

ВОПРОСНИК ПО ТРАДИЦИЯМ АА

из журнала “АА Грейпвайн”



Москва 2010

Анонимные Алкоголики® - это общество, объединяющее мужчин и женщин, которые делятся друг с другом своим опытом, силами и надеждами с целью помочь себе и другим избавиться от алкоголизма.

- Единственное условие для членства в АА -это желание бросить пить. Члены АА не платят ни вступительных, ни членских взносов. Мы сами себя содержим благодаря нашим добровольным пожертвованиям.*
- АА не связано ни с какой сектой, вероисповеданием, политическим направлением, организацией или учреждением; стремится не вступать в полемику по каким бы то ни было вопросам, не поддерживает и не выступает против чьих бы то ни было интересов.*
- Наша главная цель - оставаться трезвыми и помочь другим алкоголикам обрести трезвость.*

© The A.A. Grapevine, Inc.

Перепечатано с разрешения
© 2010. The A.A. Grapevine Inc.,
P.O. BOX 1980
Grand Central Station, New York, NY 10163-1980
© 2010. Российский Фонд Обслуживания АА
а/я 33
Москва, РФ 129128

Вопросник по традициям АА

из журнала «АА Грейпвайн»

Впервые эти вопросы были напечатаны в журнале «АА Грейпвайн» в связи с публикацией серии материалов, посвящённых Двенадцати Традициям, которая началась в ноябре 1969 г. и закончилась в сентябре 1971 г.

И хотя изначально эти вопросы предназначались преимущественно для индивидуальной работы, с тех пор многие группы АА стали применять их в качестве основы для более широкого обсуждения

Применяйте эти принципы...

Традиция первая

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

1. Являюсь ли я в своей группе человеком, который пытается сгладить углы, примирить, подружить, объединить людей? Или я тот, кто сеет раздоры? А как на счет сплетен и копания в самоанализах других членов АА?
2. Миротворец ли я? Или же под благовидными предложениями, типа «исключительно ради обсуждения», я то и дело затеваю споры?
3. Снисходителен ли я к тем, кто «гладит меня против шерсти», или же я резок с ними?
4. Выступаю ли я с замечаниями в духе соперничества, например, сравнивая одну группу с другой, или противопоставляя АА в одном месте АА в другом?
5. Не отлыниваю ли я от некоторых мероприятий АА, считая, что я как бы выше того, чтобы заниматься тем или иным делом?
6. Обладаю ли я информацией об АА в целом? Поддерживаю ли я всеми доступными мне способами наше Содружество в целом, или же только те его части, которые понятны мне и которые я одобряю?
7. Тактичен ли я по отношению к членам АА в той же степени, в какой мне хочется, чтобы они были тактичны со мной?
8. Не имею ли я свойства разглагольствовать о любви, одновременно с этим потворствуя и втайне оправдывая поведение, преисполненное вражды?
9. Хожу ли я на достаточное количество собраний АА и читаю ли в достаточном объеме нашу литературу для того, чтобы мои связи с Содружеством были действительно крепкими?
10. Все ли, что во мне есть, как хорошее, так и плохое, я разделяю с АА, как принимая, так и оказывая помощь товарищам?

Традиция вторая

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

1. Являюсь ли я в своей группе человеком, который пытается сгладить углы, примирить, подружить, объединить людей? Или я тот, кто сеет раздоры?
2. Занимаюсь ли я критикой или доверяю и поддерживаю должностных лиц своей группы, комитеты АА, работников обслуживания, новичков, старожилков?
3. Можно ли мне абсолютно доверять, даже под секретом, исполнение поручений, связанных с Двенадцатым Шагом АА, или исполнение других ответственных поручений АА?
4. Выполняя поручения Содружества АА, ищу ли я себе признания? Ожидаю ли похвал за свои идеи?
5. Должен ли я во время дискуссий на группе спасать свое лицо, или же я способен по-доброму уступить групповому сознанию и с удовольствием работать в соответствии с решениями группы?
6. Хотя на моем счету уже несколько лет трезвости, продолжаю ли я охотно исполнять свою долю тяжелой или неприятной работы в АА?
7. Во время своих выступлений на группах, не говорю ли я о таких вещах, о которых имею лишь слабое представление и в которых я неопытен?

Традиция третья

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

1. В своих мыслях, не оцениваю ли я заранее новых членов АА как заведомых неудачников?
2. Есть ли такие алкоголики, которых я втайне не хотел бы видеть на своей группе?
3. Не пытаюсь ли я судить, искренен ли новичок или же его желание бросить пить - сплошная «липа»?
4. Позволяю ли я языковым или религиозным (атеистическим), национальным или расовым, образовательным, возрастным и другим подобным проблемам мешать мне доносить наши идеи?
5. Не слишком ли меня впечатляют заметные люди (врач, священник, бывший заключенный)? Или же я могу просто и естественно общаться с новым членом в АА, как с еще одним больным человеком, таким же, как и все остальные?
6. Когда кому-то из пришедших на собрание необходима помощь или информация (даже если он не может попросить о них вслух), действительно ли мне не важно, чем он зарабатывает себе на жизнь, где живет, каково его семейное положение, как долго он ходил в АА до этого, в чем суть других его проблем?

Традиция четвертая

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

1. Настаиваю ли я на том, что существует лишь несколько верных путей организации работы АА?
2. Всегда ли моя группа принимает в расчет благополучие остального АА? Близлежащих групп? Одиночек на Аляске? Интернационалистов, плывущих за много миль от порта? Группы в Риме, или в Эль-Сальвадоре?
3. Не пытаюсь ли я подавить других членов АА, если их поведение отличается от моего, или же я учусь на их опыте?
4. Всегда ли я учитываю, что для посторонних, которые знают о моем членстве в АА, я могу до некоторой степени представлять все наше горячо любимое Содружество?
5. Готов ли я помочь новичку сделать все, что в его (а не в моих) силах, чтобы остаться трезвым?
6. Делюсь ли я своими знаниями об инструментах АА с другими членами, которые, возможно, о них еще не слышали?

Традиция пятая

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

1. Не пользовался ли я когда-либо отговоркой, заявляя: «Я не группа, а поэтому та или иная Традиция ко мне не применима»?
2. Стремлюсь ли я твердо объяснить новичку, чем ограничивается оказываемая в АА помощь, даже если он безумно на меня обидится за то, что я не дал ему денег в долг?
3. Не приставал ли я сегодня к кому-либо из членов АА с просьбой о каком-то особом одолжении или услуге только из-за того, что он мой товарищ-алкоголик?
4. Готов ли я делать Двенадцатый Шаг с новичком независимо от того, кем тот является и что я с этого буду иметь?
5. Помогаю ли я своей группе всем, чем могу, выполнять ее первоочередную задачу?
6. Помню ли я о том, что и «старички» АА также могут быть алкоголиками, которые все еще страдают? Стараюсь ли я как помогать им, так и учиться у них?

Традиция шестая

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.

1. Следует ли мне вместе с товарищами по группе пойти и раздобыть денег на то, чтобы финансово обеспечить несколько коек АА в нашей местной больнице?
2. Хорошо ли для группы арендовать маленькое помещение?
3. Все ли ответственные лица и члены нашего местного клуба АА знакомы с «Рекомендациями для клубов» (которые можно получить в Офисе обслуживания)?
4. Следует ли секретарю нашей группы служить в консультативном комитете по проблемам алкоголизма при местной администрации?
5. Некоторые алкоголики остались бы в АА только в том случае, если бы на группе был телевизор или комната для игры в карты. Эти средства требуются для донесения наших идей? Следует ли группе всё это иметь?

Традиция седьмая

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

1. А теперь, если честно, делаю ли я все, что в моих силах, чтобы помочь АА (моей группе, местной службе, центральному офису) оставаться полностью самостоятельными? Могу ли я положить в шляпу немного больше денег от имени новичка, который еще не может себе этого позволить? А сколь щедрым я был на угощение в баре?
2. Должен ли журнал «Грейпвайн» продавать место для рекламы книжным издательствам или фармацевтическим компаниям с целью получения большей прибыли и превращения в более объемный, более красочный и более дешевый журнал?
3. Если когда-либо случится так, что центральный офис АА останется без средств, не будет ли правильным позволить правительству финансировать группы АА в больницах и тюрьмах?
4. Что более важно - собрать изрядные денежные средства на АА от нескольких человек или же меньшую сумму, но включающую вклады большего количества членов АА?
5. Является ли в АА отчет казначея группы незначительным делом? А что по этому поводу думает сам казначей?
6. Насколько важно для моего выздоровления испытывать чувство самоуважения, а не ощущение того, что я всегда чем-то обязан за оказанное мне милосердие?

Традиция восьмая

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

1. Точно ли мое собственное поведение соответствует Традициям? Если нет, то, что в нем следует изменить?
2. Когда я раздражаюсь по поводу какой-то из Традиций, то осознаю ли, каким образом это может отразиться на других?
3. Не пытаюсь ли я иногда получить некоторое вознаграждение - пусть даже не в деньгах – за свои личные усилия в АА?
4. Не пытаюсь ли я выступать в АА как специалист по алкоголизму? По методам выздоровления? По медицине? По социологии? По самому АА? По психологии? По духовным вопросам? Или, да поможет мне Господь, даже по смирению?
5. Пытаюсь ли я понять, чем занимаются оплачиваемые сотрудники в АА? Чем занимаются работники других организаций, решающих проблемы алкоголизма? Ясно ли я вижу разницу между теми и другими?
6. За мою жизнь в АА имел ли я опыт, который мог бы продемонстрировать мудрость этой традиции?
7. Достаточно ли я уделяю внимания традициям в книге «Двенадцать Шагов и Двенадцать Традиций»? Брошюре «Традиции АА - как они вырабатывались»?

Традиция девятая

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

1. Не пытаюсь ли я все еще заправлять делами в АА?
2. Не вызывают ли во мне сопротивление формальные стороны АА из-за того, что они пугают меня своей как бы авторитарностью?
3. Достаточно ли я созрел, чтобы понимать и применять все составные части Программы АА с чувством личной ответственности, даже если меня никто не заставляет это делать?
4. Отрабатываю ли я терпение и смирение при выполнении любого дела в АА, за какое бы ни взялся?
5. Думаю ли я обо всех тех, перед кем несу ответственность при выполнении любого поручения в АА?
6. Почему собственные Устав и Положение не нужны каждой группе?
7. Научился ли я, когда наступает срок, достойно уходить с должности, занимаемой мною в АА (что идет мне же на пользу)?
8. Какое отношение ротация должностных лиц в АА имеет к анонимности? К смирению?

Традиция десятая

Содружество 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.

1. Не давал ли я когда-либо понять, что у АА в самом деле существует «мнение» по поводу антабуса, транквилизаторов, врачей-психиатров, церквей, больниц, тюрем? Федеральных или местных властей? Легализации наркотиков? Порядков продажи алкоголя? Ал-Анона и Ал-Атина?
2. Могу ли я честно поделиться своим личным опытом по любой из этих тем, не создавая при этом впечатления, что высказываю «мнение всего АА»?
3. Что в истории АА дало толчок возникновению этой Традиции?
4. Был ли у меня самого подобный опыт за время пребывания в АА?
5. Во что превратилась бы АА без этой Традиции? Где бы сейчас оказался я сам?
6. Не нарушаю ли я эту или какую-то другую, дополняющую ее Традицию в скрытой форме или неосознанно?
7. Каким образом я могу проявлять дух этой Традиции в своей личной жизни вне АА? Внутри АА?

Традиция одиннадцатая

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.

1. Не пытаюсь ли я порой пропагандировать АА так настойчиво и фанатично, что наше Содружество начинает выглядеть непривлекательным?
2. Всегда ли я осторожен в сохранении секретов, доверенных мне как члену АА?
3. Аккуратен ли я в употреблении фамилий членов АА даже в пределах Содружества?
4. Стыжусь ли я того, что являюсь выздоровевшим или выздоравливающим алкоголиком?
5. На что стало бы похоже АА, если бы мы не руководствовались идеями Одиннадцатой Традиции? Где бы я тогда очутился?
6. Достаточно ли привлекателен мой трезвый образ жизни в АА, чтобы больной алкоголизмом тоже захотел качественно изменить свою жизнь?

Традиция двенадцатая

Анонимность - духовная основа всех наших традиций, постоянно напоминающей нам о том, что главным являются принципы, а не личности.

1. Чем для меня хороша идея о необходимости ставить общее благополучие всех членов АА выше личного? Что произошло бы со мной самим, если бы АА перестало существовать как целое?
2. Когда я не доверяю ныне действующим служащим АА, чьей властью мне хотелось бы направить их на путь истинный?
3. Не подразумеваю ли я своими высказываниями или замечаниями о других членах АА, что требования к членству в АА состоят не только в желании оставаться трезвым?
4. Не пытался ли я подогнать какую-нибудь группу АА под свои стандарты, а не под ее собственные?
5. Несу ли я личную ответственность за оказание помощи группе АА в выполнении ее первоочередной задачи? В чем состоит мой вклад в это дело?
6. Отражает ли мое поведение Шестую Традицию или же противоречит ей?
7. Делаю ли я все от меня зависящее, чтобы поддерживать АА финансово? Когда я последний раз покупал нашу литературу?
8. Не жалею ли я по поводу поведения отдельных членов АА, особенно если их работу в АА оплачивают? С чего это я стал таким умником?

9. Исполняю ли я все, что мне поручают в АА, таким образом, чтобы удовлетворить даже собственную совесть? Так ли это?

10. Всегда ли мои высказывания выражают смысл Десятой Традиции, или же я являюсь находкой для тех, кто критикует АА?

11. Следует ли мне в частной беседе держать своё членство в АА в тайне или раскрыть его, когда это может помочь другому алкоголику (а значит, и мне самому)? Является ли мой личный образ Анонимного Алкоголика привлекательным настолько, что другие пьяницы захотели бы стать такими же?

12. Какова моя настоящая значимость среди более чем двухмиллионной армии Анонимных Алкоголиков?

Список основной литературы АА, изданной на русском языке

Книги

Анонимные Алкоголики ♦ Перевод (1989) четвертого издания (2001) книги Alcoholics Anonymous (так называемой Большой Книги) является основным текстом АА. С момента первого издания в 1939 году с ее помощью несколько миллионов мужчин и женщин решили свою проблему зависимости от алкоголя.

12 Шагов и 12 Традиций АА ♦ В 24 очерках сооснователя АА Билла У. о Шагах и Традициях обсуждаются принципы выздоровления членов АА и единства группы. Приводится развернутая форма Шагов и Традиций АА.

Жить трезвыми ♦ Эта книга является практическим руководством и показывает на простых примерах, как члены АА во всем мире живут и сохраняют трезвость, используя принцип «по одному дню».

Пришли к убеждению ♦ Сборник историй членов АА, которые пишут о том, что для них означают слова «духовное пробуждение».

Брошюры

Знакомьтесь: АА ♦ Вводная брошюра, в которой рассказывается о том, какого типа людей можно встретить в АА, и что они здесь узнали об алкоголизме. Предназначена для всех, кто считает, что у него или у нее существует проблема, связанная с алкоголем.

АА: 44 вопроса ♦ Отвечает на вопросы об АА, чаще всего задаваемые как алкоголиками, которые ищут помощи, так и их родственниками или друзьями.

Как понимать анонимность ♦ Доходчиво разъясняет, что означает анонимность как внутри, так и вне АА.

Вопросы и ответы о наставничестве ♦ Опыт АА в обла-

сти наставничества излагается в ответах на 34 вопроса, которые обычно задаются теми, кто хочет стать наставником, а также группами, планирующими наставническую деятельность.

АА для женщин ♦ Содержит истории женщин - алкоголичек различного возраста и из разной социальной среды.

Молодежь и АА ♦ Десять молодых членов АА рассказывают о том, как Программа АА работает в их жизни.

Лучшие статьи Билла У. ♦ Вера, Страх, Честность, Смирение, Любовь - пять наиболее часто спрашиваемых статей Билла У., перепечатанные из журнала «АА Грейпвайн» (международного журнала Анонимных Алкоголиков).

Вопросник по 12 Традициям ♦ Вопросы, изначально предназначенные преимущественно для индивидуальной работы, применяются многими группами АА в качестве основы для более широкого обсуждения.

Самообеспечение: где переплетаются духовность и деньги. ♦ Предлагаются пути распределения групповых пожертвований с целью поддержки различных структур обслуживания АА.

Об этой и другой литературы можно узнать, позвонив по

телефону

(499) 185 - 40 – 00

а также заказать её наложенным платежом,

прислав заявку по

адресу:

129128 РФ, г. Москва, а/я 33

<http://www.aarus.ru>

E-Mail: office@aarus.ru