



Дух единства

С 1 по 4 сентября этого года в Сан-Диего (США) прошла 34 Мировая конвенция АН. Это грандиозно событие, на которое собираются анонимные наркоманы со всего мира, проходит раз в два года. До этого Конвенция проходила в Барселоне (Испания). В Сан-Диего побывали ребята из России, которых мы попросили рассказать о своих впечатлениях и том опыте, который они там получили.

Света В.

Основные впечатления я получила вообще от американского сообщества, которое меня поразило своей теплотой, любовью и такими вещами, которые я раньше никогда не видела и не испытывала. Когда на Конвенции была считалочка чистого времени, там вставали люди со сроками чистоты от 20, от 30 лет. Это не укладывается у меня в голове. Я знаю лично человека, который чистый 42 года. И это реально духовно просветленный человек. Таких людей на Конвенции было очень много. Можно просто стоять рядом с ними рядом и ощущать полную безопасность, счастье и любовь. Я поняла, что реально оставаться чистыми больше 40 лет. И можно жить, не употребляя наркотики, и умереть в отведенном Богом конце жизни в чистоте и счастье.

На Конвенции царил невероятная любовь людей, которые такие же, как и я. Мне нравится выражение «купаться в любви», и я там купалась в ней. Там все обнимаются. Здесь мы так не обнимаемся - они обнимаются долго. Сначала это меня смущало и напрягало. А потом мне понравилось. Я с удовольствием теперь обнимаюсь, и чувствую, что через это что-то происходит, какой-то энергетический обмен. Сейчас я абсолютно счастлива. Меня это зарядило невероятно. Я чувствую сдвиги в своей жизни, в своей голове. Мне тоже хочется очень научиться этой безусловной любви, которая исходит от людей, чистых по 40 лет. Они ее готовы дарить, ее у них много, и мне очень хочется, чтобы у меня было так же. Там была одна женщина, у нее больше 30 лет чистоты. И она, отвечая на этот запрос, мне очень долго, в течение получаса говорила одну фразу – работай по шагам и никогда не останавливайся. И у меня теперь это так сильно отпечаталось в голове – никогда не останавливайся, что я точно знаю, у меня все получится!

Андрей Г.

Конвенция – это такой большой праздник. По количеству людей, которые там были, по организации – я такого не видел никогда. С одной стороны, меня цифры впечатляют – 20 тыс. человек на главном собрании, 2 тыс. человек занимались служением, 800 новичков в общей сложности туда пришло. На этой Конвенции я спикерил на главном собрании. Меня выбрали спикером – одним из шести со всего мира, чтобы я поделился с этими 20 тыс. человек своим опытом. И у меня было 10 минут, чтобы все рассказать. Это был очень крутой опыт, и откровение для собравшихся, которые очень удивились, что в России есть сообщество и есть выздоравливающие, а не только белые медведи на улицах. И важно, что я чувствовал поддержку из зала от моих друзей и близких из России. Еще интересно было в конце, когда нам, спикерам, сказали, что нас вывезут к черному входу на специальной машине. Потому что если мы пойдем через зал, то до выхода мы никогда не дойдем... из-за объятий и той любви, которой захотят поделиться с нами те, кто слышал наши спикерские. Еще мы ходили на группу в Нью-Йорке. И там есть специальный человек со служением, который отвечает за тех, кто либо первый раз пришел, либо как гость. И всегда после группы его зовут куда-то пойти вместе покушать, либо просто уделяют время, либо еще как-то. После группы он проводил нас до следующего места, куда мы хотели, и пошел обратно. Меня поразило это отношение к людям. Я понял, что важно говорить с пришедшими, обращать на них внимание, делиться и поддерживать тех, кто недавно с нами. Это хочется больше делать. Это самое трудное для меня. И самое необходимое! Мне бы хотелось научиться любви и отношению друг к другу, которые я там увидел. Ведь я здесь прежде всего для выздоровления, и это сообщество, которое спасло мне жизнь. И естественно, все, что мне нужно здесь делать, это помогать другим спасать свои жизни. И больше ничего. Мы те единственно выжившие, и мы должны выздоравливать, и только тогда у тех, кто еще страдает, будут место, куда они смогут придти и остаться навсегда.

«Я могу лишь регулярно принимать «лекарства»»

Мы открываем новую рубрику, в которой будем просить вас рассказать о своем опыте понимания самых важных энеевских понятий. Сегодня это – выздоровление. Отвечает Рома (9 лет чистоты).

«Выздоровление – Мы часто употребляем это понятие. Нести весть о нем – это наша главная цель. В первую очередь для зависимого, наркомана, выздоровление – это перестать употреблять наркотики. Именно за этим мы приходим на группы, именно это выводит нас из того ада, в котором мы жили в употреблении. Но перестать употреблять – это выздоровление только в первые дни чистоты, потом этого становится мало. Сначала чистота – это цель выздоровления, потом его следствие.

Для меня выздоровление – это изменяться самому и изменять мою жизнь, приближаясь к тому, как видит меня и мою жизнь Бог, как я Его понимаю. Причем я всегда глубоко в себе знал, как мне надо жить и каким быть, знаю и сейчас. Просто иногда очень страшно в этом признаться.



Игорь К.

20 тыс. человек на Конвенции! Я этих людей действительно видел! Они действительно свидетельствуют о том, что они идут по программе анонимных наркоманов! И они получают те результаты, которые нам обещаны программой – свобода от употребления, свобода от желания употреблять и новый путь жизни. И когда я вижу и понимаю, что столько людей идет рядом со мной, то мне легче идти по этому пути. Мы были на разных собраниях АН в Америке, причем выбирали их случайно. А в Нью-Йорке мы вообще захотели попасть на собрание, которое находится в Гарлеме, в самом таком стремном районе. И мы за день до этого в нормальном районе после собрания спросили у одной афроамериканки - если мы в Гарлем поедим, нас там никто не грохнет? И она сказала – если поедите в АН, то все будет хорошо, а если не в АН, тогда... не знаю. И она добавила, что главное – это цель. Если ты идешь с правильной целью, тогда не важно, по какой траектории и как. А если с неправильной – то ты будешь получать снова и снова, и это такой закон жизни. И мы спокойно приехали в Гарлем. Там на собрании мы друг другу переводили с английского. И американцам со стороны казалось, что кто-то шепчется. Они были в шоке, что кто-то это делает. В Лас-Вегасе нам уже сделали замечание – почему вы шепчетесь. И я понял, что для них то, что происходит на собрании – это как в храме служба. То есть с этим нельзя шутить, это святое для них, для всех причем. И для меня это тоже урок серьезный. Было много впечатлений и уроков, которые я там получил. И все это сегодня догоняет меня уже здесь, в Москве. Но самое крутое и важно, что не требует понимания и осмысления, что там я точно удостоверился, что мы одна СЕМЬЯ, просто живущая на разных континентах, странах, городах, районах. Что весть – она одна. Что сообщество - одно. И личности не важны. Срока не важны. Не важны погонны и медали. Важно только то, что происходит между двумя зависимыми, когда несется весть. Это бескорыстная любовь и благодарность, которая выражается через высказывания, через объятия, через теплый взгляд... Это и есть эней!!!

Маша К.

Первый момент. В Сан-Диего меня не затронули сроки и непохожесть людей. Для меня Конвенция была про другое. Сегодня мне тяжело в нашем сообществе, потому что я женщина с большим опытом выздоровления не вижу. У нас есть некий предел, и это предел моей чистоты. Я знаю каких-то девушек, которым примерно столько же, и все они либо мои подружки, либо мы общались. У кого выздоровления больше, они не ходят на собрания. И мне очень трудно жить, потому что я часто не знаю, как это делать дальше. Мне прихо-

дится опираться на опыт моей мамы, опыт кино, еще чего-то – вообщем всякого бреда. А в Америке я увидела реально женщин, энеевок, у которых гораздо больше чистоты, чем у меня. У которых больше 20-30 лет. И они делились опытом, что в жизни бывают абсолютно разные ситуации и с ними можно работать. В моей жизни они тоже встречаются, но я не знаю, как их прожить и куда обращаться. А опыт есть этот, и это круто. Вот это меня торкнуло, и у меня появилась надежда.

Второй момент. Я рада, что у нас там была русская команда выздоравливающих. И три дня со сцены шел русский язык. Это круто. Мы читали карточку в первый день, Андрей Г. спикерил во второй день. И в третий день тоже читали карточку. Я считаю, что это наше достижение, что уже на второй Конвенции мы заявили о себе, и таким активным прыжком. И третий момент. Еще – всем, с кем я разговаривала, я задавала несколько проблем и тем, которые меня волновали, и ответ на это все был один и тот же. Менялись сроки чистоты, менялись люди, менялся пол людей, менялся цвет кожи, но ответ на все был один и тот же – шаги, спонсор, группы, служение

Вова М.

Я, как и многие приехавшие в Сан-Диего, ждал откровений и мега впечатлений, поэтому периодически спрашивал себя – вштырило меня или нет. И я думал, ну что же такое. Почему у меня нет таких впечатлений, которые я получил на Конвенции в Барселоне и ждал их теперь каждый день... И только вернувшись в Москву и рассказывая о поездке за чаем после группы мне пришла мысль, которая все расставила на свои места! На прошлой конвенции в Барселоне мы получили огромный опыт, огромный заряд энергии выздоровления. Прошло два года, и за это время тот опыт дал ростки на нашей местности, многое изменилось в моем выздоровлении и в выздоровлении всего сообщества АН Москвы.

Я считаю, что на этой Конвенции в Сан-Диего нам удалось поделиться плодами выздоровления, которые мы получили благодаря барселонской Конвенции. Мы были самой организованной делегацией, нам удалось проинформировать всех о предстоящей Европейской конвенции в Москве. Я слышал от многих, что они собираются к нам приехать в 2012 г. Слышал о том, что мы такие заряженные, что у них сообщество «старое» и многое уже устроено и нет того огонька. И они с восхищением смотрят на нас, на то, как мы развиваемся, как мы пылаем огнем выздоровления! Думаю, что в этот раз нам удалось отдать то, что мы получили! Я всем очень благодарен за тот вклад, который каждый из нас внес в развитие НАшего сообщества! Я очень горжусь тем, что я выздоравливаю рядом с Вами!!!

Ника С.

Начало было просто отличное, в самолете обнаружила пропажу 200\$. Испытала чувства удивления и обиды, устала от самой себя... Была обида на Бога, ну зачем-зачем он меня такую... От поездки уже ничего не ждала, у меня не было никаких вариантов где жить, что есть, почти не было денег. Спросила опыта у одной анонимной сестры, мол к кому обратиться, а она мне - Бог рулит... Ну так и я, как в детстве, прыгала с самой высокой вышки в воду, зажмурив глаза и зажав нос... Так я и полетела в Америку... Только глаза не закрывала...

9 сентября у меня 9 лет и 1 месяц!!! Юбик в Америке. Почти 15 часов перелета, поэтому два часа ожидания в аэропорту друзей вообще не заметила... Давно не спала. В Москве дождь и холодно, по чувствам страшно и счастливо... Так никогда не было... Ведь раньше я не знала, а что дальше? Нормально то, что со мной происходит? Я не знала, есть ли жизнь после???... Сегодня я знаю, жизнь после есть. И после 10 лет чистоты и после 20 лет и после 30. Я это видела. Есть семьи, дети, внуки, взлеты и падения. Есть группы, шаги, служения. Фраза, в которую я умещаю все, что я увидела и услышала в Америке: РЕБЯТА, У НАС ЕСТЬ БУДУЩЕЕ!!!

P.S. Разобрала вещи из поездки и нашла 20\$. Думаю начать копить на следующую Конвенцию. Она ведь тоже в Америке!!!

Саша, Виталик

есть те, кто любит меня, и я чувствую их Любовь каждый день. Я приношу пользу. У меня есть дела, которыми я делаю этот мир лучше. Именно к этому призывает меня Бог, как я Его понимаю. И я стараюсь. И даже, блин, я зарабатываю зарплату, именно зарабатываю и, честное слово, горжусь этим.

На 9 годах чистоты я осознал ужасную истину – я никогда не выздоровею до конца. Все мои группы, высказывания, шаги, психологи, книги, духовные поступки, преодоления себя не сделали меня здоровым. Я осознал страшную правду: я не могу выздороветь, я могу лишь выздоравливать. Я могу лишь регулярно принимать «лекарства»: шаги, группы, молитва, медитация, общение, служение, помощь другим, чтение и другие. Все они мне известны. Принимать регулярно – столько, сколько могу, желательно каждый день, желательно только сегодня. И тогда я буду выздоравливать. Перестану принимать – буду болеть. Бывает, я выбираю и это. Мой опыт говорит, выздоровление – это не что-то великое и небывалое, это простые правильные дела и усилия, о которых все знают, каждый день. И пока я иду этим путем – я выздоравливаю».

Рома

«Выход есть, и невозможное - возможно»

Люда, 5 лет и 4 месяца выздоровления

Моё выздоровление началось с очень трагичного момента. Вообще, когда я употребляла наркотики, то думала, что нет какого-то другого пути, и выхода нет. Это был мой девиз: «выхода нет». Я употребляла и думала, что моя жизнь так и закончится, в употреблении. Но так случилось, что умер мой парень, с которым я жила, и это было нереально больно, страшно, конец света! Не было желания жить, но был и страх что-то сделать с собой. Когда он умер, я лежала в линейном отделении наркологической больницы, и врач там мне сказал, что есть такой-то путь, и его племянница не употребляет наркотики в течение какого-то нереального срока. Я на самом деле даже не поверила, что такое возможно! Но когда случилась эта смерть, я поняла, что всё, нет больше ничего. Или я умираю так же, как и он, или меня сажают в тюрьму по третьему разу, а это непростое, когда ты уже побывал там, уже знаешь, как это - не иметь свободы - туда не хочется. И эта безысходность меня толкнула пойти и что-то попробовать. Я попала в реабилитационный центр. Состояние боли было постоянным: меня скручивало на физическом уровне. Я ненавидела наркоманов, которые остались живы, особенно в нашем районе. Всё время сравнивала: ну почему он жив, а мой парень умер? Очень тяжело мне это далось. В центре мне рассказали, что есть путь. Но мне было просто применить его к себе и поверить в то, что я смогу. У меня был опыт, когда я освободилась после двух лет заключения, я внутренне чувствовала, что я употреблять не хочу, хочу жить по-другому, но я не знала, как. И я знала, что я буду употреблять, потому что я не знала, что есть выход. А когда я вышла из центра, мне было страшно, было отчаяние, была боль, но появилась и какая-то маленькая, крошечная надежда. Первый год чистоты для меня был очень тяжелым. Я постоянно проживала это горе, смерть своего парня, всё о нём напоминало. Когда я приехала домой, то попросила маму убрать все его вещи, чтобы не причинять себе лишнюю боль. И начала ходить на группы и делать всё, что говорят: «90 на 90», нашла домашнюю группу по первому шагу, потом нашла спонсора - начала выполнять простые вещи, которые предлагаются в этой программе. И через какое-то время боль начала отступать: у меня стало получаться вздохнуть, посмеяться, порадоваться чему-то. Правда, вот эти длинные дни, ничем не заполненные, когда весь день сидишь и ждешь группу, и не знаешь, чем себя занять, тоже были очень тяжелые. Потому что не знаешь, что делать: так, как раньше жила, жить не хочешь, а как жить по-другому - не знаешь. Я целый день ждала группу, и туда вприпрыжку ехала на автобусе: мама мне давала деньги на маршрутку, а я их сэкономила, чтобы купить себе мороженое, и ехала на автобусе, но счастливая.

Мама у меня пенсионерка, а брат помогал деньгами, но на определенный срок. Он сказал: «Сейчас я тебе помогаю, но ты через полгода пойдешь работать». И это были не какие-то огромные деньги, а небольшие средства, чтобы хватало на еду и на дорогу. У меня не было одежды: были одни джинсы, и если их постирать, то на группу в этот день уже не в чем было пойти. Очень тяжело было без денег и без работы. И такая потерянности: другого пути не знаешь, знаешь только, как употреблять. И учишься всему, как будто тебе пять лет. В итоге пришел время устраиваться на работу, и это была первая серьезная проблема, с которой я тогда столкнулась. Нет ни опыта работы, ни образования, всё, что я могу - это торговать наркотиками. Даже на зоне все научились шить, а я - нет. В итоге заниженная самооценка и страх: меня нигде возьмут, а если возьмут, то в курьеры, а в курьеры я, естественно, не хочу. И я решила: пойду в монастырь. Употреблять я не хочу, потому что это - смерть. Вот крайность: пойду в монастырь и там найду выход. Я приехала в монастырь на Новый год, и я увидела там чёрно-белый мир, совсем не мой, без красок, неинтересный и грустный - так я его ощутила на тот момент. И мне это дало силы искать работу, ездить на собеседования, на что-то надеяться, и через какое-то время меня взяли на работу в компанию, которая занимается трудоустройством. Я там очень быстро себя проявила с хорошей стороны. Ведь не было опыта, и я не знала, какая я на самом деле: что я коммуникабельная, ответственная, что я могу добиваться своих целей, что я умею убеждать других. И вскоре мне дали большую премию, как одному из лучших сотрудников. Очень быстро я начала зарабатывать деньги, на которые даже не могла рассчитывать. Я купала маме подарки, мы с ней строили какие-то планы, мы с ней меняли дверь - я стала добытчиком в нашей квартире. Правда, меня поглотила эта тема с деньгами, и я стала понимать, что болезнь намного обширнее, чем употребление наркотиков: сколько бы я ни зарабатывала, мне хотелось больше и больше. И меня это отодвинуло от выздоровления: я ходила на группы, но могла неделю не ходить, а заниматься только работой. И зарабатывание денег и гонка за ними лишили меня душевного покоя: мне хотелось быть слабой, чтобы кто-то решал за меня. Это прикольно было какое-то время, но когда долго на себе это тащишь, то хочется сбросить... Шло время, прошло уже больше года, как умер мой парень, меня отпустило это вселенских масштабов горе, и осталась просто пустота. И я ощутила, что готова к чему-то новому, у меня есть потребность любить, отдавать и быть любимой. И так получилось, что на группу пришел парень, такой веселый, смешной, он сразу же мне предложил пойти с ним в кино. Я спросила: «А как тебя зовут-то?» А он ответил: «Вообще Вадим, но для легенды - Наташа». И меня это сразу подкупило: мне настолько важно, чтобы я могла смеяться с человеком. Я люблю смеяться, а он любит смешишь. И я сразу почувствовала, как будто знаю его всю жизнь. И кажется, через три дня я его уже любила всем сердцем и не готова была расставаться с ним. Более того, он через дня уже жил у меня дома! Но моя влюбленность затмила моё чувство самосохранения: у него

на самом деле на тот момент не было чистоты. Мы начали жить у меня дома, оба ходили на группы, внутренне я сомневалась и подозревала, что он обманывает меня и употребляет наркотики. Но были и обратные сомнения: «Как же я могу плохо думать про человека? Я же его обжаю своими подзвонками!» Хотя другая часть меня кричала: «Люда, ты что? Он же вмазанный сидит!» И так длилось пару месяцев. В итоге однажды он приехал после группы и сказал, что употребляет наркотики и употребляет всё это время. Начался новый этап боли: с ним я не могу, потому что нельзя жить с действующим наркоманом, и без него я не могу! Опять боль, страх, безысходность, тревога. Чтобы не употреблять рядом со мной, он ушёл домой. Было так тяжело, что я одна не могла находиться в квартире. Я старалась все время быть с кем-то, ехать куда-то, идти на группу, потому что просто лежать и смотреть телевизор я уже не могла. Раньше я бы сказала, что просто так случилось, что в итоге он начал выздоравливать, а на сегодня точно могу сказать, что это Бог нас так сильно любит, и меня, и его, что у него откуда-то взялись силы вернуться и начать опять ходить на группы. Я тогда жила в постоянном страхе: я его весь день не вижу, и боюсь, что он опять употребит. Прошло много времени, пока этот страх отпустил меня, и я опять начала доверять. И я очень благодарна Богу за всё это. Я знаю, что есть много подобных историй, но их мало со счастливым концом, таким, как у нас.

Мы оба стали работать по программе, писать шаги, ходить на группы, работать со спонсором и подспонсорными. Всё это дает возможность меняться, черпать силы и отдавать их в семье. И я точно знаю, что если я перестану всё это делать, то наши отношения очень быстро испортятся. Потому что в наших отношениях я - человек, который затеивает скандалы. За 4 года, что мы вместе, он ни разу мне не предъявил претензий: почему ты не ответила, не приготовила, бросила тут носки и т.д.? Все наши ссоры - это я, моя гордыня, мой эгоцентризм, мои выяснения отношений. И только с помощью шагов, спонсора, групп я могу осознавать, что это мои проблемы, что это не он такой плохой, а это мои дефекты руководят мной и мешают мне жить счастливо. Два года назад мы поженились, у нас была веселая и счастливая «анонимная» свадьба. На сегодня я чувствую, что это мой человек, я хочу быть с ним, я ощущаю, что люблю его всё больше и больше, просто по-другому: сначала это влюбленность, физическое влечение, потом уважение, а на сегодня он - моя защита от внешнего мира. А мне очень важно чувствовать себя защищенной. Когда есть совместные цели, они сплывают еще больше. Сейчас мы хотим завести ребенка - это одна из основных целей за последние годы. Было много разных этапов и разных периодов, была и неуправляемость: «мне нужен ребенок сегодня, немедленно, и мне всё равно, откуда ты его возьмешь!», и принятие, что надо остановиться, взять паузу, и на какой-то период вообще об этом не думать, потому что я сошла с ума, я страдаю, и рядом со мной страдает мой муж, потому что видит мое безумие: я готова на все, и я веду войну, правда, с чем, непонятно. Потом Бог дал силы действовать дальше. Сложность ещё и в том, что у нас ВИЧ, а ВИЧ-инфицированным в нашей стране вообще непростое существовать, а в медицинском аспекте - тем более. Мы пришли в одну клинику в Москве, признались, что мы - ВИЧ-инфицированные, и нам сказали, что возможность забеременеть существует только через искусственное оплодотворение, но в нашей стране нам его официально не сделает никто. И это был конец света: я шла и плакала, не было выхода: я никогда не смогу иметь ребенка, и никто не может мне помочь! Всё, жизнь закончилась, как будто другой жизни нет, и ничего, кроме ребенка, не существует. Самая главная цель разрушилась, и в жизни не стало смысла. Но муж меня успокоил, и начались поиски выхода. Начали вырисовываться варианты: пойти нечестным путем, принести чужие анализы и не говорить про ВИЧ - этот путь мы отмели сразу, а второй вариант - обратиться в несколько конкретных клиник. Мы позвонили в одну из клиник в другой стране, а нам сказали: «Да, без проблем, приезжайте!» Это была первая победа, и мы плакали от счастья. И казалось, что оно так близко, что сразу после звонка ребенок будет у нас! А на самом деле всё было долго: сначала мы меняли паспорта, потому что там были визы с отказом, потом ждали приглашение, и было страшно, дадут или не дадут визу. В итоге визу нам дали, мы купили билет и поехали в клинику, поговорили с врачом. Все было как-то по-другому, легко: не надо было, говоря, что у тебя ВИЧ, внутренне сходить с ума от ужаса, вины и стыда, что ты это произнес, и что ты не такой, как человек напротив тебя. И опять появилась надежда. Нам подробно расписали все варианты, дали нам кучу лекарств, и мы поехали домой. Через какое-то время поехали на саму посадку. Конечно, в интернете начиталась про статистику, плюс сработало негативное мышление: «пусть даже всем повезет с первого раза, а мне - точно нет!» Потому что я не такая, и мне никогда не везет. Но была и надежда: «а вдруг получится?»

После процедуры надо было ждать две недели. Это непередаваемое состояние! Было очень страшно делать тест, ведь я понимала, что когда я его сделаю, то узнаю: «да» или «нет». И если «нет», то этой маленькой надежды, которую я сейчас испытываю, уже не будет. И будет больно, я буду плакать и страдать. А тест не показывал ни «да», ни «нет». В конце концов мы сделали его дома вместе с мужем: беременности не было. И тогда мы обнялись и рыдали вместе. Это было очень тяжело, особенно когда я увидела, что в голос рыдает мой муж, я не могла себе позволить плакать и быть слабой в этот момент, мне надо было мобилизоваться, стать сильной и срочно ему помочь! И я сказала:

«Это нормально, мы же знали, на что идем, будем пробовать еще и еще!» И в конце концов мы как-то справились. Меня всё это на какое-то время загнало в изоляцию: я не хотела никого видеть, плюс половина Сообщества знала, что мы делали, и все интересовались, как дела. И когда ты рассказываешь всё по восемнадцатому разу, уже говорить не хочется. И не хочется слышать, что всё наладится. Мне надо было побыть одной несколько дней, а потом прийти на группу и услышать новичка, которому реально плохо и негде жить, чтобы понять, что у меня вообще всё хорошо на сегодняшний день: у меня есть средства, у меня есть муж, у меня есть клиника, которая согласна мне делать процедуры, мне просто нужны силы. И больше ничего от меня не требуется: просто силы действовать дальше. И мы начали ждать следующего раза. Я поехала в клинику, одна. Сама процедура была в день юбилея АН Москвы, и муж остался здесь, т.к. у него было служение. Болезнь мне рассказывала об одиночестве, и какая я несчастная, но на самом деле я как-то справилась с этим. И муж приехал в тот момент, когда мне только сделали процедуру. Я лежала в большой палате, где были люди из разных стран, и никто не говорил по-русски. И я два часа разговаривала с этими женщинами, не знаю, о чём, но мы друг друга понимали, настолько нас это всё объединяло: одна и та же цель, одна и та же проблема и одна и та же надежда. В этот раз мы с мужем решили, что ждать две недели - это очень тяжело, и это время надо заполнить чем-то позитивным. И мы поехали путешествовать по Европе, на поездах, и меня это очень сильно впечатлило: другая архитектура, другие люди, плюс моё любимое - много одежды! Но страх, что опять не получится, все равно шел фоном. Мы вернулись, тест показал беременность, но страх не прошел. Появился новый огромный страх, что я не смогу выносить. Я чувствовала, что ничего не получится. Мне сейчас тяжело отличить, была это болезнь или истинные ощущения, но в итоге через 2 недели беременность перестала развиваться. И опять пришли пустота и внутреннее одиночество. Было так плохо, что не хотелось ничего, и не было никакой надежды. Но я знала, что и это пройдет. Спонсор меня научила ждать и наблюдать за собой, с принятием: не поменять немедленно эту грусть и боль, а просто ждать, что и это пройдет, потому что выход есть - мой опыт это уже показал. И я пошла в очередной раз на группу, и там опять был новичок, и ему было хуже, чем мне, и я поняла, что основное всё равно не это, и что есть человек, которому прямо сейчас нужна помощь, а у меня есть силы и средства, и надо их использовать и продолжать попытки. Недавно я опять ездила в клинику, и врач мне сказал, что мой организм не подготовился, как надо, и в этот раз мне не будет делать процедуру. И мои планы рухнули. В кабинете я это восприняла спокойно, но пока я 20 минут шла до площади, болезнь меня довела до такого отчаяния и саможалости, что я села на площади и зарыдала в голос в чужой стране, одна. А я очень редко плачу, я вообще сильная, как мне кажется. Вроде ничего страшного не произошло: всего лишь сделают не в этот раз, а через месяц! А мне уже кажется, что негде взять сил, и я не могу больше! Но муж со мной поговорил по телефону, развеял, и я поняла, насколько я нуждаюсь в Сообществе Анонимных наркоманов. Что я могу прийти на группу, обнять своих друзей и просто людей с группы, чтобы почувствовать, что я не одна, потому что одной мне не справиться. Только там я могу найти силы, чтобы двигаться дальше, чтобы поменять что-то в себе, и потом эти силы и любовь нести в свою семью, чтобы там отдавать. Не брать и не обвинять, а видеть свою сторону. Только группы, работа по шагам, спонсор - простые вещи, которые я всегда буду применять. У меня был небольшой период, когда Вадим употреблял, и у меня пошел перекос: надо его спасти. И я начала ходить на группы ради него, а не ради себя. Я перестала ходить на домашнюю, звонить спонсору. Это был, может быть, месяц, но по итогу я получила нереальную пустоту. Я помню, как сидела в машине перед группой и думала, подняться туда или остаться здесь: «Мне так плохо, ну что мне эти абстиненты могут сказать?» И я поняла, что меня уже повело в другую сторону, и мне надо срочно что-то менять и немедленно возвращаться: писать шаги, работать со спонсором, заниматься служением, ходить на группу для себя, ходить на разные группы с мужем. Чтобы не моя болезнь стала сильнее, а я. Чтобы не она рулила мной, а ей подруливала. Тогда это стало очевидным для меня, и на сегодняшний день я вообще не останавливаюсь, я постоянно в процессе: группы, шаг, служение, подспонсорные, спонсор. Эти моменты - ключевые для меня, потому что я знаю, как может быть, когда по-другому.

На сегодня я пришла к такому итогу. Если раньше я билась лбом, и требовала, чтобы забеременеть и родить немедленно, то через год всех этих проб и ошибок у меня появилась внутренняя готовность взять ребенка. Пропал страх, что я его не полюблю, буду с ним плохо обращаться, что я не буду такой мамой, какой я бы хотела быть. И страх, что это не мой ребенок - ушел. Бог дал сил, и меня отпустил этот страх. На сегодня есть понимание, что я смогу. Конечно, это будет нелегко, но шанс точно есть, и я его не упускаю. На самом деле шансов еще много, и разных. И сегодня у меня нет страха, а есть надежда, потому что я верю, что выход есть. Как с употреблением: выход есть, и невозможное - возможно.

Помните, что мнение, высказанное здесь, это мнение одного человека, а не всего Сообщества в целом. Если Вы хотите поделиться опытом или задать вопрос, пишите на gazeta@na-msk.ru

Настя