

ВОРОТА ПРОГРАММЫ

Нести ответственность – значит, не просто помочь другому алкоголику. Это значит сохранять АА.

Слишком часто я слышу на собраниях: «АА изменилось». Разумеется, АА изменилось. С тех пор, как в 1970 году я пришла на собрание Анонимных Алкоголиков, мир тоже изменился.

Тогда многое было иначе. Группы были меньше, мы мыли чашки и пепельницы, подметали пол, подавали после собрания пирожные, и было меньше собраний-дискуссий. Члены Содружества были более сплоченными, а спонсорство – обязательным.

Мне странно слышать слова: «АА изменилось», потому что я и другие такие же старшие служители отвечаем за то, чтобы пламя горело. Теперь мы выбрасываем чашки, часто платим другим людям, чтобы они подметали пол, и у нас нет пепельниц. Но атмосфера осталась неизменной. Нам нужно выполнять много разной работы, чтобы Содружество всегда было открыто для всех, и *мы* – учителя. Действительно, со временем многое меняется, и это – естественный ход жизни, но основные истины и принципы, поддерживающие нас многие годы, остаются.

Новички нуждаются в руководстве, как и давние члены Содружества, когда входили в ворота нашей Программы. Кто лучше готов к тому, чтобы быть наставником, чем самые опытные? Я являюсь активным членом Анонимных Алкоголиков на протяжении 34 лет, посещаю не менее трех-четырёх собраний в неделю. Кроме того, я принадлежу к одной группе, поддерживаю отношения со своим спонсором и работаю с другими. Я отвечаю за то, чтобы в сердцах новичков были живы основы: Содружество, группы (не просто собрания), служение и рост через чтение нашей литературы.

Общества имеют склонность разрушаться изнутри. Поэтому очень мудро со стороны основателя Содружества Билла У. предупредить нас в Десятой Традиции: «Мы считаем выживание и развитие Анонимных Алкоголиков намного более важными, чем любое другое дело. Поскольку выздоровление от алкоголизма для нас – сама жизнь, нам обязательно нужно сохранять силу своего средства выживания».

Спустя годы посещения собраний АА и выслушивания членов Содружества со всех концов страны и Европы я изменилась, выросла в профессиональном отношении, получила образование, упрочила свое финансовое положение, научилась любить, уважать, сочувствовать, поддерживать, молиться, доверять и реализовывать многие из 137 обещаний, приведенных в Большой Книге (БК) Анонимных Алкоголиков. Как я могу не верить, что это – драгоценное наследие, оставленное основателями и первыми членами АА? Как я, будучи одним из старших членов Содружества, могу допустить, чтобы Программа была каким-либо образом скомпрометирована? Нет. «Я несу ответственность» вовсе не сводится просто к оказанию помощи другому алкоголику. Это значит сохранять наше Содружество в целом.

П Э Т Р.

Бетлхэм, Пенсильвания

ЛОЖКА ДЕГТЯ

Атеист примиряется с Шагами

Я прочел в «Грейпвайн» множество откровений агностиков, но лишь немного – убежденных атеистов. Будучи атеистом, я нашел в АА более пятнадцати лет значительного духовного роста, однако отсутствие согласия в вопросах религии представляло проблему при общении с некоторыми членами Содружества.

Как только я начал принимать советы АА, смущение уступило место ясности, и дары АА – счастье, спокойствие и благодарность (большая тройка) – стали медленно прокладывать себе путь в мою жизнь.

Однако в те первые дни для меня была одна ложка дегтя в бочке меда. Из собрания в собрание я слышал, что мне придется повернуться спиной к тому, что я вижу собственными глазами, если я ожидаю долговременной трезвости; что мне нужно будет каким-то образом «прийти к убеждению», что моей жизнью распоряжается некая сверхъестественная сила, что я должен буду «препоручить свою волю» этой силе и даже стремиться к познанию «Ее воли в отношении меня». Я ужасался при мысли, что ценой моей трезвости будет такое отрицание реальности.

Я находил некую иронию в том, что, как только затмевающее мой разум облако, наконец, начало исчезать из моей жизни, как только, после стольких лет алкогольного безумия, рассудок стал возвращаться ко мне, АА начало говорить мне, что в трезвости мне придется сделать со своим разумом именно то, что алкоголь заставлял меня с ним делать, когда я был пьян – отказаться его использовать. Я должен буду отвергнуть свои рациональные убеждения. Идея о некоем Боге, контролирующем нашу Вселенную, все еще пользуется широкой популярностью в современном сообществе АА. Я был в отчаянии, ведь алкоголики говорили мне, что, если я не смогу научиться ослаблять свою хватку в отношении реальности и верить в нечто сверхъестественное, моя трезвость будет недолгой.

Затем я нашел себе спонсора, и он ввел меня в курс дела. Он руководил мной в работе над Первым Шагом, и от него я узнал, что трезвость возможна и для алкоголика, который неспособен притворяться, что реальность является чем-то, чем она, на деле, не является. Фактически, сказал он мне, честность требует *не притворяться* насчет чего бы то ни было; а честность, сказал он, это обязательное условие для трезвости.

Но, чтобы быть честным, я должен был провести тщательный самоанализ; я должен был принять некую силу, которая позволила бы мне увидеть себя таким, каков я есть. После двух десятилетий в пьяном состоянии я снова должен был наладить когнитивный контакт с миром; чтобы «вновь обрести здравомыслие», я должен был препоручить свою жизнь силе разума. В конце концов, сущность моего алкогольного безумия заключалась в разрыве когнитивных связей с реальностью. И меньше всего мне сейчас нужен был качественно новый конфликт с реальностью – притворство, что я верю во сверхъестественное.

Когда я «препоручил свою жизнь» высшей силе разума, безумие начало рассеиваться. Как сказано на 48 странице нашей Большой Книги, «Она наконец вернула нас в разумное состояние».

Обратившись к разуму и отказавшись от мистицизма, я открыл, что жизнь может управляться принципами Шагов, а не моими импульсами и

побуждениями. Когда я «препоручил свою жизнь» принципам Шагов, мои прежние алкоголические привычки начали сдавать позиции.

Все мои изъяны характера и недостатки были завязаны на оси побуждений и капризов моей прежней алкогольной жизни. Чем больше я приводил свою жизнь в соответствие с принципами Шагов, тем яснее я видел мир и тем реже оказывался во власти побуждений и импульсов, гнева и обид, вины за причиненный другим людям вред и обычных страхов. Я освобождался!

Этого бы никогда не случилось, если бы я продолжал пить; этого бы никогда не случилось, если бы я не открыл принципы Шагов; этого бы никогда не случилось, если бы мой ум был парализован суеверной убежденностью в существовании некой сверхъестественной силы. Это произошло, когда принципы Шагов применил на практике рассудок, освобожденный высшей силой разума. Это – благословение, за которое я всегда буду благодарен.

П е р р и У.
Бакстон, Мэн

ПРОЖИВАЯ РЕЗУЛЬТАТ

Член АА удивляется своему духовному росту

Вероятно, одним из наиболее обескураживающих аспектов вступления в АА является довольно настойчивый совет следовать в своей жизни некой духовной программе. Не так давно мы, алкоголики, танцевали с дьяволом, а теперь нас просят создать определенного рода отношения с Богом как мы его понимаем. Сказать, что средний новичок чувствует себя беспомощным – это ничего не сказать. Он или она слышит, как другие красноречиво обсуждают свой поиск и окончательное достижение этой цели, и новичок не может не испытывать приводящего в уныние чувства неполноценности. У многих из нас очень мало опыта, который мог бы дать нам полезные указания, а голая имитация действий других не затрагивает в нас верных душевных струн, что убедило бы нас, что мы на правильном пути.

Я думаю, что проблема частично заключается в том, что новички слышат, как другие обсуждают духовность как нечто, что может быть создано только нашими собственными усилиями. Члены АА говорят о своих отношениях с Богом так, что у новичка возникает впечатление, что каждый из участников собрания рискнул выйти на индивидуальную дорогу к Богу. Тот факт, что многие не могут тронуться с места, вполне понятен, если они не уверены, в каком направлении начинать движение. Из-за легкого давления на новичков в этом плане, намеренного или нет, немногие из них имеют смелость поднять вопрос о том, что они ощущают как полное отсутствие духовного чутья.

Мой опыт в этой области, в конце концов, привел меня к лучшему пониманию случившегося со мной. Годами я стремился создать с Высшей Силой определенные отношения, но не верил, что это у меня получится. У меня были отношения с другими людьми, и с ними я ясно чувствовал связь и взаимодействие. Что же до моих отношений с Богом, в них не было жизни.

Они были пустыми, как бы я не желал притвориться, что они значимы. Я хотел быть духовным человеком, но в своем сердце знал, что чего-то во мне недостает.

Слава Богу, я изо всех сил прорабатывал Двенадцать Шагов. И наконец, на одном собрании меня осенило. В результате работы над Шагами я стал

духовным человеком. Мы обсуждали Девятый Шаг, и я подумал о том, как далеко в прошлое отодвинулась необходимость возмещать ущерб и что сегодня я не создаю новых ситуаций, требующих возмещения. И, что, возможно, еще более важно, я не припоминаю ни одного человека, кто должен возместить мне какой-либо ущерб. Это могло означать одно – что я изменился в моих отношениях с другими людьми. Я не помню момента, когда мои мотивации по отношению к другим претерпели некую значительную трансформацию, но мне стало ясно, что в этот период случилось именно это.

Мне была известна начальная фраза Двенадцатого Шага – «Достигнув духовного пробуждения в результате выполнения данных шагов», – но я полагаю, что просто не понимал ее до тех пор, пока это не случилось со мной на самом деле. Я хотел обрести путь духовности еще при работе над Вторым и Третьим Шагами и пытался создать его на основе собственных ресурсов.

Причиной неудовлетворения моих ожиданий было то, что я не проделал работу над другими Шагами. Я хотел измыслить собственный путь к хорошей жизни, а нужно было прожить собственный путь к хорошему мышлению.

В то время я этого не понимал, но тщательный самоанализ, претерпеваемый нами при работе над Шагами, делает всех нас новыми людьми. Когда я действительно посмотрел на самого себя и увидел, как изъяны моего характера замыкают меня в круге боли, почему бы мне было не поискать нечто лучшее? Это было началом моего духовного путешествия, и оно было отмечено моими каждодневными стараниями по-иному действовать и реагировать в своем мире. С течением времени то, что требовало усилий и сознательного решения, стало для меня естественным. Я изменился. И это можно назвать духовной переменой, так как то удовлетворение, которого я ищу, может быть понято только в самой глубинной части моего существа. Когда я чувствую внутри себя мир, знание, не терзаемое сомнениями, я пробужден так, как в былые времена не мог и вообразить. И все же я знал, имея перед собой пример других, что, даже если я не понимаю этого, я хочу стремиться к этому. Именно Шаги привели меня к такому результату.

Д ж о н С.

Дуглас, Мичиган

ДОСТАТОЧНО ЛИ МЫ ДЕЛАЕМ?

Член АА говорит об изменениях в работе по Двенадцатому Шагу

В последнее время я часто слышу следующую фразу: «Я снова взялся за работу». Вчера вечером я опять ее слышал в своей группе. Я догадываюсь, что говорящие так имеют в виду, что снова приступают к выполнению Шагов, однако работа, как я ее понимаю, заключается не в самих Шагах, их механизме или выполнении. Работа – это Двенадцатый Шаг, когда мы несем послание АА алкоголику, который все еще страдает, и применяем эти принципы во всех своих делах. В этом и состоит вся работа, которую любой из нас на самом деле может сделать и которая в конце дня оказывается единственной работой, стоящей того, чтобы ее делать.

Тем не менее мне говорят, и я пришел к пониманию этого, что значительное число наших людей не знает, как делать работу по Двенадцатому Шагу. Я не знаю, как это могло случиться, если только их группа не делает никакой работы вообще, и я подозреваю, что чаще всего так

оно и есть. Привести кого-нибудь в вырезвитель или лечебный центр и бросить там – это не работа по Двенадцатому Шагу; это – услуги таксиста по Двенадцатому Шагу. Хотя такой поступок, несомненно, являет собой попытку помочь человечеству, суть нашей работы по Двенадцатому Шагу как таковой не в этом. Выполняя такие задания под маркой работы по Двенадцатому Шагу, мы тем самым придаем этой работе характер сервиса и нарушаем один из основных постулатов; мы заставляем потенциального (*ред.* - члена АА) необоснованно полагаться на то, что мы предоставим ему или ей наши услуги.

Недавно я был в большом и развитом регионе Юго-Запада на совещании по обслуживанию с участием многих округов и слышал доклады более тридцати представителей обслуживающих органов по своим группам. Я слышал об устроенных группами танцах, пикниках, построенных зданиях, избрании служащих, увеличении и уменьшении количества членов, но ни слова – о количестве звонков по Двенадцатому Шагу в течение месяца, о том, сколько новичков остается в группе, о работе в исправительных или лечебных учреждениях, и ни одного доклада – о сотрудничестве с профессионалами или работе по информированию общественности.

Похожая ситуация была несколько лет назад на региональной ассамблее, когда во время общего обсуждения я услышал, как кто-то сказал: «С тех пор как лечебные центры забрали у нас всю работу по Двенадцатому Шагу, ее здесь не осталось». Я был сбит с толку; на мой взгляд, сейчас существует больше возможностей для участия в активной работе по Двенадцатому Шагу, чем когда-либо. Население растет, отсюда – постоянно увеличивающееся число людей, имеющих проблемы со своим пьянством. Настоящая проблема заключается в том, что в период расцвета индустрии лечения алкоголизма наше Содружество обленилось и стало надеяться на эту индустрию, которая поставляет группам свеженьких, чистеньких потенциальных членов. Нам не нужно было ничего делать, только сидеть кружком и ждать, пока нам приведут кандидатов.

В июне 1989 года список нашего местного бюро общего обслуживания содержал более 600 имен и телефонных номеров. Сегодня в нем менее 300 имен, а в моем районе – и вовсе мало. Эти цифры говорят мне, что все меньше и меньше членов Содружества занимаются работой по Двенадцатому Шагу.

Я полагаю, что между «звонками по Двенадцатому Шагу» и «работой по Двенадцатому Шагу» есть разница. Это – разница между общением с глазу на глаз и отсыланием к ближайшей группе. Я признаю, что это – вопрос философии, но, если мы продолжим весьма распространенную практику – просто направлять народ в ближайшую группу, велика вероятность, что собственно работу придется делать посреди собрания или потенциальный член Содружества вынужден будет самостоятельно выяснять, что же такое АА.

Дела обстоят так ввиду большого числа зависимых и других людей, которых посылают к нам наши «друзья АА» – профессиональные консультанты, работники исправительных учреждений, судьи, сотрудники сферы охраны правопорядка и другие, каждый день сталкивающиеся с пьющими людьми. Без сомнения, некоторые из этих новичков – настоящие алкоголики. Многие же таковыми не являются. В конце концов, большинство новых людей приходит на наши собрания «неспонсируемыми», то есть не имевшими удачи или возможности, прежде чем попасть на первое собрание, получить информацию о том, что такое АА, чем оно занимается и чем не занимается.

Такое положение можно в значительной степени изменить, если мы, как Содружество, будем выделять время прежде всего на то, чтобы помочь этим людям разобраться, куда им нужно пойти. Недавно я спросил у пары членов Содружества, откуда, по их мнению, приходит в группы большинство новичков. Как они услышали об АА? Прибывает ли большая их часть благодаря запросу в интергруппу/бюро общего обслуживания? Как насчет информации от консультанта? От доктора? Они признались, что толком не знают.

Для меня, по крайней мере, стало очевидным, что многие группы почти отказались нести ответственность за выполнение нашей работы по Двенадцатому Шагу в пользу комитетов или любых желающих это делать.

Прямой результат – многие другие люди распространяют наше послание и искажают его.

Я думаю, что есть ряд вещей (и этот список далеко не полон), которые могут делать группы, чтобы способствовать продолжению нашей жизненно важной работы по Двенадцатому Шагу. Во-первых, поставить у дверей как можно больше людей, которые будут приветствовать проходящих и спрашивать у тех, кто не знаком с группой, что они ищут. Это – не приемная комиссия, а люди, которые доброжелательно пожмут руку и немного поговорят с каждым вне рамок собрания. Во-вторых, группы могут посетить местные судебные, исправительные и другие государственные учреждения и предоставить им ясно изложенную основную информацию об АА, например, брошюру «Информация об Анонимных Алкоголиках», объясняющую, что делает и чего не делает АА. В-третьих, группа может давать объявления о своих собраниях в местных газетах или по радио- и телеканалам. (Это будет дополнением к работе комитета по информированию общественности, имеющегося во многих наших развитых регионах). В-четвертых, группа может связаться с местными лечебными учреждениями и разъяснить разницу между закрытыми и открытыми собраниями, а также предоставить информацию о группе и времени ее встреч.

Одним из мощнейших инструментов информирования общественности на протяжении всей истории существования АА было старое доброе открытое собрание, на котором несколько членов группы рассказывают свои истории.

К сожалению, многие группы решили превратить открытые собрания в дискуссии, и это плохо, потому что именно процесс идентификации помогает людям определить, туда ли они пришли, а не бурное обсуждение проблемы дня, которое мы слышим на собраниях-дискуссиях.

Все это вместе поможет группе достучаться до страдающих от алкоголизма и будет способствовать развитию работы по Двенадцатому Шагу в данном районе. Сначала будут поступать запросы или звонки по Двенадцатому Шагу. Затем появится возможность проводить хорошую, основательную работу по Двенадцатому Шагу. Снова и снова я вижу, как группы, принимающие такой подход, превращаются в важные, растущие группы, создающие возможность для трезвости повсюду.

Г а р р и К.
Паркер, Колорадо
