

Reaching Out

Октябрь 2023



От редактора.....	1
В заключении.....	2
На свободе.....	4
Путь к свободе.....	5
Переписка по шагам.....	7

«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 вестей 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 публиковать 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
Январь 2024	15 октября 2023
Апрель 2024	15 января 2024
Июль 2024	15 апреля 2024

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»

Я пишу из заключения. Впервые я попал на собрание АН ещё в 80-х. Я был бездомным и встретил человека, который предложил мне помощь и отвёл на собрание АН. Внутри помещения стояли ряды стульев. Снаружи играла музыка, люди смеялись и готовили еду на гриле. Мне предложили хот-дог. Их не волновало, что я уже месяцы сплю на улице.

Конечно, я не был готов. Я провёл ещё годы в тюрьмах, реабилитационных центрах, исправительных учреждениях и вне их. Наконец я попал в тюрьму надолго. Это стало для меня большим испытанием.

Недавно мы открыли собрание АН. Помните, что, возможно, Мы – это единственное, что другие узнают об АН. Так что я храню путь АН и делюсь им.

СВ, Индиана

Дорогая «Рука помощи»

Меня зовут ЭП, и я зависимый. До выздоровления я не мог прекратить употреблять наркотики, как бы я этого ни хотел. Я настолько отдалился от своего настоящего "я" и надел столько масок, что даже не знал, кто я действительно такой. Я оставался в своем болезненном отрицании, и это отрицание привело меня в пучину отчаяния.

Только когда я начал работать в АН, моя жизнь начала меняться. Я ходил на собрания, нашел спонсора, работал по Шагам, и начал следовать нескольким полезным советам. Мой спонсор помогал мне до тех пор, пока не был досрочно освобожден. Затем несколько мужчин извне стали приходить на собрания здесь, в тюрьме. Эти парни дают нам надежду. Я больше узнал о себе, и наконец-то понял, что другим людям не все равно.

В АН я научился работать со своей болезнью и выходить из состояния отрицания. Двенадцать шагов, спонсор и другие члены АН помогли мне вернуться на путь выздоровления. Программа АН научила меня возмещать ущерб тем, кому я его причинил. Наградой за это для меня становится внутренняя свобода.

ЭП, Калифорния



Тюрьма Фолсом, Калифорния

Со свободы

Дорогая «Рука помощи»

Меня зовут ПД и я зависимый. Я чистый с 8 ноября 1994 года.

До того, как начать оставаться чистым, я дважды попадал на учет к властям Калифорнии.

Я обычно говорю об этом так, что, когда я попал в АН я был уличным пацаном, а сегодня я домовладелец и собственник бизнеса.

Я был наркоманом, желающим умереть. Сегодня я излучаю надежду благодаря АН. Я продолжаю ходить на собрания на постоянной основе, работаю с большим количеством новичков и применяю принципы Двенадцати Шагов в своей жизни.

Мне никогда не приходилось сводить концы с концами, я никогда не голодал, не был бездомным или сломленным. В своем употреблении, я хотел отказаться от всего ради одной вещи. Сейчас же, я отказываюсь от этой одной вещи и у меня есть все!

ПД, Калифорния



Футболка из Джорджии

Путь к свободе

Дорогая «Рука помощи»

Меня зовут Р.Б., я — выздоравливающий зависимый. Когда я попал в тюрьму, мне сказали, что мне не светит минимальный срок. Ну сказали и сказали. Однако, я действительно получил минимальный срок и могу сказать, что так в моей жизни действовала моя Высшая Сила.

После этого я попал в тюрьму снова и начал выздоравливать. Я употреблял в заключении три раза, за что получил 17 выговоров за 6 месяцев и оказался в тюрьме особого режима. Именно там я начал читать литературу Анонимных Наркоманов. Моей первой книгой был Базовый Текст. После этого я начал работать по шагам со спонсором.

Мне посчастливилось прочитать ему свой Пятый шаг, разобрать с ним свои дефекты характера и составить список людей, которым я причинил ущерб. Мы вместе молились перед тем, как его отпустили на свободу. Все эти подарки я получил в результате моей работы по шагам.

Сегодня я благодарен за жизнь без употребления наркотиков, которую подарили мне в АН. Благодарю вас за то, что дали мне новую жизнь и хотя я не могу переделать свое прошлое, я могу работать над собой ради лучшего будущего.

Теперь я по-настоящему свободен, находясь на свободе.

Р.Б, Канзас

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.

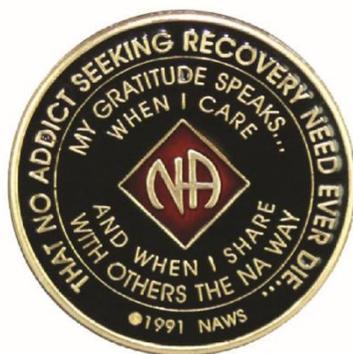
Мы предлагаем определенные вопросы, которые помогут тебе определиться, каким опытом ты хотел бы поделиться с нами; мы можем опубликовать твоё письмо в журнале “Рука помощи”, чтобы помочь другим.

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?

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 А 981