



Выздоровливающий наркоман обречен на успех?

Есть такая фраза: «Выздоровливающий наркоман обречен на успех». Но что такое успех и как его измерить? К сожалению или к счастью, мы живем в такое время, когда «успех» означает дорогую «тачку», элитную «хату» и дизайнерские «шмотки». Это что же получается, если я езжу на трамвае, живу в «хрущовке» и одеваюсь на рынке – значит, не выздоравливаю?

С другой стороны, город диктует свои законы – здесь сильный пожирает слабого. Как совместить путь «наверх» с духовными принципами? Где грань между выздоровлением и успехом? И есть ли она вообще, эта грань?

Такие мысли одолевали нашу редакцию одним промозглым весенним вечером. Недолго думая, мы решили обратиться к опыту впередиидущих. И вот что мы их спросили:

Твоё понимание успеха в начале выздоровления и сейчас?

Митяй (10,5 лет)

В период употребления у меня были типично наркоманские представления, что жизнь – это миллион долларов, мерседес под задницей, рядом деваха! Но, этого всего у меня не было, а были только мечты и зависть к другим людям. Вот у них все здорово, а у меня как-то не получается ни денег накопить, ни важным человеком себя почувствовать. Одни метания между эйфорией и моралью, и все деньги, которые были, уходили на наркотики. Конец мой был такой, что при весе 48 кг на мне были штаны 56 размера, ботинки, украденные на Курском вокзале, голова просто без идей...

Игорь (10 лет)

Ооооо...!!! Это, конечно же, были: Деньги, Собственность, Престиж! Много «лавэ», крутая «бричка», шмотки с «правильными лейблами», «мобила», девочки и «понты». Что ещё мог желать наркоман, воспитанный 90-ми и потерявший всё.

Антон (10 лет)

Сегодня для меня успех – это мое некое ощущение по жизни, в том числе и профессиональное, с которым я могу приходить в разные места, к разным людям и говорить: «Здравствуйте, это я». И этого достаточно. А в ответ мне либо улыбаются, либо кивают с уважением, говоря: «То, что ты делаешь – это настоящее, это особенное, это круто!». Аплодируют, жмут руку, бывает, смотрят с недоверием и ноткой зависти. Немного я и много Бог, как я его понимаю.

Ann (9 лет)

Необходимость добиваться успеха – это первый признак того, что со мной не все в порядке, и у меня есть потребность доказать себе, что я что-то в этой жизни да значу. В поисках собственного предназначения стремление к успеху является хорошим стимулом, так как доказывает в первую очередь самой себе, что я что-то могу. На каком-то этапе моей жизни я искала пути к успеху, и, наверное, не будь я такой ленивой, прочла бы кучу литературы на эту тему, благо таковой хватало. Но собственная лень сослужила мне хорошую службу. Соответствовать образу успешного человека мне было не под силу, и благодаря переоценке ценностей, которая проходила во мне на тот момент, я осознала, что это – не мое. В процессе выздоровления я поняла, что в своем стремлении к успеху я занималась не своим делом. Именно тогда, когда я осознала это, мне стало необыкновенно легко, и главное, мне удалось признаться в этом самой себе. С этого момента в моей жизни многое изменилось. Признав свое негативное отношение к общепризнанному пониманию успеха – достижению социального статуса и финансового достатка, я пришла к ощущению свободы, которая давала мне импульс двигаться в правильном направлении. По сути, сместив фокус с поиска методов достижения успеха на сам успех, я освободила время для наслаждения фактическим, а не призрачным успехом. Я перестала опаздывать, просто – не торопясь. Я стала, безусловно, богатой и счастливой, без очевидных и банальных атрибутов богатства и счастья, таких как бетон, коттон, бумажки и железки.

Том (7 лет)

Успех!? – это поддержание равновесия во всех сферах жизни.

Владимир (7 лет)

Жить в мире с самим собой, достигать и радоваться достигнутому! Гармония!

Твоё понимание духовности в начале выздоровления и сейчас?

Митяй (10,5 лет)

Я понял, что ни продолжение рода, о котором я мечтал, ни доброго слова от людей – ничего этого не будет! Не говоря о каких-то материальных вещах. Находясь на своем дне, о материальных вещах я уже и не думал, а думал только о том, когда же я умру? Вот с таким состоянием я и начал выздоравливать.

Игорь (10 лет)

Если бы меня тогда спросили о духовности, я бы спросил в ответ: А что это? Её просто не было. Я настолько был раздавлен наркотиками и заиклен на себе, что, казалось, ничего не чувствовал, не понимал, для чего я живу, куда иду и в чём моё предназначение. И, несмотря на то, что я всегда верил во что-то там где-то, мой контакт с Богом был на нуле. Я совсем не чувствовал Его.

Антон (10 лет)

Духовность – это такое ощущение по жизни, пробуждение. Когда я могу обнять незнакомого человека. Обратиться за помощью к человеку, которого вижу первый раз в жизни. Когда я улыбаюсь детям, путешествую с друзьями, куда глаза глядят, или плачу, ощущая боль этого мира. Это любовь! Чувство Бога внутри! Что еще сказать!? Пробуждение это происходит в результате работы по шагам.

Ann (9 лет)

У меня дома есть такое странное явление. Испанское жильё почти всегда обладает так называемым «колодецем» – внутренним двором, в который выходят окна из всех квартир. В моем случае – это окна из кухни и детской комнаты. Это пространство, которое живет своей жизнью. В нем слышно звуки из всех квартир. Можно почувствовать ароматы соседской стряпни. Люди сушат там свое белье. Иногда я нечаянно роняю туда прищепки, и сердце замирает от страха и ощущения невозможной потери, так как входа в этот «колодец счастья» я не знаю. В нем соседствуют люди разных традиций и культур, разных привычек и вероисповеданий, но именно эта часть моего дома вызывает во мне самые теплые чувства, потому, что она живет своей жизнью. Можно закидать это пространство мусором по самые окна, и пожинать плоды собственного свинства. Можно быть нетерпимым к соседям, и испортить отношения со всем подъездом. Но когда я слышу прекрасную музыку, которая доносится из соседских окон, и мужской голос, в унисон подпевающий этой солнечной и сентиментальной песне, когда запах средиземноморской кухни пробуждает аппетит, я готова плакать от счастья, что могу слышать и ощущать все это! Это аналог духовности для меня на сегодня – этот колодец и жизнь внутри него.

Том (7 лет)

Когда я что-то делаю для других людей и не получаю и не жду ничего взамен. Хочу кому-то помочь и действую в этом направлении.

Владимир (7 лет)

Жить по программе, верить и применять шаги и принципы в своей повседневной жизни, хотя

это трудно и не всегда получается.

Как менялось твоё представление об успехе и духовности в процессе выздоровления?

Митяй (10,5 лет)

Примерно на 4 месяце выздоровления, когда я был без работы, и не представлял, как это делать – работать. И жить по-старому было уже нельзя. Потому что если я крал, то меня это приводило к страху и, как следствие, к употреблению, чтобы избавиться от этого страха. Я понимал, что такие «нечестные деньги» могут меня привести обратно. Такие возможности были, можно сказать как проверки – ехал в метро и видел кошелек у женщины в сумочке, который лежал сверху. И у меня возник вопрос: «И что потом делать с этими деньгами?» И меня это остановило.

Прошло еще четыре месяца. Я продолжал сидеть у мамы на шее, и периодически хотелось «схалавить». Я думал о том, чтобы попросить у нее денег на кроссовки, но понимал, что это те же потребительские отношения, как и раньше в употреблении. Для меня любая такая «схалаява» является злом. Я понимал, чтобы чувствовать себя увереннее, чтобы чувствовать себя мужчиной, мне нужно зарабатывать самому.

В то время я делал Третий Шаг, и я начал молить Бога о принятии любой работы, которая мне попадется. В душе я смирился. И произошло самое обычное чудо выздоровления – раздался звонок, одной знакомой – выздоравливающей. Она приглашала меня на встречу с женщиной-психотерапевтом, которая предлагала работу консультантом. Я даже сначала испугался, что вот только попросил, и на тебе! Это была проверка моей веры. Как бы страшно тебе не было – делай, ведь ты же просил!

Через всю мою сознательную и несознательную жизнь везде идет канва Бога. Где-то приходилось переступать через себя, быть нечестным с другими людьми. В бизнесе быть абсолютно честным с другими людьми для меня оказалось невозможным. Приходилось играть по тем законам, которые требовал от меня бизнес, единственное, с кем я был честен – это с самим собой.

Игорь (10 лет)

Долгое время мерками успешности оставались только деньги, собственность и престиж. В какой-то момент я понял, что наглухо завишу от этого, и моё вожелание делает меня неуправляемым и несчастным. Чем больше я оставался трезвым, тем меньше это меня «торкало». Всё это привело меня к осознанию того, что приоритеты в моей формуле успеха расставлены неправильно. Сегодня я знаю: «Я по-настоящему успешен, когда я с Богом и в мире с самим собой, и если к этому прилагаются ещё и материальные подарки – это супер!». Это не значит, что деньги, собственность и престиж меня не интересуют, просто без Бога я не чувствую себя успешным в этом. Такова моя формула успеха на сегодня.

На сегодня духовность для меня — это быть в контакте с Богом, любить и чувствовать, что ты правильно живёшь свою жизнь.

Ann (9 лет)

Выздоровление – это не конечная остановка, а дорога длиною в жизнь. И на протяжении этого пути мое сознание претерпевает значительные изменения. То, что я изложила выше, это то, как я понимаю успех и духовность на сегодня. Кто знает, чем меня порадует ВС в будущем, и какие еще догмы расплавятся от жаркого солнца. То, что я не всегда считала так – это очевидно, и не исключены изменения.

Антон (10 лет)

Несколько лет назад я возвращался с комфортной и престижной работы домой, ставил машину в гараж, дома меня ждала семья, комфорт, уют, удовольствие. Я помню тот вечер, когда я подумал: «Ну что ж, чего еще желать, у меня есть все, что мне нужно». Это был успех. Тогда я не знал, что через пару лет я буду иногда ночевать в машине на подземных стоянках, переезжать по несколько раз в неделю, плакать от одиночества и от того, что мне некуда сегодня идти. Буду часто голодным, без средств к существованию, и думать: «Боже, как мне успеть выразить все то, что есть внутри меня? Сколько еще в мире мест, куда мне нужно попасть и сколько людей вокруг, с которыми мне так нужно побыть?» – и этот ураган внутри меня набирал силу с каждым днем. И я не берусь судить, какой из этих успехов лучше. А духовность?!...Любовь... Боль... Мне трудно написать словами об этих изменениях.

Владимир (7 лет)

Думал – можно все купить, главное больше зарабатывать, думал, что проявлять себя в социуме, семье и бизнесе – главное. А на группу ездил, чтобы посмотреть новых девчонок и кто на какой машине приехал. До 2,3 лет размышлял такими категориями.

Твои достижения на сегодня?

Митяй (10,5 лет)

На сегодня мой духовный рост я понимаю в вере в Бога. Я стал больше доверять свои страхи, что я останусь без копейки денег: оглядываясь назад, я понимаю, что такого не случилось никогда. Я не могу сказать, что я какой-то удалой человек эдакий. «Звезд с неба не хватаю, но Бог дает, которых мне хватает!» Я думаю всем понятно, о каких звездах я говорю!

Игорь (10 лет)

Самое большое мое достижение — это то, что я нашёл Бога, как я Его понимаю. На сегодня я активный член АН. У меня есть спонсор, служение, подспонсорные. Я работаю по шагам и регулярно посещаю группы. Каждый день у меня есть возможность быть счастливым при помощи программы 12 шагов АН. Сегодня у меня есть друзья, с которыми я делю как радости, так и трудности. У меня есть семья: любимая жена, с которой мы 8 лет вместе, и которая подарила мне двух фантастических сыновей, которых я обожаю. Есть новая работа (в день, когда у меня было 10 лет трезвости, меня сократили на работе, и 5 месяцев я был в поиске) и вера в то, что все будет хорошо.

Ann (9 лет)

Зависит, с какой точки зрения смотреть. У меня нет автомобиля. Нет недвижимости. Нет высокооплачиваемой должности, дающей призрачную «уверенность в завтрашнем дне». Мое положение в обществе – в статусе нелегального эмигранта, мне 35 лет, и большая часть жизни – позади. Хотя, с другой стороны, я живу на берегу Средиземного моря, в окружении гор. Надо мной светит теплое испанское солнце, и каждый закат для меня – чудо. У меня трое детей, любимый человек, и я пеку очень вкусные пироги. И это только начало!

Антон (10 лет)

Мне кажется, я уже ответил на этот вопрос, когда отвечал на предыдущие. А еще Бог и одна женщина дали мне сына. И он замечательный. И это чудо.

Владимир (7 лет)

На сегодня руководитель серьезного регионального проекта в крупной компании, занимаюсь активным служением, работаю по шагам, путешествую, забочусь о ребенке, и строю себя и отношения с близкими людьми.

«...Боже, помоги мне, я так устал от такой жизни...», «Боже, помоги мне сегодня взять кайфа...», «Боже, спаси меня...», «Боже, дай мне разум и душевный покой...». Каждому из нас знакомы эти обрывки наших обращений к Богу в минуты отчаяния в прошлой нетрезвой жизни, в минуты поиска кайфа, в надежде заглушить все то, что с самим Богом нас связывает. И каждый из нас наверняка помнит, как когда-то впервые вслушался и узнал для себя молитву о душевном покое – «Боже, дай мне разум и душевный покой, принять то, что я не в силах изменить...». Это обращение можно прочитать на стенах тысяч помещений для собраний АА и АН на всевозможных языках. Язык этой молитвы одинаков для всех нас, благодаря этой молитве и заботе «старших» товарищей по АН, мы начали свой путь выздоровления, своё становление Человека, по которому мы идём шаг за шагом. Строки этой молитвы родились не в АА и не в АН. Варианты этого обращения веками использовались приверженцами различных вероисповеданий, и в настоящее время широко распространены как вне сообщества, так и внутри него. Независимо от того, принадлежим ли мы к какой-нибудь церкви или являемся атеистами, большинство из нас убедились, что эти слова служат ориентиром для того, чтобы обрести столь недостижимую для нас трезвость, оставаться трезвыми и наслаждаться своей трезвостью! Независимо от того, воспринимали ли мы её как молитву или как наше горячее желание изменить свою жизнь, она работает!

Некоторые из нас, впервые приходя в сообщество, спрашивали: «Почему присутствующие на ваших собраниях представители различных религий должны читать общую молитву?». Молитва о душевном покое уникальна тем, что она подходит для людей различного вероисповедания. Всё, что касается молитвы и её происхождения, действительно интригующе, противоречиво и даже загадочно. Молитва о душевном покое - это способ мышления, способ жизни, философия Сообщества. Можно относиться к ней как к молитве, а можно применить её в качестве размышления.

Можно почти поверить в то, что она родилась из опыта Анонимных Алкоголиков.

Хотя истоки молитвы до сих пор доподлинно не известны. Пожалуй, проще рассказать, как вот уже пол-века назад молитва о душевном покое появилась в АА. В начале 1942г. некий член АА из Нью-Йорка обратил внимание на один из некрологов в газете «Нью-Йорк Геральд Трибун», который выглядел так: «Боже, дай мне разум и Душевный Покой принять то, что я не в силах изменить, Мужество изменить то, что могу, и Мудрость

отличить одно от другого». Все, кто в это время находился в одном из офисов АА на Манхэттене, поразились силе и мудрости, заключённым в словах молитвы. «Никогда не видел, чтобы вся суть АА выражалась столь немногими словами», - пишет Билл У.

И вот так «случайно» попавшаяся на глаза неизвестная молитва, напечатанная среди некрологов и посвященная неизвестному человеку, стала ежедневной молитвой для тысяч членов АА, АН и людей, страдающих другими видами зависимости по всему миру. Долгие годы множество людей безуспешно пытались разгадать тайну происхождения этой молитвы, но всякий раз, когда кому-то казалось, что он попал на след, другой незамедлительно находил опровержение этому, обнаружив какие-то новые интригующие факты. Известно, что на авторство претендовал доктор теологии Рейнольд Небур, который в нескольких интересующих по разным поводам упоминаниях, что он написал эту молитву в качестве заключения к проповеди, посвященной живой вере. Но даже он сам говорил: «Возможно, что идея этой молитвы бродит в умах уже многие годы или даже столетия, но я искренне верю, что написал ее сам». Когда началась Вторая мировая война, эта молитва с разрешения доктора Небура была отпечатана на маленьких карточках и распространена среди солдат. К тому времени она также была перепечатана Национальным Советом Церкви и, конечно же, АА. Доктор Небур оказался прав в своем предположении, что «идея этой молитвы бродит в умах уже давно». Никто не может сказать с уверенностью, кто первым написал эту молитву, кто-то считает, что она родилась в Древней Греции, другие считают, что молитва восходит к древним санскритским текстам, Аристотелю, Бл. Августину, Св. Фоме Аквинскому, Спинозе. Но среди трудов вышеупомянутых авторов никто не нашел текста молитвы в ее полном виде. Что действительно прослеживается с древности, как, например, в приведенной цитате из Цицерона, так это присутствие темы принятия, мужества в изменении того, что возможно изменить, и способности дать свершаться своим чередом тому, что не в нашей власти. Каждый раз, в поисках происхождения молитвы открывалось что-то новое, например, в июле 1964 г. в редакцию журнала «Грейпвайн» прислали вырезку статьи западно-германского корреспондента из парижской газеты «Геральд Трибун». Он писал: «При перепечатке одного из заброшенных залов отеля в г. Кобленце на берегу Рейна обнаружили пластинку с вырезанными на ней словами: «Боже, дай мне бесстрашие принимать то, что я не в силах изменить, му-

жество, чтобы изменить то, что я могу изменить, и мудрость различить одно и другое». Эти слова были подписаны, сообщал корреспондент, именем протестантского религиозного деятеля Фридриха Этингера (1702 - 1782). Интересно, что табличка висела в зале, где солдаты и офицеры германской армии проходили обучение «в духе принципов, которые подбаивают иметь солдату - гражданину демократического государства». Занимавшимся этими исследованиями членам АА это показалось конкретным свидетельством происхождения молитвы. И это убеждение оставалось неизменным в течение 15 лет. Затем, в 1979 г. Центральное бюро обслуживания АА получило материал из Берлина от одного из членов Сообщества. Этот материал перечеркнул уверенность в том, что молитва появилась в 18 веке. Однако он добавил очень интересные сведения о происхождении пластинки с текстом: «Первая форма молитвы принадлежит Боэцию, римскому философу (480 - 524 г.г.), автору книги «Об утешении философов». С тех пор мысли этой молитвы использовались верующими людьми, которым приходилось переносить много страданий - сначала это были англичане, затем прусские пуритане, потом протестанты-пиеисты на юго-западе Германии, потом члены АА и, уже через них АН, Анонимные Созависимые, Анонимные Игроки и т.д.

Другая сотрудница ЦБО АА в 1957 г., листая как-то книги в Нью-Йоркском книжном магазине, наткнулась на небольшую красивую карточку, на которой было напечатано: «Всемогущий Боже, Отец наш Небесный, даруй нам смиренномудрие принимать то, что невозможно изменить, мужество изменить то, что должно изменить, и мудрость различить одно и другое». Эта карточка была прислана из книжного магазина в Англии, где ее называли «Главной молитвой», и датировалась 14 веком! Существуют и другие претензии на авторство этой молитвы, и нет сомнений, что она принесет еще много загадок.

Для каждого из нас была своя «Главная молитва», в которой мы обращались к Богу, как умели, часто не зная никаких молитвенных текстов, не посещая церковь, мечеть, синагогу. В сообществе наши молитвы слились в одну, нашу «Общую молитву»:

Боже, дай мне разум и душевный покой принять то, что я не в силах изменить, мужество изменить то, что могу, и мудрость отличить одно от другого.

Таня

Собрание РКО в Нижнем Новгороде

В последние выходные марта в славном городе Нижний Новгород прошло очередное заседание Регионального комитета обслуживания (РКО) Западная Россия. Новгородцы встретили тепло, неподдельным радушием и гостеприимством!

С каждым годом Сообщества АН в разных уголках России растут и крепнут, на этот раз собрались представители местных и городов: Черновозьме (Воронеж, Липецкая область и др.), Самара, Саратов, Ижевск, Чайковский, Тюмень, Кишинёв, Москва, Екатеринбург, Сургут, Санкт-Петербург, Ростов-на-Дону, Челябинск, Казань, Краснодар, Мурманск, Нижний Новгород, Нижневартовск (был впервые), Череповец (был впервые), Волгоград, ЧРК РКО Сибирь (5 городов), Иваново (был впервые), Набережные Челны, Минск, Одесса.

По традиции заседание РКО длилось 2 дня в рабочем режиме. Решались серьезные вопросы обслуживания Региона Западная Россия, вместе искали способы решения проблем, ставили задачи на следующие полгода, обсуждали, дискутировали, по доброму шутили. Обстановка то накалялась, то разряжалась очередной шуткой или нелепым выкриком кого-то из присутствующих.

Члены регионального комитета (ЧРК), представляющие вышеперечисленные города, делали отчет о своём городе/местности, о том, как развивается Сообщество их местности, какой интересный опыт есть у них, просили поддержки у РКО. Подкомитеты РКО: ЛитКом, БУ, ПСО, переводческий комитет, комитет

по развитию Сообщества, комитет по регистрации расписаний - также отчитывались о проделанной работе за прошедшие полгода. После отчетов подкомитетов ЧРК определяли цели и задачи подкомитетам на следующие полгода.

Комитет ПСО до следующего заседания РКО продумывает возможность официального оформления сообщества, в комитете БУ выбран вице-председатель из Москвы, намечены цели по организации работы других подкомитетов БУ и передача им опыта по несению вестей. Силами Переводческого подкомитета книга «Руководство к работе по шагам» переведена, одобрена ОМО и направлена в печать. Переведена и напечатана брошюра «12 концепций служения» и имеется в Сообществе. Переведена книга «Спонсорство», одобрена и направлена в печать. Литературный комитет рекомендовал доносить до групп в местных инфах информацию о том, что такое литература АН, подчёркивать её важность в выздоровлении каждого и по возможности детально изучать на группах литературу АН.

Одним из достижений нашего Сообщества г.Москвы была презентация инвентаризации РКО, проект которой наши ЧРК составили и привезли на РКО для того, чтобы совместно определить, какие проблемы есть в структуре обслуживания регионального комитета и как общими усилиями сделать работу РКО более эффективной. В итоге была масса вопросов и обсуждений. Идея инвентаризации нашла отклик, и принято

решение её провести на следующем РКО.

После первого дня заседания все тепло и дружелюбно общались между собой: кто за ужином в Новгородских заведениях, кто на экскурсии в речном трамвайчике по Волге, кто-то на группе АН в Новгороде делился опытом и впечатлениями о поездке, кто-то остался в номере и решил отдохнуть за чаем в приятной компании.

На второй день путём долгих споров были утверждены для проведения следующие мероприятия РКО:

- 1) Региональная Конвенция в г.Самара 19-21 июня. Тема конвенции: «Умножение выздоровления». Ассамблею для секретарей групп решили приурочить к Конвенции в Самаре 19-21 июня.
 - 2) День спонсора в г.Воронеж решено провести 27-28 июня.
 - 3) Миссии, направленные на развитие Сообществ в городах Череповец, Кишинев, Иваново запланировано провести в ближайшие полгода.
- Городом для проведения следующего РКО среди двух претендентов: Самара и Воронеж - был выбран Воронеж, следующее собрание РКО состоится 26-27 сентября 2009г. Мероприятие завершилось общей молитвой и благодарностями другу за отданные силы и время во благо служения Сообщества АН.

Редакция

ЛИКБЕЗ

Сообщество АН - есть нечто большее, чем просто встречи на группах, которые мы посещаем. Мы - часть единого целого. На пути выздоровления мы открыли для себя, что путь этот тяжело преодолеть в одиночку, без поддержки других зависимых. И наше собственное выздоровление зависит от регулярности наших собраний, выздоровления других участников группы, наших наставников, что проходят вместе с нами путь к выздоровлению с самого начала. Приоритет идеи Единства призывает каждую группу заботиться в первую очередь о благополучии АН, и только потом - о своём собственном благополучии. Группы осуществляют свою деятельность, взаимодействуя с другими группами, и засчет этого живут и продолжают существовать Сообщество. Группы, в свою очередь, могут рассчитывать на помощь и поддержку со стороны других групп Сообщества, или любого из его комитетов. Это своеобразная круговая порука, позволяющая нам быть Единым Целым, невзирая на все противоречия и различия между нами. Осознание неразрывности между личным выздоровлением и выздоровлением общим, дает каждому из нас уникальный стимул внести свой вклад в укрепление Единства АН. Приходя на группы, мы ищем новых друзей, новые возможности, и надеемся изменить нашу жизнь к лучшему. Ощущение сопричастности между каждым из нас и группой растёт и крепнет. Мы учимся относиться к другим зависимым с заботой и уважением, и делать все от нас зависящее во благо группы и всех, кто её посещает. Иногда требуется просто прийти на группу, чтобы оказать поддержку; а порой достаточно одного телефонного звонка, или отправленного письма; даже обычное словосочетание «любим тебя!» способно в корне повлиять на ход событий. Мы черпаем силы для собственного выздоровления, строя отношения с другими зависимыми. В своем выздоровлении мы полностью полагаемся на Единство группы, на помощь её участников и, конечно, на духовные принципы и Высшую Силу.

Единство начинается там, где есть признание той терапевтической ценности, которую один зависимый способен оказать другому. Помощь может выглядеть по-разному. Иногда это общение один на один, как в отношениях спонсорства, например. Иногда это новые мероприятия, в которых мы участвуем, и где наша общая цель - нести весть о выздоровлении другим зависимым. Многие группы открываются, опираясь на поддержку членов более сильной и опытной группы. Такое взаимодействие способствует росту и процветанию Сообщества и укрепляет духовное единство среди тех, кто работает на благо Сообщества плечом к плечу. Основа благополучия группы - любовь и поддержка одного зависимого по отношению к другому.

На самом деле, Единство заключается не столько в «работе», сколько в «творчестве», когда наша деятельность сочетается с развлечением. Те дружеские узы, которые нас связывают вне собраний, работают на укрепление Единства. Деятельность в рамках Сообщества обеспечивает нам возможность отдохнуть, общаться друг с другом, и наслаждаться жизнью. Ассамблеи, съезды, праздничные обеды, юбилеи, - все это дает нам возможность веселиться и быть социально активными в то же время. На пикниках, различных художественных или спортивных мероприятиях к нам могут также присоединиться наши семьи. Мы укрепляем чувство единения, когда видим в Сообществе нечто большее, чем просто посещение собраний. И тем крепче связывающие нас узы, чем больше мы оказываемся вовлечены в жизнь друг друга. Забота и взаимопонимание,

ЕДИНСТВО

рождающееся в процессе таких отношений - и являются той прочной нитью, из которой соткано Единство АН. Во имя Единства мы стремимся применять принципы, прежде всего в своём поведении. Придерживаясь этих принципов, мы и достигаем того Единения, которое развивает в нас способность протянуть руку помощи ближнему, преисполнившись заботой о всеобщем благополучии. Среди основных принципов, определяющих Единство, - Капитуляция, Признание, Обязательность, Бескорыстие, Любовь и Анонимность. Капитуляция и признание как бы открывают нам путь к Единству.

Обязательность - это вторая необходимая составляющая Единства. Личная обязательность в соблюдении общих интересов - вот что связывает нас. Когда мы осознаем свою принадлежность к Сообществу, и принимаем обязательство идти по этому пути, Пути АН, и дальше, мы становимся частью единого целого. Пока мы обязательны, мы способны нести весть о выздоровлении другим, и поддерживать друг друга в нашем собственном выздоровлении. По сути, быть обязательным - значит, воспринимать АН, как образ жизни, и верить, что этот образ жизни будет поддерживать нас. Регулярно присутствовать на собраниях, приветствовать новичка на собрании, или давать свой номер телефона тем, кто нуждается в поддержке, - все это показатели нашей обязательности, которая также может выражаться и в спонсорстве, и активном слушании на собраниях, и даже в том, как мы убираем помещение после группы. Ещё один жизненно важный принцип Единства - это Бескорыстие. Шаги учат нас, отказываясь от эгоизма, с любовью и заботой относиться к окружающим. Во имя процветания группы мы ставим её интересы выше своих собственных. Сможем ли мы выжить как Сообщество - это лишь вопрос нашего Единства.

Применяя принцип Любви, мы становимся доброжелательными по отношению к другим. Мы вносим свой вклад в Единство, проявляя заботу о других участниках наших собраний, причем многое зависит не от того, что мы говорим, а от того, как мы это говорим и от самой манеры обращения с другими. Мы пытаемся поделиться опытом, силами и надеждой, таким образом, чтобы сомнений не осталось: выздоровление в АН возможно для каждого. Атмосфера заботы и любви помогает каждому участнику собрания чувствовать себя в безопасности. Наша любовь по отношению друг к другу притягивает внимание новичков, укрепляет наши силы, и подогревает в нас чувство Единства и всеобщего благополучия.

Анонимность - духовная основа наших Традиций. И на принципе Анонимности также строится Единство АН. В контексте Единства, Анонимность означает то, что весть о выздоровлении может получить каждый зависимый, если он этого желает. И если анонимность является духовным принципом, то единство - это практический принцип, опираясь на который мы можем укрепить наши группы и сделать их благополучными. Применяя Единство как практическую основу, мы приходим к тому, что наши отношения друг с другом сильнее и важнее любых спорных вопросов, которые могут возникнуть и разобщить нас. Нет такой проблемы, которая бы имела для нас большее значение, чем потребность во взаимной поддержке.

Слава