

Reaching Out

Апрель 2023



Встреча БУ в Индонезии.

Приветствие.....	1
В заключении.....	2
На свободе.....	3
Путь к свободе.....	4
Форма заказа.....	5

«Да, мы живое воплощение надежды. Мы живое доказательство того, что программа работает. Наша радость от чистой жизни привлекает тех зависимых, которые все еще страдают.»

Базовый текст, «Как это работает»

От редактора

Мы хотим поприветствовать всех читателей журнала Мировых Служб АН “Рука помощи”. Мы надеемся, что этот журнал поможет Вам в вашем выздоровлении или служении в БУ. В журнале “Рука помощи” есть три раздела. Первый раздел, “В заключении”, содержит письма осужденных, выздоравливающих в местах лишения свободы. Они делятся своим опытом, силами и надеждой, которые им дает программа Анонимных Наркоманов.

Второй раздел, “На свободе”, дает служащим подкомитетов по Больницам и учреждениям (БУ) - возможность поделиться своим опытом несения весты зависимым, не имеющим возможности посещать обычные собрания АН. В этом разделе также публикуется опыт зависимых, услышавших весть АН в заключении, а теперь живущих счастливой жизнью на свободе.

Третий, новый раздел — “Путь к свободе” — рассказывает об успешном опыте перехода из лечебного или исправительного учреждения к жизни на свободе. Мы призываем зависимых и подкомитеты БУ присылать письма в наш журнал “Рука помощи”. Пожалуйста, учтите, что мы стараемся опубликовать материал, больше посвященный выздоровлению, а не описывающий ужасы употребления.

ПРИМИТЕ УЧАСТИЕ И ПОМОГИТЕ НАМ ОСУЩЕСТВЛЯТЬ ГЛАВНУЮ ЦЕЛЬ НАШЕГО СООБЩЕСТВА!!

Запланированные сроки подачи материалов для следующих публикаций:

Выпуск	Срок подачи
Июль 2023	15 апреля 2023
Октябрь 2023	15 июля 2023
Январь 2024	15 октября 2023

А ты знал, что электронная подписка на журнал “Рука помощи” бесплатна? Новые выпуски будут приходить на почту четыре раза в год. Оформить подписку можно по ссылке: www.na.org/reachingout.



В заключении

Дорогая «Рука помощи»

Меня зовут С.Ш.. У меня трое детей, которым повезло быть в семье, а не под опекой государства. Вы могли бы подумать, что после того, как я больше года скучал по своим детям и сделал выбор в сторону них, я смогу прекратить употреблять, но этого не произошло. Я снова вернулся к употреблению, пробуя что-то другое.

Вместо того чтобы рассказывать боевые сказки, я расскажу вам о выздоровлении. Раньше я никогда не давал АН ни единого шанса. Сегодня, благодаря АН, я понимаю, что, когда у меня была передозировка, и парамедики вернули меня к жизни, а затем отправили в тюрьму, это все произошло к лучшему.

Хотя в прошлом я принимал некоторые плохие решения, они не определяют меня сегодня. Я просто должен оставаться позитивным и поступать по совести. Я могу стать лучшим человеком, так как мне дали второй шанс. Благодаря моей Высшей Силе возможно все. Однажды я смогу отдавать то, что было даровано мне безвозмездно. Спасибо тебе, АН, за мою жизнь и выздоровление.

С.Ш., Техас

Дорогая «Рука помощи»

Меня зовут С.А. и я зависимый. Я остаюсь чистым с 2010 года. Нет никаких сомнений в том, что я был зависимым с самого своего рождения в семье, в которой царила активная зависимость. Сколько я себя помню, мои родственники употребляли. Многие из этих членов семьи умерли в результате своей зависимости.

Я нашел свое первое собрание АН в доме, в которой проводилась пост лечебная программа реабилитации и присутствовал на своем первом собрании под влиянием веществ. Я очень боялся, что я «спалюсь». Там даже были дети, было стыдно. Вскоре меня снова арестовали, и я получил свой

первый Базовый текст – я прочитал его от корки до корки и продолжаю перечитывать его сегодня. Находясь в заключении, я был на многих собраниях АН в течение последних десяти лет. У меня есть спонсор и я ищу возможности служить другим. И это не только служение в АН, но еще и служение, как я понимаю его в качестве духовного принципа.

На днях я поделился на нашем регулярном собрании АН, что «моя жизнь никогда не была лучше». Вы думаете это реально для того, кто находится в тюрьме? Благодаря работе по программе АН моя жизнь полностью изменилась. Да, каждая ее часть в той или иной степени изменилась. Эти изменения являются результатом осознанности, капитуляции и роста, которые не могут быть ограничены стенами, которые нас окружают.

Что значит для меня быть членом АН? Это значит для меня всё. Возвращайтесь – это работает!

С.А., Аризона



Anonymous, Iran

Со СВОБОДЫ

Дорогая «Рука помощи»

Меня зовут К.М., я из штата Коннектикут, и я – зависимый. Наша весть – это надежда и обещание свободы. Поначалу, мне с трудом верилось, когда я слышал, как эти люди называли свой срок чистоты. В то время я не понимал, как мне продержаться хотя бы 5 минут и не угодить в тюрьму, не говоря уже о пяти годах трезвой жизни. Однако, я продолжал приходить, и весть Анонимных Наркоманов становилась для меня всё более ясной. Мне дали несколько основных рекомендаций.

Приди на собрание в свой первый день или вечер, подними руку, возьми номера телефонов, найди домашнюю группу, возьми служение, найди спонсора, работай по Шагам, найди для себя любящую и заботливую Высшую силу, более могущественную, чем твоя собственная, и не употребляй, несмотря ни на что!

Эти действия, описывающие как мне строить свою жизнь и стали тем, что привлекло меня к программе АН – к жизни, превосходящей мои самые смелые мечты!

Сегодня я имею честь служить в комитете БУ и нести весть, которой когда-то поделились со мной бескорыстно. Я сам являюсь живым результатом работы комитета БУ. Недавно мне довелось произносить речь от имени нашего Регионального Комитета на ежегодной Конвенции. Это было волнительно. Я смотрел на окружавших меня людей: кто-то выполнял своё служение для меня, для кого-то – я, с кем-то я служил бок о бок. Это настоящее чудо. Я благодарен Анонимным Наркоманам и комитету БУ.



К. М., Коннектикут



Путь к свободе

Дорогая «Рука помощи»

После восемнадцатимесячного заключения меня отправили в дом для временного пребывания. Я выскочил из безопасного дома, но я был совершенно к этому не готов. Я сорвался и вскоре снова оказался в тюрьме. Я не мог никому позвонить, потому что у меня не было группы поддержки. Сколько из нас уже знают, что одинокий наркоман находится в плохой компании?

На этот раз я ушел не один. У меня есть АН, моя Высшая сила и очень большой список контактов. Сейчас я успешно делаю переход на волю. Я планирую писать ребятам, которые еще находятся в учреждении и ведут образ жизни АН. Больше никаких приходов и уходов для меня.

Б.К., Калифорния

ПУТЬ К СВОБОДЕ

Когда ты покидаешь лечебный центр, СИЗО, тюрьму, больницу или иное учреждение, ты переходишь «к свободе» чистым, продуктивным членом общества. Мы полагаем, что твой опыт может быть полезен тем, кто только начинает подготовку к переходу.

Мы предлагаем определенные вопросы, которые помогут тебе определиться, каким опытом ты хотел бы поделиться с нами; мы можем опубликовать твое письмо в журнале «Рука помощи», чтобы помочь другим.

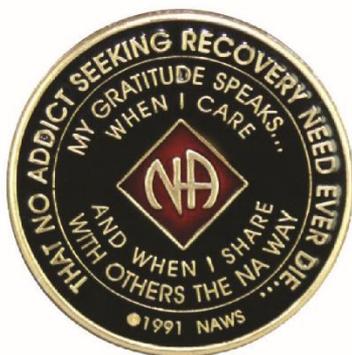
1. Что ты делал в первый день после выписки/освобождения?
2. Какие действия помогли твоему выздоровлению в обществе? Как ты считаешь - действия по подготовке к освобождению у тех, кто освобождается после 30 дней и 10 лет в заключении, должны быть одинаковыми?
3. Какие трудности ты преодолевал после возвращения в общество?
4. Как АН помогли тебе найти нужную информацию, чтобы вы могли посетить собрание после выписки/освобождения?
5. Как ты считаешь, могли бы Анонимные Наркоманы лучше помочь тебе в процессе подготовки к освобождению, и есть ли у тебя предложения по улучшению такой помощи?

Мы с нетерпением ждем возможности узнать твой опыт и передать его другим.

ОБРАЩАЕМСЯ КО ВСЕМ СЛУЖАЩИМ БУ!

Пожалуйста, присылайте свои истории в ежеквартальный журнал АН *“Рука помощи”*. Мы ищем выздоравливающих зависимых, таких как вы, готовых поделиться опытом того, как они начали свое выздоровление за решеткой и продолжили его на свободе. Ваша история несет мощную весть надежды зависимым, находящимся в заключении! Спасибо вам.

Пожалуйста, присылайте свои истории на электронную почту fsmail@na.org



«Достигнув дна и осознав, что мы не можем больше жить по-человечески – ни с наркотиками, ни без них – каждый из нас сталкивается с одной и той же неразрешимой проблемой. Что же нам остается делать? Похоже, у нас есть выбор: либо продолжать двигаться к мучительному концу – тюрьме, больнице или смерти, либо найти новый путь в жизни. Долгие годы у очень немногих зависимых был этот выбор. Сегодня тем, кто страдает от этой болезни, повезло больше. Впервые в истории человечества простой путь продолжает работать в жизни многих зависимых. Он доступен нам всем. Это простая духовная, но не религиозная программа, известная как «Анонимные Наркоманы».»

*Анонимные Наркоманы,
«Мы действительно выздоравливаем».*

ПЕРЕПИСКА ПО ШАГАМ



“Рука помощи” — ежеквартальный журнал, посвященный выздоровлению, который бесплатно распространяется сообществом АН среди зависимых, находящихся в заключении.

Если тебя заинтересовала программа 12 шагов Анонимных Наркоманов и хочешь подробнее о ней узнать, то напиши нам на любой из адресов, перечисленных ниже, и мы обязательно тебе ответим:

- 115419 Москва Шаболовка д. 34.стр.3
- 192148 Санкт Петербург АЯ 31
- 620131 Екатеринбург АЯ 28
- 420032 Казань АЯ 624
- 220050 РБ Минск АЯ 332
- 454000 Челябинск АЯ 18
- 630091 Новосибирск АЯ 22
- 410000 Саратов АЯ 1538
- 163000 Архангельск АЯ 220
- 680020 Хабаровск ул. Шеронова д. 7 АЯ 981