**Я зависимый по имени Вито. Привет, семья.**

...Теперь смотрите, я должен вам пару вещей объяснить. Первое – у меня 4,5 года чистоты, а спонсора у меня нет. И меня спрашивают, почему у тебя нет спонсора? А я говорю, все очень просто, все в программе слишком больны, не могут они спонсировать меня. Знаете, у всех дела шли на поправку – у тех ребят, которые шли уже за мной, а я по-прежнему днями напролет грусти околичивал. В общем, я набрался храбрости и подхожу к этому парню, с просьбой о спонсорстве, а он говорит, ладно, Вито, я буду твоим спонсором, покажи мне свою письменную работу по шагам. Я был так возмущен, я говорю ему, в смысле, письменную работу по шагам? Я их каждый вечер слышу, больше 4 лет уже, поработал, хватит! Я и сегодня, как сейчас помню тот момент. Он говорит, ОК, Вито, расскажи мне про Первый Шаг. Я говорю ладно, тут все просто, я бессилен перед наркотиками, а моя жизнь стала неуправляемой. Он говорит, стоп. Говорит, где в Первом Шаге говорится, что ты бессилён перед наркотиками? Ну, я беру текст, и там написано – мы признали, что бессильны перед зависимостью, я говорю – зависимость, наркотики, какая, блин, разница? Он говорит, я скажу тебе, в чем разница. Наркотики, это те штуки, которые ты пихаешь в свое тело. Зависимость – это такая смешная штука, она у тебя между ушами. Я ему говорю, ты что несешь вообще? Ты про меня, что ли? Он говорит, ну да. Он говорит, я знаю, что ты вообще по Первому Шагу не работал. Я говорю, э, что значит, по Первому Шагу не работал? Ты с западного побережья, я вообще с восточного побережья, да что ты вообще про меня знаешь? Он говорит – да любой, кто приходит на собрания и представляется то наркоманом, то алкоголиком, то полинаркоманом, то конченным торчком – тот никогда не работал по Первому Шагу. Я говорю, да ладно, я-то всех знаю, и все же знаю, кто я! А он говорит, пока ты ассоциируешь себя с веществами – ты делаешь упор на вещества. Когда ты идентифицируешь себя как зависимый – не наркозависимый, а только как зависимый – ты берешь на себя ответственность.

Он сжег мои мосты к отступлению. Потому что, сказал он мне, зависимость – это болезнь негативности, болезнь нежелания жить, принимающая условия жизни. Достать и употребить – это лишь конец этой болезни. И он приходит после того, как болезнь зависимость уже есть. Когда люди срывались – они срывались задолго до того, как пихали вещества в свое тело. И он сказал, я хочу, чтобы ты называл себя только зависимым, и чтобы ты делал на это упор. И он сжег мои мосты, потому что для меня всегда виноваты были наркотики, виноват был алкоголь, виновата была моя семья, я мог обвинять в этом миллион всего, но когда виновато то, что у меня между ушами, блин, стрелки переводить больше некуда. И он объяснил мне, что Первый Шаг – это все мое прошлое, то прошлое, с которым я пришел в выздоровление. Следующие 10 шагов станут моим будущим – не следующие 11 шагов, а следующие 10 шагов. И он сказал мне, когда ты работаешь по Первому Шагу – ты как будто выходишь на улицу, снимаешь с себя всю одежду и стоишь там голый. Если будешь стоять так слишком долго – что-то случится. Смотрите, я ни с кем не спорю, я просто делюсь своим личным опытом. И я спонсирую парней, они делают Первый Шаг, и они переходят ко Второму Шагу. Потому что в Первом Шаге они были бессильны перед болезнью, а остальные шаги дают им силы – через духовные принципы – обрести способность жить своей жизнью.

Говорится как? Мы пришли к убеждению, что сила, более могущественная, чем мы сами, может вернуть нас к здравомыслию – и я заявляю своему спонсору, в своей безграничной мудрости, что мы проскочим 2 и 3 и перейдем сразу к 4. Он говорит, а почему мы будем проскакать 2 и 3? Я говорю, блин, ты не понимаешь, я не такой, как все, я уникален, я агностик. И вся эта муть про Бога – это не мое вообще. На несколько минут была такая тишина. А потом он говорит, Вито, а почему ты агностик, почему не атеист? Смотрите, меня раньше никто так не спрашивал, так что мне пришлось задуматься. Потом говорю, ну это же просто. Типа на всякий случай, если я вдруг умру, а умирать я не собирался, понимаете, когда тебе 20 с небольшим, ты уверен, что будешь жить вечно. Но на всякий случай, если я вдруг умру, и если Бог вдруг на самом деле есть, короче, я не хочу, чтобы Он думал, что я всю жизнь был атеистом и не верил в Бога, пусть Он думает, что я был агностиком, который типа не знал. А он говорит – натуральный зависимый, всегда оставляешь себе нычку. И он говорит мне, скажу, говорит, тебе одну вещь, агностиков не бывает в природе, агностик – это атеист, который ссыкует. А теперь представьте себе, что твой спонсор говорит тебе, что ты ссыкун.

Но одержимость употреблением наконец-то начала потихонечку спадать, и мне нужен был четкий маршрут. И знаете, он сказал мне, что есть разница между силой, более могущественной, чем ты сам и Высшей Силой. В Третьем Шаге ты можешь обойтись без Бога, чудила. А я говорю, слушай, я же хожу на собрания, я же слышу, как люди высказываются про силу, более могущественную, чем они сами и про Высшую Силу – я слышу, что для них это одно и то же. А он мне говорит, они заблуждаются. Он говорит, между прочим, в твоей зависимости у тебя уже была сила, более могущественная, чем ты сам – вспомни, сколько раз ты просыпался по утрам

и говорил себе, сегодня я не буду употреблять? А через 5 минут ты уже варил и втирался? Вот она, сила, более могущественная, чем ты сам. Это негативная сила, более могущественная, чем ты сам, в выздоровлении все, все от чего ты вздрагиваешь и чувствуешь безумие – безумную одержимость делать что-то снова и снова – и думать, что в этот-то раз все получится по-другому? Все это – сила, более могущественная, чем ты сам. Это может быть чье-то высказывание, которое ты слышишь на собрании. Что-то в литературе. Что-то из уст обычного земного человека. Что-то, что заставит тебя вдруг остановиться, всмотреться и увидеть безумие до того, как оно произойдет, и сделать действие, и поступить по-другому – это что-то и есть сила, более могущественная, чем ты сам. И даже когда придет тот день, и ты поверишь в Высшую Силу, и что ВС разверзнет небеса и придет на землю ангелов – Вито, ВС все равно сделает это только через людей, через места и через события. И ты всегда сможешь обрести силу, более могущественную, чем ты сам через людей, через места и через события.

А потом пришло время переходить, к Третьему Шагу, помните, мы приняли решение поручить нашу волю и наши жизни Богу, как каждый из нас Его понимал? Я говорю, неа, это мы проскочим, потому что тут есть слово Б-О-Г. А он говорит, чудила, у тебя может быть Бог в твоём собственном понимании. Да хоть булыжник во дворе, если булыжник любящий и заботливый, но я никак не мог включить мозги, и он говорит, услышь это, чудила, просто возьми слово Б-О-Г и расшифруй по-другому – пускай это будет Братья-Открытость-Группа, ну или Благополучие-Общее-Главное, и пусть это будет Богом в твоём собственном понимании. Потому что в выздоровлении ты можешь менять это понимание хоть каждый день. И тут до меня начало доходить. А потом он объяснил мне, почему мы говорим Бог, как каждый из нас мы Его понимает, а не говорим Бог, как мы Его понимали. А разница тут есть, потому что, если бы в шаге было написано Бог, как мы Его понимали – значит, у всего АН есть свое понимание Бога. Но раз в шаге написано Бог, как каждый из нас Его понимает, значит, мы вот вошли в эти двери, и у каждого из нас свое личное понимание Бога. И это дает нам свободу.

А потом он говорит, купи словарь. Готовься, будешь писать. А я сообщаю ему в своей безграничной мудрости, что, знаешь ли, я в этой стране родился, и в словаре не нуждаюсь. Он говорит типа, посмотрим. Говорит, я хочу, чтобы ты посмотрел толкования слов решение, воля и жизни. Ну, я пошел и купил такой маленький карманный словарь, знаете, который кладется в задний карман – ну и показываю ему, а он говорит, стоп, а ну-ка выкинь ты это в мусор. Я хочу, чтобы ты купил большой толковый словарь. А я говорю, э, это денег стоит – ты же не хочешь, чтобы я деньгами швырялся, он говорит, купи словарь. Ну, одержимость употреблять начала спадать, поэтому я начал следовать рекомендациям, я пошел и прикупил себе большой толковый словарь Merriam Webster, вот такой толстенький. Он говорит, я хочу, чтобы ты посмотрел толкования слов решение, воля и жизни. В общем, я смотрю слово решение, и открываю словарь, а там 5 толкований одного этого слова. И я звоню своему спонсору и говорю, я все понял, этот мужик Merriam Webster, он был зависимый, да? Он точно закидывал и занюхивал, он говорит, чудила, прочитай все и выбери толкование, которое отзовется в твоих кишках. Напиши об этом. И там было одно толкование, что решение это отправная точка, место, с которого начинаешь, обязательство. И даже это не отзывалось во мне. Но знаете, до того, как я залез в словарь, я все время слышал одну притчу, про 3 лягушек, которые сидели на бревне, и все 3 приняли решение прыгнуть с бревна, ну и кто из них прыгнул в воду? Ни одна не прыгнула, они только решение приняли. И мой спонсор говорит, неправильно это. Он говорит – принять решение и не брать при этом обязательство – это все равно, что ничего не делать. Он говорит, эти лягушки сдохнут на том бревне. Он говорит, ты должен взять на себя обязательство и предпринять действия. И до меня начало доходить. Потом я смотрю толкование слова жизни и мне опять пришлось звонить спонсору, и я говорю ему блин, такого слова по ходу нет в словаре, ищущи жизни и не могу найти, а он говорит чудила, посмотри там, где жизнь, там подзаголовок должен быть. Я-то думал, ты английский язык знаешь. Ну, понятно, я нашел подзаголовок, там, где всякие прилагательные, наречия и прочая хрень, в которой я ни фига не понимаю, короче, было там такое толкование, что жизни – это события, которые происходят на протяжении жизни, и это отозвалось у меня с текстом шага, но вот когда я стопудово достиг духовного пробуждения, так это когда я нашел слово воля – потому что там было написано, твоя реакция на события, которые происходят в твоей жизни. И у меня в башке зажглась лампочка, и я сел разговаривать со своим спонсором, и он говорит, да, у зависимых есть такая проблема – мы реагируем, огрызаемся. А теперь нам придется учиться отвечать, отзываться. И это одно из чудес 3 Шага. И я говорю, блин, теперь я все понял, на собрания приходят люди и все время говорят – я поручил то, я поручил это. А на следующий день опять приходят и поступают по-старому. А он говорит, в шаге про это ничего нет, в шаге говорится поручить заботе. Я го-

ворю, да какая разница, чего ты меня путаешь? Он говорит, не путаю я тебя, чудила. Скажем так. Придет день, и у кого-то съедет крыша, и она решит вступить с тобой в отношения, а потом у нее наглухо съедет крыша, и она согласится родить от тебя детей. И вот в субботу вечером вы решаете сходить куда-нибудь отдохнуть, и вы найдете няню, и вы поручите детей заботе няни. Вы их не поручаете няне, потому что вы вернетесь домой и заберете у нее детей. Вот точно так же ты поступаешь с ВС, ты передаешь это заботе ВС, под ее руководство, потому что твоя ВС ни за что и никогда не отберет у тебя свой самый бесценный дар – твою свободную волю. И Он настолько сильно любит тебя, что Он даст тебе возможность прочувствовать все последствия твоих действий. Потому что только так зависимые могут учиться. Рыбку из пруда тащить будет больно. Одна надежда, что мы останемся тут достаточно надолго, и нам удастся совершить изменения до того, как наступила бы боль. И шаги – они становятся понятными, когда мы по ним работаем.

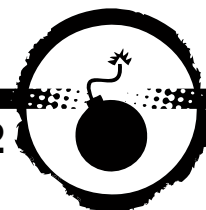
Но мне-то хотелось быть, как другие ребята в сообществе, которые уже сделали 5 Шаг, и я все время говорил своему спонсору – а тебе не кажется, что нам пора бы направить меня на 4 Шаг? А он мне – ты слишком болен, чудила, даже для 3 первых шагов. И это длилось долго-долго. А потом приходит день, и он говорит, приступай к 4 Шагу. Ровно через 24 часа я звоню ему и говорю – написал. Он говорит, Вито, если бы мне нужна была от тебя исповедь, я бы отправил тебя в католический собор. Он говорит, да, даже при том, что 4 Шаг – это частично твоя история, и частично исповедь, 4 Шаг – это намного больше. Он говорит, я хочу, чтобы ты написал о своих отношениях, все как в руководстве по 4 Шагу, говорит, я хочу, чтобы ты написал о своих отношениях, о своих обидах, он мне целую кучу разных вещей он мне выдал. И он говорит, хочу, чтобы ты написал о них с позиции – что ты чувствовал при этом в активной зависимости, а когда ты закончишь это, я, говорит, хочу, чтобы ты начал все сначала и написал все то же самое, но о том – какие у тебя чувства об этом сегодня. Первое покажет мне, где ты был, а второе покажет мне, где ты сегодня, а тебе надо это знать, когда я направлю тебя к 5 Шагу, но еще, сказал он, и это важнее всего, это покажет тебе, насколько ты вырос. Потому что самое незаметное из всего, что видит зависимый – это изменения, которые с ним происходят. Всем остальным в наших помещениях это видно прекрасно, но человеку, который сам делает эти изменения, этого никогда не видно, так вот когда я буду писать 4 Шаг о том, что я чувствовал тогда, и что чувствую теперь – ты сможешь увидеть, что в тебе есть рост.

И когда пришел день сесть за 5 Шаг, когда мы рассказали самим себе и другому человеку об истинной сущности наших ошибок, мы договорились встретиться в одном месте, которое тогда было почти пустынным, оно называлось Tula Vista. Оно где-то на полпути из Сан-Диего в Тихуану, и мы там присели на каких-то скалах. Там была такая полупустыня. И у меня были с собой все мои записи, и я собирался продержаться там своего спонсора 24 часа, и мы начали, и я приступаю к чтению, а он говорит – тебе нельзя читать эту херню, а я говорю, в каком смысле? Я над ней хрен знает сколько работал. Он говорит, читать не будешь. Просто заглянешь туда, а потом расскажешь об этом. Он говорит, помнишь, ты писал это, а потом позвонил мне и сказал, не могу я делать этот 4 Шаг, я на хрен употреблю с ним, а я говорил тебе – звони ребятам в своей системе поддержки, потому что это и делает с нами 4 Шаг – осушает колодец, вытаскивает все на свет, чувства – они должны выйти из тебя! Поэтому нам и нужна система поддержки, но в 5 Шаге мы не читаем, что написали, потому что это не будет истинная сущность – мы говорим о них. И прямо из твоего сердца выйдут чувства, которые прячутся там. Истинная сущность. Ты можешь быть злобным или гневным – все это та херня, которая выходит, но истинная сущность, какова она, что есть пусковой механизм, что это за штука, которая является причиной всего этого? И я сел, и я заглядывал в то, что написал, и все это полезло из меня. И когда мы закончили, я все ждал того гигантского духовного пробуждения, о котором все время говорили другие зависимые, что типа приехала санэпидемстанция и все, я стал новым человеком. Короче, ничего такого я не почувствовал. И я сказал своему спонсору, единственное, что я чувствую сейчас, это желание прийти на собрание и объявить всему миру, что я сделал 5 Шаг – явление Вито народу. И он говорит мне, у большинства людей, которые смогли быть честными и правдивыми, только такие чувства и есть. Но, говорит, пользу 5 Шага ощущаешь спустя недели и месяцы, как сделал его, ты как бы более тесно соприкоснулся со своей программой, соприкоснулся с самим собой, ты хочешь расти. Вот в чем волшебство 5 Шага.

Продолжение в следующем номере

Помните, что мнение, высказанное здесь, это мнение одного человека, а не всего Сообщества в целом. Если Вы хотите поделиться опытом или задать вопрос, пишите на gazeta@na-msk.ru

Перевод Роберта



Окончание. Часть 1 читайте в предыдущем номере.

Ребята, а прикольно, нет, что за этим идет 6 Шаг? Мы полностью подготовились к тому, чтобы Бог избавил нас от всех этих дефектов характера. И вот тут агностик говорит спонсору – а, вот здесь я встаю на колени, а Бог это все устраняет? А он засмеялся надо мной, и говорит, ты можешь вставать на колени, сколько захочешь, но в 6 Шаге нет ни слова о том, что Бог избавит тебя от этих дефектов. Там говорится, Вито полностью подготовился к тому, чтобы процесс пошел. Он сказал, что это шаг готовности, это шаг, в котором нужно полностью подготовиться. Молись, сколько хочешь, это нормально. Но этот шаг, в нем Вито делает шаг, чтобы привести себя в состояние готовности. И он объяснил мне разницу между дефектом и недостатком. Потому что, сказал он, мне необходимо понимать, что между ними есть разница. Хотя основа у них одна и та же. Дефект – это часть меня, часть моей личности, точно так же, как зависимость была частью моей личности. Недостаток – это когда я действую по своему дефекту. Если я не действую по своему недостатку, тогда я приостанавливаю развитие своего дефекта – на сегодня только.

Я был женат на девушке, которая скончалась 10 лет назад. И она всегда говорила про 6 Шаг, говорит, 6 Шаг – это собирать чемодан. А 7 Шаг – это отправиться в поездку. И я говорю своему спонсору – а как мне готовиться, чтобы сделать этот 6 Шаг? Он говорит, просто, берешь лист бумаги, вот так, рисуешь линию по центру сверху вниз, на одной стороне пишешь дефекты и те шаблоны поведения, о которых мы говорили в 5 Шаге, а на этой стороне – их противоположность. Нетерпимость – терпимость, нетерпение – терпение, вот тут ты сейчас, а вот туда тебе надо идти. Это дорожная карта выздоровления. Ты все видишь на бумаге, и я знаю, что вот это противоположность, и я знаю, что вот туда мне надо идти. И он говорит, напиши их в порядке приоритетности. Сначала напиши те, с которыми у тебя больше всего проблем. И он говорит, ты тут стреляй не из дробовика, ты стреляй из винтовки. Знаете же, когда палишь из дробовика, нажимаешь на курок, и картечь летит во всех направлениях. А вот когда берешь винтовку, ты метишься точно в цель. И он говорит, я хочу, чтобы ты бил в цель. Чтобы работал над ними по одному за раз. Все остальные поставь на полку. И когда ты контролируешь один, то берешь с полки следующий и работаешь с ним.

И потом, когда он направил меня на 7 Шаг – мы смиренно просили Его избавить нас от наших недостатков, я говорю, а здесь где их Бог устраняет? Здесь я могу встать на колени, и пусть Бог поработает? Он говорит, сколько хочешь стой на коленях, но тут ничего не сказано о том, что Бог их устраняет. Тут сказано Вито смиренно просит об избавлении нас от этих недостатков. А я говорю, а как нахер уходят эти недостатки? Он говорит, чудила, а почему, по-твоему, я так долго продержал тебя на 3 первых шагах? Я говорю – не понимаю. И ребята, поймите, у меня же мозги были практически мертвые. Я был маленьким мальчиком в теле мужчины. Он говорит, тут все просто. А в то время мы с ним говорили о том, что есть у многих мужчин в этой программе, и сегодня они об этом говорят совсем нечасто. Но у меня это было, как и у многих мужчин, и это называется яростная, злобная ревность. Такая ревность, когда в ход идут сначала кулаки, а уже потом слова. А женщине, даже зависимой, совсем не нравится вступать в длительные отношения с драчунами. И я ни разу не смог сохранить отношения, и он сказал мне, что то, как Бог избавляет от этого – это когда я начинаю чувствовать ревность, я возвращаюсь к 1 Шагу. И я стремлюсь прочувствовать все свои чувства ревности, я чувствую, как меня разрывает изнутри, я чувствую, как моя жизнь становится совершенно неуправляемой, я не отрицаю этих чувств, я обнимаю их, я чувствую их каждой клеточкой своего тела, и потом я иду ко 2 Шагу, и я вижу все то безумие, которое я совершу, если я совершу действие по этим чувствам. А потом я иду к 3 Шагу, и я препоручаю их заботе Бога. А после этого я снова возвращаюсь ко 2 Шагу, и я действую по-другому. И он сказал, если я вернусь к 1, 2, 3, а потом опять ко 2 – то я буду избавлен от этих недостатков. И ребята, мне так хотелось бы сказать, что все так и случилось, но ни фига подобного. Но я работал с этим, и мне кажется, что вот уже 40 лет у меня не было с этим проблем, я был избавлен от них посредством первых 3 шагов. И тогда он заставил меня работать над каждым из моих недостатков – с первого до последнего. Но знаете, вот что он мне не сказал, так это то, что когда я закончу избавляться от всех своих недостатков, у меня появится куча новых. Так что 6 и 7 Шаги – это процесс длиною в жизнь

Ну а потом пришло время переходить к 8 Шагу, да. Когда мы составили список всех людей, которым мы навредили, и обрели готовность возместить им всем ущерб, и я сообщил ему, что этим мы заниматься не будем, потому что это мне никто не присылал подарков на Новый год. Если бы они так не по-

ступали, я вел бы себя по-другому. Я говорю ему, короче, когда у меня появится готовность, я составлю этот список. Он говорит, прочитай шаг. Я открыл его, и он говорит, все, у меня есть готовность. Мне нужно сначала составить список, а потом обрести готовность. А у меня готовности составлять список не было. Ну, я говорю, ладно, составлю, потому что я не до такой степени тупой, чтобы не следовать рекомендациям, ведь я уже был избавлен от одержимости употреблять, и во мне уже был какой-то здравый смысл. Так что я составил список, а мы, зависимые, мы же всегда впадаем из крайности в крайность, короче, теперь я готов пойти и возместить ущерб всему миру. А он говорит, стоп – чем, мы тут, по-твоему, занимаемся, и для чего вообще нужны спонсоры? Мы напрямую возмещали причиненный этим людям ущерб, где это было возможно, кроме тех случаев, когда это могло повредить им или кому-либо еще. Он говорит, не дам тебе ходить тут возмещать ущерб и вредить людям. Ты же не пойдешь к бабушке и не скажешь ей, бабуль, помнишь тот пропавший бриллиант? Але? Ты только больше проблем так создашь. Мы сядем, и мы проговорим каждый конкретный случай, я направлю тебя, если возмещать ущерб надо будет напрямую. Я направлю тебя, если ущерб ты должен будешь анонимно, особенно, когда речь пойдет о деньгах. Я направлю тебя, чтобы ты делал то, что нужно сделать, чтобы ты никому не навредил. А потом мы поговорили с ним об этих людях без лица, у всех из нас были такие люди – две овечки, идущие по ночной улице. И он сказал, что этот ущерб я буду возмещать своей ВС, и если моя ВС посчитает, что этот ущерб должен быть возмещен – то эти люди придут в мою жизнь снова. И когда они придут, я буду знать, как себя вести. И в мою жизнь приходили люди, даже спустя 15 лет. В этой штуке под названием выздоровление нет совпадений. Они приходили именно тогда, когда я был готов возместить ущерб, а они были готовы принять возмещение. Потом он объяснил мне, что значит в этом шаге повредить им или кому-либо еще. Что это за кто-то еще, о чем это вообще? В общем, он говорит, Вито, ты же не поедешь обратно в Бронкс, не приедешь в 42й полицейский участок и не скажешь, помните, в 1956 году была разборка, и я то-то и то-то, и там нескольких парней порезали, и я не знаю, может тот парень и помер, и вообще, у вас есть нераскрытые убийства? Я думаю, они обрадуются до усрачки, у них ведь полно глухарей. Он говорит, это было бы безумием. Но возмещать этот ущерб ты должен, просто по-другому. Тебе надо направить возмещение такого ущерба Богу, тебе надо пойти и поработать с детьми, взять на себя какую-нибудь помощь людям, тебе нужно возмещать ущерб в своей жизни. И он объяснил мне, что первые 3 шага сохраняют мне физическую чистоту, а шаги с 4 по 9 очистят меня эмоционально и духовно. И он сказал мне, что быть физически чистым и эмоционально грязным – это не нормально. И все мы знаем людей, которые остаются физически чистыми очень долго, и которые духовно нечисты. Они тусуются часов в 10 утра у дверей центров, чтобы снять девочек, которые выписываются. Да, мы приходим в эту программу, чтобы выздороветь, мы приходим, чтобы оставаться чистыми, но мы приходим еще, чтобы меняться и расти. И просто быть чистым – это не нормально. И я часто слышу, как зависимые говорят, я же не употребляю, чего еще надо? Мне надо, чтобы вы менялись. В этом вся соль.

И он сказал мне, что шаги с 10 по 12 – это шаги роста и обслуживания. Я обслуживаю то, что я получил в первых 9 шагах, и я расту на них дальше. Знаете, в 10 Шаге, где мы продолжали проводить личную инвентаризацию и, когда совершали ошибки, без промедления признавали это, тут он объяснил мне, что это не значит извиняться. Если хочешь, извиняйся, но если ты не прав, признать это без промедления означает признаться в этом себе, речь о честности перед собой. Когда делаешь 10 Шаг каждый вечер, и когда размышляешь о 10 Шаге, и если ты совершил ошибку, то признаешь это без промедления, ты делаешь это для того, чтобы не повторять это. Смотрите, совершать ошибки в выздоровлении – это нормально, ненормально повторять ту же ошибку снова и снова. И я письменно делал 10 Шаг каждый вечер где-то 16-17 лет. Я не делаю его сегодня, но я делал его 16-17 лет. Я настолько привык делать его, что когда я кладу голову на подушку, я сразу начинаю размышлять о прошедшем дне, и если я совершил ошибку, то сразу признаю это, и если бы я не писал его все эти 16-17 лет, я не смог бы делать его автоматически. Знаете, что вы делаете в 10 Шаге, вы садитесь в лифт и спускаетесь на тот шаг, который вам сейчас больше всего нужен. Вы едете на лифте на 7 Шаг, если вам нужно избавиться от чего-то. Или едете на 1 Шаг, или на 4 Шаг, или на 5 Шаг – лифт ежедневно отвозит вас к тому, что вам нужно сделать. И вы видите, я часто слышу, как зависимые говорят – я уже 5 раз сделал 12 шагов. Блин, если тебе пришлось делать шаги 5 раз, значит,

ты плохо работал по 10 Шагу. Потому что, когда ты работаешь по 10 Шагу, ты работаешь над другими шагами снова и снова, но ты делаешь это каждый день. Ты выбрасываешь мусор каждый день, а не раз в 4 года. Так ты приходишь к духовности.

Для меня 11 Шаг – это краеугольный камень, ключ ко всем шагам. Он не номер 1, он номер 11. Потому что помните, после того, как я сделал 1 Шаг, мой спонсор сказал мне, что следующие 10 шагов станут моим будущим? Потому что 11 Шаг, в котором мы стремились с помощью молитвы и медитации улучшить свой осознанный контакт с Богом, как каждый из нас Его понимает, молясь только о знании Его воли для нас и о силах для ее исполнения. Мы стремились – это значит, что каждый из нас в этом помещении, каждый, кто когда-либо жил шагами в своей жизни, каждый из нас стремится улучшить свой осознанный контакт с Богом, как каждый из нас Его понимает. Это значит, мы искали еще до того, как взяли за 11 Шаг. Потому что не говорится, что мы вступили в осознанный контакт с Богом, говорится, что мы улучшаем осознанный контакт. Если ты что-то улучшаешь, значит, у тебя это уже есть. И тут говорится о молитве и медитации. И в нашей литературе говорится о том, что молитва – это когда просишь, а медитация – это когда слушаешь, но я бы хотел еще дальше пойти. Я считаю, что медитация – это высшая форма молитвы из всех существующих, потому что если осознанный контакт есть, то все становится ясно. Один писатель однажды сказал, если не идти внутрь, то вывалишься наружу. И если задуматься над этой цитатой, она очень важна, потому что она про 11 Шаг. В нем говорится, молясь только о знании воли Бога для нас – у меня не хватит наглости сказать, что я знаю, какова воля Бога для меня. Потому что у меня был спонсор, который сказал мне, какова воля Бога. Он говорит, Вито, воля Бога – сегодня, завтра и через сотни лет – она всегда будет одной и той же, во имя наивысшего блага всех, кого касается та или иная ситуация. И он сказал мне, что мне надо сделать – это выйти из футляра, взять свое уравнение и вычеркнуть из него себя и свой эгоцентризм, и взглянуть на ситуацию с позиции нейтрального наблюдателя, и сказать, что будет наивысшим благом для каждого в этой ситуации. И это всегда будет волей Бога для меня. Понимаете, моя воля – это быть центром всего, получать от этого наилучшие чувства. Но я выхожу из футляра, и я действительно вижу, что лучше для каждого. И вот поэтому в конце этого шага говорится – мне надо молиться о знании Его воли для меня и о силах для ее исполнения. Потому что нам надо неустанно молиться о силах для ее исполнения. Потому что я могу знать, какова воля Бога для меня, я могу знать, что есть наивысшее благо для каждого в той или иной ситуации, но мой эгоцентризм и моя болезнь хотят того, что, как мне кажется, будет лучше всего для меня, чтобы почувствовать кайф. И именно поэтому я должен постоянно молиться о силах для ее исполнения. Потому что всегда Воля Бога, а не моя воля. И мне надо спрямить свою волю с волей Бога.

А в 12 Шаге говорится – и это портал в реальный мир – в результате выполнения этих шагов мы испытываем духовное пробуждение. Что это такое – духовное пробуждение? Для меня это очень просто. Эти шаги работают. Они – ответ на любую проблему в жизни. Вот вы слышите, что люди говорят, что делают работу по 12 Шагу, делают БУ, и ПСО, и ходят в тюрьмы, и то, и се, и это здорово. Но реальная работа 12 Шага – это та, о которой в нем говорится – нести эту весть другим зависимым. Какую весть? Весть о том, что шаги работают, и применять эти принципы во всех наших делах. Звучит очень просто. В результате выполнения этих шагов мы испытали духовное пробуждение, и мы старались нести весть об этом другим зависимым и применять эти принципы во всех наших делах. То есть, шаг говорит нам, что шаги – это ответы на все наши проблемы. Смотрите, я знаю, что тут сидят люди сегодня вечером, которые скажут, а меня, блин, только что уволили, а у меня отношения развалились, а у меня денег ни копейки, и что мне по этому поводу скажут шаги? Ну, все очень просто. Шаги – это ответ, потому что они поведут меня через процесс, на другую сторону, и в этом процессе мне не нужно доставать и употреблять. Поэтому шаги – это всегда ответ. Они не помогут мне восстановить отношения, они проведут меня до той точки, где я встречу новые отношения, и все, что с ними связано, или найду новую работу, или научусь платить по счетам.

Шаги – это всегда ответ.

Помните, что мнение, высказанное здесь, это мнение одного человека, а не всего Сообщества в целом. Если Вы хотите поделиться опытом или задать вопрос, пишите на gazeta@na-msk.ru

Перевод Роберта