Выпуск №7

Газета Российского Нар-Анона - анонимного содружества родственников и друзей наркоманов

НАДЕЖДА ЕСТЬ!

декабрь 2016г.

"ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ НЕ ТОЛЬКО ВОЗМОЖНЫ, ОНИ НЕИЗБЕЖНЫ". М. Эриксон

Главное событие года:

ПЕРВАЯ ВСЕРОССИЙСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ НАР-АНОНА

прошла в Ялте с 6 по 9 октября 2016 года!

Члены оргкомитета подводят итоги Первой Всероссийской Конференции и делятся впечатлениями:

Ирина Иг-ра, Москва:

Это первое событие, после которого мы собрались для подведения итогов. Впечатление от Конференции многократно превзошло мои ожидания. Событие получилось прекрасное!

Презентации – это неформальная, интересная, содержательная часть. На ближайшие 5 лет презентации могут стать путеводными звездами, в них собран и передан всем важный опыт. Я в восхищении от презентации подкомитета по бюджету и финансам – она блестяще подготовлена. Обычно финансовые вопросы трудные, противоречивые, но из-за того, что она продуманная, грамотная, не возникло вопросов от участников Конференции. Благодарность всем, кто готовил презентации.

В течение двух лет и ВРКО, и подкомитеты сделали много – это видно по результатам.

Радует, что было много новых людей, для которых формат мероприятия новый, возможно, трудный. Были люди, настроенные на острую дискуссию. Но было все-таки больше тех, кто был впечатлен и удивлен ходом Конференции, ее подготовкой.

Фасилитаторы справились, все намеченное было выполнено, и почти всегда укладывались по времени.

Поразила протокольная группа – протоколы были подготовлены на уровне Всемирной Конференции.

Гаражная распродажа была отлично организована и прошла хорошо. Оставшаяся вязаная клубничка будет талисманом для последующих гаражных распродаж.

Порадовала группа технической поддержки, все прошло гладко, но впечатление подпортил звук (с ним возникали проблемы). Говорить всем нужно в микрофоны, а не кричать с места. К сожалению, мы не обеспечили всех комфортными условиями.

Неожиданно споткнулись при выборе гимна Нар-Анона России. Для всех нас это один из уроков, которые стоит переосмыслить.

Папки делегатов были интересным сюрпризом. Это не просто рабочий материал, папка останется для участников Конференции воспоминанием.

Викторина готовилась в Крыму – это первый опыт, но она прошла интересно.

Ирина зачитала письмо Кэти, исполнительного директора Всемирного центра обслуживания (ВЦО), в котором она делилась впечатлениями о Конференции, благодарила участников и сообщила о том, что подготовит статью для декабрьского информационного бюллетеня.

То, что на Конференции присутствовала Кэти, добавило значимости событию. Кэти оказала своей информацией помощь оргкомитету и самой конференции. От нас Кэти поступило предложение провести Всемирную Конвенцию в Ялте, что много людей готовы участвовать в подготовке Конвенции.

Все участники уехали с большим багажом знаний.

Испытываю большую благодарность всем за год работы в оргкомитете. Важно начинать подготовку любого события задолго и мотивировать себя на служение, так как на одной ответственности это трудно делать, важен интерес, отдача. Через служение мы много берем для себя. Нар-Анон будет расти и без нас, но это счастье, когда есть возможность нести служение. Все возникающие трудности и проблемы нужно обсуждать с другими членами оргкомитета в начале события, делиться мыслями, советоваться, и тогда решение приходит с помощью группового сознания.

На нашей Конференции все предложения были подготовлены и обсуждались группами и структурами обслуживания заранее, поэтому принимались быстро.

Обычно на Всемирной Конференции во второй день поступают предложения из зала с мест для будущей Конференции – так рождаются новые предложения. Мне не хватило предложений, возникающих в ходе нашей конференции, не хватило чего-то нового.

Ирина, Москва:

То, что мы, оргкомитет, делали в процессе подготовки, давало представление о том, как пройдёт Конференция. Было радостно видеть, как наши предварительные идеи, мысли, намерения воплощаются, как работа, проделанная оргкомитетом, даёт результат.

Такое же сильное впечатление произвело то, какую работу провели подкомитеты, выступавшие с предложениями, по Наратину, например. Мне приходилось слышать раньше, что тема Наратина пока буксует, что не открываются группы и как жаль… И на Конференции я ещё раз увидела пример того, как по-разному можно относиться к задачам: можно просто разводить руками и сокрушаться, а можно взять и начать делать дело, по чуть-чуть, с ошибками, но делать! И результат, который представили девочки по этому предложению, впечатляет: на сегодня есть полностью готовая база для открытия групп Наратина!

Важным моментом были Правила Роберта. Их значение особенно стало понятно, когда случались моменты отхода от Правил и возникала угроза хаоса и неразберихи. Здорово, что мы уделили Правилам столько внимания, в результате Конференция прошла чётко и организованно.

Впечатлила активность участия всех в гаражной распродаже. Никого не только не пришлось агитировать, а наоборот, нужно было сдерживать желающих раскупать всё до начала распродажи.

Огромное спасибо за опыт, за презентации, за тепло и ощущение семьи. Для меня работа в оргкомитете – это и невероятный опыт выздоровления через служение.

Спасибо всем, девочки!

Валентина, Томск:

Я благодарна Богу за то, что вновь жизненные обстоятельства сложились таким образом, что я смогла принять участие не только в подготовке, но и частично, в проведении Конференции. Для меня – это ценный опыт командной работы, величайшая ответственность. Я это расцениваю, как рывок вперед в своем выздоровлении.

Спасибо всем огромное за нашу общую работу, за те уроки ответственности, сплоченности, вдохновения, доверия, которым я у вас училась весь период подготовки события. Спасибо за то, что, несмотря на сложные ситуации, возникающие у каждой из нас в течение года, периодически появляющееся непонимание, никто не отступил, не бросил команду, а все дошли до цели. Теперь я точно уверена, что, предлагая некоторым из вас участвовать в подготовке Конференции, я не ошиблась, что на каждую из вас можно положиться, что друг у друга мы можем найти поддержку и понимание, а это важно и необходимо для конечного результата. Только благодаря желанию служить (ведь способностей особенных организовать событие мы не имели) нам удалось подготовить и провести Первую Всероссийскую Конференцию!

Ирине Иг-ра отдельное спасибо за необыкновенное терпение, выдержку и участие, за преданность Нар-Анону, за уроки трудолюбия и выносливости. Признательна тебе за те замечания, которые ты мне делала во время конференции – я их приняла и осознала, что моя ошибка была в том, что я не до конца понимала ту меру ответственности, которая на меня была возложена, как на председателя комитета по организации конференции. Это для меня урок на всю жизнь.

Но также я хочу уделить внимание тому, что у меня вызвало непонимание, – это нарушение Правил проведения Конференции. Во время подготовки Конференции заострялось внимание на соблюдении Правил проведения Конференции, и я, как фасилитатор, помнила об этом, как и о принципах программы: «Мы все равны», «Принципы выше личностей». Во время Конференции напоминала делегатам, выходящим к микрофону и желающим выступить, что могут высказаться не более трех человек, и делегаты были вынуждены это принять и вернуться на свое место – ведь все проголосовали за Правила. Но сразу после этого выходили члены Совета попечителей (СП) и высказывались, тем самым нарушая Правила. У меня это вызвало растерянность и недоумение. Я слышала реплики из зала: «Почему одним можно, а другим нельзя». Возникло чувство вины перед теми делегатами, кому было отказано в высказывании. Возможно, я что-то не понимаю или неверно истолковываю в силу неопытности, и члены СП пользуются преимущественным правом высказываться на событиях вне регламента? Так ли это прошу разъяснить, возможно, это отражено в Руководстве или другом источнике?

Дискуссию о нарушении Правил проведения конференции читайте на стр.3.

Дискуссия о нарушении правил проведения Конференции.

Ирина Иг-ра: *Члены СП точно также придерживаются Правил, но у СП есть преимущества (например, в Доклад о повестке конференции вносятся комментарии СП по некоторым предложениям). И на Конференции были вопросы, которые требовали дополнительного обсуждения. В этом случае опытный фасилитатор ставит на голосование вопрос о продлении дискуссии (более трех человек), так как не достигнуто единое мнение по вопросу.*

На Всемирной Конференции очень долго ищут, отбирают, готовят фасилитаторов, разбираются все возможные случаи. Но мы, участвуя во Всемирной Конференции, из-за незнания языка не могли понять все нюансы, и до сих пор всего не понимаем в силу отсутствия достаточного опыта. И у нас еще нет фасилитаторов, обладающих пониманием ситуации и достаточным опытом.

То, что касается меня (это я нарушила Правила), то я тоже могу ошибаться.
Мне в тот момент казалось, что нужно донести важную информацию, которая осталась за кадром. Если это смущало, нужно было сказать: «Давайте вернемся к Правилам Конференции. Ирина, ты считаешь, что есть необходимость в дополнительной информации?» Предложение выносится на голосование, и Конференция решает, продляем мы это обсуждение или нет. Это было бы более цивилизованно. У фасилитатора есть особая роль – он может добавить время и продлить дискуссию без решения Конференции – я четко сформулировать такие случаи не могу, но они были.

Алла Москва: *В связи с тем, что иногда было недостаточно информации, СП мог ее дать.*

Ирина Иг-ра: *В ходе подготовки Конференции я в ВРКО столкнулась с тем, что есть члены Нар-Анона, имеющие высокие требования к должностным лицам, которые несут служение. Многим кажется, что это какие-то специально обученные люди, которые ничего, никогда не должны нарушать. На самом деле мы не идеальны и можем в чем-то ошибаться. И я, как член СП, могу ошибаться, могу вести себя не соответственно ситуации, процедуре. Члены СП не претендуют на более статусную роль, они такие же люди: учатся, служат, что-то получается, что-то не получается. Но мы отличаемся только тем, что беремся и делаем так, как можем. Если кому-то кажется, что мы несем служение не так, как следует, приходите, служите, сделайте лучше. Поправьте нас, покажите, как нужно служить – мы будем рады.*

Валентина, Томск: *Мы знаем, что есть такие люди, которые не служат, но знают, как нужно служить.*

Ирина Иг-ра: *Меньше всего хотелось бы участвовать в дискуссии с такими людьми.*

Алла, Москва: *Это специфика болезни. Они находятся на таком уровне выздоровления. Мы в Нар-Аноне не заканчивали институтов ни по поводу Шагов, ни по поводу служения. Мы учимся друг у друга и не стремимся быть идеальными – это опыт, обогащение. Я таким людям говорю следующее: «Я такая же, как вы – приходите, будем делать вместе». Эту фразу слышат.*

Олеся, Москва: *Очень рада, что случилась дискуссия по поводу правил. У меня лично тоже был этот вопрос, и я благодарна, что он всплыл, и я смогла увидеть разные стороны этой ситуации. И еще один аспект фасилитатора мне раскрылся.*

Валентина, Томск: *Спасибо, вы помогли мне разобраться в той ситуации, которая произошла. Сейчас пришло понимание, что мне нужно было вынести вопрос о продлении дискуссии, но подобную ситуацию во время подготовки Конференции мы не рассматривали, поэтому понимания, что нужно было поступить таким образом, не возникло в силу отсутствия опыта и знаний. Еще один урок на будущее всем нам. Будем учиться.*

Члены оргкомитета продолжают подводить итоги Первой Всероссийской Конференции и делиться впечатлениями:

Алла, Москва: Поздравляю всех с отличной работой. Понравилось и место проведения Конференции, и время, и погода, и количество участников.

Не хватило времени для общения.

Важен приезд Кэти и ее бесценный опыт, которым она делилась во время Конференции там, где у нас были пробелы. Благодарна переводчику – очень хороший перевод.

Понравились все презентации, особенно оргкомитета, так как в ней масса информации для использования. Это своего рода учебник по подготовке события. Благодарю Таню (Тверь) за терпение и теплоту ко мне. Довольна Седьмой Традицией, гаражной распродажей, планом «День рождения» и продажей книг.

Открытием была группа мерчейдайзинга и группа техподдержки.

Понравилась викторина – важная информация. Хорошо, что отложили выбор гимна – если нет готовности, не надо форсировать события. Понравился Духовный завтрак, его организация.

Кэти увидела масштаб Нар-Анона в России. Конференция многому научила и дала положительные эмоции и опыт. По решению Конференции 30% собранных средств передали в ВЦО через Кэти.

Всем благодарна за сотрудничество, люди с лидерскими качествами нужны в Нар-Аноне – без этого невозможно провести ни одно событие. Удивили люди, которые в программе 6 месяцев и уже приехали делегатами на Конференцию.

Состоялись собрания ночных групп, и были желающие их провести, даже Седьмую Традицию собрали.

Я сначала волновалась и по поводу презентации, и отчета, и по поводу предстоящих вопросов. Но когда я увидела, как волновались, выступая, председатели подкомитетов, я себе сказала: «Зачем мне так волноваться? Я пришла к своим, таким же, как я. Я же не экзамен сдаю. Как смогу, так и сделаю, возможно, не идеально, не гладко». Я вышла, как к семье, не было ни страха, ни волнения. Я была спокойна.

Валентина, Москва: Потрясающий опыт, все молодцы! Все презентации отличные, но самая лучшая оргкомитета. Но я испытывала неудобства – сидящим в конце зала не было слышно выступающих. Это оказалось проблемой, так как половину они не слышали. Рада, что переводчиком была Лена. Рада была увидеть тех людей, с кем заочно знакома по переписке, по посылкам с литературой.
При продаже сувенирки и во время гаражной распродажи ощущали недостаток в людях – 2-3 человека мало, нужно 5-6.
Фасилитаторы молодцы! Важно выражать свои мысли доступно, в тему и укладываться по времени, четко и ясно. Мне есть чему поучиться.
Пришло понимание, что на событие нужно брать больше книг для продажи, особенно новинки.
Приятно, что, когда выбирали людей, желающих служить в комитетах, столько людей захотели служить. Открылось сознание, что я могу служить, и это честь. Есть, над чем задуматься. Благодарна команде за совместную работу.

Юлия, Красноярск: Большое спасибо, что мне посчастливилось принять участие в совместной работе по подготовке конференции. Я многому научилась за этот период времени. В моей жизни многое поменялось. Я поняла, что какие-то вещи умею и могу делать, чего не думала про себя. Понравилась атмосфера в команде, все старались поддерживать друг друга и помогать. Сложилось единство. Рада была вас всех наконец-то увидеть. Времени было мало, и Конференция быстро закончилась. Сначала волновалась, а потом отпустила. Настрой был позитивный. Единственная проблема была со звуком, и это для всех нас урок.

Татьяна, Тверь: Подготовка Конференции и непосредственное участие в ней так много дали, что кратко не опишешь всего. Сейчас, по окончании процесса, особенно ярко ощущается всё приобретённое в процессе работы. Спасибо, девочки, всем вам, с кем посчастливилось послужить, знакомство с каждой из вас для меня радость и счастье.

Олеся, Москва: Спасибо вам огромное, что откликнулись на мою просьбу и собрались.

Валя (Томск), спасибо тебе огромное за твой опыт мужества, который ты проявляла все это время. Я видела, как все это тебе не просто, и как ты преодолевала свои страхи и сомнения и просто шла вперед. Низкий поклон тебе.

Алла (Москва), спасибо тебе за твою легкость и простоту, за то, что пришла к семье на отчет и бояться нечего. Классная настройка. Спасибо за твою четкость и дисциплину. Спасибо за «мамкину» заботу обо мне: за булочки, фрукты и сладости. И отдельное спасибо за магазинчик внизу отеля (прикупила колечко на память, невероятно клевое и ооочень недорого).

Юля (Красноярск), спасибо тебе за твою четкость и конструктив. Спасибо за твое стремление договариваться, когда мы решали вопрос с онлайн регистрацией. Спасибо за твою неоценимую поддержку с листами для регистрации, за презентацию и за пример спокойствия и доброжелательности. Жаль, что не получилось пообщаться подольше.

Ирина (Москва), спасибо тебе за эти чудо-папки, за твою красоту и стиль, за твою энергию и доброту, которую ты распространяешь вокруг себя. Спасибо за такую легкую и классную организацию гаражных распродаж.

Валя (Москва), спасибо тебе огромное за твой невероятно приверженный пример служения. Ты просто герой для меня. Сколько всего ты делаешь для Нар-Анона. Спасибо тебе за возможность познать уровень служения.

Таня (Тверь), тебе спасибо огромное за презентацию, за твое тепло и радушие, за пример работы фасилитатора. Спасибо за служение.

Света (Уфа), благодарю тебя за твое упорство и веру, даже когда совсем ничего непонятно было тебе, ты все равно шла напролом и делала, как знала. Здорово, что приехала. Спасибо тебе огромное.

Ирина Иг-ра, тебе отдельное огромное спасибо и мой низкий поклон. Спасибо за все телефонные разговоры за это время, за поддержку в решении вопросов, за желание поддержать и поучаствовать. Спасибо тебе огромное за твою любовь к содружеству, которой ты так щедро делишься и заражаешь. Спасибо за то, что как-то поделилась, что ты не живешь одним только Нар-Аноном, что еще много разных аспектов есть в твоей жизни, и что важно научиться быть везде эффективной. Спасибо, что поделилась смелостью быть собой, даже если все думают сейчас по-другому, важно не предавать себя, а просто делиться своим виденьем. Спасибо, что научила ошибаться и не бояться этого, а просто признавать, что мы не идеальные и если вам что-то не нравится – приходите, будем делать

вместе. Спасибо тебе огромное, что научила, как себя вести с людьми, которые пока не очень выздоравливают, чтобы не впадать эмоционально в их дефекты, а выбирать главное для эффективного служения. Спасибо за пример смирения и принятия на самой Конференции, в момент представления оргкомитета, в решении вопроса с залом и кондиционером. Спасибо за твою доброжелательность и позитив.

Алла и Ирина, спасибо вам огромное за Кэти. Спасибо за мягкую и честную обратную связь после моего первого выступления о том, что мне надо быть порасслабленнее. И спасибо за Ялту вам, девочки.

Кстати, по этому поводу тоже мне бы хотелось расчистить до конца. Когда выбиралось место проведения Конференции, тогда этот момент был непростым для меня. Мое ощущение было точно таким же, как ощущение многих на Конференции, когда нарушались Правила, выбранные нами же. Попросту говоря, тогда для меня эта картина выглядела так, что сначала был предложен один вариант выбора города, но когда игра пошла по незапланированному сценарию, люди, которые являются нашими лидерами, которые «всего лишь облеченные доверием исполнители и они не приказывают», стали проводить дополнительные мероприятия и искусственно натягивать голосование в свою сторону, то тогда дело для меня было не в месте, куда мы отправимся, а в чистоте процессов и в здоровом поведении. Тогда я ощущала все это манипуляцией и форсированием, а также превышением полномочий (да, сейчас я понимаю, что на самом деле, я не знаю до конца этих полномочий и не сверилась с ними). И даже несмотря на то, что я тоже люблю, когда красиво и тепло, мой внутренний мир сильно сопротивлялся происходящему в то время. Но это наш урок. И я очень благодарна, что мы смогли его пройти как команда. И для меня самой большой победой было делать то, что я считала важным делать, проговаривать, делиться, прояснять. Меня вдохновило, как мы сработали с Леной (Екатеринбург) по презентации – это было круто. И я знала, что я сделала 100 процентов из 100 возможных тогда, а остальное отдала Господу и получила крутой опыт непривязанности к результату. И я очень рада, что дальше каждый из нас снова выбрал для себя участие в этой команде как свой выбор и служил на все 100.

Также участие в Конференции и предыдущей Конвенции научило меня на практике, что дорога в тысячу миль начинается с первого шага, и потом шаг за шагом надо просто продолжать идти и делать все постепенно. Стабильность – залог успеха. Стабильность во встречах еженедельных. Стабильность в служении. Ответственность в выполнении своих обещаний. Постепенное делание маленьких дел. Всё это привело к грандиозному успеху. Мне кажется, теперь я готова участвовать в проектах любого масштаба, после 80 человек мне уже не важно 100, 500 или 800, когда рядом есть команда, когда есть стабильность и ответственность, когда выбраны и сделаны первые шаги, тогда совсем не страшно и все реально.

Спасибо вам всем, девчонки, за доверие мне открывать и закрывать Конференцию. Спасибо за доверие регистрации. Спасибо за все эти 9 месяцев. Спасибо за принятие ваше и за опыт.
Удачи вам всем и душевного покоя.

Светлана, Уфа: Выражаю свою благодарность за совместную работу в прекрасной команде, которая «родила» достойную Конференцию. Благодарю вас всех и каждого в отдельности за прекрасное служение, за труд, талант и вдохновение, за энергию и время, за тепло и понимание. Сожалею, что не довелось дойти с вами до конца. Из-за этого есть чувство вины и неудовлетворенности. Но на это были объективные причины. Главное, что я попала все-таки в Ялту и была свидетелем яркого, четкого и слаженного События.

С любовью в служении,
Оргкомитет по подготовке Первой Всероссийской конференции

Отзыв о Конференции.

Я член Нар-Анона из маленького периферийного города. Я была впервые на таком большом событии Нар-Анона. Хотя я понимаю, что Нар-Анону России уже 20 лет, но всё-таки быть участницей Первой Всероссийской конференции – звучит гордо и ответственно.

Мне много дала эта Конференция. Я привезла на свою группу много материала и новостей о жизни Нар-Анона России. Я утвердилась в пользе служения в моём выздоровлении, которую почувствовала на себе. У меня появилось много знакомых среди нарановцев (в том числе Кэти), на этой конференции я нашла себе наставника, и мы уже приступили с ней к работе по Шагам, а не так давно у меня появился первый подопечный, и я впервые посмотрела на такой удивительно красивый уголок России – Крым.

Я благодарна организаторам этой конференции за их большую работу, чтобы нас объединить. Для меня теперь они будут примером в служении. Мне понравилась чёткая работа и дисциплина во время работы конференции. Большое спасибо обеим группам моего города за возможность и честь участвовать в столь важном для развития Нар-Анона России событии. Особая благодарность моей Высшей Силе за то, что я попала в круг.

Ольга, Верхняя Салда,
группа «Феникс»

Есть к чему стремиться...

Сегодня, 21.10.16, делала на собрании группы отчет делегата Первой Всероссийской конференции Нар-Анона. Волновалась, но все получилось благодаря Высшей Силе, служению и опыту впереди идущих членов Нар-Анона. Помогли презентации. Все наглядно, просто и доходчиво.

Вопросов у членов нашей группы много, и это радует. Есть потребность в семинарах по Традициям и Концепциям служения. Группа большая, новичков в месяц до 5 - 7 человек, но остаются единицы. «Старички» не охотно берутся за служение. Но конференция показала, что есть к чему стремиться.

Еще раз благодарю организаторов конференции от себя и членов нашей группы.

Людмила, Екатеринбург,
группа «Радуга»

Мужской взгляд на Первую Всероссийскую Конференцию Нар-Анона.

За этот отчёт я сел в первый же день после возвращения с Первой Всероссийской конференции Нар-Анона. Но уложить мысли на бумагу не получалось. И спустя неделю, понял причину. Переполнявшие эмоции мешали сосредоточиться, оформить смыслы и сделать выводы. Эта конференция стала для меня особенным даром от программы.

Я не хотел здесь упоминать про свою допрограммную реальность, по той причине, что картинки из моего прошлого очень похожи на картинки других членов нашего мужественного содружества. Но и без обозначения прошлого передать свои сегодняшние впечатления тоже не получается. Моя реальность по-другому не передаётся.
К этой конференции я шёл так. Сначала проживал этап почти абсолютной полудетской беспечности. Затем — беспечность сменилась уверенностью, что я полностью управляю не только своей жизнью, но и жизнью всех членов моей семьи. Затем наступил период растерянности. А растерянность сменил хаос и крах надежд.

Четверть века назад я чувствовал себя чуть ли не всемогущим. Мне казалось, что я могу решить всё: организовать любую структуру, руководить людьми и управлять процессами. Я создал пять предприятий, которые имели филиалы в Сибири. Работники в социальном плане были защищены. Я полагал, что имею право на уважение. Я жил не слишком контролируя своё поведение, праздновал получение дипломов, отмечал Новые года с шампанским, засиживался ночами с друзьями, ездил на весенние охоты. А ещё — очень много трудился, уходил на работу, когда дети ещё спали, а возвращался домой, когда они уже спали. И дети незаметно выросли...

А потом один из моих детей стал наркозависимым. И я узнал, что такое ужас. Было полное ощущение, что жизнь закончилась. Считая себя главой семьи, 16 лет я нёс груз вины за происходящее. Наверно, я смотрелся как человек без эмоций, поскольку сам удивлялся тому, что не способен даже плакать. Жалости к себе тоже не было.

Оказалось, что желание жить неразрывно связано со смыслом жизни. А я потерял этот смысл, но не знал, как поступить. Добровольно уйти в мир иной не имею права, потому что не я дал мне жизнь, и я не вправе ею распоряжаться. Уйти из семьи на войну или в тайгу — значит предать жену, оставив её окончательно разбитой... Тупик.

Я перепробовал много методов: связывал сына, пытался его убеждать, увозил в горы и тайгу, где мы с ним попадали в трудные ситуации, рискуя жизнью. Потом в городе я давал ему трудную работу. От работы он не отказывался. Но потом наркомания пожирала не только плоды его знаний и профессий, но и требовала жизнь членов семьи.

Реабцентры, тюрьмы, больницы, следователи, адвокаты, долги, шприцы — казалось, что этому не будет конца. Как-то ночью я сидел около своего дома и думал, как мне дальше жить. Наверно со стороны я был похож на пушкинскую старуху, которая в похожей позе сидела у разбитого корыта... Я шлёпнулся на дно и оказался в ловушке...

А когда некая Сила привела сына в программу, и он стал звонить нам из Москвы и говорить про какие-то собрания и группы, то я всерьёз его восторги не воспринимал. Наверно, моё восприятие информации было сломано. Я разучился верить. Но сын был настойчив и своими рассказами упрямо подталкивал нас с женой на собрания семейных групп Нар-Анона.

Я много видел в жизни собраний и с настороженностью целый год настраивался идти туда. Я боялся, что придётся часами сидеть и, подавляя зевоту, слушать умные речи. Или конспектировать нудные лекции, готовясь к зачётам или экзаменам. Наконец мы собрались и 3 апреля поехали на собрание группы Ал-Анона.

То собрание удивило. Я оказался как во сне. Это был странный, но привлекательный мир. Здесь болезнь не считали пороком, служение стояло выше властвования, здесь пожертвования были добровольными, а высказывания — искренними. И там я ощутил, как глубоко наркомания поразила и меня, отключив мои чувства.

В течение месяца я посетил собрания всех групп в Таганроге, потом побывал на собрании группы в Ростове. Уехал в Москву, где посетил много групп Нар-Анона. И я обнаружил, что во всех группах, где я был, на десять женщин, как правило, приходится один мужчина, в лучшем случае — два... На группе «Луна» мне повезло найти своего наставника.

Присутствуя на собраниях «женских» групп, я чувствовал себя не совсем в своей «тарелке», особенно поначалу. Высказывания там были, естественно, женскими. Показалось странным, что даже в Москве мужских групп нет. Тогда я открыл группу «для себя» по аналогии с единственной в стране ленинградской мужской группой Николая С.

А потом сын (моя странная Высшая Сила) подтолкнул меня к решению ехать на Первую Всероссийскую конференцию Нар-Анон. Сомнений хватало и забот было немерено: всего полгода в программе, за машину ещё не рассчитался, дом не достроен, пасеки не обслужены, а зима на носу... Не знал сначала, как сказать о своём решении жене. Но жену долго уговаривать не пришлось, она в программу влюбилась по полной и тоже загорелась идеей побывать на конференции. Тем более, что сын продолжал капать на мозги, мол, чего долго раздумывать: сели и поехали, хоть в Крыму побываете, получите там такой заряд энергии! Да и новые знакомства приобретете. Ну мы и поехали...

И теперь благодарим Высшую Силу, оргкомитет и сына за незабываемый дар — за Крым, за прекрасное море, за гостиницу с русскими мелодиями и четырьмя бассейнами. Но главное — это за саму конференцию, которую члены оргкомитета готовили более года. Мы увидели образец служения и передачи опыта.

Было приятно увидеть на группе сибирских земляков — кемеровчан, томичей, «отряд» из Красноярска, познакомиться с Василисой из Владивостока, Галину московскую послушать... Очень полезно для нашей молодой группы было узнать финансовую составляющую содружества и этой первой конференции. Предлагаю на следующей конференции сделать возможным вносить пожертвования по Седьмой Традиции в течение всей конференции. Как я понял, такой опыт уже имеется на Всемирной конференции обслуживания.

Спасибо всем участникам «ночных» групп, где мне показали, что чтение нескольких страниц по теме не запутывает, как я раньше считал, а напротив, помогает легче формировать смысл высказывания. Спасибо, что доверили послужить ведущим как новичка Нар-Анона и единственного мужика.

Невозможно не благодарить тех, кто это организовал, и тех, кто три дня служил на технических постах. Особенно впечатлила работа переводчицы Лены, протокольной группы и наших надёжных фасилитаторов, удерживающих рабочий процесс. Спасибо вам: Кэти, Галина, Нина, Алла, Ирина 1, Ирина 2, Ирина 3. Как вас всех перечислить?! Спасибо тем, кто работает над российским ежедневником «Времена года». Когда читаешь его, есть ощущение, что истории в нём не заокеанские. Здорово, что в этом всемирном хоре слышен и наш голос. Нар-Анон больше не будет восприниматься как «чисто американская программа». Только там пока нет мужских историй.

Наверное, главным для меня стало то, что Нар-Анон из какого-то виртуального института в моём представлении превратился в реальное, одухотворённое, творческое и живое содружество мужественных людей. Одно меня немного всё-таки смущало — я опять оказался в этом «малиннике» единственным мужчиной. А второй «фишкой» стало то, что на конференции я обнаружил в себе способность плакать... Конечно, смешно, конечно, немного стыдно, но что тут поделаешь... И сейчас у меня большое желание помочь тем мужчинам, которые находятся в сходной с моей жизненной ситуации, прийти на собрания в своих городах, открыть у себя мужские группы, добавить в российский ежедневник свои истории и опыт. Мужики, пишите, не стесняйтесь на мою почту troitzkoe-7514@mail.ru. Сначала можно будет договориться о мужской скайп-группе, где можно будет делиться и опытом, и предложениями, и обрести надежду, что наркомания больше не будет управлять нами. А значит, в наших семьях будет не хаос, суета и мрак, а порядок, спокойствие и тепло. Глядишь, на следующей конференции в нашем полку будет пополнение.

Владимир, Таганрог
(Кемерово - Сургут),
группа «Отцы наркоманов»

Спасибо за служение.

Я хочу рассказать о Валентине, несущей в Московском комитете обслуживания (МКО) служение по доставке в регионы литературы, одобренной конференцией (ЛОК) Нар-Анона.

Я несу такое же служение в Региональном комитете обслуживания (РКО) Башкортостана и начинала его с опаской, плохо представляя себе список ЛОК и цены на неё. Мне было трудно разобраться в информационных письмах, процедура заказа книг казалась запутанной, а пересылка долгой. Теперь благодаря Вале, я получаю удовольствие от этой работы и узнаю много полезного.

Фактически заказ литературы для групп регионов происходит очень просто – в любой момент можно позвонить Вале и сделать заказ или получить консультацию, информацию о новинках. Изменения в заказ можно внести тоже по телефону. Валя всегда на связи и перезвонит, если пропустила вызов. Она поможет скомпоновать заказ, когда нужной книги нет в наличии, и посоветует, что выбрать, если маловато денег. Работа нелегкая: только за лето мы трижды заказывали литературу, да и посылки бывают тяжелые, по 10 кг. Литература хранится у нее дома, она компонует посылки, на личном автомобиле доставляет их на почту и на собрания МКО, где представители групп по обслуживанию (ППГО) отправляют их своим группам-побратимам. Высылаются посылки незамедлительно (каждые выходные, а по просьбе – и чаще), через неделю с момента заказа уже получаем. Валя помогает отслеживать нахождение посылки в пути, советует, какой транспортной компанией воспользоваться, чтобы пересылка была дешевле, не забывает напомнить, что для новой группы пересылка первого заказа бесплатная.

Она приветлива и доброжелательна, так что с ней хочется общаться не только по служению. Был случай, когда мы закупали литературу ко дню рождения группы, и посылка пришла уже в день праздника. Конечно, был цейтнот. Валя висела на телефоне, узнавая, что посылка уже в Уфе, потом на сортировке, и, наконец, в нужном отделении связи. Этим она сэкономила мое драгоценное время, мне не пришлось мотаться по городу, и оказала моральную поддержку – я сохраняла спокойствие, понимая, что рядом со мной друг и профессионал. Спасибо Вале за служение.

Ольга, Уфа, группа «Надежда»

Как здорово, что мы вместе собрались!

Семейные группы Нар-Анона (СГН) в России существуют 20 лет. И в этот юбилейный год мы собрались со всех уголков России на Первую Всероссийскую конференцию в Ялте 6-9 октября 2016 г. Мы долго шли к этому событию. Теперь СГН в России не чувствуют себя одинокими.

Вместе мы все можем. Именно это продемонстрировала четкая организация и дружеская атмосфера конференции. Не смотря на большую и очень насыщенную программу конференции, мы все успели. И это благодаря подготовленным фасилитаторам конференции, которые умело вели обсуждение. Часто разгорались жаркие споры, и желающих высказаться «за» или «против» какого-то конкретного предложения было больше, чем установлено по Правилам Роберта.

Хочется поблагодарить протокольную группу за хорошую работу. Со всеми материалами конференции вы можете ознакомиться по ссылке: **https://yadi.sk/d/5hGS7zU6weHx3** Было очень приятно, что изъявили желание нести служение в восьми Всероссийских комитетах обслуживания новые члены – участники конференции и те, кто остался дома. Все национальные структуры обслуживания имеют одну цель: помогать СГН России. С помощью Высшей Силы и тех членов Нар-Анона, которые несут добровольное служение, Нар-Анон России растет и развивается. И весть, которую мы несем тем, кто еще страдает от страшной болезни НАРКОМАНИЯ близкого человека, будет услышана во всех уголках России. Весть о том, что Нар-Анон предлагает помощь и надежду. Вместе мы ШАГаем дальше!

Галина, Москва,
группа «Возрождение»

Счастье, что всей этой силы частица.

Скажу сразу, что в Ялту на Первую Всероссийскую конференцию меня лично никто не приглашал, и уж конечно никто не наделял меня такими полномочиями – я поехала туда сама, как говорится, по велению сердца.

Ну а если быть совсем честной, то еще где-то в феврале на собрании группы «Возрождение» узнала от Галины, одного из старейших членов Нар-Анон, что в принципе поехать на конференцию может любой. Были бы деньги. В тот же вечер я рассказала об этом своей дочери, а та, недолго думая, купила мне билеты на самолет, на эти самые числа, правда, обратно почти с недельной задержкой, чтобы я смогла там еще и отдохнуть. Таким образом, у меня было месяцев девять на сборы. Хотя какие там особые сборы: взяла свою привычную дорожную сумку да полетела.

В аэропорту Симферополя дождалась трансфера, как мне объяснили по телефону отеля «Ялта-Интурист», это будет микроавтобус белого цвета с розовым сердечком. Не увидеть его было невозможно, тем более что к назначенному времени их подошло сразу два. Я уютно разместилась во втором. Погода в тот день, 5 октября, была почти, как в Москве, –прохладная и дождливая, что меня хоть и не радовало – все-таки ехала к югу и солнцу, а тут… однако радужного настроения не испортило. И я с удовольствием смотрела в окно, наслаждаясь щедрой южной природой. Свободных мест в автобусе не было, на соседних сиденьях сидели женщины, которые, как и я, по мере продвижения к ЮБК (южному берегу Крыма), освобождались от теплых вещей – шапок, шарфов, перчаток – южное солнце все же давало о себе знать. Мои попутчицы весело щебетали о чем-то своем, я к ним особо не прислушивалась, но вдруг до моего слуха долетело: «И вот возвращаюсь я с группы…» Я обернулась и с улыбкой спросила: «Никак на конференцию Нар-Анона едете?» – «А вы как узнали?» – смутились они. – «Да вот пароль услышала», – засмеялась я. – «Какой же?» – опять обратились они с вопросом. – «Группа!» – ответила я, и мы все дружно рассмеялись.

Как выяснилось, это были мои анонимные сестры из Сибири. Потом мы неоднократно встречались с ними в гостинице, на улице и конечно же на конференции. Одна из них – Валентина из Томска оказалась одной из самых активных организаторов этого замечательного мероприятия.

Я не случайно назвала Первую Всероссийскую конференцию замечательной, потому что бывать на всевозможных подобных мероприятиях мне приходится часто. И надо сказать, что эта ничем не отличается от тех, что проходят на самом высшем уровне. Нельзя было не заметить блестящую подготовку нашего исторического собрания. Во-первых, очень удачно выбран город Ялта в качестве места проведения конференции, во-вторых, достаточно удобная и респектабельная гостиница Интурист, а, в-третьих, – хорошее время года, что только добавляет несомненные плюсы. Октябрь в Крыму редко бывает ненастным. Вот и в дни конференции температура застыла на двадцатиградусной отметке и такой же была вода в Черном море, что позволяло купаться даже рано утром.

Правда, участникам конференции наслаждаться этими плюсами не позволял регламент. Он был очень жестким – заседали три дня с раннего утра и до позднего вечера с часовым перерывом на обед и еще небольшими перерывчиками в течение рабочего дня. Но уставшими или изможденными никто не был, до позднего вечера наших неутомимых тружениц можно было видеть в парке отеля, в бассейне, на набережной. Все красивые, веселые, энергичные.

Хотя, признаюсь, меня больше всего поразил не столько внешний вид, сколько интеллектуальный потенциал участниц (на конференции присутствовал только один мужчина, но, кажется, ко второму дню подъехали еще двое крымчан мужеского пола), их грамотные доклады и выступления. Профессионально сформирована и папка делегата, которая, на мой взгляд, достойна войти в летопись семейных групп Нар-Анон в России. За эти три сложных дня удалось даже провести две ночных группы, чему я была безмерно рада. Впервые удалось послушать тех, кто живет в разных регионах, лично познакомиться с каждым, обменяться телефонами, электронками, скайпами, узнать о их жизни, что-то почерпнуть из их опыта. К счастью, на одной из групп я встретила человека, принесшего мне первую весть о Нар-Аноне, которая меня тогда сразу чем-то зацепила. Это Лариса из подмосковного Ступино. Наконец-то я, уж и не надеясь на это, смогла лично поблагодарить ее за оказанную мне услугу, которая поистине оказалась для меня бесценной.

Запомнились группа делегаток из Красноярска, Василиса из Владивостока, супруги Владимир и Надежда из Таганрога и еще целый сонм сестер, которые, сами того не подозревая, порой, одним словом, взглядом, прикосновением смогли обогреть мою больную душу, сказать именно те самые слова, которые мне в тот момент так важно было услышать. Все-таки наши нараноновские группы – это великая вещь!

А на четвертый день, когда все делегаты должны были разъезжаться по домам, на дообеденное время был назначен так называемый Духовный завтрак, который тоже был организован самым лучшим образом. На нем выступила Кэти – наша гостья из США, исполнительный директор Всемирного центра обслуживания, с двадцатилетним сроком выздоровления. Много ценных советов удалось почерпнуть из ее выступления, взять из первых рук то, чего не прочтешь ни в одной книге. Очень искренне говорила она о своей семье, своих переживаниях в связи с многолетней зависимостью мужа, о детях, которых в Америке намеренно вовлекают в проблему семьи, в каком бы юном возрасте они не находились, о том, какая обстановка царит в американском содружестве. Мы, например, узнали,

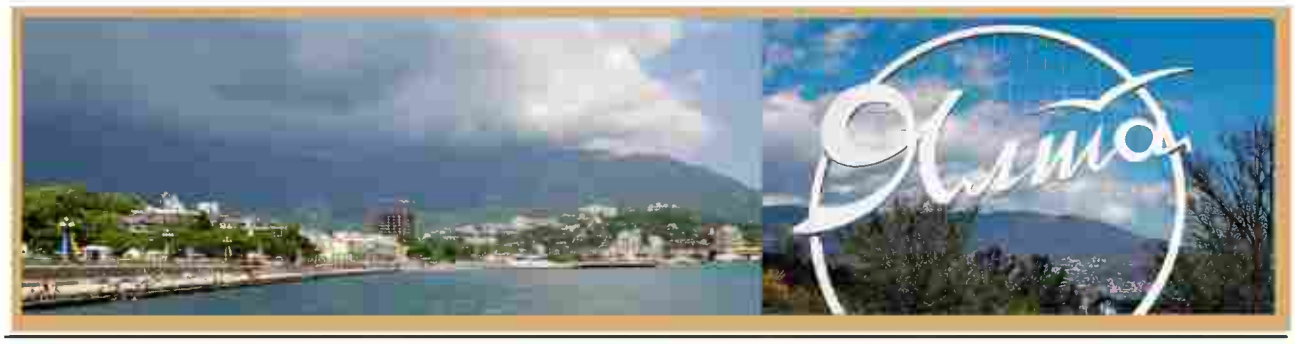
что на своих собраниях они представляются только по имени, не называя проблему, ставшую причиной недуга.
И еще в тот завершающий день прошли две прекрасных спикерских. Их провели москвичка Нина и Ольга из Омска, кстати она была одной из тех самых моих попутчиц по дороге из аэропорта Симферополя в Ялту, а тут я узнала от нее, что она уже десять лет в программе. Очень поучительными стали ее слова: «Когда мне плохо – мне нужна группа. Когда мне хорошо – я нужна группе». Меня она убедила еще и в том, что надо как можно чаще ходить на собрания группы, особенно, когда твой любимый зависимый не выздоравливает. «Я хожу на собрания группы, несмотря на погоду, – заметила Ольга, – ведь наркоман употребляет в любую погоду».
...Наверное, впервые за долгое, долгое время я во всей полноте почувствовала себя частью большой дружной семьи, где не надо, по выражению Кэти, «надевать лицо», когда выходишь на люди, где можно быть до конца честной и искренней, не боясь что кто-то нехороший узнает всю твою правду и тебе от этого вновь станет очень больно.

Надежда, Москва,
группа «Возрождение»

Спасибо за опыт!

Мне тяжело что-то писать, так как пока не с чем сравнить: я первый раз участвовала в подобном мероприятии. А, в общем, все понравилось, много что для себя вынесла нового.
«Мы вместе, и мы ШАГаем дальше!»
Спасибо за организацию и опыт!

Ирина, Пушкино,
группа «Созвездие»



Содружество в действии!

Дорогие члены Нар-Анона!
Мне очень повезло, что у меня была возможность приехать в Ялту – прекрасный приморский город в Крыму, и принять участие в Первой Всероссийской конференции Нар-Анона. А для многочисленных российских членов Нар-Анона конференция в Ялте стала началом их собственного пути к тому, чтобы стать активными членами содружества и сформировать эффективные местные структуры обслуживания. В будущем это обеспечит успех национальной структуры обслуживания и поможет многим членам Нар- Анона по всей стране.
Этой осенью Нар-Анон России отмечает 20 лет с момента открытия первой семейной группы. За эти годы он стал поистине общенациональным содружеством, объединяющим людей разного возраста и разных профессий от Москвы до Владивостока, что на тихоокеанском побережье, включая такие сибирские города, как Томск и Красноярск, а также большие и малые города европейской части России.
Всего в конференции участвовали 60 делегатов с правом голоса: делегаты от групп, члены Совета попечителей и председатели Всероссийских комитетов обслуживания. По всей России сегодня насчитывается 115 групп и 9 местных комитетов обслуживания. В повестке дня было множество вопросов, в том числе делегаты всемирных конференций обслуживания (ВКО) рассказывали и о своей поездке на «ВКО 2016», и о своей работе в составе различных комитетов.
Конференция без сомнения удалась. Очень возбужденно обсуждались предложения, внесенные на рассмотрение конференции и поправки к ним, были представлены презентации комитетов и их отчеты о работе за два года. Все эти результаты делегаты передадут членам своих групп, когда вернутся в области и регионы, и это даст положительные результаты для всего содружества России. Делегаты чувствовали признательность, что темы, столь важные и волнующие их, были услышаны и прекрасно отражены в повестке конференции, и выражены в ее лозунге «Мы вместе, и мы ШАГаем дальше!». Мне особенно приятно было увидеть среди делегатов множество молодых участников, которые готовы разделять и дальше нести идеи Нар-Анона, делясь своей верой и энтузиазмом для развития содружества. Это – залог того успеха, что весть о Нар-Аноне дойдет до тех, кто по-прежнему страдает и нуждается в помощи.
Я очень благодарна российским членам Нар-Анона за приглашение на эту прекрасную конференцию. Особенно хочется отметить огромную работу, проделанную комитетом по организации конференции. Это не осталось незамеченным многими участниками и делегатами, и непременно станет стимулом и примером для несения служения в Нар-Аноне. Я с нетерпением жду, что Нар-Анон России будет развиваться и в дальнейшем, и мы вместе пойдем по этому пути.

Кэйти К. –
исполнительный директор
Всемирного центра обслуживания

"**Надежда есть**" - газета Российского Нар-Анона - анонимного содружества родственников и друзей наркоманов.
№7 30.12.2016г.

E-mail: **gazeta_naranon@mail.ru**
Присылайте свои статьи и личные истории!

Над выпуском работали:
Светлана (Тверь), Галина (Москва), Ирина (Москва), Валентина (Томск).

Мы благодарим всех, кто принял участие в работе над этим номером и предоставил свои материалы!