



# НАДЕЖДА ЕСТЬ!

октябрь 2012г.

“ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ НЕ ТОЛЬКО ВОЗМОЖНЫ, ОНИ НЕИЗБЕЖНЫ”. М.Эрикссон

## СПЕЦИАЛЬНЫЙ ВЫПУСК:

### ПЕРВАЯ РЕГИОНАЛЬНАЯ КОНВЕНЦИЯ РОССИЙСКОГО НАР-АНОНА: КАК ЭТО БЫЛО...

#### Дорогие друзья!

Этот выпуск нашей газеты полностью посвящен прошедшей недавно в Москве ПЕРВОЙ региональной конвенции Нар-Анона в России! Мы все, и участники, и организаторы, и гости конвенции,

находимся под большим впечатлением от этого масштабного мероприятия, от новых возможностей, которое оно нам открыло, от нового ощущения духовности, единения и эмоционального подъема! И мы очень хотим поделиться всем этим со всеми вами, а заодно и еще раз вспомнить, как это было, ведь так

хочется вновь очутиться там. Надеемся, что у тех из нас, кто был на этой конвенции, этот выпуск газеты вновь оживит те прекрасные воспоминания, а у тех из нас, кому не удалось на ней побывать, появится возможность осуществить это на страницах нашей газеты. Итак, в путь!

#### День накануне конвенции.

Наверное самым волнительным был день накануне конвенции. Поскольку Кэти и Карен, представители американского Нар-Анона, были уже в Москве, было принято решение пригласить их на одну из городских групп в качестве спикеров. Выбор пал на группу в Сокольниках, там в прекрасной обстановке зеленого парка на территории храма святителя Тихона Задонского (где обычно проходит группа) нам выделили большое помещение актового зала, хотя мы и боялись, что на спикерскую придет не больше обычных 10-15 человек, и Карен с Кэти мы об этом предупредили. Каково же было наше всеобщее удивление, а особенно удивление гостей, когда на группу пришло семьдесят шесть человек! Карен потом нам рассказала, что она специально посчитала количество присутствующих нараноновцев, настолько ее это поразило!

К счастью, мест как раз всем хватило (спасибо организаторам группы) и все слушали выступление гостей с большим вниманием. Переводчиками на всех наших мероприятиях были также члены Нар-Анона, Маша и две Иры. Вот какое у нас богатое содружество. Девчонки поработали на славу! Большое им всем спасибо!

В этот день основным спикером была Кэти.

Она рассказала о том, как попала в программу, а было это уже двадцать лет назад. Рассказала о том, какие трудности у нее были с принятием факта болезни близкого человека и особенно об отрицании своей собственной болезни. Слушать ее спикерскую было просто поразительно! Казалось бы, нас разделяет пропасть, океан, это другая половина земного шара! И неужели мы все так похожи! Неужели эта проблема не только у нас, не только в моей семье, не только в моем городе... К сожалению, да. - проблема эта действительно всемирного масштаба, но и возможность выздоровления - она тоже всемирная! Где бы ты ни находился, от проблемы не убежишь, но где бы ты ни находился, если там есть Нар-Анон, ты можешь выздороветь! Сейчас Нар-Анон стал поистине всемирным содружеством, мы есть во многих странах мира, и Россия - одна из них.

После того как Кэти закончила свою историю, посыпались вопросы из зала. А их было множество. И о том как проходят группы в Америке, и о том что делать, если близкий человек сорвался, и о том как Кэти понимает Высшую Силу. Вопросы казалось никогда не закончатся... Но вот пришло время закрывать собрание, мы все встали в круг

и прочитали молитву об умиротворении. Это был очень трогательный момент! Ведь нас было так много!

Дальше началось чаепитие, которое устроили организаторы группы, и оно превзошло все наши ожидания! Там были и домашние пироги, и конфеты, и пирожные... Столы просто ломились от разных вкусов! И все мы очень оживленно общались, обнимались, улыбались, радовались, подходили к нашим гостям, разговаривали с ними. И не важно, что не все знали английского, а переводчика иногда рядом не оказывалось. Оказалось, что язык нараноновской дружбы не нуждается ни в каком переводе!

Хочется сказать отдельное спасибо экскурсоводу Нине, которая весь этот день провела с нашими гостями, показала им Москву и ее достопримечательности, а вечером отвезла Карен и Кэти в гостиницу, где у них оставалось совсем немного времени, чтобы отдохнуть и набраться сил для самого главного. Ведь на завтра предстояло открытие конвенции - день первый...

#### Конвенция. День Первый.

Прежде всего мы хотим выразить нашу огромную благодарность всем членам Анонимных Наркоманов, которые в духе сотрудничества, пригласили нас, Нар-Анон, принять участие в Двадцать Восьмой Европейской Конвенции АН, проводимой в этом году в Москве.

Именно благодаря нашему сотрудничеству с АН и их поддержке состоялась эта наша первая российская нар-аноновская конвенция, которую с полным правом можно назвать международной, потому что многие спикерские и презентации проводили именно наши гости из Америки - Карен и Кэти, а они не просто гости из американского Нар-Анона. Карен и Кэти имеют служения во Всемирном Центре Обслуживания Нар-Анона (сокращенно ВЦО). Карен - вице-президент совета попечителей. Кэти - исполнительный директор ВЦО.

Все, что мы будем тут говорить, произошло на самом деле, хотя сейчас в это уже трудно поверить, настолько все это ново, необычно, масштабно и интересно! Но, обо всем по порядку.

Официальное открытие нар-аноновских мероприятий было запланировано на двенадцать часов дня, но мы, организаторы конвенции, приехали на место уже к десяти утра. Дел, которые надо было успеть сделать, казалось немислимое количество. И разложить буклеты, и книги, и брошюры. И найти место для стенда с нашим плакатом, ведь нам хотелось разместить его у самого входа в комплекс Дружба, где это все происходило, чтобы все, кто хотел нас найти, могли это без труда сделать. С этой же целью мы набрали целую группу добровольцев, кто взял на себя служение расклеивать по огромному комплексу Дружба стрелки-указатели на презентацию Нар-Анона. Кстати, делали мы это не зря. Чуть позже к нам подходили люди и говорили,

что именно благодаря плакатам и стрелкам они узнали, что на той конвенции представлен и Нар-Анон. Были и такие случаи, что зависимые сами, увидев эти стрелки, говорили своим родственникам сходить на презентацию Нар-Анона. Вот такие чудеса!

Но вернемся к нашему рассказу. Помимо команды добровольцев-расклеивщиков потребовались также отдельные добровольцы на служение регистрации гостей, которых было очень много. Все это время чайханщица Анна со своими помощниками спешила организовать столы для предстоящих чаепитий, которые по своему масштабу больше походили на обеденные перерывы между спикерскими. Так что, хотя наши мероприятия и проходили безостановочно с двенадцати дня до шести вечера, а у организаторов с десяти утра до девяти вечера, но благодаря Анне и ее помощницам мы не валились с ног ни от усталости, ни от голода. Не только мы, но и все те, кто к нам пришел!

К одиннадцати часам подъехали наши гости Карен и Кэти. Увидев сразу на входе наш плакат Нар-Анона, они растрогались до слез. Ведь у них плакат точно такой же, только наш напечатан на русском языке! И это еще раз подчеркивает то, насколько мы всемирны и едины! Сфотографировавшись со всеми нами на фоне плакатов, мы отправились в наш зал готовиться к выступлениям.

Гости все подходили и подходили, и вот в двенадцать часов наш зал был уже полон! Как приятно было видеть так много знакомых лиц всех вместе, объединенных не только одной проблемой, но и одной программой, одной конвенцией! Были также и новички, что конечно очень нас растрогало!

План мероприятий на день был такой: сначала обычная городская группа Нар-Анон по

теме готовящегося к изданию ежедневника Нар-Анон, потом спикерская по Несению Вести, а потом спикерская Карен о личной истории выздоровления.

Спикерская о Несении Вести очень нас всех воодушевила и наполнила желанием помочь нашему содружеству расти и дальше. Полный текст этой спикерской вы сможете прочитать в приложении к этому выпуску. И, пожалуйста, если вы тоже захотите внести свой вклад в развитие нашего содружества, то приходите на собрания московского комитета обслуживания. Давайте будем Нести Весть вместе, ведь так много еще тех, кто все еще страдает, кто пока не нашел путь к нам. И особенно больно, что страдают большинство из них в одиночку, и мы хотим дать этим людям понять, что в Нар-Аноне они никогда не будут одни.

Кстати, один из трогательных моментов - в конце каждого мероприятия на конвенции, когда мы вставали в круг, чтобы зачитать молитву об умиротворении, Карен произносила такие слова: «Пусть этот круг символизирует собой то, что мы никогда не будем одни!» Слова эти настолько меня тронули, что мне очень хочется поделиться ими со всеми нами, и может быть на вашей домашней группе вы тоже будете их повторять перед каждой молитвой об умиротворении...

Итак, первый день конвенции подходил к концу, а силы и энергия только прибавлялись! И уже тогда хотелось, чтобы эта конвенция никогда не закончилась, а наши гости никогда бы не уезжали от нас! Но тем не менее мы позволим событиям идти своим чередом и расскажем вам о том, что было дальше. А дальше был второй день конвенции...

(продолжение на второй странице)

## Конвенция. День Второй.

К началу второго дня конвенции мы уже поняли, что у нас все получилось, а наши страхи оказались просто страхами, не имеющими никакого отношения к реальности. А реальность была такова - на второй день конвенции мы были еще больше воодушевлены, объединены и духовно обогащены.

Программа второго дня была не менее насыщена, чем первого - сначала мы провели спикерскую о Наратине, которую описать словами ну просто невозможно. Мы слушали выступление Карен и все плакали, и Карен тоже плакала, когда рассказывала обо всех тех ужасах, через которые приходится проходить детям, если в их семье есть проблема наркомании. Карен рассказывала нам о том, что для многих этих детей единственным лучиком надежды в их жизни являются группы Наратина, где у них есть возможность почувствовать себя в полной безопасности и где они могут свободно делиться своими проблемами и трудностями жизни с родителем-наркоманом.

Хоть и больно было слушать эту спикерскую, тем не менее она вселила в нас надежду, что в наших силах оказать реальную помощь этим детям,

а не ограничиваться сожалениями о том, какие они несчастные. Тема эта показалась нам настолько актуальной, что мы решили посвятить ей отдельную статью в следующем выпуске газеты, а полный текст спикерской вы можете прочитать уже на страницах этой газеты в приложении.

Следующим мероприятием была спикерская Кэти, где она еще раз рассказала нам историю своего выздоровления и своего прихода в Нар-Анон, а также, откликнувшись на нашу просьбу, Кэти уделила особое внимание двум животрепещущим вопросам - это литература Нар-Анона и нездоровые группы. В следующих выпусках газеты мы обязательно опубликуем и эту спикерскую.

Подходил к концу второй день нашей первой конвенции и завершить его мы решили собранием группы Нар-Анона, а темой для обсуждения была выбрана тема 'Благодарность'! Сколько приятных слов мы услышали в этот день на таком многочисленном собрании группы! Но оказалось, самое приятное ждало нас еще впереди!

После завершения наших нар-аноновских мероприятий мы все отправились на главное

собрание к Анонимным Наркоманам, ведь это была, в первую очередь, их конвенция и их мероприятия проходили параллельно с нашими. Так вот совершенно неожиданно на главном спикерском выступлении Анонимных Наркоманов мы услышали от спикера-выздоровливающей наркоманки слова благодарности в адрес... Нар-Анона. Оказалось, что мать этой девушки ходила в Нар-Анон и в период активного употребления дочери не позволяла себе пособничать этой страшной болезни и проявляла к дочери жесткую любовь... За что спустя много лет выздоравливающая дочь ее и благодарила! Мы все были чрезвычайно удивлены, все это произошло спонтанно и не было никем запланировано. Даже Карен и Кэти сказали, что они впервые слышат, чтобы на конвенции Анонимных Наркоманов сами наркоманы упоминали о Нар-Аноне! Вот такой подарок приготовила нам Высшая Сила в конце второго дня конвенции!

Но это был еще не конец нашей истории. На следующий день было запланировано еще одно посещение городской группы Нар-Анона - группы «Вера», на Красносельской.

## День последний. После конвенции.

В последний четвертый день пребывания наших гостей в Москве решено было пригласить их на еще одну городскую группу, чтобы даже у тех, кто не смог или не успел купить билеты на конвенцию, была возможность приобщиться к опыту наших американских сестер.

Не обошлось тут и без небольшого приключения. Карен и Кэти, отправившиеся с утра на экскурсию вместе с председателем МКО Ириной и переводчицей Машей, позвонили и сказали, что задерживаются. Что нам было делать? Все уже были в сборе, на группу, конечно же, пришло в несколько раз больше людей, чем в обычные дни. Комната была полна до отказа и все с нетерпением ждали гостей.

Тут я вдруг заметила, что в углу комнаты стоит телевизор, а к нему подключен DVD проигрыватель и тут же стоят колонки и розетка рядом есть. Что-то щелкнуло у меня в голове - у меня же с собой есть диск с фильмами про Нар-Анон, которые мы показывали все два дня на конвенции! Почему бы не попробовать показать их и здесь, пока мы ждем наших гостей? Сначала мысль эта показалась мне нереализуемой, но рядом стояла Надежда, в прямом и переносном смысле этого слова и имени. Она предложила спросить у администратора, можем ли мы воспользоваться их техникой. Через одну минуту возле телевизора стояло уже три администратора, которые проверяли все провода и колонки, и вот через пару минут на экране телевизора оказался наш фильм!

Мы сделали объявление, что пока у нас есть свободные полчаса, мы приглашаем всех посмотреть трехсерийный фильм «Мы в Нар-Аноне»! Пока мы смотрели фильм, я не могла поверить своим глазам, потому что для того, чтобы подключить всю технику для трансляции фильма на Конвенции, мне пришлось заранее договариваться и ездить туда три дня подряд с разными проводами и разной техникой, так как каждый раз что-то не подходило, то разъем был не тот, то плеер не подключался, то провод был не подходящий, то телевизор выключался по непонятным причинам... А здесь Высшая Сила будто сама все приготовила, и работающая техника в полном комплекте будто просто стояла и ждала, ну когда же мы приедем... Вот такие чудеса! Кстати, фильм этот можно теперь посмотреть на нашем сайте. Добро пожаловать!

[www.mosnaranon.narod.ru](http://www.mosnaranon.narod.ru)

Когда фильм закончился, как раз приехали Карен, Кэти, Ира и Маша, и группа началась. Карен и Кэти от души поздравили нас с успешным проведением нашей первой конвенции и выразили свое восхищение тем, как здорово мы все организовали, как будто проводим ее уже много лет. Но для нас это был первый раз и он оказался очень удачным! Теперь наша задача сохранить весь этот заряд бодрости и веры в успех, и развивать все те ценные идеи, которыми с нами поделились Карен и Кэти. Как показалось многим из нас, это, в первую очередь, Наратин и Несение Вести, но об этом мы поговорим чуть позже.

Группа проходила в формате вопрос-ответ и у каждого была возможность задать самый интересующий, самый животрепещущий вопрос. Были вопросы о сохранении анонимности, о том как жить, если в семье действующий наркоман, стоит ли ходить супругам на одну и ту же группу, кого больше в американском Нар-Аноне - мужчин или женщин, матерей или жен, что делать если на группу ходит мало людей, как нести весть о содружестве тем, кто еще не знает о нас... Гости подробно и терпеливо отвечали на все вопросы. А мы постараемся осветить некоторые из их ответов на страницах нашей газеты в следующих выпусках.

Но вот группа подошла к концу, и началось самое приятное - мы вручали гостям подарки, открытки, сувениры, мы подходили и обнимались, мы смеялись и плакали, мы приглашали друг друга в гости, мы обменивались контактами и мы решили никогда не терять эту связь, которую нам подарила наша Высшая Сила, потому что без Ее участия все это чудо вряд ли могло бы случиться на самом деле. А ведь это была наша реальность, такая счастливая, такая сказочная, но реальность!

Завершить это радостное повествование хочется благодарственным письмом, которое нам прислали Карен и Кэти вскоре после их возвращения домой. Вот оно, для всех нас, дорогие нараноновцы...

## Ответное письмо от Карен и Кэти всем членам российского Нар-Анона.

«Привет!» - это одно из многих слов, которые мы с Кэти выучили во время нашей удивительной поездки в Россию, в рамках нашего служения по Несению Вести о Нар-Аноне. Здесь мы имели удовольствие посетить Европейскую Конвенцию Анонимных Наркоманов, на которой наше Российское Содружество в духе сотрудничества провело свою ПЕРВУЮ Региональную Конвенцию. Все, что мы можем вам сказать, ребята, - это «ВЫ МОЛОДЦЫ!» Какое же, оказывается, прекрасное сообщество у нас в России!

Мы были зачарованы и заморожены с самого первого момента нашей встречи

в аэропорту и до прощальных обниманий и слезных досвиданий. Сложно описать словами все то, что мы здесь увидели - всю ту любовь, теплоту, чувство единения, преданность служению, открытость и желание узнать новое!

Нам выделили аж троих переводчиков, все они - члены Нар-Анона, и мы им чрезвычайно благодарны. Хотя часто ваши глаза, улыбки, слезы и объятия говорили больше, чем могут передать слова. Мы провели семинары и группы по Наратину, Аутричу (Несение Вести), Служению, Наставничеству и Принципам Программы. Мы знаем, что для многих членов нашего российского

содружества это была их первая конвенция. Большое вам спасибо за гостеприимство, за экскурсии по Москве и по московскому метро! Какой красивый, прекрасный у вас город, а его виды просто захватывают воображение!

Дорогие наши российские друзья! Эта поездка навсегда останется в наших сердцах и мы будем вспоминать о ней всякий раз с теплотой и любовью. Всякий раз до нашей новой встречи! Ведь вы, российские члены Нар-Анона, точно знаете, как нам «Двигаться Вперед».

С преданностью и служением,  
Карен и Кэти

Над выпуском работали:

Ирина А, Ирина Р, Лена, Галина





Меня зовут Карен и я собираюсь рассказать вам о Наратине. И о том, как я начала заниматься Наратином.

Когда я переехала в Северную Калифорнию, там не было Наратина, но там были группы Алатина. И моей дочери тогда было 7 лет и она начала ходить на группы Алатод - это группы для детей от 7 до 12 лет. Я тогда ходила в Ал-Анон, а мой муж посещал АН и АА. Однажды нас пригласили проспикерить всей семьей на одной конвенции. Первой выступала моя дочь, ей тогда было уже 12 лет. И она начала свое высказывание с таких слов: «Мне было всего пять лет, когда я узнала, что мой отец наркоман. Но я не понимала тогда, что у него большая проблема. Моя мать - вот кто казался мне безумным».

Когда я услышала эти слова, это было для меня большим ударом! Я ведь делала все возможное и невозможное ради своих детей, а оказалось, что дочь злится на меня за то, что я проводила так много времени беспокоясь о ее отце.

И тогда я стала узнавать больше о группах Алатина и взяла там служение. Спустя несколько лет моя дочь сказала мне, что хоть в нашей семье и двое детей, но все занимаются только ее братом, потому он тоже стал употреблять наркотики, а о ней, о моей дочери, все словно забыли. Когда я стала работать по шагам, то я начала возмещать ущерб, причиненный моей дочери. И эта программа научила меня, что я не могу изменить того, что случилось в прошлом, но я могу изменить мое поведение в настоящем и в будущем.

Итак я стала заниматься Наратином - я взяла на себя служение наставника Наратина, чтобы помогать этим детям, которые проходят через те же испытания, через которые прошла и моя дочь. Я уже занимаюсь этим несколько лет и я слышу, что дети здесь говорят то же самое, что говорила и моя дочь.

И я так благодарна, что я решила этим заниматься. Вчера я сказала, что это мое самое трудное служение. Так же как, когда на собрание на Нар-Анона приходит новичок, мы чувствуем его боль, так же трудно и мне слышать боль этих детей, и при этом знать, что я бессильна. Но я рядом с ними и они могут со мной поделиться, они знают, что я их услышу. И у них есть возможность общаться с другими детьми, которые их понимают.

Когда я прихожу домой после собрания Наратина, я часто не могу уснуть, потому что я беспокоюсь об этих детях. Но я знаю, что это того стоит. Поэтому если вам когда-нибудь захочется заняться чем-то новым, это прекрасная возможность послужить. Потому что многие из этих детей в итоге окажутся либо здесь, в Нар-Аноне, либо там, в Анонимных Наркоманах. И пусть уж лучше они будут здесь с нами, чем там. Конечно, если они ходят в Наратин, это еще не означает, что они не станут зависимыми. Но мы верим, что лучше уж пусть они многое узнают сейчас, чем узнают слишком поздно.

Для того, чтобы открыть группу Наратина существует специальное руководство. Всегда нужно чтобы было два человека, это могут быть члены Нар-Анона и АН. Если это член АН, то он или она также должен быть и членом Нар-Анона. Причина почему нужно два человека, - это для вашей собственной безопасности. Потому что многие из этих детей живут в семьях с насилием. Поэтому нужно два человека, чтобы никто из них не мог сказать, что вы ему что-нибудь сделали.

Наставник Наратина должен получить специальный сертификат. Это делается для того, чтобы обеспечить безопасность членов и наставников Наратина и содружества Нар-Анон в целом. Но в разных странах это все проверяется по-разному. Это одна из сложностей, с которыми мы сталкиваемся.

Каждый регион самостоятельно устанавливает порядок выдачи сертификатов будущим наставникам Наратина. В каждой стране есть своя процедура. В Иране - свой порядок, в ЮАР - свой. Российскому региону нужно будет совместно в ВЦО Наратина разработать вашу собственную инструкцию по получению сертификатов. У нас даже в разных штатах эти порядки различаются. Все зависит от того, где вы живете. Поэтому мы не можем дать вам единое универсальное руководство для всего мира. Ведь мы имеем дело с детьми. Это также как в образовательной сфере в каждой стране есть свои особенности. Но мы поможем вам разработать ваше руководство.

Есть некоторые общие принципы, которые едины для всех. Они обеспечивают безопасность как детей, так и наставников. И защищают содружества Наратина и Нар-Анона в целом: вы должны быть старше 21 года; вы должны быть членом Нар-Анона не менее полугода; не иметь криминального прошлого; не иметь серьезных умственных отклонений, которые могли бы привести к причинению вреда детям; не состоять на учете ни в одной организации, занимающейся защитой

прав детей; все наставники Наратина должны быть зарегистрированы в ВЦО.

Если все требования выполнены и вы нашли двух человек, тогда вам нам надо найти помещение, где будут проходить группы. Мы предлагаем найти такое место, где бы одновременно с группой Наратина проходила бы группа Нар-Анона. В одно и то же время, в двух разных комнатах. Таким образом родители смогут пойти в Нар-Анон, а их дети в Наратин. Или же одновременно с группой АН.

Вчера вы меня спрашивали о том, как мы доносим до детей весть о наших группах. Это очень похоже на то, как мы несем весть о Нар-Аноне. Если в реабилитационном центре есть семейная программа, вы можете сделать там презентацию Наратина. Вы можете также ходить в школы и оставлять там информацию о группах. У нас есть специальная литература для этих целей.

За время этого путешествия я слышала, как многие из вас выражали сожаления от том, что вы не знали о зависимости, когда были подростками. Вы говорили, что это могло бы вам помочь, когда вы были моложе. Потому что ведь это семейная болезнь. Представьте, как могла бы измениться ваша жизнь, если бы у вас был Наратин. Поэтому я думаю, что это прекрасное служение не только для ваших детей, но и для чьих-то других детей и вообще для всех будущих детей.

На своей группе Наратина, где у меня служение наставника, я все время говорю детям о том, что все, сказанное здесь, останется только здесь, что я никому об этом не рассказываю. Я не вправе передавать их родителям то, что они здесь говорят. Единственный случай, когда я по закону моего штата должна рассказать третьему лицу, это если детям причиняют физическое или сексуальное насилие. Обо всем остальном они могут говорить все, что угодно, и они знают, что это останется в тайне. И о боже! Какие ужасные истории я там слышу! Они знают, что им безопасно говорить об этом здесь. Потому что больше им не с кем поделиться. Вот почему так трудно заниматься этим.

Несколько моих подростков рассказывали, как их зависимые родители силой заставляли их употреблять наркотики. Мне рассказывали истории, когда троих маленьких детей оставляли дома одних на несколько дней. Самому старшему из них было всего десять лет. Это очень страшно и трудно такое слышать.

Но так же как и у нас в программе появляются телефонные номера людей, кому мы можем позвонить, так и эти дети обмениваются телефонными номерами. И теперь им есть кому позвонить, когда им страшно. Я слышала истории о сексуальном насилии и физической жестокости. Эти дети не знают, что делать, и им очень трудно. И я помогаю им найти какого-нибудь человека в семье или вне семьи, кому они могут позвонить и с кем будут чувствовать себя в безопасности.

Но так же как мы не можем спасти другого члена Нар-Анона, и так же как мы не можем заставить наркомана бросить употреблять, помните о том, что мы не можем спасти этих детей. Но мы можем им помочь. И именно это им нужно. Им нужно знать, что есть кто-то, кто поможет им и поддержит их, и к кому каждую неделю они могут придти на группу. И они ждут этих собраний.

Мы проводим собрания Наратина так же как и собрания Нар-Анона. Один человек, член Наратина, ведет группу. Они читают преамбулу, страничку из ежедневника, зачитывают по кругу шаги. И еще перед тем, как мы начинаем обсуждение, у нас на нашей группе каждый по кругу говорит о том, какое одно хорошее и одно плохое событие случилось с ним за эту неделю. И мы особенно делаем упор на хорошем событии, мы просим их обязательно рассказать о нем. Ну например, сдал контрольную в школе или поиграл с друзьями. Потому что мы не хотим, чтобы на нашей группе все время царила только мрачная атмосфера.

И еще раз хочу упомянуть, мы делаем особый акцент на анонимности. Иногда ко мне подходят родители и спрашивают «Ну как там мой ребенок?» И я отвечаю так же, как вы говорите на ваших собраниях Нар-Анона - «Все, сказанное на этом собрании, остается только на этом собрании». Иногда родители пытаются со мной подружиться в надежде, что я проговорюсь. Но дети для меня на первом месте.

Я хочу вам рассказать о том, что недавно случилось на одной нашей региональной конвенции во Флориде. Впервые у нас на собрании Нар-Анона выступали два спикера из Наратина. Я спросила у этих двух спикеров, хотят ли они чтобы на собрании также присутствовали и их родители. И они сказали, что они согласны. Одному из моих подростков было шестнадцать лет и эта как раз та девочка, про которую я сейчас говорила, что ее родители заставляли употреблять наркотики. Она ненавидит своих родителей. Она не знает, где находится ее

отец, а ее мать сейчас в тюрьме. Сама она живет с опекунами. Ее было так страшно идти на эту конвенцию, потому что она знала, что там будет пять тысяч выздоравливающих наркоманов. А она боялась наркоманов.

И на этом собрании она рассказала о том, что, хотя ей и было страшно, но она обнаружила, что наркоманы могут выздоравливать. Она увидела выздоравливающих людей. Мы как наставники были готовы к тому, что она расстроится, что ее родителей среди них не было. И она рассказала свою историю восьмидесяти членам Нар-Анона и все плакали. Потому что многие из них поняли, что у многих из тех, кто сидит сейчас в этой комнате, происходило все то же самое в наших собственных семьях. И что они ни разу в жизни даже не задумывались о том, что чувствует их ребенок.

Это было похоже на такое пробуждение для многих из нас. И эти две девочки, они были просто потрясающи. Их послание дошло и до анонимных наркоманов, которые были на этой конвенции. И эти наркоманы подходили к этим двум девочкам и благодарили их. Дети даже не хотели уходить с конвенции. Они приходили на нее все три дня. Они бегали по всей конвенции и искали других таких же подростков и звали их на группу. И мы там провели маленькое собрание Наратина, которое даже не планировали! Вот это настоящий дар этой программы!

Открыть группу сначала бывает нелегко. Вы можете месяцами проводить собрание и на нем будет только два подростка. Но помните о том, что этим двум детям вы можете помочь...

Думаю, я на этом закончу. Это все очень эмоционально. Я готова ответить на ваши вопросы.

*- У меня двое внуков. Они видели как их родители употребляют. Им надо ходить на какие-то группы? Им не надо куда ходить, пока они сами не захотят.*

*- Какую литературу вы читаете? Потому что наш ежедневник Нар-Анона не подходит для этого.*

Сейчас мы используем литературу Алатина. Но моим детям она не нравится, потому что то, что они там читают, это совсем не то, что происходит с ними в их семьях. Некоторые подростки у нас сейчас начинают сами писать кое-какую литературу. Надеюсь, мы скоро выпустим ежедневник на 31 день. Я еще забыла упомянуть, что на собраниях Наратина мы разрешаем «перекрестные высказывания». Ведь если подросток хочет что-то сказать, он не будет ждать пока до него дойдет очередь. Им надо прерывать друг друга. Вот для чего там находятся наставники. Мы помогаем им придерживаться темы и поддерживать спокойную обстановку на группе. Мы не разрешаем им начинать обсуждать в кого они влюблены и так далее.

*- Со сколько лет они могут ходить на группу Наратин? Обычно с двенадцати лет. Но иногда и с десяти. Потому что есть и такие дети. Но это решает группа через групповой сознание.*

*- Бывает такое, что дети, у которых есть опыт работы в группах, могут проводить группу самостоятельно? Нет, на группе всегда должно быть два наставника. Это для безопасности Нар-Анона, ведь Наратин это часть нашего содружества.*

*- Могут ли дети наставника Наратина ходить на те же собрания? Нет, этого не допускается.*

*- Не совсем понятно: в чем заключается роль наставника?*

На группе присутствуют два члена Нар-Анона. Они просто должны там присутствовать в этом помещении. Они могут сидеть где-то сзади или в общем кругу (как например на нашей группе). Но они там находятся для того, что группа не отклонялась от темы. Мы не ведем собрание.

*- Как происходит остановка при отклонении от темы?*

Мы даем детям самим попробовать разобраться с этим, но мы должны следить, чтобы ситуация не выходила из под контроля. Мы на группах не высказываемся, если они нас сами не просят.

*- Что за процедура получения сертификата, чтобы быть спонсором Наратина?*

Прямо сейчас мы вам пришлем материалы для перевода, чтобы вы изучили руководство о том, с чего начать. У нас есть Всемирный Комитет по Наратину, к которому может присоединиться любой член Нар-Анона. Это хороший способ все узнать. Мы встречаемся по скайпу. Там есть представители ЮАР, Ирана, Калифорнии, Флориды, Нью-Йорка. Вы можете тоже организовать ваш Комитет по Наратину.

Если у вас появилось желание участвовать в открытии групп Наратина, пожалуйста, приходите на МКО, вы нам очень нужны!  
www.mosnaranon.narod.ru





Меня зовут Карен. Я расскажу вам о том, как нести весть о Нар-Аноне, это моя страсть. Все это трудно описать всего в нескольких словах, потому что это подразумевает и посещение групп, и приветствие новичков, и работу по программе, и все это очень сложно делать.

Несколько лет назад у нас не было комитета по Несению Вести. У нас были комитеты БУ (Больницы и Учреждения) и ПСО (Подкомитет по Связям с Общественностью). Но нам и так было трудно находить желающих взять эти служения, а распределение тех немногих, кто проявлял желание, по двум подкомитетам только усложняло ситуацию. В Несении Вести нет подкатегорий; Нести Весть - значить нести послание о возможности выздоровления, куда бы ты ни шел.

У меня есть большие надежды. Я надеюсь, что однажды когда я буду говорить людям «Я хожу в Нар-Анон» и меня спросят «Что такое Нар-Анон?», то я смогу просто сказать, что это так же как Ал-Анон, только про наркотики. Потому что сейчас во многих странах за словом «наркотик» закреплено такое клеймо, что люди просто не хотят говорить об этом.

Один из лучших способов Нести Весть - это применять принципы программы во всех своих делах. В Америке мы Несем Весть самыми разными способами и очень много этим занимаемся.

Мы разговариваем с представителями полиции, с шерифами, с тюрьмами. Потому что мы поняли, что когда полиция приходит в дом к наркоману и забирает наркотики и наркомана, они как бы забирают проблему, но нами (родственниками) они совершенно не занимаются. И мы не представляем себе, что делать нам. Поэтому мы хотим, чтобы у полицейских были списки групп Нар-Анона и чтобы они брали их с собой и отдавали родственникам наркоманов.

На последней конференции наш Комитет по Несению Вести разработал новые инструменты для Несения Вести. Вот они:

1. Руководство по написанию информационных листов для Несения Вести
2. Письмо в медицинские учреждения
3. Письмо в религиозные учреждения
4. Письмо в полицию
5. Информационный листок, объясняющий что такое Нар-Анон
6. Письмо в реабилитационные центры
7. «Нар-Анон дает надежду»
8. «Что такое Нар-Анон?»
9. Руководство по Несению Вести
10. Список рекомендаций по Несению Вести
11. «Что такое Наратин?»
12. «Наратин для специалистов»
13. «Наратин для подростков»

В некоторых реабилитационных центрах и больницах есть семейные программы. Мы стали у них спрашивать, можем ли мы приходить, например, раз в месяц рассказывать о Нар-Аноне и проводить собрания Нар-Анона. Мы сообщаем другим родственникам, что когда ваш любимый наркоман возвращается домой из реабилитационного центра, это не означает, что проблема ушла и больше не вернется. Мы говорим им, что они могут начать ходить на группы, такие как эта, и научиться заботиться о себе, независимо от того, выздоравливает наркоман или нет. Хорошо, если в центре проводятся также группы АА или АН. Еще мы обычно делаем презентацию в лечебном учреждении и объясняем им как Нар-Анон может помочь и повысить эффективность их семейной программы.

Когда АН проводят различные мероприятия мы стараемся поддерживать с ними контакт и спрашиваем, можем ли мы организовать у них наш стенд или стол с презентацией Нар-Анона.

Вот так же как вы начали это делать на этой конвенции, было бы здорово продолжать это делать и в дальнейшем, чаще и чаще. Потому что я готова поспорить, что если я сейчас поднимусь к ним в главный зал, там точно сидит какой-нибудь созависимый рядом со своим любимым наркоманом и спрашивает «Ты слушаешь внимательно, дорогой?» А он на самом деле должен быть здесь, в этой комнате.

По статистике один единственный наркоман оказывает влияние на десятерых членов своей семьи или друзей. Так почему у них там целая сцена? а у нас маленькая комната? Я обычно спрашиваю

всех: «Как мы можем сделать наше сообщество больше? Как мы можем помочь другим?» Это двенадцатая традиция. Сколько раз мы видели, как человек перестает ходить на группы, когда его любимый начинает выздоравливать? Почему? Вы когда-нибудь спрашивали почему? Если все будут так уходить, то никого здесь не останется для моих внуков. В моей жизни сейчас нет наркоманов. Но я все равно понимаю, как сильно мне нужна эта программа. Потому что она про меня.

На прошлом собрании все говорили о том, как сильно помогла вам программа. Если мы будем держаться вместе и расти, то в будущем мы окажемся там наверху, на главной сцене, а они будут тут внизу в этой маленькой комнате. Я надеюсь на это.

Когда мы проводим конвенции в Америке наш информационный и регистрационный стенды находятся прямо рядом со стендами АН, а не внизу. Но это ваш первый раз и вы ребята учитесь. Это только начало. Просто пусть они узнают про нас. С ними надо сохранять дружественные отношения. Не будьте слишком агрессивны, не раскачивайте сильно лодку, в которой сидите.

Мы еще проводим встречи в институтах и школах. Мы стараемся развивать группы Наратина. Но я буду об этом говорить на следующем семинаре.

Другие способы привлечь людей:

Плакаты - плакат, который я увидела, когда зашла сегодня на эту конвенцию, - это тоже инструмент Несения Вести. И когда я увидела, что вы его перевели и напечатали на русском языке, я заплакала. Мы еще делаем такие плакаты меньшего размера. Внизу мы указываем адрес сайта Нар-Анона, так же как и вы указали там ваш региональный сайт. Мы еще там указываем телефон горячей линии и наклеиваем маленький стикер с адресом ближайшей группы.

Мы печатаем такие плакаты, небольшого размера, как листовки, и относим их в школы, библиотеки, кофейни, чайные. Мы их везде раскладываем.

Еще мы разносим наши информационные письма, брошюры и списки групп и раздаем их терапевтам, психологам, врачам, в СПА салоны, в маникюрные салоны... Болезнь ведь повсюду. Но надо чтобы было желание пойти и делать это. И всегда надо, чтобы ходило два человека в одно место, мы никогда не ходим по одному. И помните, когда вы туда идете, вам не надо говорить, кто в вашей семье наркоман, чтобы не нарушать свою анонимность.

Вот что еще мы делаем особенно в новом регионе, или на новой конвенции, как вот эта. У нас есть пять наименований «белой литературы», т.е. которую мы печатаем на белой бумаге, а не цветной. Мы раскладываем их на столе или на стенде наверху и их может бесплатно брать любой интересующийся проблемой, потому что нам это стоит недорого. На группах мы также делаем такие брошюры для новичка на белой бумаге. Мы отдаем их еще в реабилитационные центры, раскладываем на конвенциях, чтобы люди узнавали про нас. Потому что многие созависимые, кто сидит там сейчас наверху, они не знают, что мы тут есть внизу. Но если брошюры лежат на столе или на стенде, они их возьмут, или иногда сами наркоманы их берут и относят своим родственникам. Мы так делали на Всемирной Конвенции в Сан Диего и наркоманы брали их со словами «Это нужно моей маме» «Это нужно моей жене».

Вот эти пять наименований:

1. Родственнику или другу наркомана
2. Открытое письмо моим близким
3. Нар-Анон дает надежду (эту брошюру написало наше сообщество в ЮАР)
4. Письмо в реабилитационные центры «Что такое Нар-Анон?»
5. «Нужен ли тебе Нар-Анон? 20 вопросов»

Еще мы ходим на собрания АН и приносим брошюры и визитки Нар-Анона, и списки групп. Мы даем их секретарю группы и просим, чтобы после закрытия собрания, он рассказал про нас, чтобы другие члены АН знали о нашем существовании.

Некоторые люди не понимают в связи с нашей традицией анонимности, что мы можем и чего не можем делать, когда Несем Весть и в чем отличие пропаганды от привлечения. Пропаганда - это когда мы идем куда-нибудь и говорим «Я ходила в Нар-Анон и он вылечил и спас меня» Так нельзя выступать от имени Нар-Анона. Это не может быть

нашем лицом.

Но вы можете рассказать как Нар-Анон помог вам справиться с проблемой наркомании. Вот это обычно помогает.

Думаю, это все. Теперь я готова ответить на ваши вопросы.

*- Допустимо ли в рамках программы раскладывать информационные листки о Нар-Аноне в почтовые ящики?*

Я не знаю какие у вас здесь правила. В нашей стране можно это делать. Все зависит от конкретной страны, но это не нарушает наши традиции. Двенадцатый Шаг - это несение вестей. В Америке мы размещаем объявления в газетах в рубрике «События. Встречи» и мы просто указываем «Нар-Анон, 12 шаговая программа для родственников и друзей наркоманов» и мы там еще указываем либо адрес ближайшей группы, либо вебсайт.

*- Когда вы ходили в какую-нибудь конкретную школу, с кем вы там разговаривали?*

Мы разговаривали либо с кафедрами, либо если это школа, то мы разговаривали со школьными психологами и мед.персоналом.

*- Какие границы и какие рамки при общении по телефону горячей линии? Они порой так агрессивны, что мы не знаем что говорить. Где мои границы, полномочия?*

Если звонит зависимый, мы обычно даем им телефонный номер АН. А если это один из нас, то мы очень кратко рассказываем ему или ей где проходит следующее собрание. Потому что если этого не сделать, то они будут вам одно и то же рассказывать часами. А ваша задача - это привести их на группу.

*- Какой лучший способ сообщать людям о том, что в их городе открылась группа Нар-Анона, если раньше там вообще никаких групп не было?*

На этот вопрос нелегко ответить. Надо выходить на связь с местными больницами, наркологическими центрами, разговаривать с врачами и рассказывать им про нас.

*- Когда идет работа по несению вестей, что-то меняется вокруг нас? Отношение к наркоманам, к родственникам наркоманов? Потому что когда мы организовывали эту конвенцию, мы приходили и чувствовали агрессию администрации «наркоманы? родственники наркоманов?»*

В таких ситуациях очень помогает наша брошюра «К родственнику или другу наркомана». Мы обычно даем ее почитать тем людям, которые ничего не понимают про эту болезнь. Там объясняется, что мы не выздоравливающие наркоманы, а что мы родственники и друзья, на которых повлияла наркомания. Это одна из брошюр, которую мы везде берем с собой, куда бы ни пошли. Внутрь ее можно еще вкладывать списки групп, там как раз есть место для этого.

*- За мои четырнадцать лет в программе сегодня первый раз выполняется восьмая традиция - сотрудничество с АН. Почему они никогда не приглашают нас спикерить у них?*

Сегодня утром мы встретили заместителя директора из АН и она спросила можно ли представить нас с Кэти делегатам конференции. И она всем делегатам сказала, что здесь на этой конвенции в духе сотрудничества они приветствуют Нар-Анон, да и не только здесь, а вообще везде. Эта помощник директора была очень приятно удивлена тем, что Нар-Анон есть на этой конвенции, потому что обычно им приходится объяснять разным странам, что сотрудничать с Нар-Анон это нормально. Поэтому знаете что, Россия, вы молодцы, вы проделали огромную работу, потому что я-то знаю, как бывает трудно объяснить им, кто мы такие, и что у нас тоже есть право быть в этом месте, так же как и у них. Вот так и работает Аутрич. Это как раз то, чем вы, ребята, и занимаетесь прямо сейчас. У тебя одна хорошая идея, у нее другая и надо чтобы люди помогали и тебе и ей, чтобы наша программа жила и развивалась. Наверное, самое лучше - это создать комитет по Несению Вести в вашем регионе. Мы по крайней мере так делаем.

*Если у вас появилось желание заниматься Несением Вести о Нар-Аноне, пожалуйста, приходите на МКО, вы нам очень нужны!*  
[www.mosnaranon.narod.ru](http://www.mosnaranon.narod.ru)

*Над выпуском работали:*

**Ирина А, Ирина Р, Лена, Галина**