

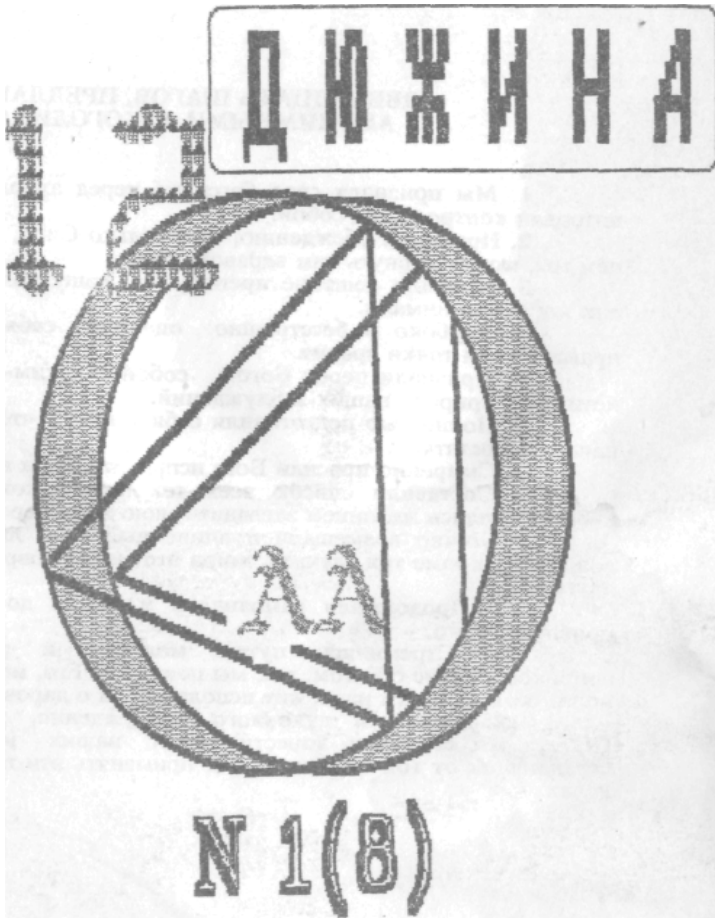
Анонимные Алкоголики - это общество, объединяющее мужчин и женщин, которые делятся друг с другом своим опытом, силами и надеждами с целью помочь себе и другим избавиться от алкоголизма.

Единственное условие для членства - это желание бросить пить. Члены А.А. не платят ни вступительных, ни членских взносов. Мы сами себя содержим благодаря нашим добровольным пожертвованиям.

А.А. не связано ни с какой сектой, вероисповеданием, политическим направлением, организацией или учреждением; не вступает в полемику по каким бы то ни было вопросам, не поддерживает и не выступает против чьих бы то ни было интересов.

Наша основная цель - остаться трезвыми и помочь другим алкоголикам обрести здоровый трезвый образ жизни.





МОСКВА - 1995



## ДВЕНАДЦАТЬ ШАГОВ, ПРЕДЛАГАЕМЫХ АНОНИМНЫМИ АЛКОГОЛИКАМИ

1. Мы признали свое бессилие перед алкоголем, признали, что потеряли контроль над собой.
2. Пришли к убеждению, что только Сила, более могущественная, чем мы, может вернуть нам здравомыслие.
3. Приняли решение препоручить нашу волю и нашу жизнь Богу, как мы Его понимали.
4. Глубоко и бесстрашно оценили себя и свою жизнь с нравственной точки зрения.
5. Признали перед Богом, собой и каким-либо другим человеком истинную природу наших заблуждений.
6. Полностью подготовили себя к тому, чтобы Бог избавил нас от наших недостатков.
7. Смиренно просили Бога исправить наши изъязны.
8. Составили список всех тех людей, кому мы причинили зло, и преисполнились желанием загладить свою вину перед ними.
9. Лично возмещали причиненный этим людям ущерб где только возможно, кроме тех случаев, когда это могло повредить им или кому-либо другому.
10. Продолжали самоанализ и, когда допускали ошибки, сразу признавали это.
11. Стремилась путем молитвы и размышления углубить соприкосновение с Богом, как мы понимали Его, молясь лишь о знании Его воли, которую нам надлежит исполнить, и о даровании силы для этого.
12. Достигнув духовного пробуждения, к которому привели эти шаги, мы старались донести смысл наших идей до других людей, страдающих от той же болезни, и применять эти принципы во всех наших делах.

## ДВЕНАДЦАТЬ ТРАДИЦИЙ АНОНИМНЫХ АЛКОГОЛИКОВ

1. Наше общее благо должно быть превыше всего; выздоровление каждого зависит от единства АА.
2. В делах нашей группы есть лишь один высший авторитет – любящий Бог, воспринимаемый нами в том виде, в котором Он может предстать в нашем групповом сознании. Выбранные нами руководители являются облечёнными доверием служащими; они не командуют.
3. Единственным условием для членства в АА является желание бросить пить.
4. Каждая группа должна быть вполне самостоятельной, за исключением тех случаев, когда ее планы затрагивают интересы других групп или АА в целом.
5. Каждая группа АА имеет лишь одну главную цель – донести наши идеи до тех алкоголиков, которые всё ещё страдают.
6. Группе АА никогда не следует поддерживать, финансировать или предоставлять имя АА для использования какой-либо родственной организации или посторонней компании, чтобы проблемы денег, имущества и власти не отвлекали нас от нашей главной цели.
7. Каждая группа Анонимных Алкоголиков должна полностью опираться на собственные силы, отклоняя помощь со стороны.
8. Сообщество Анонимных Алкоголиков должно всегда оставаться непрофессиональным объединением, однако наши службы могут нанимать работников, обладающих определённой квалификацией.
9. Сообществу Анонимных Алкоголиков, как таковому, никогда не следует обзаводиться жёсткой системой управления, однако мы можем создавать службы и комитеты, несущие прямую ответственность перед теми, кого они обслуживают.
10. Сообщество Анонимных Алкоголиков не придерживается какого-либо мнения по вопросам, не касающимся его деятельности, поэтому имя АА не следует вовлекать в какие-либо общественные дискуссии.
11. Наша политика во взаимоотношениях с общественностью основывается на привлекательности наших идей, а не на пропаганде; мы должны всегда сохранять анонимность во всех наших контактах с прессой, радио и кино.
12. Анонимность является духовной основой наших Традиций, постоянно напоминающей нам о том, что принципы следует ставить выше личностей.

# ДЮЖИНА

ж у р н а л  
а н о н и м н ы х  
а л к о г о л и к о в

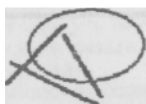
## СОДЕРЖАНИЕ

Рождение АА	2
Достаточно сделать попытку	6
Нет смысла врать самому себе	8
Верный спутник	10
Из журнала АА Германии "Следы". Тема "Смерть"	
Кто боится смерти, тот боится жизни	12
Моя вторая жизнь	13
Рассказы из Большой Книги. Могло быть и хуже	15
Я достаточно сильно люблю тебя, чтобы...	18
Юмор	19
Московские группы АА	21
Сообщения	23

---

ЛИТЕРАТУРНЫЙ КОМИТЕТ АА

## РОЖДЕНИЕ



# АА



(Из истории движения АА. Окончание)

Философия Оксфордской Группы оказала огромное влияние на программу и цели АА, а сам Билл на всю жизнь установил дружеские отношения с одним из ведущих представителей Группы – преподобным Самуэлем Шумейкером.

К сожалению, хотя Эбби первым сделал Двенадцатый Шаг, ему предстояло еще несколько тяжелых лет пьянства. Он умер через несколько месяцев после своей последней выпивки, когда у Билла был тридцать один год трезвости. Тот факт, что Билл называл этого человека своим спонсором, подчеркивает особое смирение извечной таинственной связи между алкоголиками, которые остаются трезвыми, и теми, кто еще борется со своим недугом. Это также доказывает, что в АА нет иерархии и нет иммунитета к алкоголизму, но есть надежда, так как в конце концов трезвость Эбби не уступала в качестве трезвости Билла и доктора Боба, как и трезвости сотен тысяч других людей, которым помогает АА.

Из своих ранних попыток вытрезвления Билл скоро сделал вывод, что преодоление навязчивого стремления происходит менее болезненно при общении людей, решающих ту же проблему. Даже если они не приходили к идее полного воздержания, им становилось лучше.

Доктор Силкворт, внимательно наблюдая за деятельностью Билла, как-то сказал ему: "Вы ставите телегу впереди лошади. Прежде всего нужно сбить спесь с этих людей. Сначала как можно более сурово преподнесите им медицинскую сторону этого дела. Расскажите, как одержимость, вынуждающая их пить, и физическая аллергия организма на алкоголь обрекают их на сумасшествие или смерть, если они не остановятся. Когда один алкоголик поговорит об этом с другим, это может помочь разрушению в них подавляющего разум самомнения".

Эта беседа с доктором Силквортом случилась незадолго до встречи Билла с доктором Бобом и была еще одним удачным совпадением, которыми так богата история АА.

Если бы Билл занимался проповедями перед доктором Бобом, вместо того чтобы, следуя совету Силкворта, изложить медицинскую сторону дела, доктор Боб, вполне возможно, отверг бы его. Если бы Билл не признал того факта, что Боб необходим ему так же, как он Бобу, то, возможно, доктор Боб не обратил бы на Билла никакого внимания.

Как позднее вспоминал доктор Боб, именно это странное заявление благодарности от Билла, его желание иметь рядом другого алкоголика для того, чтобы добиться собственной трезвости, позволило ему преодолеть собственную настроенность и прислушаться.

После того, как Билл рассказал о своем общении с другими алкоголиками, доктор Боб понял, почему Биллу удается оставаться трезвым, а ему нет. Это происходило благодаря тому, что Билл признал необходимость протянуть руку и передать свое послание другим алкоголикам с тем, чтобы получить собственную трезвость.

Из этого визита доктор Боб сделал вывод, что трезвость возможна и для него. В результате постоянного общения с Биллом ему в течение нескольких недель удавалось оставаться трезвым. Затем доктор Боб отправился один на медицинский симпозиум в другой город и напился. Возвратившись домой, 10 июня 1935 года он выпил в последний раз. По иронии судьбы это было пиво, которое ему дал Билл, чтобы унять дрожь в руках перед предстоящей операцией.

Теперь доктор Боб был уверен в своем пути. После операции он обратился к своим коллегам, пациентам, кредиторам и другим людям с открытым признанием своего алкоголизма и намерением достичь трезвости, устроить свои дела надлежащим образом.

С этого дня, официальной даты создания АА, Билл В. и доктор Боб посвятили себя обращению к другим алкоголикам. Они были полностью убеждены в необходимости поступать так для своей собственной трезвости и они убеждали в этом других алкоголиков.

Тогда это были предварительные идеи, ставшие первоначальной программой АА:

признание безнадежности состояния алкоголика;

вера в необходимость достигнуть "дна", поскольку духовное "обращение" или изменение психики не произойдут до тех пор, пока не будет достигнута крайняя степень отчаяния;

вера в то, что "обращение" необходимо для долговременной трезвости;

убеждение в том, что личность должна перейти от разрушительной концентрации внимания на себя к активному взаимодействию с другими людьми.

Может быть невольно, но именно Эбби принес все эти идеи Биллу В. (о безнадежности и необходимости "обращения") и своим опытом продемонстрировал необходимость помощи другим для сохранения собственной трезвости.

Два основателя посвятили свои жизни этому "посланию надежды":

Мне нужны другие алкоголики, чтобы стать трезвым.

Мне нужны другие алкоголики, чтобы оставаться трезвым.

У меня теперь есть, что отдать, и мне нужны те, кто нуждается в моих знаниях, те, кому они необходимы.

Это является необходимым условием моей собственной трезвости, сущностью сообщества АА, основой его успешного шествия по изменяющимся судьбам "безнадежно" больных людей.

28 июня Билл с доктором Бобом совершили свой первый совместный визит к алкоголику, тем самым приведя в действие программу выздоровления, известную теперь под названием "Анонимные Алкоголики".

Они навестили Билла Д., который стал известен как "человек на кровати". Переговорив сначала с его женой, они сказали, почему пришли к нему, откровенно заявив, что если он не заинтересован в их присутствии, им придется найти другого алкоголика для своего собственного блага. Такой подход был спасителен для Билла Д. Свое собственное состояние не имело для него значения, но его значимость для выздоровления других сломала стену безразличия и покорности судьбе.

Развитие в их работе с алкоголиками не было ни гладким, ни простым. Основным и единственным утверждением их программы было: "Она работает!"

На некоторое время Билл и Ло превратили свой дом N 182 на Клинтон-стрит в Бруклине во временный приют для алкоголиков. Но это стало неудобным и дорогим делом. Они обнаружили, что наиболее важным аспектом достижения трезвости является разговор алкоголиков друг с другом. Они стали устраивать по вторникам вечером собрания для алкоголиков и их жен. Жены участвовали в этих собраниях до тех пор, пока не появлялся новый "кандидат". Тогда трезвые алкоголики уединялись с ним и проводили своего рода "допрос", который заканчивался "поражением" новообращенного.

Такой порядок был предшественником "открытых" и "закрытых" собраний АА. Группа поддержки, состоящая из жен (ее инициатором была жена Билла, Ло), в конце концов стала сообществом Ал-Анон. Для Ло ничто не имело большего значения, чем трезвость Билла. Это оставалось самым важным делом ее жизни.

Свое участие в Оксфордской Группе Билл с доктором Бобом теперь ограничивали работой с алкоголиками. Они полагали, и это со временем нашло свое подтверждение, что собрания по вторникам, ставящие в центр внимания разговор алкоголиков друг с другом, приносят им большую помощь и удовлетворение, чем Оксфордские встречи, религиозный акцент которых, а особенно "абсолютные принципы", мало что давали для достижения трезвости.

– Черт возьми эти "абсолютные принципы", – говорил алкоголик, – я просто желаю быть трезвым сегодня.

Так возник, был опробован и стал ключевым в программе АА лозунг "Только сегодня".

В свою очередь Оксфордская Группа не очень поддерживала алкогольное направление в своем движении. Она старалась быть на виду, выдвигая свою организацию и своих членов вперед посредством публичных выступлений и мероприятий, имеющих широкую огласку.

Алкоголики, особенно наиболее влиятельные, желали оставаться по возможности анонимными. Основным мотивом здесь был не стыд, а то, что дурные известность и слава могли повлечь за собой тщеславие, тем самым ставя под угрозу их трезвость.

Помня, что духовный аспект является необходимой частью выздоровления, Билл допускал возможность веры в Высшую Силу вне церкви, на обычном собрании группы. Два или три алкоголика, собравшиеся вместе для помощи друг другу, становились силой более могучей, чем сила отдельной личности. Это было спасением для тех, кто не мог принять религиозного учения как такового. Группа становилась для них Высшей Силой. Они могли оставаться трезвыми благодаря принадлежности к группе и вере в силу общения с другими алкоголиками для сохранения своей трезвости.

У Билла и доктора Боба были планы создания сети больниц для алкоголиков с наймом персонала со стороны и публикации четких положений и принципов программы.

По мере того, как молодая организация получала обнадеживающие результаты в обретении трезвости алкоголиками, увеличивалась привлекательность этой работы. Билл получил предложение заработать деньги на этой программе, когда ему предложили место в больнице св. Фомы для создания и руководства группой по лечению алкоголизма на коммерческой основе. Рассказав о заманчивом с материальной точки зрения предложении на собрании группы, он не получил одобрения. Алкоголики решили, что профессионализм скомпрометирует программу.

Политикой АА и одной из ее традиций стало то, что ни один из ее членов не будет извлекать личной выгоды из принадлежности АА.

Другим немаловажным следствием предложения, сделанного Биллу, была традиция предоставления всех дел, затрагивающих программу, на совесть группы для обдумывания и принятия решений. Это стало предтечей порядка Генеральной Конференции для руководства делами АА.

# Достаточно сделать попытку

---

Я – алкоголик. Долгое время я считала, что живу нормальной и достойной жизнью. Разрешала себе пить, каждый раз надеясь, что смогу это делать, не причиняя никому вреда. Полная потеря контроля над собой, бессмысленные и постыдные происшествия, провалы в памяти – все это казалось мне случайным. Я надеялась на свою волю и здравомыслие. Горькая правда о том, что я не имею сил вести нормальный образ жизни, что я разрушаю свою личность и приношу много боли другим людям, была невыносимой для моего самолюбия.

Моральные принципы, этические нормы, философские убеждения – всем этим я обладала в какой-то степени, но все это оказалось бесполезным для меня.

При этом я зависела не только от алкоголя, но и от других людей, вынужденных решать мои проблемы. Будучи взрослой женщиной, женой и матерью, я вела себя как капризный ребенок, который хочет только удовольствий и приключений, но совершенно не в силах нести ответственность за свое поведение.

Обвинения всех и вся в моих несчастьях, жалость к себе (или, наоборот, презрение к себе), ничего, конечно, не меняли. Кроме того, я не могла представить себе жизни "без праздников", а праздник – это непременно алкоголь.

В АА я узнала очень много о своей болезни. О том, какие несчастья переживали из-за алкоголя люди гораздо более сильные, удачливые и волевые, чем я. Узнала, что с точки зрения медицины алкоголик неизлечим. Только сейчас вижу, как я была напугана всей этой информацией. В течение нескольких месяцев именно этот страх отбивал желание выпить и заставлял работать над Шагами нашей Программы. Я выполняла задания спонсора с таким рвением, как будто убегала от чудовища, которое хочет меня погубить. В какой-то мере так оно и было. Я была гораздо менее спокойной, чем теперь, и совершенно неуверенной в себе.

Осознание собственного бессилия – это еще не смиренное и спокойное отношение к нему. Несовершенство моей личности я воспринимала очень болезненно. Я могла любить и принимать себя только сильной, доброй, приятной и добропорядочной во всех отношениях. А неудачи – это потому, что не постаралась как следует, не заставила себя. Или другие помешали мне сделать так, как нужно.

Ох, уж эти другие! Они почти всегда были виноваты в моих неудачах. И в моем пьянстве тоже. Не прощая слабости себе, я конечно не могла простить и других. Я алкоголик и идеалист, принимаю мир, себя и других только в совершенном, идеальном варианте. Любые неприятности, собственные ошибки, недостатки других людей, бытовые трудности выводят меня из равновесия. Наступает уныние и депрессия. Алкоголь на какое-то время делал мир таким, каким я хочу его видеть. Конечно, это иллюзия, но я очень любила жить в этой иллюзии и не умела жить в мире настоящем. И не просто жить, а жить с доверием к этому миру, к такому, какой он есть, с верой в смысл всего происходящего, хорошего и плохого.

Сейчас я учусь жить в реальном мире. Я только в самом начале пути. Мне трудно воспринимать мир на трезвую голову. Для меня все еще очень большое значение имеют удовольствия, материальные блага. Лень каждый день трудиться, заботиться о других.

Прошел страх перед алкоголем. И иногда я начинаю завидовать людям, которые могут пить, могут позволить себе это удовольствие. Чувство скуки, однообразия – так проявляется тяга к алкоголю. Несколько месяцев я ее не чувствовала. Она по-разному может проявляться, эта тяга. Недавно было просто острое желание отгородиться от всех дел и обязанностей, и напиться. Я не могу рационально это объяснить. Причина, видимо, очень простая – я алкоголик. И это – надолго.

Я знаю, что я свободна. Выбор – жить трезвой или пить – делаю я. Никто за меня не принимает решения. Высшая Сила не делает меня трезвой насильно. Я свободна, поэтому и ответственность за принятое решение лежит на мне.

Сегодня я принимаю решение жить трезво. Я верю в то, что есть Сила, более могущественная, чем моя, чем сила людей, которые любили меня и все же не могли помочь. Не надеясь только на свою волю, я принимаю такое решение каждый день и прошу помощи об этом у Высшей Силы. Я верю, что с этой помощью я смогу обрести душевное равновесие, силы для решения всех моих проблем.

Я учусь любить себя такой, какой я себя увидела – обыкновенной женщиной, со многими слабостями и недостатками. Я учусь не зависеть от мнения обо мне других людей.

Окружающие меня люди могут вести себя по-разному. Их поступки или отношение ко мне могут поддерживать меня в трезвости. Но могут и невольно подталкивать меня к срыву. Что я могу сделать в этой ситуации? Пользуясь опытом других алкоголиков, привыкнуть к болезненным для меня, обижающим меня поступкам (или словам) других людей. Научиться проживать такие ситуации, не теряя здравомыслия, принимая то, что я не в силах изменить. Мне помогла в этом работа по Четвертому и Десятому шагам.

Ребенку трудно понять, почему нельзя питаться одними сладостями и получать каждый день новую игрушку. Ребенку очень нравится, когда его хвалят, восхищаются его достижениями, нравится быть в центре внимания. Для того чтобы любить, приносить кому-нибудь радость, жить полноценной жизнью – не обязательно быть совершенной личностью. Достаточно сделать попытку не быть ребенком в тридцать лет, отказаться от эгоистической роли потребителя. И уж во всяком случае, необходимо быть трезвой. Сегодня.

Лена (Москва)

НЕ ВИЖУ СМЫСЛА  
**ВРАТЬ**  
САМОМУ СЕБЕ

Я последнее время часто задумывался, отчего у нас в АА случаются срывы. В итоге я пришел к выводу – от бездействия. Дабы пояснить свою мысль, расскажу о своем пути в программе.

Пошел третий год, как я бросил пить, и не могу сказать, что я мало достиг за это время. На первом этапе моей трезвости я попал в замечательную группу "Тройка". Там мои старшие товарищи с завидным терпением разжевывали и клали в мой рот программу по кусочку. Это была великая халява. Мне ничего не хотелось делать самому, и я считал, что чтение литературы и работа по Шагам – это не для меня. У меня была хорошая работа, здоровье стало возвращаться ко мне, и я был доволен жизнью. Так длилось восемь месяцев. Но по истечении этого срока я заработал депрессию. Пошло разочарование в жизни и, конечно же, тяга (куда без нее?). Забегая вперед, я скажу, что это была последняя тяга на сегодняшний день. Я ушел с работы, сидел дома и ничего не хотел делать (алкогольное поведение). Появились мысли о ненужности для меня программы и сильное желание выпить. Я чудом тогда остался трезв. Спустя какое-то время меня разыскал мой спонсор, и мы с ним очень долго беседовали. Он вразумил меня, и я впервые взял в руки "Большую книгу" и запоем прочитал ее. Позже я не раз возвращался к ней, но то первое знакомство потрясло меня. Я понял, что стоило мне с первого дня начать изучать ее, я бы не допустил стольких ошибок. Я начал по вечерам писать Десятый шаг. Я заносил в тетрадь свои мысли и, спустя недели, перечитывая записи, ясно видел свое развитие.

К первому году моей трезвости я сделал Первый шаг. Делал я его долго, несколько месяцев, излагая на бумаге свои мысли, отвечая на вопросы, заданные мне в брошюре.

Если бы я делал это нечестно, вряд ли я был сейчас трезв. Но теперь, начав новую жизнь, я не вижу смысла врать самому себе. Я и так это делал на протяжении двадцати девяти лет. За то время, пока я делал Первый шаг, многое изменилось во мне. Прошла переоценка ценностей. Мне нужно было понять, зачем я пил четырнадцать лет, почему я, искренне желая бросить пить не смог этого сделать сам, сколько я принес горя окружающим, что я потерял в жизни из-за своего пьянства.

Весь второй год я боролся со своей гордыней. Впал из одной крайности в другую. То мое мнимое смирение граничило с безразличием и трусостью, то гнев затуманивал мой разум, и я ненавидел весь окружающий мир. Ну никак я не хотел принять весь мир вокруг со всеми его прелестями и грязью. Очень долго я шел к пониманию своего места в этой жизни, что я могу, а что за гранью моих возможностей. Не я создал мир, и не мне его менять. Какое там! Мне себя менять надо. А как? Кто это сделает? Вот в этот момент и пришло признание силы более могущественной, чем я. Это там, в пьяной жизни, я был центром вселенной. Постепенно я стал замечать, что раздражительность исчезла. Я обрел душевный покой. Так я сделал Второй шаг, и ко мне стало возвращаться здравомыслие.

Сейчас я работаю над Третьим шагом. Я хочу понять, что такое Высшая Сила. Я изучаю различные религии и впитываю их мудрость. Я не знаю, когда я сделаю Третий шаг. Да я и не тороплюсь. Впереди у меня целая жизнь. Но я не имею права ни стоять на одном месте, ни возвращаться назад. Каждый Шаг я должен выстрадать, сделать его качественно. Это влияет на качество моей трезвости.

Когда я сделаю Четвертый и Пятый шаги, это будет моим покаянием, это значит, что я выкинул из себя все дерьмо и нового набирать не собираюсь. А каяться каждый месяц – это топтание на месте. Если я не творю ничего глобального, то достаточно и Десятого шага. Делая очередной Шаг, я черпаю мудрость, а мудрые своих ошибок не повторяют. Вот поэтому у меня не бывает в гостях тяги. Я работаю и с каждым днем все более отдаляюсь от нее. Я не могу стоять на месте, я должен работать. Иначе зачем я бросил пить и задумался над своей жизнью? Так что шестая глава Большой книги права. "За работу!" Братья и сестры, тогда, я уверен, нам не придется по новой отсчитывать дни своего непития.

Я люблю вас!

Будьте трезвыми!

Алекс (Москва)



## ВЕРНЫЙ СПУТНИК

Вполне возможно, что мое письмо не будет опубликовано, и после первых же строчек вы отложите его в сторону, брезгливо произнеся: "Опять про больницу". Не спешите, дочитайте до конца, а потом принимайте решение.

К сожалению, многие алкоголики не избежали "чистилища", именуемого больницей, и забывать об этом не следует, особенно мне.

Теперь по порядку. Началось все в квартире приятельницы, куда я забрел с надеждой на халявную выпивку. Карманы давно уже были пусты, а состояние тела и духа мерзопакостные. За глоток спиртного я готов был продать жену с дочерью, а если бы взяли, то и себя.

Мне повезло, на "хате" стоял дым коромыслом, и мне, как старому знакомому, накатали стакан "бормотухи", который я одолел в два приема. Первые глотки не пошли впрок, пришлось отпустить их на волю, что я и сделал, успев обернуться к раковине.

Вторая попытка оказалась успешнее. Чуть переждав, пока драгоценная жидкость приживется, я прошел в комнату. Как всегда было накурено и шумно, однако большинство присутствующих было знакомо мне по предыдущим пьянкам. Закурив, я развалился на стуле, предоставив телу спокойно растекаться по всей периферии моего организма.

Завязалась беседа, но через какое-то время она, по непонятным причинам, приобрела агрессивный характер. Нет, прямых угроз в мою сторону не было, однако ухмылки собеседников говорили сами за себя. Поднявшись с твердым намерением очистить помещение, я услышал за спиной шепот: "Топором по башке и в прорубь".

Вжав голову в плечи, я ринулся к выходу. Дверь к счастью была не заперта, и я, кубарем скатившись по лестнице, очутился на улице. Вечерело, медленно падал снег, а из распахнутого подъезда доносились крики и топот преследователей. Мысль работала четко: "По прямой не уйти, значит через забор, на стройку, а там сам черт меня не сыщет".

Так я и поступил, тем более, что прыжок через забор облегчался отсутствием пальто и обуви. Петляя по стройке как подранок, я никак не мог оторваться от погони. Сейчас трудно вспомнить, сколько продолжался этот кошмар.

Вечер перешел в ночь, и поймали меня только возле "Националя", где мои собутыльники, почему-то переодетые в милицейскую форму и белые халаты, крутанув за спину руки, засунули меня в машину. Ума не приложу, как я ухитрился дотопать туда от метро "Сокол".

Сознание возвращалось медленно. В начале я почувствовал затекшую от неудобного лежания спину и решил перевернуться на бок. Все усилия осуществить это были тщетны. Малость подергавшись, я прекратил бесплодные попытки и, затаившись, стал прислушиваться к раздававшимся вдалеке голосам. Наконец до меня дошло, что травят анекдоты, не выдержав, я рассмеялся и открыл глаза. Разговор прекратился, и надо мной склонились два обалдуя в нижнем белье.

"Я же тебе говорил, очухается, а ты все помрет, да помрет, – обратился к приятелю тот, что повыше, и повернув голову, заорал: – Паша, отвязывай, "алик" очухался, вот те крест".

Через неделю я был переведен из надзорной палаты в отделение. Потертости от вязок на кистях и лодыжках поджили, и лишь туман перед глазами напоминал о случившемся, но вскоре рассеялся и он.

Нашу палату еще пятеро таких же как я "аликов", переживших белую горячку, называли "рабочей ротой". Мы ходили за жратвой, убирали помещение и помогали персоналу в банные дни. Отделение было для "шизанутых". Мы, понятное дело, держались своей компанией, где ором, а где и кулаком держа эту ненормальную свору в дисциплине. Администрация лояльно воспринимала наш беспредел.

Однажды, приколачивая вешалку в кабинете у заведующего, я увидел на его столе книгу. По синей обложке бежали белые буквы "Анонимные Алкоголики". Заметив мой заинтересованный взгляд, заведующий подтолкнул ее ко мне: "Почитай, может поможет, хотя на мой взгляд – чепуха. Только не обольщайся, все равно не миновать тебе "торпеды", как минимум".

После ужина, улегшись на кровать, я с любопытством открыл эту удивительную книгу. Мужики, слегка поворчав, уснули со светом, и в пять утра я прочитал последние строчки:

"Существует принцип, встающий преградой на пути любой информации, являющийся защитой от любых аргументов, неустанно поддерживающий в человеке вековечное невежество, этот принцип – заведомое пренебрежение, предшествующее познанию".

Ложиться спать не имело смысла, а описывать чувства, овладевшие мной после прочтения, не позволяют размеры письма.

В первую очередь у меня изменилось отношение к "шизикам". Точнее, я стал считать больными не их, а себя. Вечерами, перед отходом ко сну, в нашей "роге" уже не рассказывали похабных историй, а беседовали о прочитанных главах. Так уж случилось, что книга заинтересовала нас всех, я имею в виду "аликов".

С каждым днем ругани в отделении становилось все меньше, а порядка больше. На удивленные замечания зава мы молча показывали ему книгу "Анонимные Алкоголики".

Через три месяца я вышел из психушки без "торпеды".

Прошло шесть лет. Давно исчезла настороженность с лиц дочери и жены, прекратились подковырки товарищей по работе, а эта книга продолжает быть моим самым верным спутником в жизни.

На собраниях АА я мало распространяюсь об этом, хотя твердо уверен: не будь ее, меня давно уже не было бы в живых.

Вот и все, что я хотел вам рассказать, уважаемая "Дюжина". Печатать или не печатать письмо – ваша проблема, а я спешу на группу.

Виктор (Москва)

## Из журнала AA Германии "СЛЕДЫ"



КТО БОИТСЯ СМЕРТИ, ТОТ БОИТСЯ ЖИЗНИ.

Не беспокойся о том,  
что твоя жизнь закончится,  
бойся того, что она не начнется.  
[Джон Ньюмен]

Мое любимое время – бабье лето, великолепное тепло! Сейчас писать о смерти нелегко, именно поэтому я начал излагать свои мысли на бумаге.

Однажды мы все должны умереть. Нам не подвластно знать – когда, но в наших силах так или иначе принять данный факт. Путь, по которому мы идем – един для всех, но только я могу выбрать правильное направление. Если я буду стараться жить по заветам программы AA и стремиться сделать лучшее под руководством Высшей Силы – я буду находиться на верном пути.

После того, как жизнь мне была предоставлена во второй раз, я начал рассматривать ее как сокровище и обходиться с ней заботливо. Долгие годы я рисковал жизнью, день ото дня ставил своим пьянством жизнь на карту злой силы. Сегодня я осознано начинаю относиться к своей жизни и не стремлюсь убежать от нее.

Так же я хотел бы поступить и со своим страхом смерти. Смерть – это неотъемлемая часть судьбы каждого из нас. Большинство людей не решается говорить об этом, в том числе и я. Больше всего я боюсь смерти мучительной, в результате долгой, полной страданий болезни, когда люди становятся хилыми и беспомощными. Смерть, как конец этих страданий, открывает нам путь в другое измерение. Я верю в это.

Хотя годы моей жизни идут своей чередой, я хочу жить. Ведь за время трезвости мне удалось узнать так много прекрасного, о чем раньше я не имел даже представления. Это еще раз показывает мне, что я нахожусь в руках Бога, Он своей милостью освобождает меня от ужасной тяги к спиртному. В одиночку мне этого никогда не удавалось достичь. Сейчас смысл моей жизни – передать послание программы AA и строить свои дни и ночи по ее основным законам. И когда я делаю это, то чувствую внутри удовлетворение и покой. Мне удалось переложить заботы о конце жизни на Высшую Силу, и страх оставил меня.

Некоторых друзей и родственников я уже проводил в последний путь. Сам процесс умирания я никогда не видел. Меня не было при смерти матери и отца. Мою тещу я видел последний раз за день до смерти. Тогда она не производила отчаянного впечатления, хотя ей исполнился 91 год. Ее лицо было счастливым, и улыбка не покидала его.

Еще отчетливо помню я событие прошлого года, когда моя жена и я посетили концерт. Выступал известный скрипач, похоже он был очень болен. Ему помогали выйти на сцену. Никогда больше я не слышал, чтобы кто-то так прекрасно играл. Создавалось впечатление, будто музыкант уже на небесах. И спустя три дня я прочитал в газете о его смерти. Это переживание глубоко запало мне в душу.

Сейчас, когда я смотрю из окна и вижу желтую листву, я ощущаю тихую грусть: это лето уже прошло. Но я знаю наверняка, что последует новая весна.

С помощью программы AA я хочу сохранить эту надежду и для своей жизни, и для своей смерти.

Алкоголик Боб

### МОЯ ВТОРАЯ ЖИЗНЬ

Меня зовут Норберт. Я – алкоголик и, благодаря Богу, сегодня – трезвый. Надеюсь, что смогу помочь вам своим рассказом.

С тех пор, как я стал трезвым по Программе, я опять говорю жизни ДА и не хочу умирать сегодня. Ту жизнь, которой я живу сейчас, можно назвать моей второй жизнью. Она еще очень молода, наполнена различными идеями и желаниями. И до тех пор, пока Бог не призовет меня к себе (а этот момент не в моей власти), я ощущаю каждый прожитый день как милосердный дар.

Только благодаря AA мне с каждым днем все лучше и лучше удается идти по жизненному пути. Я учусь у жизни и эти уроки позволяют мне совершенствоваться. Однажды у меня возник замысел: привести в приемлемое состояние мою душу. Конечно, я не мог превратиться в человека, полностью лишенного недостатков. Моя вера говорила мне: "ты должен постоянно заботиться о своей душе, пока не умрешь". По сей день для меня эта работа – наилучшая страховка против срыва.

Вспоминаю то время, когда одной ногой уже стоял в сумасшедшем доме. Стоять на одной ноге неудобно и для устойчивости мне надо было стать многоножным. Да, раньше я всегда пытался быть эквилибристом, и это больше чем чудо, то, что я еще живу сегодня. Мне сложно даже вспомнить, как часто я заигрывал со смертью. В моем пьяном состоянии все было перепутано – день и ночь, сон и явь. Зачастую приходили мысли о самоубийстве. Я знал, как умереть быстро и безболезненно и сделать так, чтобы труп никто не нашел.

Господь Бог наверняка любит меня. Уж если Он избрал меня для новой жизни, то я в Нем никогда не буду сомневаться.

Только однажды у меня был срыв в моей трезвости и одновременно это была попытка пьяной смерти. Тогда я не был "трезвым по Программе", вместо этого держался на одной только силе воли, без сообщества АА, без каких-либо знаний о природе болезни и без опыта других людей. О, это было мучительно и продолжалось около четырех месяцев. Тогда гордыня переполняла меня, я не хотел признавать в себе алкогольное безумие, думать о бессилии, любой ценой хотел сохранить в себе сухую трезвость. В конце концов я очнулся в остром отделении, пристегнутым к больничной койке с 4.4 промилля алкоголя в крови. В больнице же у меня было видение Бога. И тогда я возродился ко второй жизни и начал исполнять Его волю.

Благодарю вас всех и желаю Божьего благословения.



## МОГЛО БЫТЬ И ХУЖЕ

Как может человек из порядочной семьи, живущий в прекрасном доме, занимающий высокое положение по службе, – стать алкоголиком?

Позднее, благодаря АА я понял, что алкоголь не считается с финансовым состоянием, общественным положением или образованием.

Я вырос, как и многие американские мальчики, в скромных условиях, посещая обыкновенную школу, занимаясь общественной работой и спортом. Мои родители-скандинавы воспитывали во мне лидерство, стремление во всем быть первым. Они сами приехали в эту страну, потому что считали, что здесь есть возможность преуспеть, если серьезно работать и конструктивно распределить время. После школы, во время каникул, я работал, пытаюсь найти для себя что-то, что стало бы моей целью в жизни. Затем началась война, которая разрушила мои планы и я заканчивал свое образование после ее окончания.

Женитьба, работа, семья – моя история мало чем отличается от тысячи других историй молодых людей того времени. Она показывает, что никто и ничто не может быть виной в такой болезни, как алкоголизм.

Желание преуспеть насыщало мою жизнь. Основной целью было заработать побольше денег, – в то время это заменяло мне алкоголь, было вместо него.

Честно говоря, я боялся даже пробовать выпивать, т.к. в армии столкнулся с сильным пьянством. Я был нетерпим к людям, которые пили, особенно к тем, кому пьянство мешало в работе.

Со временем я стал офицером и директором одного из коммерческих банков страны. Я достиг признания и успеха в своей профессиональной деятельности. У меня была семья – предмет моей особой гордости. Я не пил до 35 лет.

С расцветом моей карьеры росло и общение с людьми. Мне приходилось бывать на всякого рода банкетах, где я видел, как мои друзья без всякого вреда пропускают рюмочку-другую и прекрасно чувствуют себя при этом. Мне не хотелось отличаться от них, Постепенно я стал присоединяться к ним. Сначала это были редкие выпивки. Затем я уже ожидал конца недели, коктейли стали неотъемлемой частью моей жизни. Увеличивалось количество выпитого.

Тяжелый день, стрессы, беспокойство, плохие новости, хорошие новости – все служило теперь поводом для выпивки. Охота, гольф, рыбалка теперь нужны мне были только как повод для выпивки. Алкоголь вытеснял из жизни все моменты, которые интересовали меня раньше, и это было страшно.

Я обещал жене, друзьям, самому себе, что больше не буду пить и не сдерживал своих обещаний. Короткие сухие промежутки заканчивались крутой пьянкой. Я пытался скрывать свое пьянство и для возлияний уходил туда, где вряд ли мог встретить кого-то из знакомых. Я начал опохмеляться, появилось чувство вины.

Хитрый, властный, сбивающий с толку алкоголь все больше овладевал моей жизнью. Вскоре мое пьянство стало заметно окружающим, и мне стали делать замечания. Тогда я принялся изворачиваться и хитрить, пить на стороне, останавливаясь в барах. Потребность в алкоголе росла, мне никогда не было достаточно, всегда хотелось еще. Навязчивая идея о спиртном вытесняла все остальные мысли из головы, особенно когда я был один в машине. Я планировал свое время так, чтобы это было удобно для выпивок.

Я неоднократно пытался бросить пить, но при этом каждый раз чувствовал себя очень несчастным. Пытался обратиться к психиатру, но из этого не получилось ничего дельного.

Я жил в постоянном страхе, что меня поймут пьяным за рулем. Затем начались проблемы с памятью и постоянные тревоги. Просыпаться дома и не представлять, как я сюда добрался, было для меня пыткой, приводившей к отчаянию. Если раньше для похмелья хватало двух рюмок, то теперь требовалось значительно больше. Я стал путать часы, когда мне нужно быть в офисе. Все это тревожило меня.

За последние два года я превратился в совершенно другого человека – циничного, нетерпимого к людям, высокомерного, совершенно отличного от того, каким был в нормальном состоянии. Обида, злость, жалость к себе вошли в мою жизнь. Я обозлился и обижался на всех, кто хотел помешать моим планам, особенно, если дело касалось выпивки.

Мне казалось, что жена стала нетерпимой ко мне. Где бы мы ни были, она всячески старалась оградить меня от спиртного, следила, чтобы я не выпил больше одной рюмки. Какой алкоголик может ограничиться одной рюмкой? После вечеринки она удивлялась, почему я такой пьяный. Она не понимала, каким хитрым может быть алкоголик, что может он сделать ради того, чтобы выпить побольше, чтобы удовлетворить ту физическую тягу, которая появляется у него после первого глотка. В конечном итоге наши друзья стали все реже и реже приглашать нас.

Два года спустя я пришел в АА. Моя жена, написав, что вернется лишь тогда, когда я брошу пить, уехала в длительное путешествие. Для меня это было ужасно и я написал ей, обещая прекратить пьянство. Она вернулась, но не прошло и двух месяцев, как я напился снова.

Она опять ушла, передав через адвоката, что вернется лишь тогда, когда я решу свои алкогольные проблемы. Невыполненные обещания, безнадежность, боль. Мне не хотелось жить, но и умереть было страшно. Я опускался все ниже и ниже и вот достиг своего дна. Я был несчастлив сам и делал несчастными всех, кто соприкасался со мной. Я уже физически не мог пить. Холодный пот, расшатанные нервы, бессонница стали невыносимы. Абсолютно изменившееся мировоззрение ужасало меня. Я не знал, как жить дальше. Время для принятия решения настало и я сказал "Да", когда моя семья обратилась за помощью в АА. Я почувствовал облегчение, хотя думал об этом с содроганием, представляя, что наступает конец всему. Трудно было представить жизнь без алкоголя.

В тот день я в первый раз пришел на собрание АА с человеком, который сначала позвонил мне. Не знаю, чего я ожидал, но никак не думал встретить там людей, которые будут рассказывать о своих проблемах с алкоголем, о своих жизненных трагедиях в таком ярком свете, оставаясь бодрыми и жизнерадостными.

Услышав несколько историй людей, побывавших в тюрьмах, сумасшедших домах, подзаборников, я стал сомневаться в своем алкоголизме. В конце концов, я не начал пить смолоду и мое положение вполне стабильно. Я ответственен на работе, не имел проблем с законом, хотя и мог бы, еще не все потерял, хотя и был на краю. Мои финансовые дела также были не совсем плохи.

Алкоголик ли человек, от истории которого волосы не поднимаются дыбом? Ответ пришел очень просто, когда я прочитал первый шаг АА.

"Мы признали свое бессилие перед алкоголем, признали, что наша жизнь стала неуправляемой".

Там не говорится, что мы должны побывать в тюрьме 10, 15 или 100 раз. Там не говорится, что мы должны потерять семью, работу, стать подзаборниками, пить парфюмерию.

Там говорится: "Мы признали свое бессилие перед алкоголем, признали, что наша жизнь стала неуправляемой". Не имеет значения степень моего падения. Важно лишь направление.

Я наконец увидел, что сделал алкоголь и что может сделать еще, если будет продолжаться мое пьянство, если я не воспользуюсь помощью. Вначале меня шокировало то, что я алкоголик. Постепенно, с осознанием того, что мне больше не нужно пить, становилось легче, уходила тяга, появилась надежда, желание жить трезво. Мне сказали, что нужно хотеть оставаться трезвым для собственного блага. Неважно, как и почему я пришел в АА первый раз, теперь нужно желать трезвой жизни для самого себя.

С самого начала мне понравилось все в Программе АА. Мне была понятна идея об аллергии к алкоголю, поскольку я был аллергиком и к другим веществам. Некоторые члены моей семьи имели аллергию ко многим продуктам. Было очень логично, что люди могут иметь аллергию к алкоголю.

Мне объяснили, что алкоголизм – болезнь с двусторонней природой, то есть физическая аллергия и навязчивая идея. Узнав это, я нашел ответы на многие мучившие меня раньше вопросы. Аллергия – то, что мы не можем изменить. Каким-то образом наше тело пришло в такое состояние, когда оно больше не может принимать алкоголь в свою систему. Почему? Это не так важно. Факт заключается в том, что первая рюмка вызывает реакцию, направленную на все большее увеличение дозы. Одной рюмки нам слишком много, а ста – недостаточно.

Навязчивую идею понять было труднее, хотя это встречается у многих людей. У алкоголика это проявляется в более яркой степени. Постепенно появляется жалость к себе, злоба, нечестность, эгоизм, антагонизм ко всем, кто ему перечит, тщеславие, критическое отношение ко всем, кроме себя. Жизнь в страхе и постоянное напряжение вызывают желание расслабиться и алкоголь, как кажется, временно помогает в этом.

Потребовалось время, чтобы понять, что 12 Шагов написаны для того, чтобы искоренить недостатки характера, помочь избавиться от навязчивой идеи.

(Перевод Галины Ч., Москва)

## **Я достаточно сильно люблю тебя, чтобы...**

...позволить тебе, когда и если ты этого захочешь, обрести Бога, как бы ты его ни понимал.

...позволить тебе совершать то, что на мой взгляд является глупейшей ошибкой.

...никогда не быть одержимым тобой и никогда не давать тебе стать одержимым мной.

...позволить тебе сохранять твоё достоинство и никогда не разрешать тебе затрагивать моё достоинство.

...позволить тебе искать помощи так, там и когда ты этого захочешь.

...оставить ответственность за тебя в твоих руках и взять на себя ответственность за себя самого.

...позволить тебе страдать, если ты захочешь этого.

...никогда не извиняться за тебя и не покрывать тебя.

...быть твоим лучшим другом или никогда больше тебя не видеть.

...скучать по тебе, но не умирать обессиленным, если тебя нет рядом.

...ничего не ждать от тебя.

...обрести такую ясность и спокойствие духа, которые позволят мне перестать испытывать "нужду" в тебе.

...избавиться от ревности и гнева.

...позволить тебе иметь в твоей душе что-то только твое, и иметь в своей душе что-то только мое.

...стараться слушать тебя непредубежденно и с открытым сердцем.

...никогда не быть терпимым к тому, что неприемлемо в твоём поведении и прощать твоё неприемлемое поведение, когда и если я к этому готов.

...позволить тебе развиваться духовно быстрее или медленнее, чем это делаю я, и не испытывать при этом раздражения и обиды.

...позволить тебе принять на себя прекрасную заботу о твоём духовном развитии и вообще обо всем том, что твое. Ибо я делаю то же для того, что мое.

...позволить тебе стать тем прекрасным человеком, которым ты есть.

...я достаточно сильно люблю тебя, чтобы ПОЗВОЛИТЬ ТЕБЕ УЙТИ!



мор

Что-то стало холодать, –  
Не пора ли нам на группу?

-----  
– Вот, говорят, первые месяцы самые трудные... того-то не надо, а Программу особенно надо соблюдать. А какие это, – спрашиваю спонсора, – первые месяцы?

– А это, – говорит, – сколько у тебя плюс еще один месяц.

-----  
– Есть, говорю, у меня один недостаток – алкоголик я, но зато и преимущество – непьющий!

-----  
Проверь себя сам!

### ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕСТ

Внимательно ответьте на следующие вопросы:

1. Вы алкоголик?
2. Что Вы предпочитаете пить по утрам?
3. Если в огороде бузина, то в Киеве ... (что?)
4. Сколько у Вас в углу кухни пустых бутылок?
5. Вы ответили на предыдущие вопросы?

Если ответов ДА у Вас шесть или более, то у Вас поехала крыша. Угол наклона крыши равен числу вопросов, деленному на число ответов и умноженному на сорок градусов.



Бывало!



– Дело в том, что когда я пью – я все время хочу бросить,  
а когда бросаю – все время хочу выпить!..



#### Московские группы Анонимных Алкоголиков

1. "Анти-Бахус"

вт., субб. – 19.30

Зеленый пр. 64, "Красный уголок", м. Новогиреево, 1-й ваг. от центра.

2. "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".

3. "Возвращение"

пон. – 19.00

ул. Касаткина 15, д/к "Яуза", 3-й этаж, комн.5, м.ВДНХ далее трамв. 11 до ост."ул.Академика Люльки".

4. "Воскресение"

воскр. – 19.00

Столешников пер. 2, храм Косьмы и Демьяна, трапезная на 3-м эт., м. Пушкинская или Охотный ряд.

5. "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".

6. "Круг"

вт., четв., субб. – 19.30

ул. Ст. Басманная 20, корп.5, 1-й этаж, подъезд 1, м. Бауманская далее трол. 25, 45 до ост. "Музей декабристов".

7. "Маршрут А"

четв. – 19.00

ул. 26 Бакинских комиссаров 3/4, Дом детского творчества, м. Юго-западная.

## 8. "Московские начинающие"

пон., вт(4-й шаг), ср., пятн. – 19.00, воскр. – 17.00

ул. Тайнинская 8, Опорный пункт, м. Бабушкинская далее авт. 181, 969 до ост. "Ул. Тайнинская".

## 9. "Околица"

воскр. – 17.00

ул-16-я Парковая 13, 8-й наркодиспансер, 1-й эт., м. Первомайская посл. ваг. далее трол. 22 или трамвай до конца.

## 10. "Посошок"

пон., ср., пятн. – 20.00

ул. Верхне-Первомайская 32, ДК "Дружба", комн. 13, м. Первомайская.

## 11. "Рубикон"

пон., ср., пятн. – 18.30 ул. Болотниковская 16 кор.5, подвал штаб ГО, м. Каховская.

## 12. "Тройка"

пон., ср., пятн. – 19.30

ул. Рогова, ДК им. Курчатова, торг. дом "Тройка", м. Щукинская далее авт. 60 до ост. "ДК им. Курчатова".

## 13. "Фронтир"

вт. – 18.00

ул. Бутырская 97 (Совет ветеранов), м. Дмитровская.

## 14. "Черемушки"

пон., ср. – 19.00, вт. – 10.30

ул. Шверника 10а, 12-й наркодиспансер, 1-й эт., комн.6, м. Академическая.

## 16. "Чудо"

ср. – 19.00

ул. Листова 19, 19-я наркобольница, приемное отд., конференцзал, м. Текстильщики далее авт. 22, 42 до ост. "ул. Чистова", трол.50.

## 17. "Шанс"

вт., пятн. – 18.30

2-й Автозаводской проезд 4/5, 2-й эт., м. Автозаводская.

## 18. Анонимные Наркоманы

"День за днем"

пятн. – 18.00

ул. Шверника 10а, 12-й наркодиспансер, 1-й эт., комн.6, м. Академическая.

С О О Б Щ Е Н И Я
-------------------

От службы АА С-Петербурга

-----

19 ноября 1994 г. в С-Петербурге прошла вторая Ассамблея АА С-Петербурга. Ассамблея работала под девизом Первой Традиции АА: "Личное выздоровление каждого зависит от единства АА в целом". Зарегистрировалось 80 членов групп АА С-Петербурга и 67 членов АА из других городов и стран ближнего и дальнего зарубежья: Москвы, Электростали, Хельсинки, Иванова, Пушкина, Магадана, Казани, Минска, Петрозаводска, Ростова, США, Мытищ. Всего зарегистрировались 171 человек, а присутствовало около 200.

Общее открытое собрание АА началось в 14 часов и проходило в конференц-зале гостиницы "Карелия". Приветствиями и опытом выздоровления делились в своих выступлениях 25 членов АА. На встрече присутствовали врачи и представители радио и прессы, но фото и видео съемка не проводились. Принцип анонимности соблюдался во всех контактах. Открытое собрание закончилось в 16 часов.

В перерыве участники могли перекусить, пообщаться и приобрести литературу АА и Ал-Анон.

В 16.30 началось закрытое собрание АА на тему "Первым делом главное" и открытое собрание группы Ал-Анон "Новая жизнь" на тему "Мы признали свое бессилие перед алкоголем, признали, что наша жизнь стала неуправляемой". Состоялся просмотр видеофильмов "Лекции с мелом у доски" и "12 шагов (с комментарием о. Мартина)". В 19 часов в зале ресторана начался дружеский вечер с концертом, музыкой, конкурсами, танцами и чаепитием. Атмосфера доброжелательности, радости, благодарности, доверия и понимания окружала всех присутствовавших. В 22 часа первый рабочий день Ассамблеи закончился.

Утром 20 ноября была организована автобусная экскурсия по центру города. В 13 часов желающие работать по 12 шагу в больнице посетили ТНД по адресу: 4-я линия ВО, 25. Там прошли два собрания в разных отделениях больницы, а также беседы с больными и персоналом. После больницы желающие посетили собрание группы АА "Наш путь". На этом Ассамблея закончила свою работу.



Накануне по радио прошла информация о проведении Ассамблеи АА. Была также дана информация в 6 газет С-Петербурга и многие лечебные учреждения.

-----

Решения Конференции Российского общества анонимных алкоголиков г. Петрозаводск, 21 мая 1994г.

1. Провести реорганизацию и техническое оснащение информационной службы.
  2. Для издания российской книги "Анонимные алкоголики" учредить фонд финансирования издания и создать рабочую группу подготовки издания.
  3. Подчинить Литературный комитет Конференции АА, председателем Литературного комитета утвердить Славу (Москва).
  4. Признать работу Совета обслуживания АА РФ удовлетворительной.
  5. Увеличить число членов Совета обслуживания до 9 человек. В Совет обслуживания избраны: Анатолий (Петрозаводск), Валентин (Москва), Вениамин (Москва), Вера (С.-Петербург), Вера (Москва), Владимир (Москва), Владимир (Самара), Людмила (Магадан), Юрий (Москва).
- 

Следующая Конференция Российского общества анонимных алкоголиков состоится 29 апреля 1995 г. в С.-Петербурге. Оргвзнос участника – 10 \$.

-----

В помещении группы АА "Рубикон" по адресу: Москва, Болотниковская ул.,16, кор.5, подвал ГО, каждый четверг в 18.30 проводятся спикерские собрания, на которых один из членов АА (со сроком трезвости не менее одного года) рассказывает историю своей жизни. Присутствующие могут задавать вопросы или выступать после "спикера".

Дополнительная информация, а также запись желающих быть "спикером" на этих собраниях по тел.462-49-10 – Татьяна.

-----

По средам в 19.00 начала работать новая группа АА "Доверие" по адресу: Москва, Краснобогатырская, 10, "Центр Доверия", первый этаж, проезд м. "ВДНХ" или "Преображенская", далее трамвай 11 и др. до ост. "ДК Ильича".

-----

В помещении московской группы "Тройка" начал работать Клуб АА. Ежедневно с 10.00 до 22.00 будут магнитофон, гитара, телевизор. Вступительный взнос члена клуба – 50 000 руб., члены клуба заносятся в список на вахте и могут приводить с собой трезвых алкоголиков и неалкоголиков. Можно вместо взноса платить существенным участием в благоустройстве клуба. Тел. 947-03-05 – Миша.