

### Собрание на колесах

G-22

Собрание на колесах – это возможность для членов Ал-Анона/Алатина продемонстрировать потенциальным членам содружества, студентам, профессионалам и всем другим, желающим больше узнать о помощи и надежде, которые можно получить в нашем содружестве, что представляет из себя собрание Ал-Анона или Алатина.

Обычно собрание проводят 3-4 участника. Один из них ведет собрание в качестве председателя и принимает участие в обсуждении. Формат встречи предполагает, что каждый участник имеет возможность высказаться на заданную тему (см. формат собрания ниже). Обычно это занимает 15-20 минут. Затем наступает время вопросов-ответов; эту часть проводит председатель или другой участник.

Также перед собранием могут быть продемонстрированы наши видеокассеты, одобренные Конференцией, такие как «Ал-Анон говорит сам о себе» и «Алатин рассказывает все, как есть».

#### Напоминания:

- Помните – вам не нужно быть идеальными
- Помните, что ваша цель – познакомить людей с нашей программой и показать им, что такое «собрание Ал-Анона». Просмотрите этот лист вместе с другими участниками до презентации
- Прочитайте заранее Рекомендацию Членам групп, интересующимся, как выступить на собраниях (G-1)
- Фокусируйтесь на своем собственном выздоровлении
- Продемонстрируйте табличку об анонимности, плакаты, буклеты, а если возможно, то и книги Ал-Анона/Алатина в твердом переплете
- Привезите с собой подходящую литературу Ал-Анона/Алатина для раздачи, например:

*Информация для новичка (S-4)*

20 вопросов *Вы обеспокоены пьянством вашего близкого? Тогда Ал-Анон – для вас!* (S-17)

20 вопросов *Если на твою жизнь влияет пьянство близкого человека, то Алатин – для тебя!* (S-20)

20 вопросов *Вы росли рядом с алкоголиком?* (S-25)

*Понимать себя и алкоголизм (P-48)*

*Основы программы Ал-Анон – карманная карточка с Преамбулой, Шагами, Традициями, Принципами, Основными Положениями и Молитвой (M-7)*

*Основы программы Алатин - карманная карточка (M-18)*

- Предложите Список литературы Ал-Анона/Алатина и бланк заказа
- Раздайте списки с расписанием работы местных или районных групп, а также, если потребуется, визитки с контактами местных служб (телефоны, e-mail и адреса веб-сайтов ОВО и в России – фонда ФОСГАЛ)
- Вручите материалы пришедшим на собрание профессионалам, например, *Сотрудничество с Ал-Аноном/Алатином (S-23)* и *Набор для профессионалов (S-37 ES/S-37 EF)*

#### Избегайте:

- дискуссий или споров с врачами, социальными работниками, консультантами или кем-то еще

- высказываний своего мнения об алкоголизме, его лечении или о программе АА
- раздачи советов людям
- высказываний от имени всего Ал-Анона

### Сосредоточьтесь

на своем собственном

### выздоровлении

#### Предлагаемый Формат Собрания на колесах

Ведущий: *«Здравствуйте, меня зовут \_\_\_\_\_, и я проведу сегодняшнее собрание».*

Предложите другим участникам представиться с соблюдением анонимности, назвав только свое имя, как это делается на обычном собрании.

Упомяните о том, что Ал-Анон – это прежде всего духовная программа, а не религиозная, и что мы не профессионалы.

#### Предлагаемое приветствие Ал-Анона/Алатина

Добро пожаловать в семейную группу Ал-Анон \_\_\_\_\_ (или в группу Алатин).

Мы надеемся, что вы найдете в нашем содружестве ту помощь и дружбу, которые нам выпало счастье обрести. Мы, испытавшие на себе проблемы алкоголизма и до сих пор подверженные им, способны понять человека как немногие другие. Мы тоже были одиноки и разочарованы. Но в Ал-Аноне мы обнаружили, что никакая ситуация не является абсолютно безнадежной, и что мы можем жить в согласии с собой и даже обрести счастье вне зависимости от того, пьет наш алкоголик или нет.

Мы призываем вас попробовать нашу программу. Она помогла многим из нас найти решение проблем, что в свою очередь привело к достижению ясности и умиротворения. Столь многое зависит от нашей позиции, и по мере того, как мы научились рассматривать наши проблемы в истинном свете, мы обнаружили, что они потеряли свою власть над

нами и больше не доминируют в наших мыслях и во всей нашей жизни. По мере того, как мы применяли идеи Ал-Анона, обстановка в наших семьях улучшалась.

Без такой духовной помощи большинство из нас не смогло бы вынести жизни с алкоголиком. Наш образ мышления был извращен из-за постоянных попыток навязать силой решение проблем. И мы стали раздражительны и безрассудны, даже не подозревая об этом.

Программа Ал-Анона основана на Двенадцати Шагах, заимствованных нами у анонимных алкоголиков. Мы пробуем пользоваться этими Шагами, понемногу, день за днем применяя их к нашим жизненным ситуациям вместе с нашими девизами и Молитвой об умиротворении.

Столь полезный обмен мнениями между членами Ал-Анона, основанный на внутренней симпатии друг к другу, и чтение литературы Ал-Анона подготавливает нас к тому, чтобы обрести бесценный дар умиротворения.

Ал-Анон – это анонимное содружество. Все, о чем говорится на собраниях и в разговорах с глазу на глаз, должно содержаться в тайне. Только при таких условиях мы можем почувствовать себя достаточно свободными, чтобы искренне говорить то, что мы думаем и чувствуем. А ведь благодаря этому мы помогаем друг другу в Ал-Аноне.

## Предлагаемая преамбула Ал-Анона к Двенадцати Шагам

Семейные группы Ал-Анон – это содружество родственников и друзей алкоголиков, которые делятся друг с другом своим опытом, силой и надеждой, чтобы решить общие проблемы. Мы верим, что алкоголизм – это семейная болезнь, и что перемена отношения к нему может способствовать выздоровлению.

Ал-Анон не связан с какой-либо сектой, вероисповеданием, политической группировкой, организацией или сообществом; не участвует в полемике по каким бы то ни было вопросам, не выступает ни за, ни против чего бы то ни было. Членство в нем бесплатное. Ал-Анон – это организация, целиком существующая на добровольные пожертвования своих членов.

У Ал-Анона только одна цель: помочь семьям алкоголиков. Мы помогаем, соблюдая Двенадцать Шагов Анонимных Алкоголиков, давая приют и утешение семьям алкоголиков, понимая и ободряя самих алкоголиков.

## У Ал-Анона только

# одна цель

## ПОМОЧЬ СЕМЬЯМ АЛКОГОЛИКОВ

### Двенадцать Шагов

Поскольку время подтвердило действенность и ценность Двенадцати Шагов АА, Ал-Анон принял их почти дословно. Они предлагают образ жизни, который понравится всем людям доброй воли, вне зависимости от религиозной принадлежности или ее отсутствия. Оцените силу этих слов!

1. Мы признали свое бессилие перед алкоголем, признали, что мы потеряли контроль над собой.
2. Пришли к убеждению, что только Сила, более могущественная, чем мы, может вернуть нам здравомыслие.

3. Приняли решение препоручить нашу волю и нашу жизнь Богу, как мы Его понимали.
4. Глубоко и бесстрашно оценили себя и свою жизнь с нравственной точки зрения.
5. Признали перед Богом, собой и каким-либо другим человеком истинную природу наших заблуждений.
6. Полностью подготовили себя к тому, чтобы Бог избавил нас от всех наших недостатков.
7. Смирненно просили Его исправить наши изъяны.
8. Составили список всех тех людей, кому мы причинили зло, и преисполнились желанием загладить свою вину перед ними.
9. Лично возмещали причиненный этим людям ущерб, где только возможно, кроме тех случаев, когда это могло повредить им или кому-либо другому.
10. Продолжали самоанализ и, когда допускали ошибки, сразу признавали это.
11. Стремилась путем молитвы и размышления углубить соприкосновение с Богом, как мы понимали Его, молясь лишь о знании Его воли, которую нам надлежит исполнить, и о даровании силы для этого.
12. Достигнув духовного пробуждения, к которому привели эти Шаги, мы старались донести смысл наших идей до других людей и применять эти принципы во всех наших делах.

## Двенадцать Традиций

В зависимости от времени, ведущий может объяснить цель Традиций, прочитать преамбулу к Двенадцати Традициям и/или Традицию соответствующего месяца (например, в феврале – это Вторая Традиция).

Традиции Ал-Анона обеспечивают наше единство. Они подсказывают группам, как устанавливать отношения с другими группами, с Анонимными Алкоголиками и с окружающим миром. Они рекомендуют группам принципы, в соответствии с которыми избирается руководство, принимаются новые члены, расходуются финансы, вырабатывается отношение к общей собственности, контактам с общественностью и соблюдению анонимности.

Эти Традиции были выработаны по мере того, как группы Анонимных Алкоголиков пытались разрешить проблемы, как жить и работать вместе. Ал-Анон принял эти рекомендации для групп и по прошествии времени нашел их действенными и мудрыми. Несмотря на то, что эти Традиции носят рекомендательный характер, единство Ал-Анона и, возможно, само его существование зависит от соблюдения Двенадцати Традиций:

1. Наше общее благополучие должно стоять на первом месте; личное выздоровление зависит от единства.
2. В делах нашей группы есть лишь один высший авторитет – любящий Бог, воспринимаемый нами в том виде, в котором Он может предстать в нашем групповом сознании. Наши руководители всего лишь облеченные доверием исполнители, они не приказывают.
3. Родственники алкоголиков, собравшиеся вместе для взаимной помощи, могут называться "Семейная группа Ал-Анон" при условии, что, как группа, они не принадлежат ни к какой другой организации. Единственное условие для членства – наличие проблемы алкоголизма среди родственников или друзей.

4. Каждая группа должна быть вполне самостоятельной, за исключением дел, затрагивающих другие группы или Ал-Анон, или АА в целом.
5. У каждой группы Ал-Анона есть лишь одна главная цель – помочь семьям алкоголиков. Мы достигаем этой цели, соблюдая сами Двенадцать Шагов АА, ободряя и выражая понимание нашим родственникам-алкоголикам и давая уют и утешение семьям алкоголиков.
6. Семейным группам Ал-Анон никогда не следует поддерживать, финансировать или предоставлять имя Ал-Анона для использования какой-либо посторонней компании, чтобы проблемы, связанные с деньгами, собственностью и престижем, не отвлекали нас от нашей главной духовной цели. Хотя наши содружества отличаются, мы должны сотрудничать с Анонимными Алкоголиками.
7. Каждая группа должна полностью опираться на свои собственные силы и отказываться от помощи извне.
8. Работа, связанная с выполнением Двенадцатого Шага Ал-Анона, должна всегда вестись на общественных началах, однако наши службы могут нанимать работников, обладающих определенной квалификацией.
9. Нашим группам как таковым никогда не следует обзаводиться жесткой системой управления; однако мы можем создавать службы и комитеты, непосредственно подчиненные тем, кого они обслуживают.
10. Содружество Семейные группы Ал-Анон не придерживается какого-либо мнения по вопросам, не относящимся к его деятельности; поэтому имя Ал-Анона не следует вовлекать в какие-либо общественные дискуссии.
11. Основой наших контактов с внешним миром является привлекательность наших идей, а не пропаганда; мы должны всегда сохранять анонимность во всех наших контактах с прессой, радио, телевидением и кино. Мы должны особенно бережно охранять анонимность всех членов АА.
12. Анонимность – духовная основа всех наших Традиций, постоянно напоминающая нам о том, что главным являются принципы, а не личности.

## Темы собраний

Предлагаемые темы для обсуждения: *Первый Шаг; Как я пришел в Ал-Анон/Алатин; девизы; принятие алкоголизма как семейной болезни* и т.д.

Один из членов группы может проявить свое участие новичку, предложив для обсуждения такие вопросы: «Как я могу помочь своему мужу бросить пить?», «Как я могу помочь своим детям?» или «Виноват ли я, что моя мать пьет?». Остальные участники высказываются, как на обычном собрании.

## Предлагаемое заключение собрания Ал-Анона/Алатина

В заключение я хочу сказать, что высказанные здесь мнения являются мнениями тех людей, которые их выразили. Примите к сведению то, что вам нравится, и забудьте остальное.

Все сказанное здесь говорилось в доверительной беседе и не должно разглашаться. Пусть все останется в стенах этой комнаты и в наших мыслях.

Я хочу сказать несколько слов, обращенных к тем, кто не так давно пришел к нам: каковы бы ни были ваши проблемы, среди нас есть люди, у которых они тоже были. Если вы откажетесь от предрассудков, то вы найдете помощь. Вы должны понять, что нет таких ситуаций, которые нельзя было бы улучшить, и нет такого несчастья, которое нельзя было бы облегчить.

Мы отнюдь не совершенны. То, как мы приняли вас, возможно, не отражает ту теплоту, которую мы ощущаем в наших сердцах по отношению к вам. Через какое-то время вы обнаружите, что хотя не все среди нас вам понравится, все же у вас появится совершенно особая любовь ко всем нам – такая же, какую мы сейчас испытываем по отношению к вам.

Поговорите друг с другом, поразмыслите над всем этим с кем-нибудь, но пусть не будет ни сплетен, ни критики в чей-либо адрес. Вместо этого пусть то понимание, любовь и мир, которые несет программа, возрастают в вас день за днем.

*Примечание: Такие демонстрационные собрания, может быть, лучше не завершать молитвой.*

*В некоторых группах читается Декларация Ал-Анона как альтернативное заключение.*

## Что это для тебя?

Члены содружества рассказывают, что для них Собрание на колесах – это часто

**три собрания в одном:**

**собрание по дороге на собрание;**

**само собрание и**

**собрание на обратной дороге.**

Собрание на колесах может быть служением

**со знаком "высокое"**

Это возможность

**донести смысл наших идей**

**и получить радость и**

**удовлетворение**

**одновременно**

