



Сети

Некоторое время назад Офис мирового обслуживания (ОМО) подготовил черновик новой IP «Социальные сети и наши руководящие принципы». Поводом к ее написанию стало то, что развитие социальных сетей за последние годы было весьма значительным. Данный способ общения получил широкое распространение среди членов нашего сообщества. Поэтому у членов АН возникает очень много вопросов, как в Интернете применять наши принципы. И прежде всего в том, что касается 11 традиции АН и соблюдения анонимности в социальных сетях. Обо всем этом мы поговорили с администратором сайта Сообщества «Анонимные Наркоманы» г. Москвы Димой Т.

Дим, вообще есть такая проблема, как нарушение 11 традиции и анонимности в социальных сетях?

Да, есть, и это встречается повсеместно. Самое очевидное, когда я периодически натываюсь на страницы в социальных сетях, где в открытом доступе, не заботясь о своей анонимности и об анонимности своих друзей, указывается имя и фамилия человека и говорится о его принадлежности к сообществу АН. Например, в информации о пользователе или на аватаре, где человек изображен в майке с логотипом АН и надписью «Анонимные Наркоманы».

Далее, в одной социальной сети есть возможность зачекиниться или отметить в каком-то месте, например «Группа АН «Сиеста»» или «Семинар АН для ПГО». А также дополнительно в этом чекине отметить еще людей. И я смотрю, что очень многие открывают для всех эту информацию. То есть, говорится, что это группа АН и что там находятся такие-то люди, и это могут видеть все друзья человека, который сделал эту отметку, а также все друзья тех людей, которые также были в этом месте отмечены.

Еще фотографии с открытыми лицами?

Я вижу, как многие выкладывают фотографии с тех или иных мероприятий АН в открытом доступе. Например, такое часто происходит после Московского юбилея или юбилеев групп. Бывает даже просто выкладываются фотографии с групп, где на стенах видна символика АН. И к этому всему авторы фото отмечают на них других людей – всех тех, кто на них изображен. Бывает, что кто-то в открытом доступе публикует статусы, например «У меня сегодня пять лет чистого времени. Спасибо Богу и сообществу АН». Или же бывает такая ситуация, когда под открытым для всех статусом типа «Мне сегодня плохо», наши анонимные братья и сестры начинают писать человеку «У тебя тяга, брат», «Иди на группу», «Позвони спонсору» и т.д.

А какое отношение 11 традиция имеет к социальным сетям и к тому, какое фото я повешу с юбилея группы, кого на нем отмечу или где зачекинюсь?

Тут два момента. Первый, очевидный – что следствием этих действий станет то, что чья-нибудь анонимность будет непреднамеренно раскрыта среди его друзей, родственников или коллег по работе. Комментарий «У тебя тяга, брат» может вызвать множество ненужных вопросов.

И второй момент, о котором часто забывают и который является сутью 11 традиции. Вот как об этом написано в IP: «Некоторые члены сообщества особо не беспокоятся о той информации, которую размещают в открытом доступе, но 11 традиция напоминает нам, если дело касается членства в сообществе, следует помнить, что доверие к нашей программе выздоровления может быть сильно затронуто действиями отдельных членов сообщества... Если мы не уделяем внимание поддержанию нашей личной анонимности, наши действия в социальных сетях могут отражаться на сообществе. Это может повлиять на то, как нас видят наши потенциальные члены, то есть страдающие зависимые, и те, кто работают с зависимыми... Раскрывая свою анонимность в Интернете, мы становимся невольными представителями сообщества, и наше поведение, как и высказанные нами мнения, могут ошибочно приниматься за мнение сообщества в целом».

И это уже угроза всему сообществу, а не личности?

Да, совершенно верно.



То есть стоит говорить не только о том, чтобы свою репутацию соблюсти. А анонимность – это, прежде всего, соблюдение репутации сообщества?

Это две стороны одной медали. Я не могу сказать, что важнее.

Ты давно стал замечать все эти нарушения в социальных сетях?

Ну, развитие все это получило в последний год. Из широкой распространенности социальных сетей и из-за доступности интернета на мобильных телефонах. И на сегодняшний день эта проблема стоит очень остро.

А ты читал эту IP? Тебе понравилось, что там написано?

Да, читал. И мои ощущения внутренние какие-то, они там очень хорошо описаны. Это то, что я сам чувствую. То есть я читал, и все у меня отзывалось.

Применимо ли это к России? У нас ситуация отличается от мировой?

Не все российские сети имеют такие широкие функции. Как правило, можно ограничить просмотр альбома фотографий, но при написании статуса или создании отметки на местности, такой возможности нет. Это «жесткая» настройка, которая применяется ко всем записям сразу.

Ты есть в сетях?

Да, я зарегистрирован в нескольких социальных сетях.

Расскажи про свой опыт, что ты делаешь, чтобы твоя анонимность не была раскрыта?

Если меня отмечают на фотографиях, связанных с АН, я не подтверждаю эти отметки. Потому что я смотрю, что многие не заботятся о том, чтобы альбомы тоже были закрыты. Просто даже если человек не в друзьях у меня, но по отметке видно, что у него можно посмотреть все его альбомы. Это раз. Не пишу ничего, относящегося к АН в одной российской сети, потому что там нет такой возможности разделять по группам.

А сам фотки какие-то по теме АН вешаешь?

В российской сети нет. В иностранной – есть несколько, но они у меня закрыты для всеобщего просмотра.

А у тебя в жизни были ситуации, когда твоя анонимность была раскрыта в социальных сетях?

Пока нет. Я стараюсь внимательно относиться к этому, но у меня есть несколько фотографий с моей отметкой, где используется символика АН. Забываю все время удалить, сегодня сделаю это.

А ты в сетях по имени и фамилии?

Да, по имени и фамилии.

Я просто видел, что некоторые анонимные в соцсетях придумывают себе никнеймы. Например, по названию улицы, где группа АН находится – Пафнутий Плющиха? Или по названию группы – Иннокентий Люлька?

Понятно, что так человек, который не отрицает свое членство в АН у себя на странице, соблюдает свою личную анонимность, не раскрывая имени и фамилии. Но если при этом у него на стене висят совершенно разные фотографии или

написаны статусы и посты, в том числе не относящиеся к АН, то здесь и происходит нарушение 11 традиции и угроза сообществу. Потому что не относящиеся к АН фотографии и статусы у этого человека могут охарактеризовать наше сообщество не с очень хорошей стороны. И по ним могут судить обо всем сообществе АН. Получается, человек сам спрятался за никнейм, а сообщество подставил. Я считаю, что это дело каждого, конечно, как вести себя в сетях. Но мы говорим о том, как обезопасить сообщество. И об этом тоже нужно никогда не забывать.

А вообще, можно полностью соблюсти анонимность в сети? Или это всегда риск для сообщества и лично для человека?

Сложный вопрос. Скорее, нет, чем да.

Тогда получается, что вообще лучше про АН не писать, фоток не вешать и чекинов не делать?

Получается, что так. Потому что соблюсти анонимность стопроцентно невозможно. Все равно может произойти утечка информации. Вот я делаю многое для соблюдения своей безопасности, но в то же время я не могу отвечать за своего друга, которому я даю, может быть, больше прав, чем остальным, на доступ к своей странице. От ошибок никто не застрахован. Даже наши внутренние электронные рассылки АН – там нет фотографий, туда мы подключаем только членов подкомитетов и активных участников. Но и тут есть риск раскрытия анонимности – ошибся адресом и не туда отправил письмо, или взломали. Многое может произойти.

А какие могут быть рекомендации по соблюдению анонимности?

В IP говорится о том, что: «Наша цель не том, чтобы рекомендовать или поощрять использование тех или иных социальных сетей, мы просто понимаем реальность, в которой наши члены действительно всесторонне используют эти интернет-ресурсы... Предполагается, что данный памфлет станет ресурсом в помощь членам сообщества для некоторого прояснения по выше указанным вопросам». То есть смысл не бежать и удаляться из социальных сетей, а помнить о традициях и чувствовать ответственность перед сообществом, находясь там.

Есть ли все же какие-то практические вещи, как это можно делать?

Опять же приведу цитату из IP: «Полезно задавать себе следующие вопросы, размещая информацию в Интернете: насколько раскрыта моя анонимность на данном ресурсе и насколько публичен или закрыт данный ресурс? Ответы на эти вопросы могут варьироваться в зависимости от множества факторов, в том числе от типа ресурса и возможности данного ресурса ограничивать доступ к той или иной информации».

По пунктам безопасности в IP написано более полно, и все желающие могут с ней познакомиться. Но если говорить об основных моментах, то их несколько. Во-первых, разграничить и создать разные группы друзей. Во-вторых, посмотреть еще раз свои фотографии и альбомы и решить, какой группе друзей доверять тот или иной альбом и фотографии. И при выкладывании новых фото и написании статусов помнить про эти группы и традиции, чтобы было понимание, для чего и кому это все доступно. В-третьих, когда я фотографирую, спрашивать у людей, какие у них есть пожелания по поводу использования этих фотографий. Если даже это будет закрытый альбом о мероприятии АН, то не стоит никого там отмечать. Ну и внимательно комментировать чужие записи, без упоминания тяги и спонсора.

А если уже отметили, прокомментировали, зачекинили – анонимность нарушена, что делать?

Попытаться быстро все удалить. Если это невозможно, то связаться с человеком, который это сделал, и обратиться к нему с просьбой сделать это.

Саиа

АН Таиланд: «Ничего, кроме любви»



Зимой этого года Бог подарил мне возможность пожить и поработать в Таиланде в течение 3 месяцев. Работа мечты в стране мечты – казалось бы, чего еще можно было желать? Однако реальность оказалось совсем не такой, как я ожидала. Мои иллюзии рушились одна за другой, все планы пошли наперекосяк. Смена климата, часовых поясов, отходняк от интерфероновой терапии не способствовали улучшению настроения. Жалость к себе, апатия, недовольство миром, собой, обида на Бога, тоска и жесточайшее, невыносимое одиночество – в таком состоянии я пришла в местное сообщество АН. Изначально наличие групп в этом городе для меня было одним из ключевых факторов при принятии решения, ехать или не ехать. Сегодня я могу сказать, что это самый важный фактор.

Сообщество

Меня поразило, с какой теплотой и заботой эти люди приняли меня, и продолжали принимать всех новичков и вновь прибывших. Все подходили, крепко обнимали, спрашивали, откуда я, искренне радовались тому, что я пришла. Многие

взяли мой телефон и звонили каждый день, просто узнать, как дела. Я, социопат и социофоб в одном лице, сначала очень сильно напрягалась и искренне недоумевала, что им от меня надо? Сегодня я смеюсь над своей неверчивостью. В свое время эти звонки вытащили меня из бездны самоизоляции и негативного восприятия мира.

Служение

Служение очень почетно и пользуется большим уважением. Во время собрания принято благодарить тех, кто служит, ведь они делают существование группы возможным, а значит, спасают мою жизнь. Мне повезло быть секретарем группы в течение месяца. Поскольку сообщество маленькое, обязанности секретаря включают в себя обязанности ведущего, а также частично казначая, уборщика и чайханщика. При этом все участники группы помогают друг другу: расставляют и убирают стулья, моют чашки, раскладывают и собирают литературу и т.д., а не сидят и ждут, пока кто-то один уберется. Мне запомнилась

продолжение на следующей странице

история о человеке, который приходил на собрания, одетый в шикарный костюм, шляпу и начищенные до блеска ботинки. И каждый вечер после группы этот человек брал швабру и тщательнейшим образом мыл полы в своем дорогом костюме и роскошных ботинках. Служение - залог выздоровления.

Собрания

На собраниях царит строжайшая дисциплина. Никто не шепчется, не смеется, не ходит, не «сидит» в телефоне. Все участники, а по большей части это люди с космическими для меня сроками чистоты - 20, 30 и более лет, посещают собрания почти каждый день, и к программе относятся очень серьезно. Нигде я не получала столько обратной связи и во время, и после группы, как там. Когда я делилась даже самыми, на мой взгляд, незначительными достижениями, ко мне подходили и говорили: «Я горжусь тобой!» Когда я говорила, что мне страшно, мне говорили: «Ты молодец! У тебя все получится!» Когда я говорила, что у меня «всего лишь» 3 с лишним года

чистоты, мне отвечали: «Никогда не говори «всего лишь». Всего лишь - это ноль. А один день чистоты - это уже много, и это - настоящее чудо!» Так я научилась никогда не обесценивать то, что имею и то, что я делаю по программе. Высказываются на группе только по теме (ежедневник, шаг, спикерская и т.п.) и по предложенным проблемам. Для высказываний «по состоянию», «по чувствам», «по дню» есть спонсор, анонимные друзья и время после группы. Обычно после собрания все идут пить кофе, особенно, если есть новичок, то его обязательно «тащат» с собой. Один анонимный брат рассказывал, как его когда-то много лет назад в первый чистый день так же «затащили» в кафе, а у него не было денег, и за него заплатил другой человек. Когда он спросил, как он может вернуть долг, тот ответил: начини выздоравливать, и через год ты так же угостишь новичка. И этот анонимный брат до сих пор вспоминает с теплотой того человека, потому что он так поверил в него, когда ни-

кто, и даже сам он, в себя не верил.

Благодарности

Я могу еще долго рассказывать, как много я узнала и заново открыла для себя в Программе, благодаря знакомству с этими удивительными людьми. Они научили меня радоваться жизни, независимо от возраста и внешних обстоятельств. Они искренне верили в меня, поддерживали, делились со мной. Чужой, неприветливый город стал для меня родным и самым счастливым местом на Земле. На смену отчаянию и одиночеству пришла любовь. Любовь к себе, к жизни, к людям, к Богу. Я всегда помню о вас и молюсь, мои дорогие друзья. Вы буквально спасли мне жизнь, и я бесконечно благодарна Высшей Силе за то, что у меня есть Сообщество Анонимных Наркоманов. Как говорится, nothing but love.

Настя

ЛИЧНЫЕ ИСТОРИИ

Сергей В., 6 лет 6 месяцев.

Без иллюзий

Привет, меня зовут Сергей, и я зависимый. Попал в АН я 11 лет назад, в 2001 году. Это было недолгое знакомство. Я пару недель походил на группы, успел попасть на московский юбилей АН и благополучно продолжил употреблять наркотики. Следующее попадание в АН состоялось через 4,5 года. За это время произошло много событий, чудесных, на мой взгляд, после которых я остался в живых. После того как меня сбита машина, весь поломанный-переломанный я оказался в коме, и по идее не должен был ходить. Несмотря ни на что, я встал и пошел. Для меня это чудесное проявление ВС в моей жизни, которая вела меня к одной цели, на тот момент мне не понятной и не известной.

Каким-то чудесным образом все эти 4,5 года мне удавалось не подсаживаться на систему. У меня родился ребенок, и я ушел в его жизнь, впервые устроился на работу, переезжал в другой город, потом лежал в больнице, где не было возможности сильно употреблять и так далее. И вот так, постоянно меняя вещества, мне удавалось воздерживаться от самого, на мой взгляд, страшного наркотика. Тогда у меня было мнение, что у меня проблемы с одним наркотиком, и задача заключалась в том, чтобы к нему не вернуться, а все остальное можно. Но через 4,5 года, употребив один раз, я в течение недели подсел на систему, меня сразу начало ломать и кумарить. Я очень хорошо помню этот момент. За неделю до этого у меня было все нормально: семья, работа, ребенок, нет проблем с милицией, а сейчас я иду сдавать в ломбард мобильный телефон.

И на тот момент у меня в голове была очень ясная картина, что это все вернулось, и через месяц, два будет просто мрак. Иллюзий, что я сейчас как-то вылезу, вообще не было. Я понял -- все началось по новой, я вернулся к исходной точке... Это был такой момент, когда я первый раз обратился за помощью к родителям. Мама мне помогла попасть в реабилитационный центр. После я стал ходить на группы, и мне удалось зацепиться за выздоровление в АН.

В контакте

Ключевую роль тогда и сегодня в процессе выздоровления играет моя вера, и она очень плотно связана и соприкасается с моим доверием к людям. Я как был недоверчив, так таким и остаюсь. Я считаю себя одиночкой, мне комфортно, и я такой по жизни, очень тяжело иду на контакт и к себе близко не подпускаю. А на моем пути, пока я выздоравливал, появлялись люди, которым я верил безоговорочно. Первый человек, кому я поверил в начале пути -- это мой спонсор. Когда я услышал его историю, я понял, что он не врет, и у него все почти один в один, как у меня. При этом он улыбается, счастлив и имеет срок чистоты в несколько лет, который для меня был просто заоблачным. Я ему поверил и подумал, почему бы мне не попробовать также.

Если говорить про Высшую Силу, то я ее никогда не отрицал. Она всегда была со мной. При первых разговорах о ВС у меня появлялись религиозные образы и все мысли о Боге витали вокруг религии. Постепенно это ушло. Я общался с анонимными разных конфессий на тему законов, по которым они живут, и различных правил. В АН мне сказали, что мы можем верить в того, в кого захотим, и мне захотелось побыстрее определиться со своей верой и закрыть этот вопрос раз и навсегда. Ничем хорошим это не увенчалось. Я так и не смог определиться с выбором веры. И, более того, по прошествии времени этот вопрос отпал сам собой. У нас в шагах мы углубляем осознанный контакт с Богом в 11 шаге. Я пока до него не дошел, но из разговоров с наставником мне стало понятно, что и в 11 шаге я, возможно, не определюсь с пониманием ВС. Более того, я и не должен этого делать. В общем, я успокоился и до 11 шага точно отложил этот вопрос. Все идет так, как идет. Сомнений в том, что там кто-то есть, у меня не возникает уже давно. Там кто-то есть, а как он выглядит и в какие ясы одет, меня не очень волнует на самом деле.

Важно не то, в каком образе я вижу ВС, а какова ее роль в моей жизни. И здесь я точно знаю, что моя Высшая Сила заботится, любит и оберегает меня на протяжении всей жизни, всегда ждет и рада мне помочь. Образ у нее улыбающийся, добродушный такой. Я точно знаю, что она работает через все, что угодно: через людей, спонсора, на собраниях АН... Везде я могу услышать свою ВС. Вообще для меня вся программа сообщества «Анонимные Наркоманы» с духовными

Про веру

принципами, такими как честность, открытость, готовность -- одно из дитиц Высшей Силы. Я точно знаю, когда я придерживаюсь этих трех принципов, то у меня все хорошо. Я счастлив, доволен и в принципе не жалею ни о чем.

В последнее время я заметил, что общаюсь со своим Богом, как с папой, я называю его папа. У меня всегда были сложные отношения с моим родным отцом, но это не говорит о том, что у меня новый папа появился, а свой где-то в стороне. У меня есть родной отец, с которым я налаживаю отношения, я его люблю. Но Бог -- это, можно сказать, мой отец небесный. Он всемогущ, он меня любит, как родитель ребенка. Почему я к нему так стал обращаться? Для меня детско-родительские отношения -- это такая истинная любовь, где любят безоговорочно. И я в какой-то момент это прочувствовал в отношении ребенка. Чтобы он не делал, я все равно его прощаю, я его люблю и никогда от него не откажусь. В моем понимании мой Бог также относится ко мне. Чтобы я ни делал, как бы не куролесил, как бы я не ругался на него. Он все равно меня любит и никогда меня не оставит.

Правда, в последнее время наши отношения я бы назвал взаимовыгодными. Когда мне плохо, я вспоминаю и кричу: «Помоги!». Когда хорошо -- все, забыл... И это до сих пор актуально. Но я стараюсь нарушить этот порядок, заставляю себя не прекращать контакт. Есть какие-то подвиги вперед, но я не могу сказать, что на сегодня контакт установлен, и я каждый день живу с Богом. Очень часто я проваливаюсь и откатываюсь назад, возвращая руль управления моей жизнью себе.

Проявления

Сегодня я беру любое событие своей жизни и могу сказать -- да, вот это по-любому чудо!!! Потому что, конечно, на сегодня чудо то, что я живу со своим сыном, что мне удалось в чистоте оформить отцовство и забрать его на воспитание у его мамы. Но чудо и то, что у меня есть силы воспитывать сына. То, что мне Бог в этом помог, нет сомнений, потому что очень тяжело мне было с бывшей супругой общаться на эту тему. Вначале она мне вообще не давала видиться с сыном. Год с лишним ушел на то, чтобы к этому прийти.

Еще хочется рассказать о проявлении ВС в трудных ситуациях. Про один из последних кризисов выздоровления, который меня, можно сказать, прибил к земле. Он случился на пять лет чистоты, в начале прошлого года. Тогда у меня рухнули все без исключения сферы моей жизни -- я открыл свой бизнес, который у меня полетел к черту, а я остался в долгах. Закончились отношения, которые были на тот момент. Были невероятно сложные отношения с ребенком, с которым я каждый день ругался. Он плакал, и у меня слезы наворачивались. Я не понимал, как с ним общаться, как найти общий язык. Короче, во всех сферах жизни я чувствовал абсолютный крах.

Ну и еще -- не оправдались мои ожидания. У меня были свои представления о том, чего я должен достигнуть: работая по программе, оставаясь чистым, выздоравливая и занимаясь служением. Я думал, что у меня должны быть бонусы: семья, машина, деньги, благополучие и так далее. И это все рухнуло, и я в тот момент очень обиделся на Бога.

На фоне этой истории: я такой, сколько я себя знаю, я никогда не учился на чужих ошибках. Только совершая сам ошибки и их проживая, я могу чему-то научиться. Я пытался убежать разными способами лишь бы не проживать все эти чувства, которые меня тогда душили. Я рыдал в голос, орал... Ничего не работало, я не мог включить интернет, потому что он мне осточертел. Я не хотел вписываться ни в какие блудняки.

У меня было желание все бросить, выкинуть нафиг все шаги, снять служение и перестать общаться с кем-либо из АН. Я в принципе так и сделал, но служение я не снял и оставил один контакт с наставником, который мне сам звонил из другого города и разговаривал со мной по два-три часа. И благодаря ему я как-то вылез. Я начал ходить ежедневно на группы, попросил маму забрать на время ребенка. Вот все отпало, и единственное, что осталось -- это ручка и тетрадь, где я писал свои матерные письма к Богу. Я писал их каждый день, я ругался там матом, у меня было много претензий. Но я знаю, что мой Бог меня все равно прощает, и я могу общаться с ним, как угодно.

Только сейчас, спустя год, я могу сказать, что я рад тому, что произошло. Пройдя вот через это все, по прошествии времени, выйдя на результаты, я вижу, как моя вера крепнет. Что бы со мной ни происходило, это мне во благо. Только так. По моим ощущениям прошлый год получился самым продуктивным в моем личностном росте. Благодаря этим испытаниям я невероятно вырос. Я не пошел употреблять, я остался служить сообществу, я не прекратил общения с анонимными, с долгами стало налаживаться, с ребенком улучшились отношения. Для меня такие ситуации -- проявления Высшей Силы. И никак иначе. Ведь если присмотреться, в таких ситуациях и заключается настоящее чудо.

Ответы

Общаюсь с Богом в молитвах, но нерегулярно. Хочется, чтобы это вошло в привычку -- молиться утром и вечером, но пока бывают пробелы. Как-то по дню я часто обращаюсь, бывают трудные ситуации, и тогда я прошу Его помочь. Вот когда я спикерю или волнуясь перед высказыванием на группе, я прошу сил, чтобы Он дал мне мужества быть честным. Я периодически пишу письма Богу. Некоторые сжигаю, есть письма в тетрадках с шагами, в телефоне есть. Я считаю, что таким образом Он тоже меня слышит.

Я давно понял, что ответы на мои вопросы Богу не будут приходиться в виде смс-сообщений с его личного номера. Хотя очень хотелось бы. Ответы я слышу на группе, в разговорах с друзьями, с наставником. Но и помимо этого я часто встречаю их в других местах: читая книгу, не относящуюся к программной литературе, в программной литературе тоже. Работая по шагам, анализируя свои поступки с помощью наставника, я могу увидеть волю ВС. Но это возможно только тогда, когда мне удается быть честным и открытым.

Могу ориентироваться на свою совесть и чувства и почувствовать, то я делаю или не то. Хотя часто бывают и страхи, которые я могу объяснить своей совестью, и сказать, что это Высшая Сила. Вот в такие моменты я обращаюсь за помощью. Я часто не могу сам определить, что вот здесь стопудово ВС, а тут безумие. Я всегда себя обманываю, всегда рассказываю себе красиво. И только другие люди мне могут говорить, а чтобы другие люди мне что-то сказали, мне все-таки нужно к ним обратиться. Все очень просто на самом деле.

У меня была однажды такая ситуация. Я узнал от своего ребенка, который был в гостях у своей мамы, что ее молодой человек плохо с ним обошелся. Сын не хотел кушать, и он высыпал еду ему в штаны. Меня это убило, я собирался ехать и ломать этому человеку ноги... В принципе был очень агрессивно настроен. Перед поездкой я пришел на группу и рассказал об этом. После собрания один из анонимных товарищей подошел ко мне. И как-то поговорив с ним, я не поехал. Я не поехал, потому что в общении с ним мне вернулось какое-то здравомыслие. Я понял, что совершив этот поступок, могу пострадать и я, и мой ребенок может лишиться меня на какое-то время. Я понял, что мой компульсивный поступок может иметь последствия, которые мне не хотелось бы иметь.

Я не поехал. И в дальнейшем я общался уже с наставником, и мне удалось не оставить эту ситуацию незавершенной. Мне удалось приехать к бывшей жене, поговорить с этим человеком без рукоприкладства, предупредить о том, что так делать не надо. Максимально корректно. И на этом все прекратилось. Для меня важно, чтобы мой ребенок чувствовал себя в безопасности. Мне было важно завершить ситуацию, а не оставить все как было. Я доволен, что я именно так поступил, а не так, как предлагало мне мое больное начало.

Вот это чистое проявление Высшей Силы в моей жизни. Сегодня в любой ситуации я стараюсь выбирать Бога. И тогда я сразу получаю ответы -- Его любовь ко мне, помощь и поддержку.

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

Виталик

В редакцию газеты «Только Сегодня» срочно требуется Координатор по распространению. Срок чистоты от 1 года. Обращаться по телефону информационной линии.

Газета создана благодаря помощи литературного комитета города Москвы.

Тел. информационной линии: +7 (495) 505 33 96

Сайт Сообщества АН Москвы: www.na-msk.ru

Над номером работали: Гена, Настя, Виталик, Саша, Саша, Полина, Юля, Оля, Катя, Рома
тираж 700 шт.