



## Новая структура обслуживания, или как стать членом ОПГ

Многие, наверное, уже слышали про грядущие изменения в нашей структуре обслуживания. Но не все до конца понимают что, как, почему и, главное, зачем. Ответить на эти вопросы мы попросили делегата нашего региона Андрея Г. Итак, ему слово.

### Как есть

Я сам долго разбирался и включался в эту тему, пытаюсь понять, как все эти идеи по изменению структуры обслуживания могут помочь нам, простым зависимым. Ведь главная цель нашего сообщества в целом и каждого выздоравливающего в отдельности — несение вести тем, кто еще страдает. И вроде бы больше ничего. Но здесь возникает вопрос: как мы это делаем? И он как раз зачастую является определяющим в этом процессе. Ведь чем лучше, организованнее, эффективнее работает наша структура обслуживания, тем наша весть звучит громче и доходит до большего количества тех, кто в ней нуждается.

Мировые службы сформулировали это так: «Все служение и все события, которые происходят в АН, должны быть мотивированы лишь одним — несением вести зависимому, который еще страдает».

Группы несут весть путем проведения собраний. Члены АН — путем общения с пришедшими на собрания групп новичками, путем простого посещения этих собраний и личным примером.

Все органы обслуживания существуют для того, чтобы помочь группам сконцентрироваться исключительно на несении вести, освободив их от необходимости заниматься вопросами связи с общественностью, больницами и учреждениями, и другими важными, но не относящимися к групповым, делами. Схема вроде простая, но...

Некоторое время назад, а именно в 2006 году, после изучения жизни сообщества АН по всему миру были выявлены некоторые проблемы в служении, общие для всех:

- Неэффективное взаимодействие служб, комитетов, структур и т.д.
- Недостаток ресурсов.
- Разочарование обремененных доверием служащих.
- Неважная атмосфера выздоровления на собраниях органов обслуживания.

Дело в том, что нынешняя система обслуживания была разработана в 1970-е годы для тогдашних нужд АН, исходя из реалий того времени.

### Сегодня АН в мире:

- Гораздо больше — свыше 60 000 собраний в неделю.
- Присутствует более чем в 130 странах.
- Сталкивается с совершенно другим отношением общества/властей к зависимости и выздоровлению.

В результате обсуждения этой ситуации в 2008 году делегатами всего мира было предложено создать рабочую группу по разработке предложений о внесении изменений в существующую систему. В 2010 году рабочей группой были представлены первые результаты работы — некоторый набор идей и принципов, на которых должна была бы, по мнению участников группы, основываться работающая система.

Вот на какие базовые элементы должна опираться новая эффективная структура:

- Планирование — эффективное несение вести.
- Принятие решений, выражающих волю любящей Высшей Силы.
- Коммуникация — как друг с другом, так и вне АН.
- Обучение и наставничество — передача нашего опыта служения.
- Руководствоваться целью.
- В центре внимания — группы.
- Географические границы — границы ответственности ор-

ганов обслуживания совпадают с границами городов или областей, краев, федеральных округов.

- Гибкость.

### Как будет

В середине 2011 года появилась финальная версия предложений. Честно говоря, сложно в краткой форме описать, что и как.



Чтобы максимально четко вам включиться в систему, важно не сравнивать ее с существующей, а также не думать о том, что будет с МКО, РКО и прочими вещами. Как, когда мы пишем 4-й шаг, важно не думать о 5-ом шаге.

Начнем с группы. Что нужно группе для качественного и эффективного несения вести? Кроме помещения, печенек и чая? В целом этого, конечно, достаточно, но еще желательно иметь более-менее подготовленных служащих — ведущего, секретаря, ПГО. Однако как их обучить? Где? Кто этим должен заниматься?

Для этого группы могут организовать орган поддержки групп (ОПГ).

Главная цель органа — проводить различные информационные тренинги и обучение на тему служения с помощью литературы по выздоровлению и служению, традициям, концепциям, личного опыта и т.д.

Еще рассказывать про служение, создавать пространство для обмена опытом, но без каких-либо рабочих моментов, обмениваться новостями и информацией (о событиях, конвенциях, мероприятиях местных служб, новой литературе, темах к обсуждению от Мировых служб). Иногда органы поддержки групп могут включаться в обслуживание — распространение флаеров с информацией о мероприятиях, минимально участвовать в походах в больницы и учреждения.

Это все. На ОПГ не принимаются никаких обслуживающих решений — ни касательно несения вести в БУ, т.е. как это делать, какие ресурсы выделять на это, ни ПСО — где и как проводить презентации, как и где печатать плакаты, визитки, как организовать телефонную линию и т.д.

Но делать это надо. Как и где?

Согласно нашим концепциям служения, группы несут ответственность за все решения и действия, совершаемые нашими органами служения. Однако ОПГ не обслуживающий орган, в рамках ОПГ не принимаются никакие решения.

Вопрос: где группы будут принимать такие решения? И как реализация принятых решений не будет отвлекать группы от их главной цели?

Группы раз в год могут собираться на Ежегодную Ассамблею для принятия решений, касающихся обслуживания определенной геополитическими границами территории. Именно там все желающие смогут принять участие в жизни сообщества, увидеть отчеты должностных лиц, утвердить план работы и проекты на

следующий год, бюджет, принять принципы обслуживания и т.д. И после работы на Ассамблее группы спокойно продолжают свою деятельность по несению вести путем проведения собраний. И на Ассамблее группы выбирают должностных лиц или координаторов, ответственных за те или иные проекты в направлениях БУ, ПСО, Литкома, РС, которые группы решат воплотить в жизнь.

Именно эти координаторы будут исполнять волю групп, претворяя в жизнь в течение года до следующей Ассамблеи принятые решения и реализуя утвержденные группами проекты.

Конечно, координаторам надо будет собираться в течение года для согласования своих действий, поддержки друг друга и наблюдения за реализацией общих проектов.

Местный Орган Обслуживания — именно так называется структура — включает в себя избранных на Ассамблее координаторов, а также председателя, вице-председателя, казначея, секретаря, делегата. Структура может проводить ежемесячные собрания (ну или как будет требоваться).

Суть работы структуры: проведение семинаров и рутинное обслуживание, координация подготовки и проведения Ассамблей, разработка бюджета и стратегическое планирование деятельности для утверждения на плановой конференции, поддержка и развитие внешних связей, отправка делегата на следующий уровень служения. Реализовав данную структуру, группы смогут сэкономить силы на участие в промежуточных собраниях доверенных лиц. При этом системой предусмотрены средства контроля за деятельностью местных органов. С одной стороны, на их собрания может прийти любой желающий, а с другой — в промежутках между Ассамблеями вводятся дополнительные Плановые Конференции.

Плановая Конференция состоит из членов групп и/или представителей органов поддержки групп, участников местных служб, координаторов проектов, просто интересующихся служением членов сообщества. Конференции проводятся два-три раза в год, в зависимости от потребностей и начинаются с тематики ежегодной Ассамблеи. Часть времени Конференции выделяется для сбора информации к Ассамблее и планированию задач.

Конференции используются также для утверждения семинаров и бюджета, разработанных Местными службами, для наблюдения и отчетности касательно работы этих служб, смены при необходимости приоритетов, отслеживания качества обслуживания, выбора исполкома. В идеале все решения принимаются на основе принципа консенсуса.

### Итак, если кратко, то:

На Ассамблее утверждаются стратегические планы и приоритеты работы, выбираются доверенные лица в местные органы обслуживания. На Конференции происходит промежуточная отчетность, утверждаются результаты работы. При этом на уровне групп, освобожденных от рутинного обслуживания по типу проведения презентаций, несения вести в БУ, производства визиток, служебных материалов и т.д., вопросы передачи опыта и обучения доверенных лиц групп решаются в ходе заседаний Органов Поддержки Групп. Таким образом, согласно нашим концепциям и традициям просто и четко разделяются обязанности.

В наших многих местностях какие-то идеи уже используются, в основном на уровне ОПГ. И этот опыт показывает, что данная система обслуживания более чем реальна и действенна. В конце апреля 2012 года состоится Мировая Конференция, где делегаты всех регионов мира будут принимать решение по утверждению 8 базовых соглашений, на которых строится новая система обслуживания.

В ближайшее время в Москве пройдет семинар по подготовке к Мировой Конференции, организованный совместно РКО Западной Россия и МКО г. Москвы. Среди прочих вопросов там будут подробно рассмотрены и идеи Новой структуры обслуживания. Следите за новостями местности!

## «Мои планы — это одна большая галлюцинация»

Мы продолжаем рубрику, в которой просим вас рассказать о своем опыте понимания самых важных энеевских понятий. Сегодня это — «эмоциональная трезвость», и слово Маше С., 9 лет чистой времени.

— Маша, что такое эмоциональная трезвость для тебя?

— Определение эмоциональной трезвости, которое дает нам словарь, это — здравая рассудительность, свобода от самообмана, иллюзий, трезвость ума, суждений. Я — наркоманка, а значит по определению безумна. Мое видение этой жизни — это не то, как она выглядит в реальности. А всегда с той позиции, какой я хочу, чтобы она была. Будучи уже на семи годах чистоты я посещала собрания просто так, потусить. Прикольно, весело, ржачно. Много друзей, чай, тусовки. Я свою трезвость оценивала по тому, что у меня есть: семья, бизнес, построен дом, и вообще все в жизни ОК. Посмотрите на меня! Вот я пришла на группу, чтобы показать вам, как нужно себя чувствовать на семи годах! Но на самом деле мое душевное состояние, то, что творилось у меня в голове и в моем доме — это был ужас. Это ежедневные скандалы, ссоры, и в итоге развод. Я поняла, что не способна это пережить, прожить. За какое бы дело я не бралась, у меня все валилось из рук. Куда бы я не сунулась, ко мне как будто притягивались негативные обстоятельства: какие-то хамы, «козлы»

на дороге. Я была переполнена болью, я не могла нормально ни на что реагировать. Мне хотелось донести каждому: вы не понимаете сути моей жизненной ситуации! Я жертва этих жизненных обстоятельств и т.д.

Все это время я эмоционально вообще не была трезва ни минуты. Любыми путями, что в торче, что в чистоте, я искала способ, как «обезболиться», чем «забить» свою неудовлетворенность — машины, отношения, драгоценности, спорт, флирт... Я была одержима разными идеями о том, как мне стать счастливой. Но ни одна из них не работала. При этом я не могла понять, почему.

— Что же было причиной этих неудач?

— А причина такова — есть Бог и есть другое измерение бытия, есть другая реальность. Мои планы и мои идеи были одной большой галлюцинацией — тем, чего нет и быть не может. А галлюцинации бывают только тогда, когда я нахожусь в употреблении. Не здесь и не сейчас. И для меня на сегодняшний день эмоциональная трезвость — это тот самый загадочный душевный покой, о котором и говорится в наших книгах. Находясь в покое, я теперь вижу реальность и трезво оцениваю свои потребности и силы. И главное — мой душевный покой означает, что я в контакте с Богом. Потому что эта реальность — именно Его реальность.

— Как ты к этому пришла?

— Это все произошло в результате действий. Действия для меня теперь — это не то, когда я перевожу чернила и бумагу на самоанализы, как я делала раньше. Это конкретные действия, о которых говорится в наших книгах. Это Шаги каждый день — 10-й, 11-й и 12-й. Меня больше не «мучают» одержимости собственными идеями о своей жизни. И когда я не «живу в своей голове», мне бонусом дается: душевный покой, мои недостатки отваливаются сами, все в моей жизни происходит абсолютно спонтанно, в нужное время в нужном месте, без применения диких усилий с моей стороны, абсолютно легко. Пребывать в контакте с Богом — пребывать в этой реальности абсолютно чистой. В этом состоянии, когда я понимаю, что, чтобы не произошло, я готова это принять, потому что Бог со мной, все идет по Его воле. Я все смогу прожить и пережить. Я абсолютно реально смотрю на вещи — смогу я это сделать или не смогу. Делаю или обещаю сделать. И в моей жизни все стало налаживаться. Я не знаю как, потому что я не применяла к этому никаких усилий. Все стало на свои места лучшим образом, чем я могла себе предположить в самых смелых моих планах.



Мы продолжаем рубрику, в которой с вашей помощью рассказываем о служениях в нашем сообществе. В ней мы просим вас ответить на два вопроса: что я делаю и что мне это дает? Сегодня это служение чайханщика.

**Андрей, 9 месяцев. Служение — чайханщик на группе «Эльфы».**  
— **Что ты делаешь?**

Чайханщик — очень легкое и теплое служение. Я покупаю разнообразные вкусняшки из тех денег, которые мне дает кассир. Стараюсь покупать каждый раз что-то новое. Когда начинается группа, предлагаю всем братьям и сестрам покусать и чаю. Это создает домашнюю и теплую обстановку, уют для новичков, ведь мне самому, когда я приходил первые разы на группы, очень понравилось, что мне предложили чай и угостили сладостями.

— **Что тебе это дает?**

У меня ответственность перед собой и перед людьми, которые доверили мне служение чайханщика на группе. Как только я взял это служение, сразу познакомился со многими анонимными, а мне как можно скорее нужны были друзья. Ведь последние 14 лет я был один, а если кто и был рядом, то они меня не понимали. А в сообществе с людьми, с которыми я познакомился благодаря служению, общаюсь до сих пор, и эти люди ни разу не оставили меня в беде в трудную минуту, а так как я наркоман, то этих минут было много.

## ЧАЙХАНЩИК ВСЕГДА В «ТЕМЕ»

**Андрей, 5 месяцев. Служение — чайханщик.**

— **Что ты делаешь?**

Очень трудно с воскресенья оставить себе 500 рублей на служение в понедельник и вторник. А так делаю то же, что и все чайханщики.

— **Что тебе это дает?**

Меня один раз поблагодарила симпатичная девушка, мне было так приятно... Я начал вспоминать, когда меня в последний раз девушки хвалили, и не мог вспомнить. А еще это служение очень дисциплинирует. Когда есть договоренность приехать в определенный день на определенную группу: обещал — надо исполнить, даже если не хочется.

**Паша, 3 года и 2 месяца. Служение — чайханщик на группе «Балашиха».**

— **Что ты делаешь?**

Я наркоман из города Балашиха. Я употреблял наркотики в течение 7 лет. На данный момент благодаря Богу и вам я чистый. В программе АН около года, пишу 1 шаг и за это спасибо огромное Высшей силе! Есть у меня служение чайханщика на группе «Балашиха». Взял служение недавно, несу, пока вроде без лаж. До этого я был уборщиком. Моя задача — купить ребятам чай и сладкое,

подготовить все для чаепития, заварить чай, вымыть кружки и т.д. Мне часто в этом помогают анонимные братья и сестрички, и я не могу обойти стороной возможность помочь им, в свою очередь.

— **Что тебе это дает?**

Таким образом я «вкушаю» плоды выздоровления! Я участвую в общем деле, я моментально становлюсь, как говорится, в «теме», и мое настроение с самооценкой улучшаются! Вообще, если говорить про то, как я понимаю суть любого служения, мне важно научиться делать в своей жизни что-то для других, не сомневаясь в смысле этого! Ведь коварная болезнь лишала меня этого шанса. В голове я слышал всегда голос: «Никому ты не нужен с твоей помощью и добрыми поступками!» Естественно я делал все для своего удовольствия в первую очередь. Сейчас я тоже часто користен, типа: «Похвалите меня! Заметьте меня! Оцените по достоинству!» Но это не меняет сути. Суть служения для меня в том, что, отдавая по всем направлениям жизни, будь то семья или сообщество, я приобретаю больше, чем затрачиваю сил. Я верю в то, что «корыстное» отпадет с усилиями работы по шагам и останется искреннее желание делать добро другим людям, не засматриваясь на результат.

Оля

## ЛИЧНЫЕ ИСТОРИИ

# Аня: «Я поняла, для чего Бог оставил меня в живых»

4 года и 10 месяцев чистого времени

**Абсолютная вседозволенность и безнаказанность**

Привет! Меня зовут Аня, я наркоманка. Начну с детства. Родилась я в Москве, и жила в районе Измайлово. Росла в неблагополучной семье, как я сейчас понимаю, хотя в те годы это считалось нормой в моем окружении. Папа сидел, бухал и устраивал пьяные дебоши. Мама работала с утра до вечера, чтобы обеспечить быт. Я ненавидела отца, жалела мать, но жить как мама я точно не хотела. Воспитывали меня своеобразно — отец в пьяном угаре то орал, что любит и всех за меня убьет, то начинал унижать и сравнивать с другими детьми, естественно не в мою пользу. Мама, поскольку все время находилась на работе, внимания мне уделяла мало. А если и уделяла, то как-то нервно и агрессивно, и тоже постоянно меня с кем-то сравнивала и приводила кого-то в пример, при этом искренне стремилась обеспечить мне светлое будущее, записывая в разные секции и кружки: большой теннис, плавание, танцы, английский язык. Но мне это все было не нужно и неинтересно.

Недостающую мне любовь родители выражали в денежном эквиваленте. В этом плане они меня совсем не ущемляли, к чему я естественно привыкла и воспринимала это как данность, не чувствуя никакой благодарности. Несмотря на то, что внешне все было вроде бы замечательно, внутри у меня было одиночество, страх, неуверенность в себе и куча комплексов, от которых я не знала куда деться. Я везде ощущала себя чужой. При этом мне очень хотелось выделяться, быть не такой, как все. И уже в 11 лет, утром, смотря в окно как люди идут на работу, я думала о том, что ни за что на свете я не буду в числе этой серой массы, которые ведут такой скучный, ничем непривлекательный и однообразный образ жизни. Несчастные неудачники — думала я. Это был вариант жизни моей мамы. И я выбрала вариант жизни отца. Третьего я просто не знала.

Начала я с сигарет, дискотек и алкоголя, потом клей, таблетки и легкие наркотики. Главным развлечением был подъезд и песни группы «Сектор газа» или Петлюры под гитару. Конечно, мы гуляли в центре Москвы, пункт назначения — Лубянка. Так я дожила до 13, прогуливая школу с компанией по интересам, играя во взрослую жизнь, желая быть крутой, продвинутой, а главное — принятой сверстниками, ну и ребятами постарше. 90-е годы — тогда были модными наркотики, клубы, блатная романтика, и я попала в эту волну. С экранов ТВ вовсю пропагандировали свободу во всех ее проявлениях. Жизненный успех измерялся в моем окружении наличием криминального опыта и дозой употребляемого вещества. Будучи подростком, я захлебнулась этой «свободой». Все, что было противозаконным, грязным, безнравственным — в моем понимании было крутым. Единственные жизненные ценности — это удовольствие и достижение результатов без существенных затрат. Одним днем живем под песню группы «Лесоповал» «Воруй Россия». В общем-то, это был образ жизни моего отца, с которого я и брала пример. Просто, весело, без последствий, без границ, абсолютная вседозволенность и безнаказанность.

Мне казалась жизнь раем, но мне всегда всего было мало. И в 14 лет в моей жизни начался следующий этап — первый «быстрый» внутривенный наркотик. Мы «дружили» с ним год. Потом я познакомилась с «медленным», и уже существовала с ним на протяжении 10 следующих лет. Так началось мое уверенное движение к смерти. Уже было не так весело, музыка и фильмы стали другими: Земфира — «У меня СПИД», Мистер Малой — «Буду умирать молодым», Кредо и фильмы «На игле», «Пуля» и т.д. Я не боялась смерти, я ее культивировала. Самое ужасное, что я искренне считала, что это мой осознанный выбор. Я гордилась, что я наркоманка и веду асоциальный образ жизни. Думала, что умру лет в 25, дальше уже старость и смысла жить нет. На самом деле смысла в жизни я не видела изначально, и жить в принципе не умела, не знала, как справляться с трудностями, достигать поставленных целей, общаться с людьми и выстраивать отношения. Еще до первого употребления у меня уже была голова, которая постоянно гонит. И дефекты характера, которые мешают мне жить и с которыми я не знала, что делать.

**Розовые очки сняты, иллюзии все развеяны.**

В употреблении я думала, что нашла выход, что наркотики освобождают меня от моей зависимости. И я стремилась употреблять

как можно больше и чаще. За 10 лет последствий от употребления было много: ВИЧ, гепатит, судимость, учет в милиции и наркодиспансере, лишение родительских прав. Я думала, что нашла себя, на самом же деле я себя убивала на протяжении всей жизни, сама того не понимая. За все то время у моей мамы было огромное количество попыток спасти мою жизнь: наркологи, психотерапевты, церковь, экстрасенсы, бабушка-ведунья, платные реабилитационные центры, бесплатная 17 наркобольница, трудотерапия в Испании... Было испробовано все. Но не мной, а моей мамой. За что ей огромное спасибо. Если бы не эти попытки, я бы давно сохла, а так хотя бы чистили иногда.

У меня же желания перестать торчать не возникало, несмотря ни на что. Оно у меня возникло однажды, и я продержалась около года. За это время поступила в университет, сдала на права, замуж вышла, бросила пить и курить, в церковь ходила и молилась, видимо последнее и помогало... В Бога я всегда верила, несколько искаженно, но все равно. У меня за всю жизнь была масса примеров и доказательств того, что Бог явно обо мне заботится и умереть без раскаяния и покаяния не дает. Так вот, я держалась, но проблема в том, что я так же, как и до первой вмазки не знала, что делать со своей головой, что делать с дефектами. Я не могла найти общих тем с независимыми, мне было неинтересно, я чувствовала себя опять чужой, вернулись все страхи, комплексы... И я снова решила употреблять.

На время я получила иллюзорное облегчение, на очень короткое время. После этого трезвого года тэрч стал ужаснее, чем до того момента. Я совершенно разочаровалась в людях, столкнулась с предательством близких людей, потеряла оставшееся здоровье и остатки совести. Для меня не осталось ничего святого, я дошла до своего дна внутренне и внешне. К концу употребления мой вес был 39 кг, побочки, ночевать могла в притонах и в подъездах, стреляла деньги на улице, чтоб купить аптечного спирта, лишь бы не оставаться в трезвом уме. Розовые очки сняты, иллюзии все развеяны. В это время умирал мой отец, на фоне алкоголизма у него развился рак поджелудочной железы и обнаружили это только на 4-ой стадии. Я жила у него последний месяц его жизни, ухаживала как могла и колола ему обезболивающие. У меня мысли не было взять себе хоть ампулу, как отрезало... Через его смерть, через его опыт я в один момент осознала, что то же самое ждет и меня... Я благодарна ему за это, я молюсь за него.

Последние дни моего употребления меня трясло, я теряла сознание, отказывали ноги и руки. Врач, который ко мне неоднократно приезжал, сказал, что мой организм перенасыщен веществами, поэтому происходит отторжение, и, скорее всего, я умру при следующей вмажке. То же самое касалось алкоголя. Умирать к тому моменту я уже боялась и не хотела. 2 месяца жила трезвая — это было мучительное время: отчаяние, одиночество, ненужность, безысходность переполняли меня. Я помнила, что самой продержаться у меня не получилось, и стала искать другой выход. Я пришла на группу для ВИЧ+. Мне нужно было общение, опыт людей, какая-то идентификация. Там я познакомилась с двумя анонимными ребятами, которые и привезли меня на мою первую группу, за что им большое искреннее спасибо!!! Сама я бы вряд ли туда поехала. Там и тогда сбылась моя первая мечта. Впервые за долгое время. До этого я вообще не мечтала ни о чем.

**Среди своих.**

Когда я сидела два месяца трезвая дома, понимая, что общаться мне больше не с кем, у меня появилась мечта. Я думала: «Господи, вот бы было такое место, где были бы наркоманы, только все чистые, и мы бы общались, тусили, проводили вместе время. У нас ведь и юмор похож и понимаем мы друг друга, и вспомнить есть чего». И когда я зашла на группу, в подвальное помещение на Арбате, я глазам своим не поверила. Несмотря на то, что многие люди были хорошо одеты, красивы, вкусно пахли, я точно знала, что они наркоманы. То, что они говорили о себе, не оставляло сомнений, что человек проживал все то, о чем говорит — не читал это в книгах и не смотрел в кино. Выражение лица, прищур глаз, определенный сленг — точно нарки. Но ведь трезвые и некоторые не первый год, да еще и счастливые, а некоторые добрые даже... Ахренеть! Я первый раз за свою жизнь не чувствовала себя чужой. Я поблагодарила ребят, которые меня привезли, и Бога. И стала выполнять все рекомендации, о которых мне рассказали. Через две недели нашла спонсора, начала писать шаг, нашла домашку по первому шагу, слу-

жение взяла, ездила каждый день на группы, купила и читала литературу, утром ежедневник, молитва, вечером самоанализ. Вот только границ у меня долго не было никаких, и я, конечно, обожглась, но это уже другая история. Шаги писала без перерыва, но для меня первый круг оказался ознакомительным. Писала настолько честно, насколько могла, а честности было ну очень мало. Поэтому облегчения после каждого шага я не испытывала и особых изменений не замечала.

У меня был вопрос — для чего Бог оставил меня в живых? Позже я поняла. Через шаги и духовные принципы программы мне дан шанс изменить себя, переосмыслить свою жизнь, возместить ущерб, который я наносила людям и себе. А когда я узнала, что есть такая тема, как ходить в больницы и нести весть тем наркоманам, которые еще страдают, вопросов у меня не осталось. Моя жизнь стала обретать смысл через это служение. Сначала я ходила волонтером, позже взяла служение координатора. Сейчас я там же служу — теперь это называется Лидер панели. Мне все время смешно от этого названия, такое ощущение, что к русскому языку оно не адаптировано. Ну ладно, сейчас не об этом. 12 шаг для меня, как глоток чистого свежего воздуха, который дает мне силы идти дальше. Он наполняет надеждой, верой, единством и смыслом мою жизнь, и, конечно, помогает менять себя. И когда мне хреново, это то, что меня выравнивает. Такие дефекты, как эгоизм, лень, безответственность уходят.

Через это служение я учусь отдавать. Это главное для меня на сегодня. Мне, закоренелой эгоистке, которая привыкла делать все только для себя, раньше и в голову не могло прийти, что я захочу добровольно научиться отдавать. Бред, сказала бы я лет 5 назад. Но сегодня отдать — это единственная маза, чтобы получить радость и удовлетворение от своей жизни. Только отдавая, я испытываю то спокойствие, тот душевный покой, который искала и не нашла в наркотиках. Приходят в больницу, неся весть тем наркоманам, которые все еще страдают, или через «телефонную линию», встретив новичка и проводя его на группу, я этот душевный покой обретаю. Ну и, конечно, через любое служение я учусь отдавать своей семье. Уборщик и чайханщик научили меня мыть чашки и полы дома, служение ведущей помогло вести родительское собрание в школе у сына. Не служила я кассиром, и в социуме пока как-то не сложилось с работой, к сожалению. Но уж очень хочется зарабатывать тем, что будет нравиться. И, слава Богу, на сегодня у меня есть возможность искать себя и учиться.

Немного о шагах хочется сказать. Немного, потому что пишу сейчас четвертый — ощущения очень хорошие, жить легче становится от осознания, что не мир говно, а есть моя немалая сторона во всем происходящем. А это значит, что с помощью Бога, программы и вас у меня получится изменить себя. В первом шаге я осознала, что бесильна перед жизнью во всех ее проявлениях, и ни одна сфера не находится под моим контролем, моя болезнь разрушает меня и без наркотиков. Во втором я еще раз убедилась в своем безумии, что я могу быть совершенно неадекватна в своих реакциях, и группы мне показаны до конца жизни, как и моя терапия от ВИЧ. В третьем я взяла ответственность на себя за свою жизнь. Я поняла, что, конечно, у Бога есть план на мою жизнь, и все происходит по Его усмотрению, но моя жизнь при этом зависит от моих мыслей, решений и поступков. У Бога нет иных рук, кроме наших.

Последнее, хочется поделиться позитивом — перед Новым Годом меня сняли с учета в наркодиспансере, где я наблюдалась 17 лет. Снимали на комиссии при 19 наркобольнице, где в тот же день после этого я проводила презентацию АН. С сыном мы живем вместе уже 2 года, и для нас обоих это очень ценно и важно. А 17 января состоится суд о восстановлении меня в родительских правах. Я хочу сказать спасибо Богу, что в моей жизни есть сообщество АН, и многих из вас я благодарю за поддержку. Ведь вместе мы сила, и личное выздоровление и благополучие зависит от Нашего Единства!

*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)*