



## ЕССНА26 в Израиле

Привет, меня зовут Митяй, и я зависимый. Во-первых, хочу поблагодарить Заявочный Комитет (ЗК), всех без исключения ребят, с которыми мы работали над заявкой, Московское сообщество АН за предоставленную честь служить Вам и возможность поехать на ЕССНА26 в Израиле. Вы подарили мне желание жить и научили меня быть благодарным.

Евро конвенция проходила на Мертвом море со 2 сентября по 4 сентября 2010 года.

...Из Москвы мы вылетели 2 сентября в количестве семи человек - так сказать, «Великолепная Семёрка». Разные по возрасту, социальному положению и срокам чистоты. Не могу сказать за всех, кто и зачем поехал в Израиль, я поехал за опытом и с заданием от ЗК. Полёт прошёл отлично. Много шумели, что-то ели, как то спали. В аэропорту Израиля таможенники задержали участника нашей экспедиции и не впускали его в «страну обетованную» около часа. Но, как всегда, ВС с нами, и наш друг всё-таки проходит таможенный контроль. Мы опять вместе.

Оперативно решаем транспортный вопрос, берём две машины напрокат и выдвигаемся в сторону Мёртвого моря. Путь оказался простым и без особых приключений. По дороге куча указателей, заблудиться без вариантов. И мы всё-таки зависимые, которые всегда найдут то, что ищут. Пейзажи описывать не буду: лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать.

Двухчасовая поездка заканчивается в оазисе, на берегу очень солёного моря, спрятанном в песочно-земляных горах. В центре странного на первый взгляд месте - большое с зеркальными окнами здание. Это Рояль отель, место проведения ЕССНА26. Мы проезжаем его, т.к. живём поодаль от него. Не буду углубляться в детали проведения Евро конвенции, скажу одно: все они, Евро конвенции, проводятся для развития нашего сообщества и для его мирового единства.



Почему в Израиле? На этот год заявлялись две страны: Турция и Израиль. Но выбрали Израиль. Мол, сообщество более развито, групп больше и т.д. Кстати, израильскому АН больше 30 лет... Про вопросы, которые там решались, лучше расскажет Андрей. Он представлял Россию на Европейском Съезде Делегатов (ЕСД). Да, чуть не забыл! ЕСД

проходит параллельно с Евро конвенцией. Присутствовать на ЕСД можно, но принимать участие в работе могут только делегаты стран. Короче, всё очень серьёзно.

Мы поддерживали нашего делегата на презентации заявки России на 2012 год. Она проходила в последний день, 4 сентября. Андрей бодро, без запинок, рассказал о нашей заявке, стране, сообществе и о нашем огромном желании провести конвенцию в Москве. Европейским делегатам понравилась презентация, больше всего ролик, который мы вместе с Вами сняли. Но не понравился бюджет, а именно высокая стоимость регистрации. Мол, для европейских выздоравливающих зависимых 50 евро очень дорого, да и вообще страна у нас дорогая. «Дорогая моя столица, дорогая моя Москва...» В общем «нет» не сказали, дали время поработать над стоимостью и местом проведения.

У нас есть ещё полгода на доработку заявки. Следующий ЕСД пройдёт в начале марта 2011 года. Для информации: ЕСД проходит 2 раза в год, а конвенция 1 раз в год. Падать духом ещё очень рано, т.к. кроме России заявок никто не подавал. Так что всё может быть! Новость, конечно, обескуражила, но вроде из наших никто не «сорвался». Все по сей день чистые!

...Закончилось всё в Иерусалиме, в 20.00 по местному времени, в «доме единства». Мы оказались там в нашем кругу с нашей молитвой среди ортодоксов и прочих религиозных деятелей, что-то просящих у стены...

Что дальше делать думаем?! Работать над заявкой! Для меня лично это вопрос патриотический. А чтобы узнать детали, а также как и почему мы над этим работаем - добро пожаловать на собрания Заявочного Комитета!

Митяй

## Моя домашняя группа «Вдохновение»



До того момента, как появилась группа «Вдохновение», своей домашней группой я считала «Отражение». Эта группа положила начало моему выздоровлению, и я до сих пор очень благодарна тем людям, которые принимали активное участие и вкладывали свои силы до последнего дня существования группы, и которые стали для меня примером.

Когда я услышала, что «Отражение» закрыли, я испытала чувство потери и страха за свою жизнь, т.к. выздоравливала я именно на ней. И тут я подумала, что это можно изменить и попробовать открыть ее в другом месте. Я обратилась за помощью к впередиидущему, и он согласился, также к нам присоединился один парень с моей «домашки». Мы собрали информацию, заранее зная, что там собираются члены из другого сообщества и пошли разговаривать в храм с Владыкой - меня пугало уже одно это слово, - чтобы он дал нам разрешение и благословение на использование помещения для городских собраний.

Ходили мы два дня с утра к первой службе, часам к 6.00. Сложно было заставить себя встать рано, но мы знали, ради чего мы все это делаем. Нам очень быстро дали свое согласие и предложили помощь, сразу предупредив, что такого опыта у них нет, и, по сей день, они проявляют интерес к анонимным наркоманам и помогают другим узнать о нас - тем, кто нуждается в нашей помощи и поддержке.

Бывают моменты, когда служители храма относятся с непониманием к членам АН и их поведению на территории храма, но вопросов о закрытии этой группы ни разу не поднимали до недавнего времени. На первое собрание пришло человек восемнадцать, сразу же организовали рабочее собрание и решили путем голосования назвать группу «Вдохновение». Также пришедшие активно начали брать служение в первый же день существования группы. Я хотела бы выразить большую благодарность Подкомитету по Развитию Сообщества в Москве и тем людям, которые в тот момент поддержали нас и делились своим опытом.

В самом начале существования группы посещаемость была низкой, и информации о «Вдохновении» в АН было недостаточно. Приближались новогодние каникулы, и в то время это была одна из немногих рабочих групп в праздничные дни. Народ стал приходить, и в какой-то момент места для всех стало не хватать. Пришлось обратиться к администрации, чтобы они разрешили проводить параллельную группу на первом этаже в том же помещении. После чего в выходные дни проводились две параллельные группы на первом и втором этажах.

Группа росла и развивалась, на рабочих собраниях принимали новые решения, такие как Устав группы или награда за служение в виде грамоты. Я взяла на этой группе служение казначей, но пыталась брать ответственность за все, что там происходит. Я все время испытывала страх, что если я где-то не досмотрю, группу закроют. Я пыталась проконтролировать этот процесс и чувствовала свою значимость там.

Мое служение закончилось, и не было кандидатуры на мое место. И я, из-за чувства долга, продолжала тянуть его на себе. После чего у меня появился новый спонсор, который посоветовал отойти в сторону и передать это секретарю. Очень трудно и тяжело было отказаться: я боялась, что без меня группа перестанет существовать, чего на самом деле не произошло. И на сегодняшний день я понимаю, что на мое место пришли другие люди, которые так же вправду принимают участие в служении и вкладывают силы в развитие и существование группы «Вдохновение», благодаря которой я смогла сохранить свою трезвость и остаться среди вас.

Собрания группы «Вдохновение» проходят по адресу: ул. Юности, д.17, по вторникам, пятницам и воскресеньям в 19.00, по средам в 20.00. Добро пожаловать!

Елена, Саша

## АН в Гонконге

Так сложилось, что мне по работе в определенный момент пришлось довольно часто ездить в командировки. Какое-то время это было просто интересно - посмотреть новые места, познакомиться с новыми людьми. Потом как-то раз отправили в Киев, а я тогда уже был знаком с анонимными из этого города - познакомился на форуме в интернете. И вот сижу я в гостинице, подключился к интернету и написал объявление на этом форуме, что я в Киеве и хочу на собрание. Мне через некоторое время прислали в ответ номер телефона, созвонились - и так я попал на свою первую группу «за границей». С тех пор я стараюсь в каждой поездке обязательно сходить на собрание АН и уже побывал (кроме Киева) в Нью-Йорке, Чикаго, Лондоне, Праге, Стамбуле, Варшаве, Барселоне (на конвенции) и даже в Гонконге. Еще вот недавно съездил в Минск на юбилей. Про Гонконг, как самый экзотический из всех городов, где я побывал на собраниях, я и хотел бы рассказать подробнее.

На самом деле командировка была в Гуанчжоу (это такой город в Китае), но поскольку прямых рейсов туда из Москвы нет, а находится этот город недалеко от Гонконга - было решено лететь в Гонконг, а оттуда на поезде ехать в Гуанчжоу. Обратное - наоборот. По дороге туда свободного времени почти не было, а вот на обратном пути у меня было целых полтора дня - и, конечно же, я нашел время сходить на собрание.

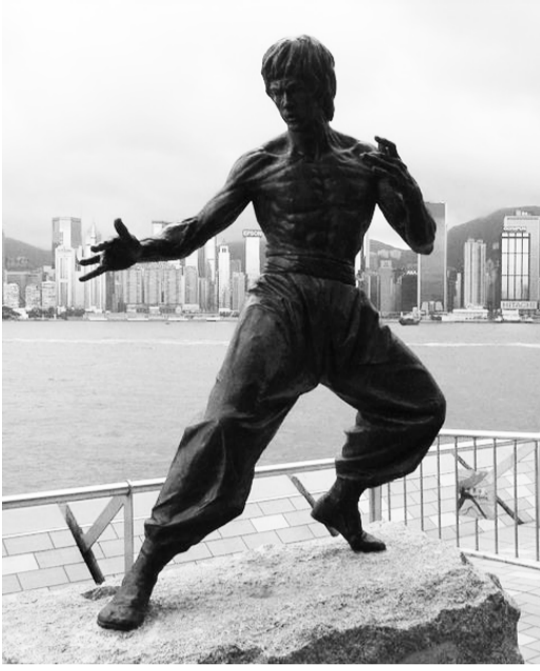
В тот день (субботу) было только одно собрание АН, на так называемых «новых территориях» - это что-то вроде спальных районов, нужно было ехать на подземке вглубь материка около 40 минут. Перед тем, как ехать, я позвонил по контактному телефону, который нашел на местном веб-сайте. Анонимный брат, который принял мой звонок, сказал, что сам на собрание не собирается, но обязательно найдет человека, который со мной свяжется и проводит меня. Со мной почему-то так никто и не связался, поэтому я решил ехать сам - примерно по адресу на карте определил дом, ближайшую станцию метро и поехал. Однако когда я, казалось бы, нашел дом, соответствующий адресу, признаков собрания АН я там не обнаружил. В легкой панике я снова позвонил по тому же номеру. Мой друг удивился, что со мной никто не связался и дал мне номер человека, который согласился быть моим «проводником». Он в тот момент уже ехал на эту группу на метро - из-за шума я почти ничего не понял, понял только, что он скоро будет. Прошло еще минут десять, и я его увидел - он шел ко мне быстрым шагом и широко при этом улыбался. Резко улучшилось настроение, мы крепко обнялись и так же быстро пошли в сторону ближайшего жилого дома (собрание уже шло минут 30).

Честно скажу - сам бы я эту комнату ни за что не нашел. Мы зашли в подъезд со стороны улицы, причем один из нескольких, поднялись по



Продолжение на следующей странице





лестнице на второй этаж, прошли по коридору и зашли в одну из дверей, ничем от других дверей в этом коридоре не отличающуюся. При этом на всем протяжении нашего пути я не заметил ни единого намека на какие-либо опознавательные знаки группы АН. Когда мы вошли, там уже сидело человек 10 зависимых. Ребята высказывались по-китайски, я ничего абсолютно не понимал, заметил только, что почти все они в конце нескольких предложений повторяют рефреном одну и ту же фразу, что-то вроде «мае-гери» (название удара ногой в карате). Это показалось мне довольно забавным, и моя болезнь подкинула мне мысль об абсурдности происходящего. Действительно, если разобраться, то я мог бы спокойно гулять себе по вечернему Гонконгу, наслаждаться прекрасным видом на небоскребы и атмосферой праздника, а вместо этого уехал непонятно куда на метро, сижу в странной комнате с подозрительными типами, к тому же ни слова не понимаю из того, что они говорят. Потом взял слово брат, который сидел рядом с ведущим и заговорил по-английски. Это помогло мне вернуться в здесь и сейчас - и в тот же миг далекий город, бывший для меня до этого лишь чужим далеким городом, хотя и очень красивым, необычным, интересным - стал восприниматься совершенно по-другому. Осознав, что в этот же момент, в сотнях, а может быть и тысячах похожих комнатах точно так же зависимые делятся друг с другом, я почувствовал просто невероятную сопричастность происходящему. Почувствовал, как мое сердце и сердце говорящего брата соединил невидимый мост эмпатии - истинного языка нашего Сообщества. И такие же мосты тут же протянулись к сердцам других зависимых в комнате, к брату, который привел меня туда, от него - к брату, с которым я говорил по телефону - и дальше, дальше, ко всем братьям и сестрам этой страны, континента, всего мира. Меня захлестнула такая волна любви и благодарности, что я не смог сдержать слез. Я слушал говорящего и его слова на плохом ломаном английском достигали самой глубины моей души и отзывались в ней невероятным ощущением того, что я принадлежу чему-то очень большому и являюсь частью целого - того, что называется «Анонимные Наркоманы». Когда я высказывался минутой позже, я рассказал об этом переживании и вновь пережил это прекрасное ощущение сопричастности и любви - и с той минуты Гонконг стал для меня неразрывно связан именно с этими ребятами в странной комнате в жилом доме, до которого нужно ехать 40 минут на метро вглубь материка...

После меня высказывались еще другие братья и некоторые из них снова по-китайски - но мне уже не казалось это странным или забавным. Конечно, я по-прежнему ни слова не понимал, но теперь во мне плескались любовь и сопричастность - и присказка «мае-гери» вызывала радостную улыбку. В конце собрания мне подарили китайскую медальку «добро пожаловать» с красивыми иероглифами - в качестве сувенира, мы сфотографировались на память, поболтали - и один из братьев проводил меня до метро. Мы крепко обнялись на прощанье, я прошел через

Антон

## ЛИЧНЫЕ ИСТОРИИ

## Сегодня моя жизнь - это спичечный домик, который охраняет Высшая Сила

Маша, Санкт-Петербург, 5 лет и 3 месяца

Меня зовут Маша, и я - зависимая. Мне 25 лет. Если сейчас спросить меня, зачем много лет назад я пришла в Анонимные Наркоманы, я уже не скажу - «чтобы не употреблять веществ». Это, конечно, верно, но не совсем точно. Было что-то еще, что привело меня на первое собрание АН, это - одиночество и духовная пустота. И то, что я получила здесь со временем, больше и сильнее любых веществ - это Бог, свобода и творчество.

Во время употребления моя жизнь не была наполнена чем-то примечательным: я не завоевывала мир, у меня не было событий, о которых можно писать, гордясь ими. Все было достаточно серо и уныло. И на сегодняшний день я не удивлена тому факту, что наркотики появились в моей жизни. Мне кажется, что им всегда было место в том моем мире, и наркомания выражалась в чем-то большем, чем просто мое употребление.

В период употребления я писала стихи. Но мама их выкинула, потому что, по ее мнению, там не было ничего ценного. Хотя я переживала за свои рукописи и сильно на нее обижалась за это, сегодня я соглашаюсь с ней. В школе я ходила в театральные кружок, но из-за своей лени бросила этим заниматься, потому что кружок переехал в другое место, и я не хотела затрачивать физически на эти поездки... Вот и все попытки проявить себя в жизни, в свободе, в творчестве на тот момент.

При этом я мало общалась с другими людьми, потому что считала, что я - иная.

«У Бога есть сын, а его дочь - Мария», - думала я. Об этом все узнаю чуть позже, и я пойму ту миссию, с которой я пришла на эту землю. Я очень долгое время оправдывала таким образом свои страхи, которые мне мешали строить отношения с другими людьми. В школе я стала подстраиваться под других и играть роли.

Маски. Маски. Маски.

Маска для мамы, для папы, для учительницы по ИЗО, для подруги, для друга, для компании. Их было так много, что я перестала сама понимать: кто я? Чего я хочу? Силы кончались, а из-за игры с людьми, я так и не смогла построить близкие отношения, и по этой причине всегда испытывала одиночество, когда оставалась одна. Вещества дали мне иллюзию свободы, которая пропала, когда я стала понимать: что произошло. И вот, я - Маша, которая мечтала быть не такой, как все, которая хорошо училась и была хорошей девочкой для всех, стала абсолютно чужой даже для самой себя.

Сначала было алкогольное дно. Потом появились наркотики. И я была уверена, что не стану зависимым человеком. Я употребляла какое-то время, после чего снова вернулась к алкоголю, будучи уверенной в том, что я смогла бросить наркотики. Потом снова в наркотики, еще время. И тут я начала понимать, что мой разговор с Богом может состояться уже не на земле.

Мое выздоровление началось лишь тогда, когда я осознала, что мне нужна помощь. В тот день я сама попросила помощи у мамы, и была услышана. Мне дали последний шанс, и я всегда помню об этом. Я пришла в АН.

Группы, служения, шаги.

Творчество началось тогда, когда я стала очищать свой внутренний мир от всего того, что было туда набросано: обиды на людей, на мир, разочарования, отсутствие веры в себя и людей, боль от не пережитых воспоминаний...

Когда я разбиралась в себе, то находила там не только что-то плохое, но и ценное, светлое, чем я дорожу до сих пор. Глубокий самоанализ помог мне обнаружить свои потребности и, благодаря этому, я стала реализовывать их, а на выходе получала то, что хотела.

Именно тогда я поняла очень важную вещь, что мое творчество - это самое важное следствие, проявление и показатель моего выздоровления. Выздоровление - это мой прямой контакт с Богом. Если этот контакт идет в правильном русле, то от этого можно многое получить. Программа АН как раз задает это правильное русло, расчищает канал и настраивает на общение с ВС. И в какой-то момент я почувствовала чистую творческую

энергию, и я живу в ней до сих пор - без зависти и злости, без натянутости и фальши. Гений и злодейство не совместимы - потому что зло нарушает этот контакт с Богом, оставляя меня в одиночестве, а в итоге - никакого контакта с Высшей Силой и никакого творчества.

Сначала я поняла, что мне нравится быть на сцене, и попробовала себя в качестве актрисы в спектакле на юбилей одной питерской группы. Если бы не было Анонимных Наркоманов и не было юбилеев, такими, какими их делали мои близкие друзья, то, наверное, я никогда в жизни не смогла бы понять, что мне нравится играть. Помню вспышки счастья, которые я испытывала во время этой игры. И их ни с чем не сравнить. После этого я стала часто играть на юбилеях групп, затем стала сама делать спектакли. Я поняла, что мне нравится давать жизнь тем сюжетам и картинкам, которые есть у меня в голове, и если они нравились другим, то это стимулировало меня идти дальше.

После этого я поступила в Театральную Студию при Институте, проучилась там год и дала себе шанс попробовать что-то большее. Я отправилась поступать в Театральную Академию, к которой я всегда относилась с восхищением, но никогда не соотносила себя с ней. И чудо произошло - я поступила. Чудо происходит до сих пор - я учусь уже год и слышу обратную связь от профессионалов, которым нравится то, что я делаю. И парадокс - как бы сказали люди независимые, а для меня это замысел Бога и проявление его любви ко мне, заключается в том, что если бы не было наркотиков в моей жизни, всего этого никогда бы не произошло. При том счастливых условиях, что рядом с наркотиками я смогла поставить сообщество АН. Все ли так идеально? Конечно, нет.

Я думаю, что многие помнят тот юбилей, который был провальным для меня. Безусловно, ничего веселого нет в том, когда люди встают и уходят, а вместо слов благодарности раздаются только слова поддержки.

Мне этого хотелось слышать? Конечно, нет.

Мои амбиции просили другого восприятия. Я могу немножко открыть занавес и рассказать о том, что способны делать со мной мои дефекты характера. Я думаю, что весь тот юбилей - это были попытки всем угодить и сделать так, как хотят другие, а не я. Отказалась от своей идеи я сразу, как только позвала в команду всех тех, кто делал юбилей до этого.

Я всего лишь хотела совместить всех в идеальную творческую команду и сделать самый идеальный юбилей, когда-либо проходивший в АН. Но оказалось, что все участники видят это событие по-разному, потому что все мы разные, и у нас мировоззрение отличное друг от друга. Но для «Марии, дочери Бога» - это было не помехой, потому что, может, кто-то и не сможет совместить несовместимое, а я смогу. Идеального юбилея не получилось, я не справилась как организатор и получила свистки вместо аплодисментов. Это было ужасно и неприятно.

Месяца два я приходила в себя, потому что была убеждена, что я - балласт, человек неудачник. Но после этого я нашла в себе силы и сделала спектакль в театральной студии, который высоко оценили мои преподаватели. Один из них предложил свою помощь в моем дальнейшем развитии как режиссера.

Спустя время, я могу сказать - я понимаю, для чего мне был нужен этот опыт. Тот юбилей полностью перевернул мой взгляд на все то, что я делала до этого момента. Я всегда думала лишь о том, как выразить себя и свои идеи на сцене. Для меня был актуален только один девиз: «Кто не понял, тот просто тупой». Только в АН я поняла, что это провальная позиция - была для меня тогда, и особенно для той, кем я являюсь сегодня.

Теперь все по-другому. Я думаю о том, чтобы все, что я делала, было интересно зрителю, вступаю с ним во внутренний диалог, ищу гармонию. Это и есть пик мастерства для меня. Здесь для меня очень много параллелей с Анонимными Наркоманами, которые научили меня быть полезной другим людям. Когда ко мне приходят тяжелые ситуации и когда мне плохо, я могу обижаться на Бога за свои невзгоды. Но я жду чуда, и продолжаю работать по программе, потому что знаю,

что благодаря таким кризисам в моей жизни очень многое изменится, а точнее - я.

Помимо творческой есть жизнь повседневная. У меня долгое время были сложности с адаптацией в социуме, потому что я не могла позволить самой себе признаться в том, что мне просто страшно работать. Я говорила себе, что:

Я и общество - мы разные. Я не хочу попасть в эту систему, потому что она бездушная.

В итоге после прихода в АН я устроилась на работу по первой специальности, по которой училась на тот момент в институте. Работа все-таки сделала из меня человека. Я, конечно, иронизирую, но это так. Я научилась быть более ответственной и почувствовала ту свободу, которую дает самостоятельность. Для меня работа - это школа жизни, как и институт, как и АН. Я всегда учусь и пробую.

Работу свою я ищу через пробу и анализ тех действий, которые я выполняла, и попытки найти и выполнять те действия, которые бы были мне ближе. Творчество было и в моей работе. У меня получалось частично удовлетворять свои потребности в творчестве на этой работе. Но этого было недостаточно, поэтому с группой ребят, с которыми я училась в студии, мы открыли свой театр и стали показывать спектакли. Я до сих пор с теплом вспоминаю наши репетиции и дружбу с ними, хотя мы и разошлись через полгода.

Сегодня я вижу творчество во всем. В том, как я общаюсь с людьми, как я работаю, как я готовлю... Сложно бывает только тогда, если говорить о том, как мне это мешает мне в жизни, когда я запрещаю себе творить. Говорят, что если не использовать таланты, которые есть от Бога - это проявлять своеволие.

После года на новой работе я перестала заниматься тем, что мне нравилось, и к маю почувствовала себя ужасно. Сейчас я восстанавливаю себя, и первое, с чего я начинаю день, я интересуюсь: чего хочет та маленькая Маша. Это и есть тот человек внутри меня, который отвечает за творчество. И если ему плохо, то это моя вина в том, что я забыла про нее. Я не могу себе представить творчество, перемешанное с алкоголем или наркотиками. Для меня все идеи, все таланты, все картинки, которые во мне живут, силы и вдохновение - это то, что дает мне моя Высшая сила. Я не могу отнести это полностью к своим заслугам, потому что порой они приходят неожиданно.

Талант, умение слышать себя, внимание к себе, к окружающим людям, к тому, что происходит вокруг, и вера в себя - это и есть для меня залог успеха в творчестве.

При этом творчество может реализовываться не только в слове, в игре, в красках... Я всем рекомендую найти среди руин своей жизни творчество, потому что оно есть у каждого человека. Я убеждена в этом, и мой опыт это показал. Творчество выводит жизнь на другой уровень. Оно может плакать и петь, может танцевать и смеяться - и его будут видеть и слышать все. И это делает меня и тех, кто вокруг, лучше.

Для меня все еще стоит проблема выбора в плане творчество и работа. Есть установка, которую привила мне мама, что творчеством денег не заработаешь, но я пробую ее сломать. И если получится то, что я сейчас начинаю делать, то я обязательно расскажу о том, как и эту установку я сломала.

Я благодарна Анонимным Наркоманам за то, что они поверили в меня и, благодаря этому, я поверила в себя. Они дали мне силы и помогли обрести тот опыт, который мне был нужен, помогли разобраться в себе. Я благодарна АН за мой новый мир. АН дал мне очень многое. Возможность попробовать себя в том, что было мне интересно и веру в то, что мечты сбываются. Сейчас это уже даже не вера - это знание, проверенное на своем опыте. Вера в то, что сегодня моя жизнь - это спичечный домик, который охраняет Высшая Сила, и поэтому он крепче любого кирпичного дома.

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

Саша