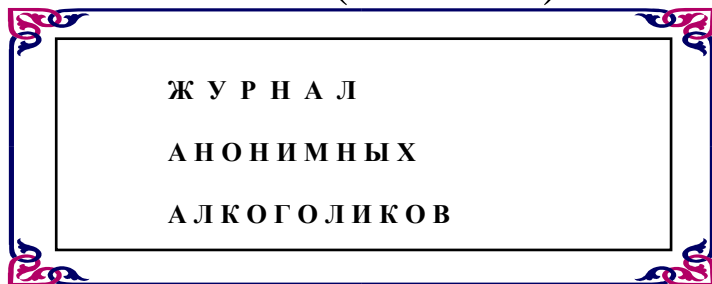


Д Ю Ж И Н А

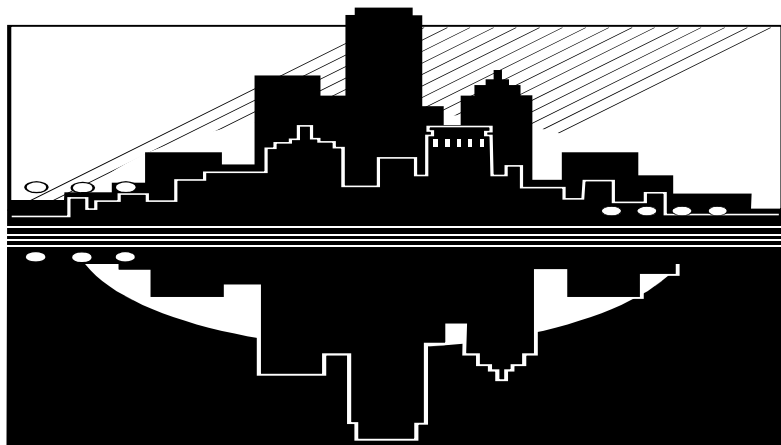
№ 10 (№3/1995)



СОДЕРЖАНИЕ

Еще один шанс (рассказы из Большой книги)	2
Вкус к жизни	6
До и После	8
Гори огнем? (из письма)	9
12 рекомендаций к отпуску	11
Молитва	15
Московские группы АА	17
Беседы с мелом у доски об алкоголизме. (о.Мартин)	19
Письмо Л.Фишер в РСО АА	30
Сообщения	32

ЕЩЕ ОДИН ШАНС



Я - алкоголичка, американка африканского происхождения. Не знаю, когда я стала алкоголичкой, но думаю, что это случилось из-за того, что пила я слишком много и слишком часто.

Я обычно обвиняли в своем пьянстве бедность, в которой жила, или что-либо другое, в общем все, что угодно, кроме правды - правды, которая состояла в том, что мне нравился эффект, который производил на меня алкоголь. Когда я пила, мне казалось, что я становилась "большим" человеком, важным человеком и была такой же, как и другие. Я не хотела признавать, что пью слишком много, что трачу много денег на алкоголь вместо того, чтобы тратить их на еду для моих маленьких детей.

Шло время, и я пила все больше. И уже не могла работать. Ведь никто не хочет работать с пьяницей. Мне всегда удавалось найти дружка, торговавшего виски или чем-нибудь другим в этом роде. Но такое знакомство не продолжалось долго. Никому не нравилось, что я напивалась до забытья. Затем пришло время, когда я стала попадать в полицию из-за своего пьянства. В один из таких случаев следователь решил помочь мне и отправил меня в АА - вместо того чтобы посадить в тюрьму. Я пошла в АА. Вернее, пошло мое тело. Я ненавидела там все. Я не могла дождаться конца собрания, желая напиться. До собрания я боялась пить, так как думала, что если кто-то почувствует запах виски, то меня могут отправить в тюрьму. А без алкоголя я не могла жить. Я ненавидела следователя за то, что он послал меня туда, ко всем этим пьяницам. Конечно же, я не считала себя алкоголиком.

Иногда я могла пить очень много. Все, кого я знала, пили. Но никто из моих знакомых не засыпал в барах и не просыпался на улице зимой без обуви, не сваливался со стула. Со мной все это происходило. Я не помню, чтобы кого-нибудь выселяли из дома за неоплаченную квартиру. Для меня же виски значило больше, чем еда для моих детей.

Дела шли все хуже. Мне страшно было выходить на улицу. И все же я обратилась за помощью в Красный Крест. Это было отвратительно. Как хорошая мама, каждый месяц я получала денежный чек. Сразу же после этого, одев свое лучшее платье, я отправлялась пить. И меня уже не волновал вопрос о неоплаченной квартире, о том, что нет еды в доме, нет обуви и одежды у моих малышек. Я пила до тех пор, пока не кончались деньги. Потом возвращалась, полная мук раскаяния, думая о том, что буду делать в следующий раз, когда получу деньги.

Шло время. Иногда я стала забывать дорогу домой, могла проснуться в доме, где повсюду ползали тараканы. Я не могла уже пить виски и перешла на вино. В конце концов я так опустилась, что стыдилась того, что мои друзья увидят меня. Поэтому ходила в самые дешевые бары, в такие, где была уверена, что меня никто не увидит.

Я чувствовала себя так, что мне не для чего было жить. Много раз я пыталась покончить жизнь самоубийством. Но каждый раз после этого попадала в психиатрическую больницу и начиналось лечение. Через некоторое время я обнаружила, что психбольница была неплохим местечком, где можно было прятать ворованные вещи. Я рассуждала так: "Если полицейские придут в больницу, то доктора объяснят им, что я ненормальная и что я не знала, что делала, когда воровала." Но однажды доктор сказал, что со мной все в порядке, кроме одного - я пью слишком много. Он добавил, что если я попаду к ним еще раз, он отправит меня в специальную клинику. Мне этого не хотелось и я перестала попадать в психбольницу.

Время шло. Теперь я уже попадала в такие места, где просыпалась с синяками под глазами и даже не знала, откуда они у меня. Однажды я проснулась, а у меня 1000 долларов. Меня взяли в полицию. Оказалось, я продала женщине шубу, которую украла. Судья дал мне всего 30 дней. Когда меня выпустили, всё началось сначала. Загулы повторялись. В один из таких загулов мне рассказали, что я убила человека. У меня был провал в памяти. Судья дал мне 12 лет, учитывая тот факт, что я была пьяная.

По милости Бога я отсидела только три года. В тюрьме я пришла в АА. Оно само пришло ко мне. Сегодня я благодарю свою Высшую Силу за то, что она дала мне второй шанс в жизни и в АА.

Я уже год дома, остаюсь трезвой четыре года. С тех пор, как я пришла в АА, я нашла столько друзей, сколько у меня не было за всю мою жизнь - друзей, которые любят меня, которым всё равно, что я черная, что я была в тюрьме. Всё, что имеет значение для них - то, что я человек и хочу остаться трезвой. С тех пор как я приехала домой я смогла вновь заслужить уважение двух моих сыновей. Так много

прекрасных чудес случилось со мной за это время, что я не могу поверить, что всё это происходит со мной. Мне кажется, я сплю и скоро проснусь.

Единственное, что волнует меня, это то, что в АА в моём городе очень мало черных. А те, кто есть, не принимают активного участия в жизни АА. Думаю, что не обижу никого, если скажу, что в АА есть много работы, которая помогает каждому из нас расти духовно и изменяться.

Мне кажется, что черные боятся ходить на собрания АА. Никому не надо бояться, в АА никто вас не укусит. В АА нет цветных барьеров. Если вы попробуете, вы увидите, что мы просто люди и что мы встретим вас с распростертыми объятиями. Я говорю о людях в АА, которые прошли через многое, что проходите сейчас вы. Я пишу свой рассказ в офисе конференции АА. Здесь одни только белые, и пока еще меня не съели. Я и не вспоминаю о том, что я черная, т.к. люди здесь относятся ко мне, как к равной, а я и есть равная им. Мы все имеем одну и ту же болезнь и помогаем друг другу оставаться трезвыми.

Надеюсь, что моя история поможет какой-нибудь заблудшей душе придти в АА. Пришло время положить конец всем оправданиям своего пьянства, конец всем неприятным ситуациям, в которые мы попадали в результате этого.

Выход есть. И если ты хочешь иметь то, что имею я, попытайся придти к **нам**. У тебя есть шанс жить по программе АА.





Вкус к жизни

Мой питыный стаж перевалил за тридцать. Начал лет с пятнадцати, в домашней обстановке. После 1966-го года "стажировался" уже в общаге, переехав на жительство в город Самару. Служа в армии, также не упускал возможности залить за воротник.

В 1974 году, после развода с женой, увлечение спиртным приняло особенно жесткую форму. Физические страдания, чувство вины толкнули к опохмелу, без утренней грамульки - жизнь не в жизнь. Попытка "завязать" сам и с помощью докторов. Результат - нулевой.

В 1980 году допился до делирия (белой горячки). Терпел после этого два года и семь месяцев. Не потреблял алкоголя, зверея день ото дня. Потом опять запои раз по пять в год длительностью до двух недель. Лежал в больнице. Первый раз - месяц, второй - целых три. Страх, как метод лечения, оказался неэффективным.

Появилась мысль, что алкоголизм не просто поражение тела, а болезнь души. В этом меня укрепила передача по телевидению об американском сообществе "Анонимные Алкоголики", окончание которой сумел посмотреть, случайно включив "ящик".

Последний срыв в мае 1993 года, длился месяц с лишним. Дошел до черты, за которой смерть или безумие. К тому времени был уже абсолютно один. Потому сам вызвал "скорую" и очутился в стационаре. Больше недели ходил "по стенке". Вспомнил, что "на выходе" помогали настои из трав. Но врачи не отпускали, опасаясь за мою жизнь, а точнее - ответственности. Ушел "в самоволку".

Как добрался до дома - сам дивлюсь по сию пору. Встретился милиция и я бы угодил в вытрезвитель. Вид мой был как у сбежавшей из зоопарка обезьяны, да и шатало от слабости не меньше пьяного. Однако, Бог миловал, доехал, привел себя в порядок и даже сумел смотаться на дачу за травами.

Отлучка осталась незамеченной. Отпился витаминным чаем, а тут и новшество - психотерапия. Вначале было трудно. Как можно признать свое поражение мне, мужику крепкому и далеко не слабому физически? Но постепенно "крыша" встала на место. Помогла в этом группа АА, на которую я попал, находясь еще в стационаре. Благодаря общению с такими же, как я, алкоголиками, трезвость моя обрела качественно новый смысл, это уже не та, былая, проходившая в одиночестве.

Постепенно освобождаюсь от комплексов, приобретенных за время пьянства: зажатость, страх перед людьми, сумбурность в чувствах, косноязычие. Давно минули дни стационара, но АА всегда со мной. Здесь я обрел то, к чему стремилась моя измотанная пьянками душа.

И пусть стаж моей трезвости пока невелик, случались передышки поболее, только теперь у меня есть вкус к жизни. Я улыбкой встречаю наступающий день. Похмельные мысли не изнуряют меня и я могу целиком отдаться любимой и нужной людям работе.

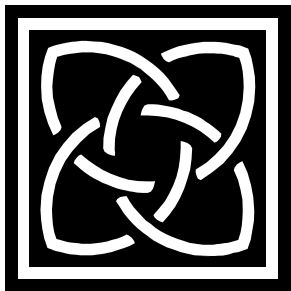
Пусть болезнь сильнее меня. но она пасует перед нами, пасует перед сообществом АА.

Анатолий, г. Самара

ДО И ПОСЛЕ

ДО

...я работал всю жизнь, теперь я на пенсии... Я устроил жизнь своих детей. Что мне теперь осталось? Передо мной пустота, только смерть меня ждет. Мне больше ничего не интересно, я не читаю журналы, потерял друзей, и ...поэтому пью... пока могу. Не стоит жить. Я не делаю ровно ничего и продолжаю пить... много... может, меня завтра не будет.



Л.- группа "Эмилия", Романья
Из итальянского журнала "INSIEME in A.A." N.4, 1991

ПОСЛЕ

Я алкоголик, я болен. Я могу лишь остановить свою болезнь. Да, с помощью трезвости.

Я начал ходить в А.А., сначала со скепсисом. Потом в меня вошло что-то новое.

Открыта дверь надежды; небо надо мной не серое, а розовое.

Я нашел самого себя и это огорчило меня. Я выбросил свой чемодан, полный пустяков. Я почувствовал, что более свободно могу двигаться в пространстве, которое отделяет меня от смерти. Но смерть - это не смерть, если у тебя есть какие-то определенные ценности...

И я хожу...хожу... служу А.А. до тех пор пока Бог этого пожелает.

ГОРИ ОГНЕМ ?

. . . Дно - это степень духовного одиночества, когда перестаешь быть нужным даже сам себе.

Это когда тошнит от собственного присутствия.

Это когда не находишь слов для собственного оправдания и мучительно осознаешь необходимость перемен в жизни.

Это страстное желание успеть совершить действие, поступок, достойный человека, жить, а не вести медузоподобное существование.

Это потребность видеть себя таким, какой есть, а не в ложном ореоле правдолюбца и мученика.

Это желание понять и принять себя человеком, созданным по образу и подобию Божию.

Познать дно, признать, что дошел до точки, - сравнимо с пожаром, когда, рванувшись в пламя своих больных желаний, из-под рухнувшей кровли ошибок и заблуждений вытянуть себя, полузадохшегося и обожженного.

Не стелать, не посыпать голову пеплом, а обрабатывать раны.

Да, больно. Тошнотворен вид опаленного, лишеного кожного покрова тела.

Все пройдет, необходимы Вера и Время. Необходимы Терпение и Мужество, чтобы, срывая присохший бинт, заменять его новой повязкой, пропитанной благотворным настоем Программы Двенадцати Шагов . . .

Анатолий (из письма)



* 12 *

небольших рекомендаций как остаться трезвым и весёлым во время отпуска

Новичкам А.А. отдых без алкоголя во время отпуска может показаться сплошной непрерывной тоской. Но многие из нас, трезвых, насладились самыми счастливыми отпусками в нашей жизни - такими, которые нам и не снились, о которых и не могли мы мечтать, когда пили. Ниже даются небольшие рекомендации, как провести прекрасный отпуск без капли алкоголя.

1. *Запланируйте максимальную активность во время отпуска.* Привлекайте на собрания новичков, помогите работе телефонной контактной службы, подайте руку помощи местным группам, навестите выздоравливающих алкоголиков в больницах.
2. *Будьте радушны и гостеприимны по отношению к друзьям из А.А., особенно к новичкам.* Если вам сложно принять их дома, сведите их на ужин, или пригласите сходить в кафе.
3. *Всегда носите с собой записную книжку с номерами телефонов А.А.* Если у вас появилось желание выпить или что-то начало вас беспокоить, отложите все дела до тех пор, пока не позвоните в А.А.
4. *Узнайте о различных юбилеях, годовщинах, собраниях и других торжествах групп в вашем регионе и посетайте их.* Если вы стесняетесь пойдите с кем-нибудь более молодым в А.А., чем вы сами.
5. *Избегайте случаев, где может быть выпивка,* если это вас нервирует. Вспомните какими вы были смелыми с извинениями, когда пили? Теперь используйте ваш талант для лучшего дела. Никакое торжество не бывает настолько важным, как сохранение вашей жизни.
6. *Если вам нужно пойти на "пьяную вечеринку",* а вы не можете туда идти с другим членом А.А., держите под рукой сладости.
7. *Не считайте, что вы обязаны оставаться допоздна.* Заранее придумайте важное место, в которое вам нужно пойти.
8. *Сходите в какую-нибудь церковь.* В любую церковь.
9. Не сидите дома, обдумывая планы и размышляя. Займитесь чтением, ходите в музеи, гуляйте, пишите письма.
10. *Не пытайтесь заниматься всем,* что можно сделать во время отпуска. Помните: "только один день".
11. *Наслаждайтесь истинной красотой любви* и радостью от отпуска. Может, вы не можете сделать материальные подарки - но в этом году вы можете дать Любовь.
12. *"Достигнув духовного пробуждения..."* здесь не нужно объяснять 12-й Шаг, потому что вы его уже знаете.

МОЛИТВА

Чем является сегодня для меня молитва? Наверняка не тем же самым, чем была в начале пути. В то время это было повторение заученных в детстве ежедневных, к которым добавлялись просьбы о конкретных благах. Мой поиск истинного контакта с Высшей силой продолжался очень долго. Первым этапом явилось истинное понимание нашей молитвы о Душевном Покое. Понимание, что ее содержание есть ни что иное как квинтэссенция Двенадцати Шагов. Ведь первая часть - признание своих недостатков, собственного бессилия перед ними, просьба помочь смириться с ними, принять их. Вторая часть - это просьба дать умение, силу и помочь найти все свои недостатки, изменить свою личность и возместить причиненный вред. В третьей части я прошу помощи в том, чтобы отличить те недостатки, которые я могу изменить, от тех, от которых я могу избавиться только с помощью Высшей Силы. Это означает отдать управление своей жизнью в руки Высшей Силы, просьбу о смиренном принятии Его воли.

Понимание этой молитвы позволило мне понять истинный смысл молитвы. Я понял, наконец, что нужно не просто "отбубнить ежедневную молитву", что молитва является глубокой, личной беседой с Высшей Силой, которая более могущественна, чем я сам, которая может помочь мне в любых нуждах, в любой момент.

Проблемы в моей жизни возникают в самые различные моменты, и получение помощи спонсора (наставника) возможно не всегда, а ожидание возможности обсудить мои проблемы на ближайшем собрании может привести меня к печальным результатам. В таком случае мне остаётся лишь молитва. Обращение к той Высшей Силе, которая во мне, которая доступна для меня в любое время дня и ночи, всегда, когда я только обращусь к Ней с верой и доверием, она поможет мне во всех проблемах.

Молитва помогает мне сгладить нарастающие эмоции, позволяет сконцентрироваться на правильном, позитивном мышлении. Это позволяет мне правильно взглянуть на мои недостатки; не попасть в крайности - жалость к себе или презрение к самому себе.

Молитва - вступление к медитации (размышлению) о моем положении, о моем отношении к Высшей Силе, о моём пути к трезвости. Благодаря ей я могу взглянуть на свою жизнь без розовых очков. Я научился оценивать самого себя.

Благодаря молитве моя жизнь наполнилась тем душевным покоем, который позволяет мне с уверенностью ожидать каждого следующего сегодня.

Благодаря молитве я могу без предубеждений сказать слова: "Меня зовут Кшиштоф, я алкоголик".

Кшиштоф

Из польского ежеквартальника А.А. Ruch AA "Zdroj", Nr.3, 1994



Московские группы Анонимных Алкоголиков (7.7.95)

- "**Анти-Бахус**" вт., субб. - 19.30
Зеленый пр. 64, "Красный уголок", м.Новогиреево, 1-й ваг. от центра.
- "**Берег**" пон., чт. - 19.00
пр.Маршала Жукова 64, корп.2, 3-й наркодиспансер, 2-й эт. комн.10, м.Полежаевская, 1-й ваг. от центра далее трол. 20, 21, 35, 36 до ост. "ул.Генерала Глаголева".
- "**Возвращение**" пон. - 19.00
ул.Касаткина 15, д/к "Яуза", , 3-й этаж, комн.5, м.ВДНХ далее трамв.11 до ст."ул.Академика Люльки"
- "**Воскресение**" воскр. - 19.00
Столешников пер. 2, храм Косьмы и Демьяна, на 3-м эт., м.Пушкинская или Охотный ряд 261-62-17 Александр
- "**Добрый день**" вт., чт. - 19.00
ул.Чистова 3, 2-й подъезд, 2-й этаж, 19 наркобольница, 6-е отдел., м.Текстильщики далее авт.242, 21, 17, "В", трол.50 до ост. "ул.Чистова"
237-7995 Александр
- "**Доверие**" ср.- 19.00
Краснобогатырская 10, "Центр Доверия", 1-й эт. м.ВДНХ или Преображенская далее трамв.11 и др. до ост."ДК Ильича" 453-2529 Анатолий
- "**Ковчег**" вт.-19.00(з)
Карманитский пер. За, стр.3, к.60, м.Смоленская 241-50-69 Владимир
- "**Круг**" вт., четв., субб. - 19.30 (закр.)
ул. Ст.Басманная 20, корп.5, 1-й этаж, подъезд 1, м.Бауманская далее трол. 25, 45 до ост."Музей декабристов". 267-80-09 Владимир
- "**Маршрут А**" четв. - 19.00
ул. 26 Бакинских комиссаров 3/4, Дом детского творчества, м. Юго-западная.
- "**Московские начинающие**"
пон.,вт(4-й шаг),ср.,пятн.,сб.-19.00 воскр.-17.00
ул.Тайнинская 8, Опорный пункт, м.Бабушкинская далее авт. 181,696 до ост. ул.Тайнинская". 112-40-78 Валерий
- "**Околица**" чт.-19.00(з), воскр. - 16.00(о)
ул.16-я Парковая 13, 8-й наркодиспансер, 1-й эт., м.Первомайская посл.ваг далее трол. 22 или трамвай до конца. 467-51-01 Ирина
- "**Ордынка**" сб.-18.00
Храм "Всех скорбящих радостей", м."Третьяковская"
- "**Очаг**" вт.-18.00
м."Смоленская, где Детское ателье 161-61-18 Борис
- "**Понск**" вт.-18.00(з) воскр.-14.00(о)
4-й Сыромятнический пер.,3/5, 1 эт (во дворе, "пункт охраны порядка"), м."Курская". 231-63-30 Василий
- "**Посошок**" пон.,ср.(з), пятн.-20.00(о)
ул.Верхне-Первомайская 32, ДК "Дружба", комн.14, м.Первомайская. 466-59-58 Валентин
- "**Рубикон**" ежедн.-18.30 (чт.- спикерский, пт.-откр.)
ул.Болотниковская 16 кор.5, подвал штаб ГО, м.Каховская. 403-62-82 Александр
- "**Тройка**" пон., ср., пятн. - 19.30
ул.Рогова, ДК им.Курчатова, торг.дом "Тройка", м.Щукинская далее авт.60 до ост."ДК им.Курчатова" 184-3368 Татьяна
- "**Фронтир**" вт.-19.00 (о)
ул.Бутырская 97 (Совет ветеранов), м.Дмитровская. 485-91-33 Татьяна
- "**Черемушки**" пон., ср. - 19.00 пон., вт. - 10.30
ул.Шверника 10а, 12-й наркодиспансер, 1-й эт.,каб.8, м.Академическая, посл.ваг. 174-15-48 Надежда
- 126-04-51 - ежедневно (кр.воскр.) с 15 до 18 сведения о группах**
- "**Четверг**" четв.-19.00
м.Шоссе Энтузиастов.
- "**Чудо**" ср.-19.00(о)
ул.Чистова 19, 19-я наркобольница, приемное отд., конференцзал, м.Текстильщики далее авт. 22, 42 до ост."ул.Чистова", тролл.50.
179-15-94 Алла
- "**Шанс**" вт., пятн. - 18.30
2-й Автозаводской проезд 4/5, 2-й эт., м.Автозаводская. 187-11-20 Слава 324-2133 Павел
- Англоязычная группа АА**
вт., чтв., пятн.-19.30 сб.-10.00 воскр.-19.00 299-29-84 Феликс
- "**АртА**" (художники) четверг
- Взрослых детей алкоголиков "Цветы на скалах"** 172-02-71 Андрей
- Анонимные Наркоманы "День за днем"** вт.,пятн.-18.00
ул.Шверника 10а, 12-й наркодиспансер, 1-й эт., комн.8, м.Академическая. 126-04-51
- Редакция журнала "**Дюжина**": 388-52-49 Виктор
- Московская служба АА РФ: 109004 Москва к-104 а/я 37
- Российский совет обслуживания АА: РФ 129128 Москва-128 а/я 33.

БЕСЕДЫ С МЕЛОМ У ДОСКИ ОБ АЛКОГОЛИЗМЕ

(главы из книги, продолжение)

Отец Мартин

Г л а в а 2

ЧТО МЫ ПЬЕМ И ПОЧЕМУ МЫ ПЬЕМ

Я уже представлял вам Уолтера Грина; он верил в простое решение проблемы:

Нужно начинать с самого начала.

Первое, что попадает на губы только что родившегося малыша - это молоко. Фактически мы можем вспомнить из уроков по биологии, что люди классифицируются как млекопитающие, что означает: "пьющие молоко". Мы пьем молоко по самым простым причинам: для поддержания здоровья, для роста молодого организма. Даже становясь старше, мы продолжаем пить молоко, считая его самой совершенной едой.

Второе, что мы, люди, пьем - это вода, и причина - такая же простая: она утоляет жажду. Человек может выдержать продолжительное время без пищи, но без воды (смешанной, возможно, с чем-то еще) тело разрушается очень быстро, и мы умираем. Поэтому мы пьем два основных напитка - воду и молоко - совершенно по естественным причинам - поддержание здоровья. Это естественные напитки для человека, так как они необходимы.

Позднее, но все еще в раннем возрасте, мы развиваем вкус к сладостям, когда нам дают попробовать фруктовый сок, какао, лимонад и другие приятные напитки. Причина, почему мы пьем их, простая - они вкусные и в то же время питательные. Некоторые социологи объясняют это более сложными причинами, говоря, что мы потребляем такие напитки для "орального удовлетворения". Дети ничего не знают об оральном удовлетворении, для них понятно только "вкусно или нет".

Детям свойственна честность, которая с возрастом тускнеет. Они пьют то, что имеет хороший вкус и игнорируют то, что не имеет его.

На каком-то этапе они приходят к решению, что хотят вести себя как взрослые и примерно в это время идут на контакт с первым напитком, который содержит в себе наркотик - кофе. Для детей кофе - "напиток, который пьют взрослые", поэтому они хотят его попробовать.

Любопытство - большой фактор, и чем больше им говорят, что им нельзя пить кофе (потому что это вредно для них), тем больше они хотят его попробовать.

Поскольку большинство взрослых не считают кофе вредным напитком, не получая вредных ощущений от наркотиков и кофеина, они в конце концов дают детям попробовать его с большим количеством молока и сахара, что на вкус бывает приятно. Это - первый шаг ребенка в мир взрослых.

Если такой ребенок похож на большинство американских детей, кофе становится наиболее важным, когда ребенок подрастает. Пить кофе становится привычкой, ритуалом в нашем обществе, как в других странах употребление чая. Фактически, перерывы, когда пьют кофе, стали настолько неотъемлемой частью нашего общества, что снабжение кофе узаконивается при заключении трудового контракта.

Конечно, кофейные перерывы это больше, чем только питье кофе, это способствует более непринужденному общению. Когда вы встречаетесь с друзьями у себя дома, или к вам приходит в офис, вы предлагаете чашку кофе, от которой обычно не отказываются вовсе не потому, что они действительно хотят пить кофе или испытывают жажду.

Кофе является хорошим стимулятором, и многие взрослые становятся зависимыми от него, т.к. чашечка кофе поднимает им утром настроение. Некоторые пьют слишком много кофе и мучаются от нервозности и бессонницы, в результате чего это становится больше, чем утоление вкусов, желаний или жажды.

Алкоголь - другой необязательный для поддержания жизни напиток, не имеющий хорошего вкуса. Но мы его улучшаем различными сладкими добавками и все-таки пьем. Мы привыкаем к нему точно так же, как мы привыкаем к вкусу слив, икры, крабов и других деликатесов, выходящих за рамки привычного вкуса.

Некоторые люди, однако, никогда не привыкают к вкусу алкоголя, но все-таки пьют его до самой смерти.

Причины, побуждающие людей пить алкогольные напитки, подобны причинам, по которым люди пьют кофе. Все начинается с любопытства и желания подростков копировать поведение взрослых. Это не имеет ничего общего со вкусом. Когда вы наблюдаете детей, которые делают первый глоток пива или коктейля, то нельзя не заметить их искривленные лица. Как правило, они выплываюют это, но когда их спрашивают, понравилось им выпитое или нет, утвердительно кивают головой. Дети рассуждают так: взрослым это нравится, иначе бы они не пили. А так как дети хотят быть похожими на взрослых, они также должны полюбить это. Дети часто слышат, что алкоголь вреден для них, но взрослые пьют его, значит что-то в этом есть.

В конце концов кто-то из них берет немного виски, добавляя для вкуса содовой, и делает первый глоток. Не так уж это и плохо. И молодой человек ужу делает то, что делают взрослые и даже немножко наслаждается этим.

После этого они узнают, что в алкоголе есть кое-что еще кроме вкуса. Они открывают для себя законы, по которым узнают, что можно и что нельзя делать, когда выпьешь. Если в нашем обществе есть что-то такое, что добавляет определенную привлекательность алкоголю, так это наши законы о выпивке. Я не отношу к ним законы о вождении в нетрезвом состоянии, они должны соблюдаться очень строго. Но законы, которые диктуют, что наши молодые люди не могут пить до 18-21 года, порождают идею, что выпивка - это заманчивая вещь. Мы пытаемся вырастить интеллигентных и образованных людей, мыслящих логично, но какая логика может быть в том, что в одном штате молодой человек может начать пить в 18 лет, в другом штате только в 21 год.

Это тот самый вид логики, который заставляет наших детей обманывать, чтобы тайком выпить пива или виски, точно так же, как это делали вы или я. Никто никогда не подумал бы украсть что-нибудь из прохладительных напитков, потому что потребление их не запрещено.

В этом "волшебном возрасте" образуется аура вокруг выпивки, что заставляет детей хотеть пить ради выпивки, заставляет их красть спиртное и вести себя как взрослые.

Все эти факторы формируют отношение к выпивке: пожалуйста, отметьте один важный момент - поскольку люди вынуждены воровать выпивку, они будут ассоциировать ее с чувством вины, что создает плодотворную почву для роста алкоголизма.

Питье алкогольных напитков имеет много других сильных ассоциаций внутри общества. Выпивка видится молодым мужчинам чем-то мужественным, образует образ сильного, волевого, со здоровыми кулаками бойца. До тех пор, пока люди не научились писать, они скрепляли контракты и сделки алкоголем. Они выпивали при соглашениях, что имело тот же вес, что рукопожатие или подпись на контракте.

Военная служба имеет много ритуалов и обычаев, которые включают и употребление алкоголя, к примеру, омование судов шампанским или вечеринки офицеров в честь нового назначения. Люди романтического склада могут оценить происхождение слова "медовый месяц". В Скандинавии свадебное торжество праздновалось в течение 28 дней, от луны до луны, и пили медовуху, которую делали из ферментов меда и воды. Вот почему называется медовый месяц. Романтические ассоциации просто окружают нас. Реклама по телевизору показывает прекрасную молодую девушку, сидящую в кафе,

молодой человек подходит и улыбается ей, поднимает бокал для тоста, ну и завязывается роман прямо на экране. В голову приходит мысль, что вино совершило это волшебство.

Огден Нели, американский поэт и юморист, грубо, но честно по-своему, описал алкоголь в романтических сценариях: "конфеты - это действует великолепно, но алкоголь - быстрее". Конечно, мы все еще поднимаем тост с шампанским на свадьбах за невесту, выпиваем по случаю окончания, новоселья, рождения, смерти и удачи в бизнесе. На рождество пьют специальный коктейль с яйцом и ромовым пуншем, мягкий охлажденный напиток с пряностями помогает праздновать день Кентукки Дерби каждый май. Осенью у нас есть яблочное вино, чтобы праздновать урожай, в Германии справляют праздник октября с пивом, а урожай винограда - с вином. Дорогое виски предлагают как средство достижения успеха в жизни.

Действительно, выпивка некоторых алкогольных напитков ассоциируется с жизненно важными моментами человеческого существования. Мы пьем по святым дням, праздникам, выходным, счастливым и несчастным дням, в воскресенье, понедельник, вторник и когда просто грустно. Мы пьем потому, что наша любимая команда выиграла или проиграла, или игра была отменена из-за дождя. Выпивка связана со всем, что мы делаем, это составная часть нашей социальной жизни.

Мы объединяем все эти виды употребления алкоголя под одним заголовком: социальная выпивка, хотя видно из наших привычек, что такая выпивка выходит за рамки питья для веселья, как обычная чашка кофе. Алкоголь более важен для увеселения, чем весь выращенный кофе. Если вы приглашаете людей, которые не очень хорошо знакомы с друг другом, например, на конференцию или вечеринку, то замечаете, что они держатся официально и чувствуют себя немножко неудобно и стесненно.

Поставьте несколько подносов с мартини и зайдите снова через час: официальность как рукой снимет, общительность увеличится на 300 % и каждый будет легко общаться с другим.

Алкоголь назван общественной смазкой, с некоторыми людьми действительно легче общаться, когда они навеселе.

Алкоголь имеет в нашем обществе и другое применение. Люди употребляют его как для того, чтобы избежать неприятностей в жизни, так и для избавления от приятных, но лишних хлопот, например, посещения своих внуков. Я не имею в виду бегство от всех глубоких психологических феноменов, я просто говорю о простых, умных, счастливых людях с простыми нормальными проблемами в жизни, которые хотят забыть их на пару часов. Они приходят домой из офиса и, выпив немного мартини, уже не выглядят такими озабоченными, хотя проблема все еще с ними. Вечером в пятницу они садятся в мягкое кресло, немного выпивают и забывают о сорвавшемся контракте или секретарше, которая ушла с работы. Они могут отложить в сторону счета продовольственного магазина или сломанную стиральную машину.

Для большинства людей выпивка - хорошая вещь, 7 из 8 могут пить таким образом всю свою жизнь, не причиняя себе никакого вреда, и, возможно, получая некоторую пользу. Священное писание даже упоминает о вине как о божьем даре: "Для радости человеческого сердца" (псалом 104:15), и напряжение, разочарование и беспокойство снимается на несколько часов. Это такое же увлечение, как для многих бег, чтение, рыбная ловля, сон, плетение корзин.

Другими словами, алкоголь снимает стресс в течение определенного времени, в нашей истории так оно и было. С незапамятных времен вино и пиво употребляются человеком, но виски или дистиллированный спирт, который содержится в джине и других алкогольных напитках, так называемая крутая выпивка, были открыты сравнительно недавно и сначала употреблялись только для лечения, как обезболивающее средство, хотя и не очень эффективное.

Человек должен принять довольно-таки большую дозу, чтобы не чувствовать боли. Сейчас дистиллированный спирт используют как напиток, и я сильно беспокоюсь за каждого, кто употребляет его как болеутоляющее средство.

Когда кто-то рассказывает вам о том, что он выпил из-за большого зуба, вы должны знать, что в этом и заключена проблема, так как в продаже существуют гораздо более эффективные болеутоляющие средства, чем алкоголь. Эксперты утверждают, что человек выпивает, чтобы достичь состояния "эйфории". Это одно замечательное слово для описания приятного состояния, и в этом разгадка, почему мы платим 2,5 долларов за коктейль, когда мы можем на ту же сумму купить полную сумку апельсинов.

Этот коктейль доставляет большее удовольствие, чем весь апельсиновый сок Флориды.

Доктор Грин час за часом, год за годом спорил по этому поводу со своими коллегами-медиками. Люди пьют для того, чтобы иметь хорошее настроение, сказал бы он, и не только потому. Это слишком просто. Им необходимо заполнить свою психологическую нишу, и он прав.

Даже алкоголики, по крайней мере на ранних стадиях, пьют для того, чтобы чувствовать себя хорошо. Уже позже они пьют, чтобы избежать плохого самочувствия, что не одно и то же. Итак, алкоголь - средство от плохого самочувствия. Это также химическое вещество, наиболее широко используемый наркотик в истории человечества.

Наверное мы никогда не сможем говорить о полном влиянии алкоголя как химического вещества в нашем обществе, но одна маленькая история может помочь нам убедиться в этом.

Несколько лет назад знаменитый английский мореплаватель совершил кругосветное путешествие на лодке в одиночку. На его пути ему приходилось преодолевать различные трудности, включая качку во время шторма в южном море. Все это он перенес и выжил. Во время пресс-конференции его спросили: "Сэр Фрэнсис, когда у вас было самое плохое настроение? Тогда, когда кончился весь джин" - ответил он.

Г л а в а 3 ЭФИР И АЛКОГОЛЬ

В природе алкоголя есть что-то магическое, что заставляет людей получать наслаждение, когда они выпивают. Чтобы это понять, необходимо знать, как алкоголь химически воздействует на человеческий мозг. Я не химик, не хирург в области мозга, и у меня было достаточно проблем в изучении элементарной химии в колледже, но благодаря доктору Грину я могу рассказать вам, как он объяснял мне, что происходит с человеком, когда его мозг успокаивается.

Известно, что успокаивающие лекарства препятствуют притоку кислорода в мозг, и мозг лишается кислорода, в нем начинают происходить определенные изменения. Одним успокаивающим лекарством является алкоголь, другим - эфир, "близкий родственник" алкоголя.

Я постараюсь доступно описать, что происходит с человеком, чей мозг анестезирован эфиром, затем сравнить эффекты воздействия эфира и алкоголя. Для лучшего понимания воспринимайте это как простое сравнение. Для тех же, кто желает разобраться в деталях этого воздействия, существует достаточно много литературы по этому вопросу.

Нам же надо найти ответ на вопрос, что происходит, когда мы выпиваем.

Человеческий мозг - это замечательный орган, самый универсальный компьютер в природе. Он прочен, бесшумен и способен к блестящим вариантам ответов на получаемые им сигналы, но он не может нормально функционировать без поступления кислорода. Мозг состоит из разных частей, которые контролируют различные функции организма, включая способность рассуждать или развивать суждения. Наиболее удаленная часть мозга содержит область, в которой расположены рассудок и интеллект. Ниже этого слоя находятся части, контролирующие эмоции и чувства, глубже - физическую активность (движение рук, ног и фокусирование глаз).

Полупроизвольные функции, как закрывание глаз, - контролируемые, но могут быть и произвольными (при порыве ветра в лицо). Они расположены в другой части мозга.

Затем следуют части, которые управляют работой желудка и кишок. И, наконец, жизненные функции - дыхание и сердцебиение, контролируются в глубочайших "тайниках" мозга. Эксперты-медики не пришли к окончательному выводу, каким образом успокаивающие средства - алкоголь и эфир - сначала воздействуют на мыслящие центры, а затем на части мозга, контролирующие эмоции, двигательную активность, произвольность и, наконец, жизненные функции, однако это происходит.

Важным является то, что алкоголь и эфир в первую очередь влияют на здравый смысл. Все мы имеем представление о концентрации интеллекта, и как он развивается с возрастом.

Мышление - необходимая составляющая концепции возрастного интеллекта, и мы считаем, что взрослый - зрелый человек, имеющий здоровое мышление в большинстве случаев. Взрослый - это тот, кто контролирует свои поступки согласно интеллекту, а не эмоциям.

Доктор Грин говорил, что взрослый человек действует в соответствии с формулой "И над Э", т.е. интеллект выше эмоций. Эта концепция вытекает из школы схоластики, основанного Акуинсем. Из нее следует, что человек - это рациональное животное, он думает, судит и действует в соответствии с этим мышлением.

Для того, чтобы точно понять, что происходит, когда на мозг воздействует эфир, посмотрим на пациента, подвергающегося хирургическому вмешательству в госпитале.

Возможно, вы были в такой ситуации и знаете, какое это неприятное испытание, но существует в этом и положительный момент, когда наблюдаешь за этим со стороны.

Вначале представьте себя в качестве пациента до операции. Вы покидаете палату на тяжелой металлической каталке. Как только вас везли в операционную и положили на стол, делают анестезию. После одного-двух вдохов эфира вы начинаете себя странно чувствовать. Мысли покидают вас. Вы понимаете, что доктор собирается разрезать вам живот, но вас это уже не волнует. Наркотик начал действовать на сознание и эмоции. Если бы медсестра сказала, что вам удалят целиком руку, возможно, вы ответили бы: "Возьмите их обе! У меня есть ноги!". Рассудок оставил вас, и волнение прошло.

Формула перевернулась. Э сейчас преобладает над И, то есть эмоции над интеллектом. (И над Э плюс Н - наркотик - равно Э над И).

Вы находитесь сейчас в возбужденном состоянии. Если остановить воздействие анестезии, то вы, возможно, говорили бы и действовали глупым образом. Однако это не просто эмоциональное поведение, это поведение под влиянием наркотиков, так как эфир влияет на ту часть мозга, которая контролирует эмоции, и поэтому, когда они выплескиваются, то приобретают извращенную форму.

Следующая часть мозга, которая будет атакована - область, контролирующая вашу двигательную активность, чувство координации. Вот почему вас пристегивают к операционному столу специальными ремнями, а медсестры стоят рядом. И вот наступает последняя стадия анестезии - сложная и опасная. Вы вдыхаете эфир и входите в состояние преданестезии, в котором произвольные функции прекращают действовать, вы засыпаете. Остаются только сердцебиение и дыхание.

Если они прекратят выполнять свои функции, то человек умрет. Работа анестезиолога - очень ответственное, рискованное дело, так как его задача удержать пациента между жизнью и смертью. Не все понимают в связи с этим, что любая операция под общим наркозом очень опасна. Вы как никогда близки к смерти. По мере выхода из наркоза процесс имеет обратный ход. В период от анестезии до преданестезии возможно возбужденное и болезненное состояние, так как некоторые болеутоляющие средства вызывают тошноту. После анестезии необходимо находиться в реанимации до тех пор, пока не вернется сознание.

Когда вы снова окажетесь в своей палате, в первую очередь делают инъекцию морфина для уменьшения боли. Вы не испытываете никакой эйфории или головокружения, которые сопровождают состояние возбуждения.

Теперь давайте посмотрим, что происходит, когда люди принимают алкоголь. Механизм воздействия тот же. В течение веков алкоголь был единственным средством для анестезии, хотя и не самым лучшим.

Когда Христу на распятии было предложено вино, это рассматривалось как знак простой человеческой доброты. Дешевое вино, смешанное с миррой, давали палачи перед экзекуцией римлян. Алкоголь, как и эфир, - успокаивающее средство, уменьшающее приток кислорода в мозг и усыпляющее его. Если человек примет слишком много алкоголя, то жизненно важные функции могут прекратить свою работу, и человек умрет.

К счастью, большинство людей неспособны выпить так много алкоголя, потому что им становится плохо, либо они просто засыпают перед тем, как принять фатальную дозу. Но часто такое случается в споре между людьми, кто выпьет больше за короткий промежуток времени.

Случается, что газеты пишут о подростках, умерших от передозировки алкоголя во время того, когда они пытались доказать, что они настоящие мужчины, проглатывая примерно 1,5 литра крепкого виски. Алкоголь - сильный наркотик, и эту особенность нам следует помнить, когда будем более подробно рассматривать его другие свойства.

Знаем мы или нет что-нибудь о природе алкоголя, но мы понимаем, что происходит, когда впервые подносим к губам напиток, содержащий алкоголь. Если концентрация алкоголя велика, мы испытываем такое же воздействие, как и при вдыхании эфира. Алкоголь высушивает слизистую оболочку горла и, будучи раздражителем, вызывает эффект ожога, при котором могут появиться слезы. Вот почему болельщик на футболе, выпив крепкого виски из фляги, содрогается, прежде чем воскликнет: "Да, это было хорошо!". Так что если вы решите "промочить" горло, вспомните о том, что алкоголь, наоборот, сушит его. Вот в чем причина изобретения смешанных напитков. Парадокс налицо. Алкоголь - жидкость, которая сушит ваше горло.

Алкоголь, этанол или этиловый спирт - сильнодействующие наркотики, имеющие различные свойства и разнообразное применение. Алкоголь может быть использован как антисептик. Он также - потенциальный растворитель. Он может удалять пятна, но и "растворить" свадьбу, работу, отношения с друзьями и в семье.

Алкоголь можно рассматривать и с химической стороны - успокаивающий наркотик. Он не переваривается желудком, а окисляется или перерабатывается печенью примерно за 1 час. Первоначально около 20% алкоголя проходит через желудочно-кишечный тракт в кровь. Стимулирующий эффект достигается за счет калорий, которые получает кровь, повышая активность человека во время выпивки. Конечно, помимо энергии появляется эффект расслабления, когда начинается успокаивающее воздействие. Очень скоро алкоголь, как и эфир, достигает мозга и начинает воздействовать на области, контролирующие мышление, эмоции, речь и координацию. Остаток жидкости, содержащий алкоголь, переваривается, являясь источником питания.

Сам по себе алкоголь не содержит ни витаминов, ни протеинов, ни минеральных солей, только калории. Например, пиво содержит примерно 5% алкоголя, остальное - вода и пища. 1/100 дистиллированного спирта содержит 50% алкоголя, 1 унция крепкого напитка содержит около 100 калорий.

Алкоголь как транквилизатор действует относительно медленно, если различные алкогольные напитки не смешивать и не принимать с пищей. Однако крепкое виски очень быстро действует на голодный желудок, иногда приводя организм в бессознательное состояние. В зависимости от процентного содержания алкоголя в напитке, он по-разному воздействует на человека.

Известно, что виски с содовой содержит примерно столько же чистого алкоголя, как и в банке пива. Правда, виски с содовой можно приготовить по желанию с двумя или даже тремя унциями виски. Мартини содержит три унции джина или водки, следовательно, два мартини - столько же алкоголя, сколько в шести банках пива. Это важно, потому что в конечном итоге на всех пьющих воздействует количество алкоголя в крови, и чем его больше, тем быстрее он поступает в кровь.

Эффект воздействия малых доз алкоголя на пьющих едва заметен. Но после четырех-пяти бокалов, особенно если пить очень быстро, эффект становится очевидным. Если бы вы смогли замедлить последовательность воздействия эфира во время операции, вы увидели бы тот же эффект. Сначала наступает возбуждение, повышается настроение людей, они много смеются. Затем их речь становится замедленной, все валится из рук, ноги заплетаются, т.е. они пьяны. Другими словами, произошла передозировка алкоголя.

Оказавшись в компании выпивших людей, видишь результат действия алкоголя. Нам кажется, что они чувствуют себя прекрасно.

Это происходит из-за того, что алкоголь заблокировал ту часть мозга, которая управляет отрицательными эмоциями. Вот почему алкоголь считается прекрасным средством для ухода от проблем. Нам смешно, когда мы слышим пьяную речь. Потеря контроля над собой под воздействием алкоголя сама по себе не так опасна, если не принимать важных решений и не совершать серьезных поступков, таких как вождение автомобиля, что требует координированных движений и активной работы мозга.

Канадцы создали прекрасный фильм об алкоголизме под названием "Точка 08", который рассказывает об уровнях алкоголя в крови.

Каждый, кто принимает алкоголь и водит машину должны обязательно его посмотреть. В фильме показаны профессиональные автогонщики, которым дают две дозы алкоголя и предлагают преодолеть дистанцию с препятствием.

Имейте в виду, что они, опытные и высоко квалифицированные профессионалы, тем не менее не справились с этой задачей после двух бокалов алкоголя. Это не значит, что у них проблема с алкоголем. Это всегда случается с теми, кто выпивает. Им только кажется, что они делают свое дело лучше. На самом деле это не так.

Вы часто слышите такую фразу: "Я вожу машину лучше, когда я выпью пару рюмок". Можно управлять машиной в расслабленном состоянии, но реакция уже снижена. Алкоголь влияет на каждого человека в большей или меньшей степени.

Наукой доказано, что в первую очередь алкоголь влияет на разум. Может ли человек правильно оценить свое поведение, если он находится в алкогольном опьянении? Это нелогично. Я имею в виду тех, кто пьет от случая к случаю, у них есть чувство ответственности, они знают свою норму, не садятся в машину после одной-двух рюмок, не пьют - зная, что им придется управлять машиной.

Проблема с алкоголем начинается тогда, когда люди пьют слишком много. С одними людьми это случается иногда, с другими - постоянно.

Пьют слишком много по разным причинам: по молодости, из-за невежества, скуки, безразличия, или это может быть алкоголизмом. Это зависит от конкретного склада ума и определенных обстоятельств. Молодой человек может позволить себе выпить с друзьями, но он не сделает этого на обеде у начальника.

Большинство людей свободны в выборе того, сколько выпить, делают это согласно своим намерениям. Но стоит выпить чуть больше положенного, и они будут пить больше и больше, теряя контроль над собой. Выпивка может иметь серьезные последствия, даже если были благие намерения.

Давайте посмотрим на мужчину, который пришел с работы выпивши. Он не алкоголик, просто был повод выпить на работе, и он позволил себе девять или десять рюмок любимого напитка. Естественно, стал рассеян и опоздал на обед на полтора часа. В результате его жена в ярости, обед испорчен. "Ты пьян" - говорит она шатающемуся мужу. "Что ты имеешь в виду? С чего ты взяла, что я пьян?" - отвечает он. Он считает, что у него все в порядке. И если у него достаточно ума, то он пойдет спать, не дожидаясь скандала с женой. На следующий день он вспомнит об этом инциденте с полным спокойствием. По его мнению, он вел себя, как всегда, и ему непонятно, почему она так сварлива. Он пил с друзьями по работе и никому не причинил вреда.

Важно то, что он не помнит себя пьяным, он чувствовал себя прекрасно, хотя немного болела голова, но это неважно. Он хорошо повеселился, а жена неизвестно почему предъявляет к нему претензии. Этот феномен известен под названием эйфория.

Это объясняет, почему пьяный водитель так шокирован после просмотра фильма о себе, в котором он едет из стороны в сторону, пересекая сплошную линию. Они просматривают фильм и видят водителя, практически не способного передвигаться. Для большинства пьющих людей достаточно одного или двух эпизодов, чтобы доказать, что пьянство создает проблемы.

Интересно, что неуравновешенное поведение возникает из-за того, что интеллектуально-эмоциональная норма поставлена с ног на голову. Умные люди говорят странные вещи, хорошие атлеты теряют свою спортивную форму, блестящие профессора забывают имена людей, а лекторы становятся нудными.

Рано или поздно пьющие устают от того, что происходит с ними или с другими людьми, когда они пьют слишком много, и деля вывод, что необходимо чувство меры, придерживаются его каждый раз. Так поступают зрелые люди, однако не все. 5 - 10 процентов становятся алкоголиками. Поговорим о них.

Я думаю, что все слышали такое выражение "Истина - в вине". Его корни уходят во времена до рождения Христа.

Если вы действительно хотите узнать, что действительно Чарли думает о своем начальнике, дайте ему четыре-пять рюмок алкоголя. Он выскажет свое мнение не только о начальнике, но и об окружении президента, его жене, любимой религии и т.д. Похоже, что мы открыли лекарство, позволяющее узнать правду. Фактически, оно уже существует давно - это Алкоголь.

Проблемой является то, что пьяный человек, который находится в состоянии так называемого "свободного разговора", говорит все, что приходит ему в голову. Его разум затуманен, а мнение, которое он выражает, искажено, извращено под влиянием алкоголя. В таких ситуациях нам говорят, чтобы мы не обращали на это внимание, так как это пьяный разговор. И это правда.

Существует много мифов о пьянстве, и я хотел бы поговорить об этом подробнее. Я никогда не поверю, когда кто-то утверждает: "Я знаю парня, который пьет по литру в день, и ты никогда об этом не догадаешься". Я бы ответил так: "Это потому, что вы никогда не видели его трезвым". У людей действительно повышается стойкость к алкоголю, но большинство из них изменяют поведение, когда напьются. Рассказывают о первом помощнике капитана, который записал в вахтенном журнале: "Капитан сегодня был пьян". На следующий день то же самое и так несколько дней подряд. Когда капитан узнал об этом, то приказал помощнику: "Никогда больше этого не пиши". Через восемь лет появилась другая запись: "Капитан сегодня был трезв".

Вот еще одна легенда об алкоголе. Представьте себе психиатра, который вошел в операционную, для того чтобы осмотреть пациента, находящегося под наркозом. Психиатр воспринимает его как больного пациента и все то, что он будет говорить, психиатр не станет принимать за реальность. Но в то же время, общаясь с алкоголиком, который тоже находится под действием своеобразного наркотика, он реагирует на него, как на нормального человека. Люди с серьезными алкогольными проблемами никогда не бывают полностью трезвыми. Это подводит нас к вопросу, кто такой алкоголик и как его лечить.



В Ы П И С К А

из письма Российскому совету обслуживания АА от Руководителя
иностранного отдела GSO в Нью-Йорке Луисы Фишер от 22.12.92 г.

"...Нам приятно было узнать от Вас, что недоверие между Московской интергруппой и Российским АА пошло на убыль. Однако в то же время мы огорчены, что вопрос об оплате литературы АА может быть причиной дальнейшего недоразумения. Как я уже объясняла, когда была в Москве, обеспечение обслуживания АА требует денег. Было бы замечательно, если бы пожертвований групп и отдельных членов АА было бы достаточно для оплаты содержания офисов, телефонов, справочных служб и многих других услуг, описываемых в брошюре "Сами себя содержим за счет собственных пожертвований", посылаемой с этим письмом. Конечно, эта брошюра предназначена для нашей структуры обслуживания. Но дело в том, что в большинстве, если не во всех странах, собираемых пожертвований недостаточно для оплаты обслуживания. Поэтому мы должны продавать нашу литературу с прибылью, чтобы иметь достаточный доход.

Я вспоминаю мнение Московской интергруппы о том, что они не должны продавать то, что им бесплатно дали в качестве дара члены АА США и Канады. В настоящее время мы обеспечиваем литературой в качестве дара из-за положения с валютой в России и финансовых трудностей, испытываемых вашей страной. Однако, по замыслу и согласно традиции самообеспечения, мы надеемся, что однажды, когда наступят лучшие времена, члены АА России смогут нести идеи АА в другую страну и даже предпринять усилия по возмещению затрат США и Канаде, если сочтут это нужным.

Понятно, что Совет не смог получить какой-либо существенный доход от продажи литературы. Я не могу не удивляться, как Московская Интергруппа может (позволить себе) рассылать литературу без получения какого-либо дохода для покрытия расходов. Я спешу добавить, что, конечно, мы не хотим быть в центре спора между Московской интергруппой и Советом.

Вы спрашиваете: Ханс Прусски рассылает эййевскую литературу и отдельным лицам в России только по указанию GSO в Нью-Йорке? Отвечаем: "Да!" Ханс просто хранит для нас литературу в качестве услуги. Мы арендуем место для хранения у GSO Германии, и это Ведомство действует как наше доверенное лицо в части хранения и рассылки литературы.

Винни Маккарти, директор нашего Издательского отдела, недавно беседовал с Хансом относительно его роли в работе по распределению литературы в Восточной Европе. Он (Ханс - примеч. переводчика) упомянул о контакте с вашим Советом и сказал Винни, что члены вашего Совета посетят его в Дортмунде в июне.

Очень важный для нас вопрос относительно хранения большого количества литературы в Москве и вашей возможности распределять ее по городам и поселкам, по всей вашей огромной стране. Я получаю письма от людей, живущих в городах и поселках далеко от Москвы. Когда они спрашивают, как организовать группу АА, я посылаю им информацию наряду со значительным количеством литературы, чтобы помочь им организовать АА в их местности. Я имею в виду дополнительно около 20 экземпляров "Большой книги", "Двенадцать на двенадцать" и "Жить трезво". К тому же, мы посылаем значительное количество каждой из переведенных на русский язык брошюр. Осуществляем мы это следующим образом: высылаем Хансу бланки с адресами и возмещаем ему расходы по пересылке. Как вы знаете, у Ханса есть обычное рабочее ведомство и отдел доставки.

Мы еще не подытожили цифры за 1992 год, но я могу поделиться с Вами, что в 1991 году мы распределили по различным регионам России литературы на сумму около \$ 30 000 (долларов). Во всяком случае, мы знаем, что Ханс собирается обсудить в Вами (с Вениамином) и Юрием этот вопрос в июне и мы надеемся, что может быть достигнуто приемлемое для всех соглашение.

* * *

Касаясь споров, Bill W в письме в 1962 г. заметил: "...по моему собственному наблюдению, время и разъяснение размывают эти конфликтные ситуации. Если без злобы мы поддерживаем верный аспект спора, то обычно он со временем берет верх".

Луиса Фишер, международный координатор

(P.S. Выписка составляет 2/3 письма.)



Сообщения

Группа АА "Рассвет" 263017, Украина, г.Луцк а/я 55

Дорогие друзья!

Мы надеемся, что вы разделите с нами радость по поводу празднования 6-й годовщины основания движения АА в г.Луцке, которое будет проходить 29-30 июля 1995г.

Гостиницей и обслуживанием приезжающие будут обеспечены. Встреча гостей будет организована.

Конт.телефоны: 58-5501 Владимир, 68-914 Леонид, 47-619 Игорь.

Мы ждем ВАС!



29-30 апреля 1995г. в г.Санкт-Петербурге состоялась **VII Всероссийская конференция по обслуживанию АА**, на которой был избран следующий новый состав Российского совета обслуживания АА:

Сергей М. (Иваново)
Николай П. (Магнитогорск)
Виталий В. (Москва)
Николай С. (Москва)
Ирина Ч. (Москва)
Анатолий Д. (Петрозаводск)

Конференцией приняты решения:

1. Общее руководство и финансирование литературной деятельности от лица Российского АА осуществляется Российским советом обслуживания АА.
2. Продолжить работу по Российскому изданию Большой книги.
3. Делегатам донести до групп АА просьбу прислать свои истории выздоровления для Российского издания Большой книги.