюжина» за октябрь 2009 года № 1 (31). А если коротко, то были налажены отношения с администрацией Костромской области, которая стала оказывать нам содействие в донесении наших идей до общественности.

Через какое-то время, как само собой разумеющееся, возникла идея о проведении в Костроме Форума АА России. Но было понятно, что одни мы не сможем орга-

низовать настоящий Форум АА. Как раз в это время у нас в городе проходила встреча членов Духовного фонда с общественностью (возглавляет его священник из Москвы, к сожалению, не помню его имя). На эту встречу были приглашены члены АА Костромы. Там присутствовали около ста представителей общественности города и официальных лиц, в том числе и губернатор. В одном из перерывов между заседаниями один из наших членов подошёл к губернатору и озвучил идею проведения Форума АА России в Костроме. Губернатор Костромской области И.Н. Слюняев – молодец. Он попросил рассказать подробно о том, что это за мероприятие, как часто оно проводится, какие у него цели, задачи, и т.д., и т.п., и, не долго думая, подозвав своего первого заместителя А.А. Анохина, сказал, чтобы обменялись телефонами, и произнёс: «Будем проводить Форум АА в Костроме».

В апреле 2010 года на Конференции наш делегат вынес предложение о проведении 23-го Форума АА России в Костроме. Заявились тогда три города: Киров, Нижний Новгород, Кострома. Преимущественным большинством голосов наш город был выбран как место проведения 23-го Форума АА России. Я тоже присутствовала на той Конференции в качестве дублёра и помню то состояние, когда это решение было принято: как будто огромный груз свалился на плечи. Реально стало страшно: сможем ли? Забегая вперёд, могу сказать, что в процессе подготовки не раз приходили в голову мысли: плюнуть на всё, отказаться и предложить провести Форум в нашем городе-дублёре Нижнем Новгороде.

Вернулись мы в Кострому, озвучили на группе решение Конференции, делегат наш позвонил в Администрацию области заместителю губернатора, с которым мы поддерживали постоянную связь, и озвучил: «Алексей Алексеевич, нас выбрали». Ответом было: «Будем работать».

Вот, в общем-то, тут-то всё и началось.

В принципе, до декабря 2011 года было ещё много времени. Но с самого начала нам всем хотелось, чтобы этот Форум был действительно настоящим мероприятием Анонимных Алкоголиков и в то же время запоминающимся праздником. А это требовало длительной и тщательной подготовки.

Теперь всё по порядку. Самое первое, что мы сделали, это избрали организационный комитет по подготовке и проведению 23-го Форума АА России. Даже два комитета.

В комитет номер один входили члены нашей группы, которые на вопрос: «Можешь ли ты пожертвовать своим временем, общением с семьёй, работой, учёбой, личной жизнью в горячие дни подготовки и

проведения Форума?» ответили: «Да!».

В комитет номер два вошли те, кто на этот вопрос ответили: «По мере возможностей».

Хочу заметить, что ближе к Форуму, когда действительно началась горячая пора, в подготовке принимали участие не только члены этих комитетов, а практически вся наша группа.

Заседания комитета номер один проводились регулярно. Сначала один раз в месяц, потом один раз в две недели, затем раз в неделю, а в последний перед началом Форума месяц – практически каждый день. Если была необходимость внеочередного заседания, то это передавалось по цепочке. Каждый знал, кому нужно позвонить, чтобы передать информацию.

С первых дней подготовки нам помогали Анонимные Алкоголики города Москвы. Мы постоянно связывались по телефону, с помощью Интернет-ресурсов, неоднократно они приезжали к нам, причём за свои личные средства. Мы просили их о помощи, потому что у нас не было, в отличие от них, совершенно никакого опыта проведения таких мероприятий. Так что, начиная с первых дней подготовки, Форум стал действительно общероссийским, а не «костромским».

Первый вопрос, который мы решали очень долго, – где проводить Форум. И именно кто-то из москвичей произнёс фразу: «Форум должен проводиться в городе. А не в лесу. Потому что наша основная цель – донесение идей. А в городе возможность принять участие в этом мероприятии будет у большего числа людей, желающих этого».

Город у нас небольшой, и площадок для массовых мероприятий немного. Неоднократно проводились встречи в областной администрации, совместно обсуждались различные варианты. Сначала хотели

проводить все мероприятия в течение трёх дней в городе. Расселение — по гостиницам, а все встречи — в конгресс-центре. Под конгресс-центр администрацией было предложено несколько вариантов зданий, которые мы все объехали, посмотрели, встретились с руководителями, но ни на чём не остановились. А когда у нас на руках оказались прейскуранты на проживание в гостиницах Костромы, мы вообще отказались от такой затеи.

Остался традиционный вариант проведения Форумов: загородные турбазы, дома отдыха, пионерские лагеря. Но тут мы столкнулись с проблемой маленькой вместимости всех наших пансионатов. Значит, надо расселять не в одном, а в двух, трёх близлежащих и организовать регулярное транспортное сообщение между ними. Были выбраны три турбазы, наиболее приближённые друг к другу, организованы встречи с руководителями этих баз.

С расселением вроде решили. А где же проводить все мероприятия? Вот тут нам пришла мысль: Концертно-выставочный центр «Губернский»! Это была робкая, тихая идея, потому что на сегодняшний день это самый большой в Костроме зал, и это муниципальное учреждение, подведомственное губернатору. Конечно, все три дня в КВЦ нам не осилить, на это уйдёт много денег, но самый основной день, субботу, здорово было бы провести там.

Попытка не пытка, и мы озвучили своё предложение в администрации. Одобрение было получено.

Примерная схема проведения Форума вырисовалась: пятница и воскресенье в пансионате «Волгарь», а суббота – основной день – в «Губернском».

Но тут возникает проблема: транспорт. Передвижения между турбазами плюс доставка в город и обратно, плюс встреча приезжающих с поездов. Мы обзвонили несколько транспортных компаний, узнали расценки, прикинули примерное количество автобусов, потребующихся нам, рассчитали сумму. И она получилась достаточно большой – примерно 80 тысяч рублей. Если включать всю эту сумму в регистрационный взнос, то он получится очень большим, а этого мы старались избежать. Поэтому решили, что некоторые перевозки будут производиться за наличный расчёт самих участников Форума. На этом пока и остановились.

Хочу отметить, что на все три дня Форума главный врач Костромской областной психиатрической больницы Трифонов А.А. выделил нам автобус по посильной цене.

А дальше начались переговоры с турбазами, руководством «Губернского», транспортниками.

С самого начала подготовки Форума было понятно, что это будет стоить немалых денег. Поэтому уже весной 2010 года

у нас на группе было принято решение о создании так называемого резервного фонда Форума, в который ежемесячно откладывалась какая-то сумма денег. Плюс к этому на Конференции АА России 2011 года была озвучена просьба ко всем Анонимным Алкоголикам присылать заранее регистрационный взнос, так как практически все организации требовали предоплаты. Надо сказать, что многие откликнулись на эту просьбу, а некоторые группы ежемесячно отчисляли деньги в фонд предстоящего Форума.

Кстати, в администрации области нам предложили финансовую помощь, но в соответствии с Седьмой традицией мы отказались от неё.

Нельзя не сказать о слаженной работе оргкомитета с Офисом обслуживания АА России. Так же как и члены АА московских групп, сотрудники Офиса приезжали за свой счёт на проведение переговоров по организации Форума с администрацией города. Офис своевременно разместил на сайте информацию и квитанцию для перечисления регистрационного взноса. Как только взносы стали поступать на счёт, регулярно предоставлялись файлы с информацией, чтобы оргкомитет знал, какую сумму можно уже оплачивать по счетам. Как только счета оплачивались, оргкомитет сразу был информирован Офисом об этом. Если сказать одной фразой, то у оргкомитета была полная уверенность, что все вопросы по заключению договоров, оплаты счетов и поступления денег – всё будет сделано на должном уровне. Как показало время, всё это так и было.

Работа нашего комитета была слаженной, потому что каждый занимался своим направлением, а на заседаниях комитета выносилась вся информация о проделанной работе и о дальнейших планах.

Я занималась переговорами с руководством КВЦ «Губернский». Изначально всё шло как по маслу. Договорились о цене на аренду залов, о работе режиссёра для концерта, об использовании видео- и звукового оборудования и т.д. И вдруг, за пять месяцев до начала Форума мы узнаём, что поменялось руководство КВЦ. Во время телефонного разговора с новым директором прозвучал отказ на предоставление помещений для проведения мероприятий Форума. А у нас ещё нет никаких договоров, всё только на уровне устных договорённостей с предыдущим директором. Но зато уже выложено на сайте aarus.ru расписание всех мероприятий. Что делать? Один выход – обращаться к властям с просьбой о помощи. Так и сделали. Всё это время с нами тесно сотрудничала и помогала нам начальник отдела общественных связей администрации Костромской области Н.А. Филиппова. Ей-то мы позвонили и озвучили проблему. Ответ был успокаивающим: «Не переживайте, проблему решим».

Сотрудники её отдела подняли протоколы всех наших совместных встреч, где были записаны все принятые решения, и переслали их в «Губернский». Всё утряслось, сразу заключили договор, чтобы всё было документально оформлено. Впоследствии, конечно, приходилось общаться с генеральным директором, решать организационные вопросы. И интересно было наблюдать, как меняется отношение человека к нам. Он предлагал какие-то идеи по концерту, подсказывал, как лучше провести Большое собрание.

Немного о вечернем концерте. На этот счёт у нас было однозначное мнение: концерт должен быть профессиональным. Рассмотрели несколько вариантов, остановились на двух коллективах, встретились, получили согласие, составили договоры, сделали предоплату. Кстати, стоимость концерта с участием двух профессиональных коллективов составила двадцать тысяч рублей. Получается, что каждый из участников

Форума заплатил меньше сорока рублей за полуторачасовой великолепный концерт.

Ещё один важный вопрос, который стоял перед нами, – организация питания участников Форума. В пятницу и в воскресенье – по местам проживания, это понятно. А как накормить в субботу? Тоже было несколько вариантов: организованная доставка автобусами в столовые города; самостоятельный проезд участников к кафе, столовым, ресторанам из списка, предоставленного организаторами Форума; остановиться только на буфетах без обеда в столовой.

Вопросом питания занималась Ольга – член костромской группы «Выбор». Она проделала огромную работу, обошла полгорода в поисках учреждений общепита с хорошим качеством продукции и оптимальными ценами. В итоге нашлась столовая, в которую и ехать-то не надо, и буфеты на любой вкус и кошелёк. Кстати, со столовой тоже произошло небольшое недоразумение. За пару недель до начала Форума из-за предстоящих выборов нам вдруг отказали. Пришлось снова обращаться к Н.А. Филипповой с просьбой разрешения вопроса. Она в очередной раз помогла.

Немного о том, как мы составляли программу мероприятий Форума. Нам хотелось, чтобы за эти три дня было как можно больше семинаров, спикерских митингов, собраний АА. Искали возможность присутствия зарубежных членов АА с опытом работы по шагам, традициям и принципам. Обсуждение программы происходило не один месяц. Неоднократно именно для составления программы в Кострому приезжали московские Анонимные Алкоголики.

Велись споры, бурные обсуждения. Мы купили несколько листов ватмана, развесили их на стенах, чтобы наглядно было видно, что, где, когда будет происходить, вписывали там названия мероприятий, время, место. И эти листы у нас висели несколько месяцев. В процессе подготовки что-то меняли, вычёркивали, вписывали. Каждый, кто приходил на группу, видел, как продвигается работа.

Московские ребята предложили внести в программу Форума конкретные мероприятия по донесению идей до общественности. А именно выездные информационные собрания. Было выбрано несколько направлений: Институт педагогики и психологии, медицинский колледж, Костромская общественная палата, духовная семинария. Была ещё мысль провести информационные собрания в исправительных учреждениях (зонах), но из-за усиления охраны, связанного с предстоящими выборами, нам отказали.

За оставшееся до Форума время нужно было найти членов АА, имеющих опыт проведения таких мероприятий, связаться с ними, предложить участие. В этом тоже помогали москвичи. На Форуме также были организованы две выездные бригады с Двенадцатым шагом в наркологические отделения Костромской областной психиатрической больницы.

За месяц до начала Форума стали решать конкретные вопросы о служениях на самих мероприятиях: регистрация, встреча гостей, работа с новичками, обеспечение чаем, печеньем, ведение собраний, служба

информации и многое другое. Всё было закреплено за конкретными людьми.

В процессе подготовки к Форуму у нас регулярно проходили официальные встречи с чиновниками. На них случались интересные, забавные ситуации, о некоторых напишу.

Собрались как-то в одном из залов областной администрации с большими окнами, высокими потолками. Ведёт заседание первый заместитель губернатора, присутствуют директора различных департаментов. Слово предоставляется члену АА из города Москвы. Он встаёт и говорит: «Я рад приветствовать вас, дорогие наши гости». Все улыбнулись.

Другой случай. Нас человек восемь, все такие красивые, в пиджаках, в галстуках, в платьях, выходим из здания администрации, утрамбовываемся в один автомобиль, вызывая при этом необычайный интерес и удивление у милиционеров, дежуривших у входа. Сидим друг на друге, едем. И звучит фраза: «Как устроена жизнь! Нужно было спиться, для того чтобы меня регулярно приглашали на заседания руководители области!»

Был ещё такой казус. Попросили нас предоставить так называемые тех. задания на все три дня. А мы и слыхом не слыхивали, что это такое. Поспрашивали чего-то, написали кое-что, принесли в администрацию на очередную встречу, начали озвучивать, а в ответ слышим: «Это не то, что нужно, вы не подготовили то, что мы просили».

Вообще, надо сказать, чиновникам поначалу было тяжеловато сотрудничать с нами ввиду того, что им нужны конкретные цифры: сколько людей, сколько городов, во сколько каждый прибывает, сколько мест для стоянок автомобилей и т.д., и т.п. А мы народ-то не особо организованный, да и живём одним днём, поэтому и не спешим сообщать заранее организаторам любых мероприятий о своём приезде. Вот и приходилось примерные цифры озвучивать.

За две недели до начала Форума в администрации области состоялось

итоговое совещание с представителями всех организаций, задействованных в подготовке и организации Форума. Были озвучены все решённые и ещё решаемые вопросы. На этом совещании представители УВД попросили нас составить заявку с расписанием всех наших мероприятий и передвижений на три дня. Это было сделано, и во время Форума сотрудниками УВД была организована охрана правопорядка.

Вернусь к горячим дням подготовки. Важный вопрос, стоявший перед нами, – это освещение мероприятий Форума средствами массовой информации. То, что это должно быть обязательно, было понятно, но важно было донести до присутствующих журналистов наши традиции об анонимности. Поэтому за несколько дней до начала Форума собрали пресс-конференцию с журналистами телерадиокомпаний и печатных изданий (в этом нам в очередной раз помогла Н.А. Филиппова, которая и собрала всех журналистов в помещении Общественной палаты), на которой члены нашей группы объяснили наши традиции и попросили их не нарушать. Ни одна из компаний не отказала. У нас на руках есть все сюжеты, показанные по телевидению о Форуме, и все они соответствуют нашим Традициям.

Оформлением печатной продукции – это программки, бейджики, значки с символикой Форума, приглашения гостям – занимался Сергей. Он художник и взял на себя всю работу по их изготовлению. У него уже был подобный опыт. Это именно он придумал дизайн баннеров, которые висят у нас в городе, поэтому мы не сомневались, что всё получится в лучшем виде. Ему пришлось нелегко: помимо дизайна, он ещё и занимался переговорами с типографиями, фирмами по изготовлению сувениров, искал приемлемые цены и хорошее качество. При всём при этом за месяц до начала Форума, в самые напряжённые дни, у него родилась дочь, и ему приходилось совмещать заботы о ребёнке со своим служением.

Пару слов о приглашениях, о которых я писала выше. Всем нашим друзьям-неалкоголикам, которые нас поддерживают и помогают, мы решили вручить приглашения на Большое собрание Форума, оформленные в общем стиле всей символики Форума. Так мы и сделали. Разносили их сами и вручали лично в руки.

Немного о сценарии Большого собрания. Наша задача состояла в том, чтобы Большое собрание было нескучным, и в то же время чтобы сохранились все традиции проведения таких собраний. Как всегда, помог нам в этом Бог. За пару месяцев до начала Форума на группу пришёл новичок, который, как оказалось, в прошлом работал на телевидении и имел режиссёрский опыт. Он предложил очень много идей, которые мы использовали в написании сценария. И собрание действительно прошло великолепно. Я, стоя на сцене, видела людей, сидящих в зале. Ни одного скучающего лица! Внимание, интерес, восторг, слёзы — это было. Выступления наших гостей, выход новичков на сцену, рассказы выздоравливающих алкоголиков — всё это не оставило равнодушным никого. После собрания ко многим из нас подходили и выражали слова признательности и благодарности. Я говорю не только об анонимных алкоголиках, а и о гостях. К сожалению, сам сценарист не видел плоды своего труда, он уехал перед Форумом и до сих пор не вернулся. У нас нет с ним связи, но если вдруг он прочитает этот журнал, то хотим обратиться к нему: «Алексей, спасибо огромное. Благодаря сценарию, написанному тобой, Большое собрание 23-го Форума АА России получилось захватывающим и интересным. Возвращайся».

А вообще, конечно же, благодарны мы огромному числу людей, помогавших нам в организации Форума. И анонимным алкоголикам, и анонимным наркоманам, и нашим друзьям-неалкоголикам. Уже после того, как прошёл Форум, мы составили список неалкоголиков,

которые нам помогали. Получилось человек сорок. Мы купили бланки благодарственных писем, составили тексты благодарностей, всё это оформили в красивые рамки, разнесли и вручили каждому лично в руки.

Я, конечно же, описала малюсенькую часть того, что происходило за месяцы подготовки Форума. Каждый, кто участвовал в этом, может рассказать ещё много того, о чём не написала я. Было затрачено много сил, времени, были нервные срывы, слёзы, дикая усталость, но всё это окупилось сторицей. С первого дня Форума стало понятно, что всё получается так, как оно было задумано. В очередной раз благодарим Бога за это. Его присутствие и помощь ощущались с первых дней. Именно Он давал силы и уверенность, что всё будет хорошо.

От себя лично и от всего нашего организационного комитета хочу поблагодарить всех членов АА Костромы, которые принимали участие в подготовке и организации Форума, а также выразить благодарность всем членам АА города Москвы за их прямое участие в этом мероприятии, членам АА России за их доверие и ответственное отношение к просьбе о перечислении регистрационного взноса и за личные пожертвования от членов и групп АА России.

Отдельное спасибо тем членам АА России, которые участвовали в служениях во время проведения Форума.

Этот Форум напомнил нам, что когда мы вместе, то мы можем сделать то, что в одиночку нам не под силу.

Кострома,
январь 2012 года.

Наркология

2 декабря 2011 года в рамках 23 Всероссийского Форума АА состоялся наш выезд в наркологическое отделение психиатрической больницы г. Костромы для работы по 12 Шагу.

За 1,5 часа до отъезда мы собрались в холле пансионата. Ответственный за все выездные собрания по 12 Шагу раздал нам необходимые брошюры, визитки, документ об опыте сотрудничества АА с лечебными учреждениями, информационный листок о деятельности АА, выпущенный комитетом по связям с общественностью Московского региона, а также списки предполагаемых участников поездки – по 8 человек в мужское и женское отделения. Хотелось бы отметить, что автобус, на котором мы должны были ехать в больницу, выделил её главный врач. Разместившись в автобусе, мы увидели, что нас оказалось 26 человек вместо 16.

Расскажу о нашем посещении мужского наркологического отделения. Пока пациенты собирались в столовой, мне приятно было увидеть на стене плакаты с 12 Шагами и 12 Традициями, Молитву о душевном покое и информационный стенд об Анонимных Алкоголиках.

Пациентов собралось 16 человек. Я дал краткую информацию о проходящем

в Костроме Форуме АА. После этого Борис из Санкт-Петербурга начал свой рассказ. На наши выступления ушло чуть больше часа. Все истории, на мой взгляд, были краткими, живыми и очень ёмкими. Слушая каждого выступающего, я опять, в который раз, ощутил могущество Силы, которая оставила меня в живых, привела в Анонимные Алкоголики и помогает мне радостно и счастливо жить, помогая другим. Во время этой встречи в моей душе был покой и комфорт. Я наблюдал за пациентами. Они внимательно слушали каждого выступающего. За время нашей встречи никто не ушёл и не уснул. По окончании вопросов никто не задавал, только прозвучала фраза: «И так всё ясно!». Раздав визитки и брошюры, мы покинули отделение и пошли к автобусу.

Но самые яркие впечатления я получил на следующий день. На Большом собрании в «Губернском» на сцену пригласили новичков. Мне всегда радостно приветствовать таких людей. Я не сразу понял — откуда они. Но когда узнал, что это вчерашние пациенты из наркологии, я был… (даже не могу описать эти чувства, но они были сильными, волнующими, радостными). Я благодарен Богу за всё это! Благодарен организаторам Форума за тот бесценный опыт, который получил! Спасибо!

Юрий, алкоголик.

Ещё в Москве я узнала, что мне доверили быть ответственной за собрание в женском наркологическом отделении Костромской психиатрической больницы.

Нас уже ждали. Первое, что удивило: в столовой уже сидели человек 15. Вслед за нами зашёл доктор (к сожалению, мы не узнали его имени). Он рассказал о болезни, о том, кто мы такие, и о своём доверии к нам. Также он сказал, что наряду с лечением, он «прописывает» эту встречу своим пациенткам и подписывается под всем, что здесь будет происходить. После этого он ушёл, сказав, где его можно найти, если возникнут вопросы.

Времени у нас было немного, но удивительным образом успели рассказать свои истории все, кто хотел. Высшая Сила была опять с нами. Истории были очень разные, такие же, как и женщины, что сидели напротив. Среди нас оказалась молодая женщина с четырьмя месяцами трезвости. Родственники привезли её в Москву из области лечиться, и она чудесным образом попала в Кострому на Форум. И её свежий пронзительный рассказ в конце нашей встречи был тоже, как нельзя, кстати.

В заключение я сказала несколько слов о Программе выздоровления, о том, как проходят наши собрания, и раздала каждой по комплекту брошюр и визитки. После собрания я поблагодарила доктора и предложила ему оставшиеся визитки. Он с удовольствием взял их, сказав, что старается использовать всё, что может помочь страдающим алкоголикам.

В субботу, после Большого собрания, меня потрясло известие, что новички на сцене – это были те самые люди, с которыми мы общались накануне в наркологическом отделении. А одна из девушек по просьбе ведущих даже участвовала в служении – доставала из «барабана» листочки с именами выступающих. К сожалению, я сидела далеко от сцены и не узнала их. Мне было бы интересно снова подойти к ним, поддержать и разделить с ними радость трезвого общения. Я бесконечно благодарна всем, кто организовал и принял участие в этом мероприятии. Спасибо.

Ирина, алкоголик.

На форуме АА в Костроме мне была предоставлена возможность работы по 12 Шагу. Нас было тоже 12. И около часа времени. И удивительно, что за это время мы все успели коротко рассказать о себе, о болезни, и самое главное – о том, что выход есть. И мне очень интересно было наблюдать за тем, как меняется взгляд у женщин, с которыми мы разговаривали. Когда мы только пришли и главврач представлял нас, то на лицах пациенток было написано: «Ну, лечите, лечите нас, так и быть – послушаем, всё равно деваться некуда». И как к концу разговора появился интерес в их глазах и надежда! И это было здорово.

На следующий день в концертном зале "Губернский", где проходил Форум, на сцену попросили подняться новичков. И каково же было моё изумление и радость, когда я узнала женщин, с которыми вчера разговаривала в психиатрической лечебнице! После окончания торжественной части я подошла к ним и узнала, что тем, кто захотел после нашего разговора оставаться трезвыми, был предоставлен автобус, и они приехали на Форум посмотреть своими глазами на то, о чём мы им вчера рассказывали. Я увидела, как светятся их глаза, в каком восторге они были, когда шла наша считалочка трезвости и когда 480 трезвых алкоголиков со всех городов России (и не только) вставали на названный ведущими срок трезвости. Глядя на этих ребят, я почувствовала, что у меня появились на глазах слёзы. Именно в этот момент я поняла, что если хотя бы один человек из тех новичков, которые стояли на сцене, хотя бы один придёт на группу и начнёт выздоравливать – это значит, что мы все не зря приехали в Кострому. А именно для этого одного.

Катя, алкоголичка.

Я за свои почти 19 лет в Ал-Аноне много раз ездила на праздники АА, но в последнее время начала грустить и два года назад решила взять паузу в поездках. Мне показалось, что Большие собрания на декабрьских Форумах АА всё чаще становились весёлыми «поздравлялками» и местечковыми тусовками. Пыталась смотреть на сцену глазами новичков или журналистов и понимала, что из

выступлений людей, называющих себя алкоголиками, часто было не ясно, каким образом эти люди перестали пить и начали жить радостно. Весной 2010 г. в «Дюжине» № 1 (33) прочла статью об анонимных Костромы, их служении по донесению идей в городе и очень воодушевилась. А когда узнала, что Форум АА будет в Костроме, то решила ехать непременно.

Сообщив члену Оргкомитета Николаю о приезде нескольких москвичек из Ал-Анона, сразу услыхала от него предложение поехать с 12 Шагом в психбольницу, потому что там есть несколько пациенток-«созависимых» (так он сказал, мы-то в Ал-Аноне называем себя «родственниками алкоголиков»). Мы ещё в Москве были заранее запланированы на поездки с анонимными в Общественную палату, в мединститут, ещё куда-то, но Высшая Сила распорядилась иначе: я попала в «психушку».

В комнату, куда меня привели, вошли две грустные женщины: одна молодая, другая постарше. Я представилась: «Меня зовут Таня, я жена алкоголика, все мои дяди с обеих сторон умерли в запоях, один из них повесился; у моего деда была проблема с алкоголем; мои прадеды не довозили до деревни свой городской заработок, пропив его или потеряв по пьянке; я уже много лет получаю помощь в содружестве Ал-Анон, работающем по 12 Шагам АА для таких же, как я, жён, мужей, матерей, детей алкоголиков, а вот сейчас со своими подругами приехала из Москвы на Форум Анонимных Алкоголиков, который проходит у вас в Костроме». Через пару минут моего рассказа молодая быстро вышла и тут же вернулась с двумя девушками.

Из своего опыта общения с новичками знаю, что сначала лучше ничего у них не спрашивать, а просто рассказывать о себе. Я говорила о своих первых двадцати годах совместной жизни с мужем-алкоголиком, о том, как, пытаясь вылечить его, таская кодировать, зашивать, вливать, постепенно сама становилась больной, истеричной, злой, почти сумасшедшей женщиной, которая уже не могла спать без тазепама и элениума, жила от больницы до больницы, где залечивала свою

незаживающую язву; я говорила о том, как гибла наша любовь, как страдали дети.

Женщина средних лет (вероятно, мама пьющего сынаилидочери)напряжённо сидела со сжатыми губами, глядя в сторону, не поднимая на меня глаз. Вторая, молодая (наверное, жена алкоголика), подалась всем корпусом вперёд; не отрываясь, она смотрела на меня, кивала головой на каждое моё слово и шептала: «Точно! Да! И у меня так было!!». Третья девушка робко смотрела на меня печальными восточными глазами, периодически вытирая льющиеся без остановки слёзы. Четвёртая (совсем юная) отрешённо смотрела в стену перед собой; мне казалось, она ничего не слышит, находясь, вероятно, «под таблетками».

Я дошла до рассказа, как, будучи уже несколько лет в программе, по-новому повела себя, когда запил мой сын, вернувшись из армии. Взрослая женщина впервые повернулась и пытливо стала смотреть на меня. Я продолжила, что тогда спокойно сказала сыну: «Когда тебе будет нужна помощь анонимных алкоголиков, надеюсь, ты к ним придёшь». Если бы я не была в Ал-Аноне, то обязательно бы плакала, кричала ему: «Что ты со мной делаешь?! Отец мне всю жизнь изуродовал, а тут ещё ты!! Не смей!!» и т.д. И сын наверняка бы меня оттолкнул, хлопнул дверью и точно стал бы пить. Прошло с тех пор уже 15 лет, а проблема алкоголизма у сына ещё не стоит. Мы, родственники алкоголиков, не являемся причиной алкоголизма своих близких, но, стараясь заставить их бросить пить, решая за них их проблемы, указывая, как им надо жить, мы становимся провокаторами; такой до программы была и я.

Три женщины подтверждающе кивали головой вслед моим словам, и наконец повернула своё лицо ко мне юная девушка. Уже четыре пары глаз смотрели на меня ТАК, что я почувствовала себя среди своих. Словно я была на собрании Ал-Анона, где каждый понимает каждого. Мы были ВМЕСТЕ! На их вопрос, есть ли в Костроме такая группа для родственников, я могла сказать лишь, что мы уже полгода пытаемся наладить связь с зарегистрированной в нашем РСО группой, но ни один

адрес и телефон не отвечал. А теперь выяснилось, что старая группа много лет назад развалилась, а новая не зарегистрировалась, она пока не является группой Ал-Анон, т.к. работает вместе с родственниками наркоманов и занимается под руководством психологов, пользуясь посторонней литературой. Но, может быть, после этого Форума что-то изменится. В этот момент за мной зашёл доктор, сказав, что автобус ждёт. Девочки почти подбежали ко мне, разобрали все привезённые буклеты, я дала им адреса российской службы, все свои контакты и список московских групп, пригласив приехать; мы обнимались, словно давным-давно знали друг друга…

Я ехала в автобусе потрясённая. Ведь уже много раз я встречалась на «круглых столах» с общественностью, психологами, врачами; все эти годы разговариваю с новичками или позвонившими родственниками (им номер моего мобильного дают друзья-АА или в офисе АА), но чего-то не хватало. И здесь я впервые реально ощутила, что недостающее звено в цепи НАШЛОСЬ! НАШ контингент – это те, кто наиболее близок к своему дну, и найти их нам, членам групп Ал-Анон, можно и нужно в клиниках неврозов, в психосоматических отделениях больниц, в «психушках» и «наркушах»…

А на следующий день произошло ещё одно чудо: на Большом собрании нас, желающих выступить, было так много, что мудрые организаторы решили этот вопрос путём жребия. И девушка-новичок в конце собрания вытащила бумажку с моим именем! Я успела сказать, что благодарна Программе за 37 лет моей супружеской жизни с действующим алкоголиком, за вернувшуюся любовь, что-то ещё важное для меня, а про этот поход в «психушку» забыла...

ОГРОМНОЕ СПАСИБО ВСЕМ: АА за настоящий российский Форум, за радость, за честность, за любовь, за опыт служения; выступающим представителям города и врачам за то, что они были с нами по ЭТУ сторону болезни, а не по ту; Костроме и артистам за красоту и гостеприимство; моему родному Ал-Анону и Высшей Силе ЗА ВСЁ!

Таня, член Ал-Анона, Москва

Поход в Общественную палату

Так как в городе проходили выборы, на встрече присутствовали некоторые представители общественной палаты, а точнее 5 человек. Встретили нас дружелюбно, председатель лично поздоровался и пожал всем членам АА руки. После 5 минут общения мы столкнулись с непониманием проблемы алкоголизма. Один из представителей Общественной палаты высказался: «Заняться им (алкоголикам) нечем… это распущенность… неправильное воспитание. У города проблема, т. к. не хватает бассейнов, спортивных площадок, кружков». Я попросила слово и сказала, что я из благополучной семьи, училась в академии, работала, занималась танцами и ходила в бассейн и при этом уже в 22 пришла в АА. Началась дискуссия. Мы говорили на разных языках… Много времени Общественная палата обсуждала неправильную политику страны, о том, что на алкоголизме зарабатываются деньги, затрагивали законопроекты, выявляли причины, пока Владимир (АА из Москвы) не сказал, что мы здесь собрались обсуждать не причины, а что можно сделать с последствиями, что АА - это еще один из способов выздоровления от алкоголизма. Мы рассказали о сообществе, а потом поделились личными историями.Надо было видеть, как менялись лица людей от нашей откровенности. В конце председатель спросил, как я отношусь к женскому алкоголизму, так как женщина я была одна, да к тому же слишком молода, по их словам, для того, чтобы иметь такие проблемы… Я ответила, что болезнь не признает ни пола, ни возраста, ни статуса. Не обязательно

оказаться на помойке, чтобы увидеть свою проблему. Бог был милостив, и я пришла, не успев потерять здоровье, работу, семью, время. Поэтому я здесь и пытаюсь помочь другим. Я благодарна АА. Потом мы поделились опытом других городов, как можно информировать общественность: ролики на ТВ, статьи в газетах. Председать обещал продолжить сотрудничество с нами и всячески поддерживать нашу политику.

После встречи одна женщина подошла, попросила визитку. Мы показали еще и самоклейки, она сказала, что может разместить их на подъездах в неблагоприятных районах. Дело пошло.

Спасибо костромичам за возможность послужить, а значит, и остаться сегодня трезвой.

Ольга, АА, Мытищи

Медицинский колледж

Привет, меня зовут Наталья, я – алкоголик.

Как Вы знаете, со 2 по 4 декабря 2011 г. в городе Костроме состоялся 23-й Всероссийский форум АА России. Хочу сказать огромное спасибо всем, кто принимал участие в организации данного мероприятия. Лично для меня это был первый Форум – впечатления самые положительные, и ощущение единства было очень велико.

Я тоже смогла внести свою небольшую лепту, так

как 2 декабря были выездные мероприятия по донесению наших идей. За месяц до Форума, ещё в Москве, я записалась в группу, которая должна была поехать в медицинский колледж г. Костромы. Нас приехали 6 человек: четверо из Москвы, Татьяна из Костромы и Татьяна из параллельного

сообщества – Ал-Анон. Мы заранее обговорили время наших высказываний – не более 3–4 минут, так как ещё привезли с собой 15-минутный видеоролик об АА.

Я очень переживала, что же можно сказать студентам, ведь они же не алкоголики, но, увидев их глаза, я помолилась и рассказала только о том, что есть у меня, о своей жизни… о том, что я тоже 15 лет назад окончила медицинский колледж, что я отлично училась и что ни мои знания, ни мой красный диплом не уберегли меня от алкоголизма. Что алкоголизм – это болезнь, смертельная и прогрессирующая, и алкоголь незаметно входит в жизнь и забирает её целиком и подчиняет себе, он убивает не только через годы употребления – циррозом печени, а постоянно: попал под колёса автомобиля, бытовое убийство, остановка сердца, переохлаждение организма, аспирация рвотных масс… список бесконечен. Что алкоголики – это мужчины и женщины, утратившие способность контролировать потребление алкоголя, и я одна из этих женщин… Рассказала, что потеряла я: здоровье, семью, друзей, работу, себя…Прошла через НКБ и кодировки, попала в сообщество АА и остаюсь трезвой уже год и девять месяцев. И сейчас я счастлива, я трезвая.

Когда я говорила всё это, мне очень хотелось, чтобы эти ребята знали, что есть такая болезнь, которая может коснуться любого, и что есть решение проблемы, чтобы они знали, куда можно прийти самим или рассказать об этом своим близким.

После рассказов ребята внимательно смотрели видеоролик, учителя задавали вопросы и попросили прийти к другим группам тоже. Татьяна из Костромы оставила свои координаты, надеюсь, будет продолжение этой встречи. Перед уходом мы оставили ребятам наши буклеты, которые достаточно быстро разошлись по рукам.

Наталья

Университет

С огромным уважением и сердечной благодарностью к людям, которые подготовили и провели Форум АА России в городе Костроме. Низкий поклон Вам от группы АА из г. Саров и от меня лично.

Меня зовут Надежда, я член сообщества полтора года. Довольно часто я посещаю мероприятия в АА, связанные с юбилеями различных групп, для того чтобы получить ответы на вопросы, которые касаются меня, и чтобы узнать и прочувствовать изнутри, как живут группы АА, развиваются, отдать это родной группе, найти лучшее для нас и попробовать применить это на нашей годовалой группе.

Кульминацией Форума для меня была поездка в Университет, где несколько членов АА и других сообществ проинформировали будущих психологов, работ-

ников соцзащиты о том, кто мы – АА, для чего мы – АА, и о том, что с нами можно сотрудничать. Я искренне верю, что у нас это получилось. В аудитории была тёплая, добрая атмосфера. Студенты терпеливо и заинтересованно слушали и задавали вопросы. Я видела в глазах некоторых из них стыд и смущение, в других надежду. На мой взгляд, именно это и есть то главное, для чего мы должны информировать общественность. И если через людей, которые нас услышали, хоть один алкоголик придёт в АА и Бог займётся спасением его души, значит, мы не потратили энергию попусту, и в этот момент я опять буду радостной, свободной и счастливой.

Прошло две недели после проведения Форума, не могу не поделиться радостью за нашу группу. За это время мы провели подобное мероприятие на городском «телефоне доверия», куда часто обращаются зависимые, в мужском наркологическом отделении, в медицинском техникуме для выпускной группы, о нас вышла статья в одной из городских газет, к нам обращаются с просьбами о проведении открытых собраний, засветился ещё один стенд-огонёк на стене в наркологии. Для сравнения: за первый год жизни группы мы пытались сотрудничать с главным врачом ПНД, но не очень успешно. Теперь, получив новые знания и опыт, заразив группу «костромским» энтузиазмом и верой в наше будущее, появилась уверенность и надежда в трезвую и счастливую ЖИЗНЬ группы «Надежда» г. Саров.

А у меня появилась мечта проинформировать всех жителей нашего города о том, что «есть решение», с помощью баннера.

Ещё до поездки в Кострому у меня была абсолютная вера в Программу АА, а теперь я ещё поверила в АА России. Спасибо.

С любовью,
Ваша Надежда

Встреча в Университете

Здравствуйте, меня зовут Арсен, я член Сообщества Анонимных Алкоголиков.

Именно так я представился на выездной встрече, которая проходила в Университете, где готовят психологов и социальных работников. Глядя на лица молодых студентов, не хотелось их обескураживать: «Арсен, алкоголик» – ведь впереди их и так ждали сплошные потрясения и открытия.

Отмечу, что там я оказался помимо моих планов: «хотел быть на встрече в Общественной палате».

Но Богу было угодно по-другому, и я постарался осветить алкоголизм как болезнь прекрасным молодым дамам и юношам в той форме, в которой смог, без интимных, унизительных подробностей алкоголизма, упоминания Бога и духовности, такая была установка на встречу.

Поначалу я думал, что вряд ли что-нибудь получится, и усиленно молился во время выступления других с просьбой к Богу «вложить в мою голову правильные мысли и нужные слова, чтобы быть максимально полезным для Него и других», и как всегда на богоугодное дело Он услышал меня. И мне кажется, задача была успешно выполнена, судя по внимательным глазам и вопросам, которые были в конце встречи.

Для себя же я сделал заметку, что необходимо уметь освещать деятельность АА простым, ясным на всех уровнях языком. Без пугающих подробностей алкоголизма и необходимости обретения Бога.

Арсен

Впечатления участника XXIII ВФ АА, причастного к организации оного

Простите за возможно неоригинальное начало, но почему-то другие слова на ум не приходят. Сказать, что всё было классно, значит ничего не сказать. Это не пафос и не официоз, это то, что я почувствовал: атмосфера дружелюбия, бескорыстия и всеобщей любви. Я не так давно в Содружестве, и это не то чтобы первое большое, а вообще первое для меня массовое мероприятие Анонимных Алкоголиков. Потрясающе…

Принимая участие в подготовке Форума, выполняя пусть незначительные, но всё же поручения, я получал удовольствие и удовлетворение, правда. В рамках самого Форума мне довелось быть в составе выездной группы по донесению идей АА до общественности. Хотя, наверное, это громко сказано: я просто вёз собратьев к месту проведения, в Институт педагогики и психологии, поскольку живу в Костроме и знаю, где это. Непосредственно во время встречи со студентами ИПП я стал слушателем или, если угодно, наблюдателем.

Было видно, что студентов собрали вместо «пары», и особого интереса предстоящее у них не вызывает, разве что у единиц. Зато спикеры, несмотря на едва заметный «нервячок», находились там, где они должны были быть. И с первых слов выступающих я видел и слышал искреннее желание каждого из них донести, поведать и предупредить, а этим, возможно, спасти чью-то

жизнь. Ввиду ограниченного времени члены АА в двух словах рассказывали о своей жизни до и после принятия Программы, о некоторых её (программы) аспектах и очевидных плюсах. После выступлений был показан видеоролик, презентующий фильм «5 мифов об Анонимных Алкоголиках», а затем предложена дискуссия в формате «вопрос-ответ». И смею вас уверить, за время вышеописанных событий вопросы «созрели». Не скажу, что был просто шквал, но те несколько вопросов, заданных студентами, показались мне обдуманными, серьёзными, «взрослыми» что ли. Замечу также, что число «единиц», заинтересованных данным мероприятием умножилось, и студенты, в будущем социальные работники, с большим вниманием следили за происходящим.

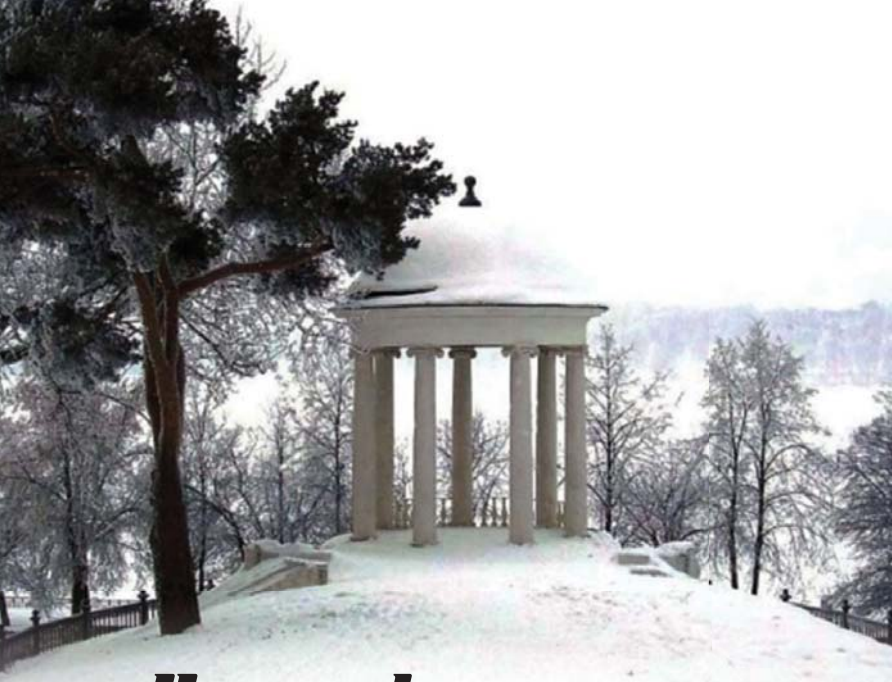
В заключение встречи члены Содружества подарили студентам фильм «5 мифов об АА» и оставили информационные буклеты АА, а также визитки с адресами и телефонами костромских групп, в надежде, что, возможно, когда-то эта информация, предложенная ребятами как специалистами тем, кто всё ещё страдает, спасёт чью-то жизнь.

Я не мастер эпистолярного жанра, а обычный алкоголик. Так что прошу прощения за фривольное изложение пережитых мною событий. По крайней мере, я именно так всё и увидел.

Искренне благодарю всех участников и организаторов Форума за эти три чудесных дня моей трезвой, здоровой и действительно счастливой жизни.

С уважением и наилучшими пожеланиями ко всем вам,

Евгений К.,
Кострома



Чита–Кострома

Давно мечтал оказаться на Всероссийском форуме в кругу своих друзей АА России. Мой город находится достаточно далеко от Костромы, даже разница часовых поясов с нашим городом составляет 6 часов. Я уже лично знал организаторов Форума в Костроме с самой лучшей стороны и потому ожидал от этого праздника чего-то особенного. Решение принято, я связался с организаторами, купил билет на самолёт, оплатил регистрационный взнос на Форум, позвонил в один из пансионатов, где располагают гостей, и забронировал себе место. Оргкомитет по подготовке Форума всё продумал до мелочей, и трудностей не возникло ни на одном этапе. Вся подробная информация о мероприятии заранее была расположена на официальном сайте АА России http://www.aarus.ru.

И вот я уже в Москве, а ещё через несколько часов и в самой Костроме.

Замечательный город, живущий своей размеренной жизнью, но мы двигаемся дальше, ведь наша цель – пансионат «Волгарь», где будет проходить большинство мероприятий, спикерских выступлений, семинаров, ночных собраний-марафонов АА.

2 декабря начали разворачиваться события, которые останутся в памяти многих людей как самые светлые моменты в жизни. Анонимные Алкоголики и члены их семей, гости из Ал-Анон, NA, члены других содружеств, использующих в своём выздоровлении Программу 12 шагов, приезжали из разных городов нашей страны и из-за рубежа, чтобы разделить вместе радость этого праздника. Всего зарегистрировались более 450 человек, каждый из которых получил программку, бейджик и значок, пришло много гостей. В этот день было много собраний и очень интересных спикерских выступлений, в этот день мы поделились опытом, который достался нам нелёгким путём и стал новой свободой и новым счастьем. И в этот день и в последующие мы имели возможность получить опыт применения традиций и принципов Анонимных Алкоголиков от гостя из Польши. На следующий день мы погрузились в несколько автобусов, которые доставили нас к месту основных событий.

Кульминацией праздника было большое собрание. Участники не скрывали своих эмоций, в зале стояла торжественная атмосфера праздника жизни. Многие описывали это как нечто особенное. Всё мероприятие освещали журналисты, которые были ознакомлены с нашей традицией анонимности. Двое костромичей из группы АА были ведущими, они были великолепны.

Традиционно была проведена «считалочка» и представление городов, представители которых приехали на Форум.

Со сцены КВЦ «Губернский» нас поприветствовал и поздравил Губернатор Костромской области И.Н. Слюняев. Чувствовалась искренность и очень доброе отношение к АА в его словах. Я знаю, что такие отношения не возникают на пустом месте, это говорит о том, что в группе АА, которая организовала Форум, знают и используют Программу и Традиции АА. Ребята действительно хорошо делают работу по 5 Традиции в своём городе, и поэтому наши друзья во всём мире могут сказать о нас несколько тёплых слов. Потом выступили со сцены главный врач Костромского областного наркологического диспансера В.Я. Попов, главный врач Костромской областной психиатрической больницы А.А. Трифонов, инспектор Костромской духовной семинарии иеромонах Пётр (Ерышалов), представитель ГУФСИН психолог В. Зайцев и представитель общественной организации. Это было замечательно, так могут говорить только искренние друзья АА, и такое отношение общественности в Костроме говорит о том, что у Анонимных Алкоголиков здесь есть будущее. Знаю, что желающих выступить было много, по жребию объявляли выступающих.

Я сам участвовал в своё

время в подготовке одного из форумов своего региона и поэтому могу сказать, что здесь была проведена большая работа с Любовью и Заботой о нас всех. Это чувствовалось во всём, когда мы произнесли Декларацию о Единстве, когда ребята читали Шаги, выходя по одному на сцену, и на протяжении всего праздника. Сам факт того, что накануне дня депутатских выборов для мероприятий АА администрация выделила главный зал города, говорит о том, что у АА здесь хорошая репутация, а общество доверяет нашей готовности приносить пользу всем страдающим от алкоголизма. За день до этого были организованы выезды в наркологические отделения, медицинский колледж, институт педагогики и психологии и др., а когда ведущие попросили подняться на сцену тех, кто сегодня впервые пришёл в АА, вышли 11 человек.

Невольно вспоминаются слова:

«Никто не способен к благодарности, как тот, кто восстал из царства ночи...

Мы знаем, что каждое мгновение является моментом благодати, каждый час подарок, а не делиться им означало бы предать других. Наши жизни не принадлежат только нам; они принадлежат всем тем, кто нуждается в нас отчаянно».

После торжественной части для всех присутствующих был концерт, подготовленный профессиональными коллективами. Всё было на высшем уровне, очень красиво и красочно. Я получил большое удовлетворение, и главную роль здесь сыграло то, что всё было устроено так, чтобы мы могли принести наибольшую пользу другим, чтобы алкоголик, который ещё блуждает в потёмках, мог присоединиться к Товариществу трезвых, живых и счастливых людей.

Алексей (г. Чита)

КОСТРОМСКАЯ ЕПАРХИЯ.
Русская Православная Церковь (Московский Патриархат) о нашем форуме

3 декабря - 23-й Всероссийский форум анонимных алкоголиков, на котором выступил инспектор Костромской духовной семинарии иеромонах Пётр (Ерышалов)

3 декабря в КВЦ «Губернский» прошёл 23-й Всероссийский форум анонимных алкоголиков. Он собрал представителей общественных организаций из 40 городов России.

Обсуждение проблем алкоголизма велось не только участниками Содружества АА, которые делились опытом преодоления этой болезни, но и представителями власти, духовными лицами и медиками. На форуме выступали такие общественные деятели, как губернатор Костромской области И.Н. Слюняев, иеромонах Пётр (Ерышалов), главный врач

Костромской областной психиатрической больницы Трифонов А.А., главный врач Костромского областного наркологического диспансера Попов В.Я. и другие.

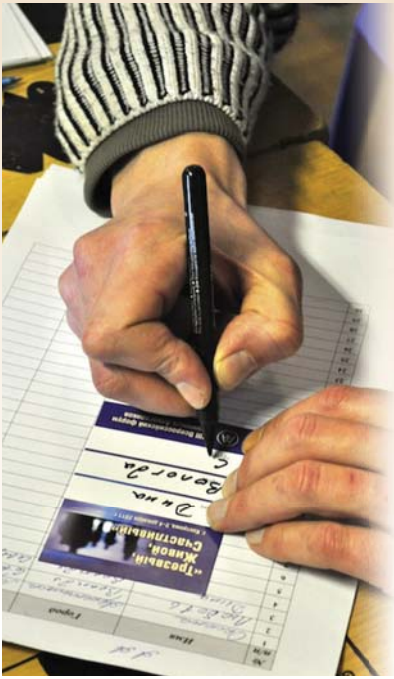
Все они говорили о вреде алкоголизма как для каждого человека лично, так и для общества в целом.

Иеромонах Пётр (Ерышалов), инспектор Костромской духовной семинарии, заметил, что деятельность АА приносит плоды, и что Русская Православная Церковь всегда будет стараться оказывать всемерную поддержку этому сообществу. Также он говорил, что задача избавления от алкогольной зависимости является нашей совместной задачей.

По мнению АА, алкоголизм — это прогрессирующее заболевание, как духовное, так и физическое. На форуме члены АА делились опытом выздоровления, связанным с системой «Двенадцати шагов», которая была разработана для лиц, вставших на путь самостоятельного излечения от алкоголизма. Уже выздоровевшие участники Содружества АА оказывают поддержку тем людям, которые только встают на путь лечения. Это очень важно, что новички могут почувствовать твёрдую поддержку в переломный момент их жизни.

По словам И.Н.Слюняева, для выздоровления очень важны: коллективное начало, характер и милость Божья. Все эти составляющие есть, как правило, у каждого члена АА, что и придаёт им силы и уверенности в победе над собой.

http://www.kostroma-eparhia.ru/index.php/eparhia/news/7964-23-j-vserossijskij-forum-anonimnykh-alkogolikov



Дух Единства

Захотелось назвать это именно так: «ДУХ ЕДИНСТВА». Знаете, понять меня, наверное, сможет тот, кто действительно знает о проблеме зависимости не понаслышке. Либо сам страдал от этой болезни, либо его близкие страдали от страданий зависимого и своей безысходности от того, что не знали, как помочь.

И именно там, на этом форуме, в этом чудесном городе Костроме, где наша болезнь, а точнее, наш общий путь решения этой смертельной проблемы собрал более 450 трезвых зависимых, тех, которых уже не должно быть в живых. И вопреки всему общепринятому пониманию, что зависимый должен употреблять и должен всем своим внешним видом и поведением держать марку, «гордо» называясь АЛКОГОЛИКОМ или НАРКОМАНОМ. Да, алкоголики, да, наркоманы, но ничего общего с вышенаписанным там не было. Там были люди ТРЕЗВЫЕ, ЖИВЫЕ и СЧАСТЛИВЫЕ, и именно такой девиз был у этого форума. Очень смело, сильно и, главное, честно были подобраны организаторами форума эти простые, но в то же время правильные и нужные слова (за что огромное им спасибо). Более того, это не просто слова! Для меня уже это не просто слова, это очень сильная мотивация и огромный труд держать марку именно такого зависимого, где выздоравливать самому и помогать другим – ЧЕСТЬ и ПРИВИЛЕ-

ГИЯ, данные Богом. Ведь и меня уже не должно быть, но я есть, и именно сегодня я имею эту привилегию и честь выздоравливать по программе, известной во всём мире как 12 шагов.

Когда в употреблении общаешься с себе подобными, видишь один негатив, имеешь огромную злобу на весь мир, ищешь причины своего употребления и виноватых в том, что происходит то, что происходит, и совсем не видишь того, что всё настоящее — это результат именно моих действий, моей жалости, моих страхов оторваться от этого иллюзорного настоящего. И именно здесь и именно сейчас, когда первый шаг из этих иллюзий уже сделан, видишь совсем другую картину. Где нет места боли и одиночеству. Огромный концертно-выставочный центр, большой холл с большим числом ЖИВЫХ, ТРЕЗВЫХ и СЧАСТЛИВЫХ зависимых, умиравших в своём иллюзорном, уже прошлом мире. Сейчас у нас совсем другие заботы, и связывает нас вместе уже не совместное употребление и не поиски средств для этого. А нечто большее — стремление жить. Вот это, наверное, и есть ДУХ ЕДИНСТВА, общая цель жить трезво и, главное, счастливо.

Мурашки по коже от высказываний членов сообщества, ощущения, будто вот-вот слёзы польются, и не понять, от чего. То ли от боли прошлого или от счастья настоящего, а может, от того и другого сразу. И многие не могли сдержать слёз, делясь с другими своим опытом, силой и надеждой. И разве это не дух единства, когда помогаешь другим, рассказывая о себе? Мне помогли, а может, и я помог кому-то, и значит, всё сказанное и услышанное там было нужным, было полезным. Это самый настоящий дух единства, где все мы идём к общей цели и где никто не скроет свой опыт и свои чувства.

Трезвость не цель, а средство для достижения цели, а наша цель — быть ЖИВЫМ и СЧАСТЛИВЫМ… Так давайте вместе продолжать идти по этому пути, укрепляя сообщество, помогая другим и оставаясь ЖИВЫМИ, ТРЕЗВЫМИ и СЧАСТЛИВЫМИ.

P.S. Огромное спасибо за то, что я ещё здесь…

Саша.

Хабаровск-Кострома

Здравствуйте! Меня зовут Ирина, я алкоголичка.

В этом году мне посчастливилось стать участником XXIII Всероссийского форума Анонимных Алкоголиков, проходившего со 2 по 4 декабря в Костроме. На форум прибыли члены Сообщества АА из многих городов и населённых пунктов России и стран СНГ, а также наши собратья из Польши, Германии и США и гости из параллельных сообществ. Жили мы в замечательных и недорогих пригородных пансионатах. Все дни форум работал по очень плотной программе: проходили собрания, спикерские, ночные и дневные марафоны групп, семинары по шагам, традициям, принципам. Целью всех мероприятий было наше служение в АА: как нам лучше и плодотворнее доносить идеи до тех алкоголиков, которые всё ещё страдают, как, следуя нашей уникальной и чудодейственной программе, применять её принципы во всех наших делах, как сохранять наше единство. В первый же день форума прошли выездные собрания по 12 шагу и по информиро-

ванию общественности. Наши братья и сёстры из Костромы, Москвы, Магнитогорска и других городов выезжали в костромские учреждения – в институт педагогики и психологии, в медицинский колледж, в Общественную палату, в Духовную семинарию, а также провели работу по 12 шагу в наркологическом отделении психиатрической больницы г. Костромы. Результаты этой работы сказались сразу и были очень волнительными.

На большом открытом собрании, которое проходило в Костроме в концертно-выставочном зале «Губернский» и освещалось телекомпанией (которая была осведомлена о нашем принципе анонимности), выступили губернатор Костромской области И.Н. Слюняев, врачи-наркологи, православные священники, психолог исправительного учреждения. Все эти люди стали друзьями нашего Сообщества, их авторитетное мнение об АА и доброжелательное отношение трудно переоценить, но это случилось не само собой. Здесь, на форуме, мне стало ясно, что происходит, когда группа АА работает по традициям: укрепляется единство, работа по донесению наших идей становится эффективной, а сами идеи действительно являются привлекательными для общественности. И всё это работает на спасение человеческих жизней. На большое собрание пришли человек двадцать новичков, они увидели огромный зал, заполненный трезвыми людьми, которые, выступая, рассказывали о себе, и каждый из новичков мог услышать, как изменились наши жизни после прихода в программу. Я помню, как в своё время на меня, отчаявшуюся и не видевшую выхода из беспросветного мрака алкоголизма, подействовали рассказы о себе других алкоголиков, в которых я узнавала себя, и которые чудесным образом оставались трезвыми. У меня тогда появилась надежда, что если это стало возможным для них, то может помочь и мне.

Во всём происходившем на Форуме ощущалось Божье руководство. Когда зачитывалась наша Декларация о единстве, весь зал встал, а

уж когда новички вереницей поднимались на сцену, где им вручали подарки – нашу литературу и значки – думаю, никто не остался равнодушным. У многих на глазах были слёзы. А чего стоит наша традиционная считалочка! Незабываемые моменты… И тут же новичкам было предложено помочь в проведении собрания. Дело в том, что выступить на собрании захотели многие, и это понятно, но времени оказывалось недостаточно, несмотря на сжатый регламент выступлений. И девушка-новичок, вызвавшаяся помочь, своей рукой вынимала из большого стеклянного шара билетики с именами выступающих. Не все успели выступить, но никому не было обидно – ведь так действительно распорядилась Высшая Сила.

Целый день мы провели в костромском концертно-выставочном зале, где тоже проходили семинары и спикерские. Своим опытом делились Франек из Польши, Роберт из США и российские алкоголики со стажем трезвости более 20 лет. Наша болезнь – одна из коварнейших в этом мире, для нас всегда существует опасность «почить на лаврах», и если мы перестанем отдавать, то подпишем себе смертный приговор. Я очень благодарна всем алкоголикам, постоянно отдающим свой опыт выздоровления: я обретаю много жизненно необходимого и, в свою очередь, стараюсь отдавать другим. Без этого жизнь моя теряет краски, становится бессмысленной, и я вновь встаю на путь разрушения себя и всего вокруг. Говорю так потому, что я через это уже проходила.

Не было недостатка на форуме и в мероприятиях, сопутствующих выздоровлению: «Минута славы», где каждый желающий мог проявить свой талант; дискотека и, конечно же, великолепный концерт в «Губернском», где профессиональные коллективы – танцевальные, фольклорные – мастера высочайшего класса радовали нас своим искусством. Мы – публика эмоциональная, и на аплодисменты не скупились. Могла ли я в былые чёрные времена даже посметь мечтать о том, что буду находиться в центре России, в прекрасном современном концертном зале, среди множества родных по духу людей и, не жалея ладошек, подпрыгивать и кричать «Браво!»? Да у меня и телевизора-то не было… В общем, девиз форума «Трезвый, живой, счастливый» полностью соответствует действительности!

Нас, хабаровчан, на форуме было двое – Аида и я. На прощальном собрании Аида высказалась кратко и по существу: «Приехала сюда за опытом и силами – получила и то, и другое». Я тоже хочу подписаться под этими словами, прибавив только, что ещё мы получили здесь, на форуме, радость общения, новых друзей, желание работать для Сообщества. Так, Аида, купив журналы с видеоприложением и брошюры, прямо с форума поехала в Саранск, в гости к матери, а это значит, что саранская группа АА получит тот же неоценимый опыт, что и мы. Я тоже, вернувшись в Хабаровск, расскажу нашим обо всём, что смогла впитать. Я верю, что ничто не случайно в этом мире – ни одна встреча, ни одно слово, ни один взгляд, ни одно рукопожатие. Моя задача – только понять и исполнить волю Бога. Я стараюсь это делать, и форум прибавил мне сил на этом пути. Очень благодарна костромской группе «Домашний очаг» за такую прекрасную подготовку и проведение форума, за верное и бескорыстное служение АА! Ребята, костромичи, вы такие молодцы! Я надеюсь ещё не раз встретиться с вами. Нам есть чему у вас учиться, и мы учимся!

Ирина К., Хабаровск

Честа Фалмер

© «Дэйтон Геральд». 5 апреля 1941 г.

«ВМЕСТЕ...»

Открытое письмо алкоголику

Мой дорогой друг!

Я не могу послать тебе это письмо на обычный почтовый адрес. Я могу лишь надеяться, что тебе попадётся эта колонка в газете, и ты сумеешь прочитать её как личное послание тебе. Ты, конечно, отвернёшься от любого знакомого, если он заявит, что хочет поговорить с тобой и о тебе на тему алкоголизма. Ты решительно откинешь голову, глаза твои сверкнут гневом, и уста произнесут слова негодования. «Я?! – возмутишься ты. – Я не алкоголик!». Увы, Джек (назову тебя так), ты алкоголик! Ты алкоголик, потому что не можешь обойтись без спиртного, хоть уже пару лет пытаешься убедить себя самого, что это не так. Алкоголь сильнее тебя, и до тех пор пока ты не осознаешь этот факт и не убедишься, что перед тобою коварный враг, ты будешь тонуть дальше.

Я знала тебя ещё до того, как тебя одолел твой недуг. У тебя было всё, а в числе твоих достоинств были и привлекательность, и замечательный характер. Мы, твои друзья, ожидали много от тебя. У тебя был ум, и было образование. И, кроме того, ты был удачлив. Но однажды ты оказался в компании сильно пьющих, и там тебе понравилось. Только вот не доводилось ли тебе разок приглядеться и обратить внимание на то, что многие из наполнявших твою рюмку, знали свою меру и могли вовремя остановиться? А ты не мог! Ты пил до конца – пока оставалось, что пить. Но наступило время, и тебя пару раз в буквальном смысле извлекали из... канавы. Подумай. Ты, и в канаве? Возможно ли было представить такое прежде?! Когда-то аккуратный паренёк, полный мечтаний, надежд и амбициозных планов, вдруг оказался на обочине жизни. Пусть тот паренёк, Джек, глянет на тебя нынешнего. А ведь он до сих пор живёт где-то в глубине тебя, хоть ты и стараешься задушить его в себе. Так он может совсем умереть в тебе, а на его месте окажется некто, с кем бы ты никогда не хотел иметь дело прежде. И этим

ужасным, гонимым — которого все пинают и отталкивают — этим ужасным будешь ты. И так будет до конца, пока последнее дыхание не оставит твоё тело. Да, Джек, твои друзья видят всё это… Ты не замечал, как всё больше гостеприимных дверей стало захлопываться перед тобой? Тебя больше не зовут никуда, потому что все тяготятся твоим обществом.

Мы, обычные люди, увы, не можем помочь тебе. Мы просто не знаем, как. Ведь мы переживём, если вдруг весь мировой запас алкоголя исчезнет вмиг в недрах канализации. Но есть другие, которые не могли прожить и дня без алкоголя. Они и могут тебе помочь. Это «Анонимные Алкоголики». Это действительно настоящие алкоголики. Но теперь они не пьют, а работают с такими парнями, как ты. Почему ты не хочешь посмотреть, что они могут предложить тебе, Джек? Ведь именно они знают твою борьбу не понаслышке. Ты не должен звонить лично мне. Найди телефон кого-то из них и позвони. Это поистине благородные люди, и когда ты заговоришь с ними, ты поймёшь, что никого лучше них тебе не найти для решения твоей проблемы. Только им вместе удалось остановиться на этом бешеном спуске и обрести ровный путь.

Ты несчастлив. И это каждый прочитает в твоих глазах. Иногда ты натужно смеёшься и стараешься выглядеть счастливым, но это обман. На самом деле, возвращение к себе возможно лишь на пути признания своей болезни, принятия себя как алкоголика и работы над собой. Только тогда ты обретёшь себя прежнего в себе. Того, которого мы знали и любили когда-то. Я даже не призываю тебя сделать шаг к обретению себя ради твоих любящих ближних. Сделай это ради себя самого. Жизнь слишком коротка, чтобы проводить оставшуюся часть её в состоянии слабоумия. Ведь это простая логика. Подумай над ней.

Справка об авторе: Честа Фалмер (Chesta Fulmer), 1900—1957, известный журналист и поэтесса 1940-50-х гг. Жила в этот период в г. Дейтон (штат Огайо) и работала в местных газетах, используя свой авторитет и профессионализм, в том числе, для продвижения идей Анонимных Алкоголиков.

4 информационных клипа
о Форуме АА,
отснятыми телеканалами
Костромского ТВ

ДВЕНАДЦАТЬ ТРАДИЦИЙ АА

I. Наше общее благополучие должно стоять на первом месте; личное выздоровление зависит от единства АА.

2. В делах нашей группы есть лишь один высший авторитет — любящий Бог, воспринимаемый нами в том виде, в котором Он может предстать в нашем групповом сознании. Наши руководители — всего лишь облеченные доверием исполнители, они не приказывают.

3. Единственное условие для того, чтобы стать членом АА — это желание бросить пить.

4. Каждая группа должна быть вполне самостоятельной, за исключением дел, затрагивающих другие группы или АА в целом.

5. У каждой группы есть лишь одна главная цель — донести наши идеи до тех алкоголиков, которые все еще страдают.

6. Группе АА никогда не следует поддерживать, финансировать или предоставлять имя АА для использования какой-либо родственной организации или посторонней компании, чтобы проблемы, связанные с деньгами, собственностью и престижем не отвлекали нас от нашей главной цели.

7. Каждой группе АА следует опираться на собственные силы, отказываясь от помощи извне.

8. Сообщество Анонимных Алкоголиков должно всегда оставаться непрофессиональным объединением, однако наши службы могут нанимать работников, обладающих определенной квалификацией.

9. Сообществу АА никогда не следует обзаводиться жесткой системой управления; однако мы можем создавать службы или комитеты, непосредственно подчиненные тем, кого они обслуживают.

I0. Сообщество Анонимных Алкоголиков не придерживается какого-либо мнения по вопросам, не относящимся к его деятельности; поэтому имя АА не следует вовлекать в какие-либо общественные дискуссии.

II. Наша политика во взаимоотношениях с общественностью основывается на привлекательности наших идей, а не на пропаганде; мы должны всегда сохранять анонимность во всех наших контактах с прессой, радио и кино.

I2. Анонимность — духовная основа всех наших Традиций, постоянно напоминающая нам о том, что главным являются принципы, а не личности.

Господи, даруй нам ясность и умиротворение,
Чтобы принять то, что мы не можем изменить;
Мужество, чтобы изменить то,
Что в наших силах,
И мудрость, чтобы уметь отличить
Одно от другого.