

Ми — Анонімні Алкоголіки...

Проблема алкоголізму — одна з найстаріших в історії людства. Зараз важко знайти сім'ю, якої б ця проблема не торкнулася.

Всесвітня асоціація лікарів визнала, що алкоголізм — це хвороба, і хвороба, що прогресує. Від неї не можна вилікуватися, але зупинити її розвиток — можна.

Ми вважаємо, що немає нічого ганебного в тому, що людина опинилася враженою хворобою. Треба лише не запускати її. Ми також переконалися, що особливого вибору у алкоголіків немає. Якщо вони не припиняють пити, то хвороба прогресує — і майже напевно приведе їх на саме дно: до в'язниці, у лікарні та інші заклади, а то й передчасно зведе в могилу.

Єдиний порятунок — це повністю припинити пити.

Ніхто не повинен переконувати Вас в тому, що Ви алкоголік. Ніхто — ані чоловіки, ані дружини. Ані діти, ані батьки. Ані священники, ані лікарі. Переконалися в своєму алкоголізмі Ви можете тільки самі!

Про перші і безпомилкові ознаки хвороби Ви можете самі дізнатися з літератури. Про це написано дуже багато. Ми вважаємо, що розпізнати в собі хворобу із страшною назвою «алкоголізм» здатний кожен алкоголік, що п'є.

Для цієї недуги характерні не тільки фізичні, але і соціальні симптоми і вияви. Це — і сімейні скандали, розлучення, і втрата роботи і пошани друзів і близьких... Розбите здоров'я. Не кажучи вже про злочини, в'язниці — і, врешті, передчасну смерть...

Багато хто з нас ще до того, як кинув пити, на власному досвіді переконався, що примусова тверезість — це річ малоприємна. Декому з нас вдавалося не пити по декілька днів, місяців і навіть років. Але ми відчували себе мучениками. Радості така стриманість не приносила. У відносинах з рідними і оточуючими ми виявляли дратівливість. Ми вперто вважали, що кинути пити досить легко. Проте вести тверезий спосіб життя — день у день залишаючись тверезими і розсудливими — достатньо непросто. Нашої сили волі виявлялося мало, коли справа торкалася утримання від алкоголю.

Для того, щоб кинути пити, у даний час існує величезне число різноманітних методів.

Не заперечуючи їхню дієвість, ми дійшли висновку, що ці методи вирішують завдання лише тимчасового зняття фізичної тяги до алкоголю. Навчитися тверезо мислити, спілкуватися з оточуючими — ось головна умова тверезого життя. Допомогти цьому покликана програма одужання «12 Кроків» Анонімних Алкоголіків (АА).

Наша Співдружність АА зародилася в США в 1935 року. Щойно минули роки Великої Депресії. В країні була безліч знедолених, зубожілих людей, що спивалися від безпросвітнього життя. Приблизно так само, як і в нинішній Україні. Алкоголь не щадив нікого — ані чоловіків, ані жінок, ані молодят, ані старих. Не милує нікого він і зараз.

Програма «12 Кроків» стала порятунком для багатьох і багатьох. Люди поступово повірили в програму...

Ми знаємо, що алкоголь поширений повсюди. Немає на Землі такого куточка, такої країни, такого міста або селища, де б не був присутній алкоголь. Люди п'ють вдень і вночі. У свята і в будні. Від радості і з горя. Для хоробрості або просто так хочеться. П'ють — і ... перетворюються на алкоголіків, заробляючи собі страшну, невиліковну і прогресуючу хворобу.

Ми не знаємо механізмів захворювання. Ми не знаємо, як у людини нормальної, здорової і гідної починається нестерпна і нестримна тяга до випивки.

Проте ми знаємо, що перебіг хвороби можна зупинити. Можна залишатися тверезим довгими роками. Не торкаючись до випивки, вести повноцінне, цікаве і щасливе життя. Ми дізналися про це і переконалися в цьому на власному досвіді тут, у русі Анонімних Алкоголіків.

Сьогодні Співдружність АА налічує мільйони тверезих і розсудливих людей — учасників руху у всіх куточках планети.

Співдружність АА не пов'язана з жодною сектою, релігією, організацією або установою, політичною течією або партією. Ми не ведемо жодних дискусій з яких би то не було питань, що не стосуються нашої хвороби.

Єдиною умовою для членства є **БАЖАННЯ КИНУТИ ПИТИ**. Ніяких інших умов не існує. Ми кажемо: «Ви є учасником Руху АА, ЯКЩО САМІ ЗАЯВЛЯЄТЕ про ЦЕ!». Коли і як часто відвідувати збори АА — залежить тільки від Вашої волі і бажання.

Анонімні Алкоголіки — це в жодному разі не занудні, поглинені своєю хворобою люди, не особистості, що опустилися, брудні, неголені, небезпечні, що лаються. Хоча колись багато хто з нас такими і були.

Все це — у минулому! Наші друзі, родичі і знайомі бачать і знають нас, як нормальних, цікавих, спокійних і розсудливих людей. Вони знають і бачать, як весело і захоплююче ми вміємо відпочивати на наших святах, як ми можемо жити повнокровним і цікавим життям без Зеленого Змія.

Авжеж, ми пам'ятаємо, якими ми були до приходу в АА.

Такого нам ніколи не забути!

Сьогодні у багатьох сім'ях Анонімних Алкоголіків відновилися мир і згода. Багато хто знайшов без перебільшення по-справжньому нове життя! Ми не одні в Україні і в світі. До нас приїжджають наші друзі з інших міст і країн. Ми проводимо щорічні Форуми.

10 червня кожного року відзначається, як «День заснування Руху Анонімних Алкоголіків». Цього року нам виконуються вже 70 років. За цей час проведено багато сотень тисяч зборів. Мільйони людей позбулися від марення алкогольного психозу!!!

Якщо вам важко або вже навіть неможливо керувати своїм життям, якщо Вами править алкоголь, якщо Вам набридли нескінченні скандали вдома і на роботі — приходьте. Ми не зробимо Вас мільйонером, ми поділимося з Вами нашим особистим досвідом, ЯК НАМ, АЛКОГОЛІКАМ (!), ВДАЄТЬСЯ НЕ ПИТИ.

Ніхто не має право наполягати на Ваших відвідинах або невідвідуванні зборів. Участь в роботі АА ні на кого не накладає ніяких зобов'язань.

Нам байдуже, хто Ви і що зробили. Список Ваших гріхів може бути довжиною в кілометр — нас це не лякає.

У нас нема списку учасників нашого руху. Ми не ведемо обліку відвідин зборів. Ми піклуємося про анонімність наших членів, як про свою власну! А так воно і є насправді!

Наші збори проходять у формі вільних бесід-розповідей членів співдружності про свій власний, особистий досвід подолання тяги до алкоголю — розповідей про те, як нам вдається вирішувати труднощі, що виникають з оточуючими, долати прикрощі на роботі і вдома. Ви, напевно, спитаєте: «Так це навчання?» Так! Ми вчимося! Ми вчимося тверезому життю. Ми знаходимо в собі сили змінити своє ставлення до алкоголю. І це у нас виходить.

Так хто ж веде збори? Хто керує нами?

В співдружності АА немає керівників. Ніхто не може бути виключений з Руху АА або підданий якому б не було покаранню. У нас немає ні вступних, ані членських внесків. Нашу літературу (у тому числі і цей текст, який Ви зараз тримаєте в руках) ми видаємо і придбаємо на свої власні невеликі кошти.

Всупереч поширеній помилці, ми не вчимо «культурно пити». Ми вважаємо, що сама природа нашої хвороби така, що в нас це просто ніколи не вийде.

Наша головна мета — самим залишатися тверезими і допомагати іншим алкоголікам зберігати розсудливість і вести тверезий спосіб життя!

В Україні Співдружність АА зародилася у лютому 1989 року. Ось уже 16 років багато чоловіків і жінок спочатку з побоюванням, а потім все сміливіше і вільніше приходять на збори АА. Програма «12 Кроків» стає справжнім порятунком для багатьох і багатьох з нас.

Адже членом Співдружності АА може стати будь-яка людина, що хоче позбутися від болісного марення — алкогольної залежності.

Ми — Анонімні Алкоголіки...

Про роботу груп і літературу ви можете дізнатися в офісі нашого **Центру Обслуговування працює з вівторка по четвер з 10:00 до 16:00**, E-mail – aa.ua.gso@gmail.com

Телефони:

+38-096-527-87-52(Київстар)

+ 38-099-928-93-78 (МТС)

Поштова адреса Центру:

Український Центр Обслуговування груп АА
Адреса – 36023, м.Полтава, вул.Героїв АТО, 116/1