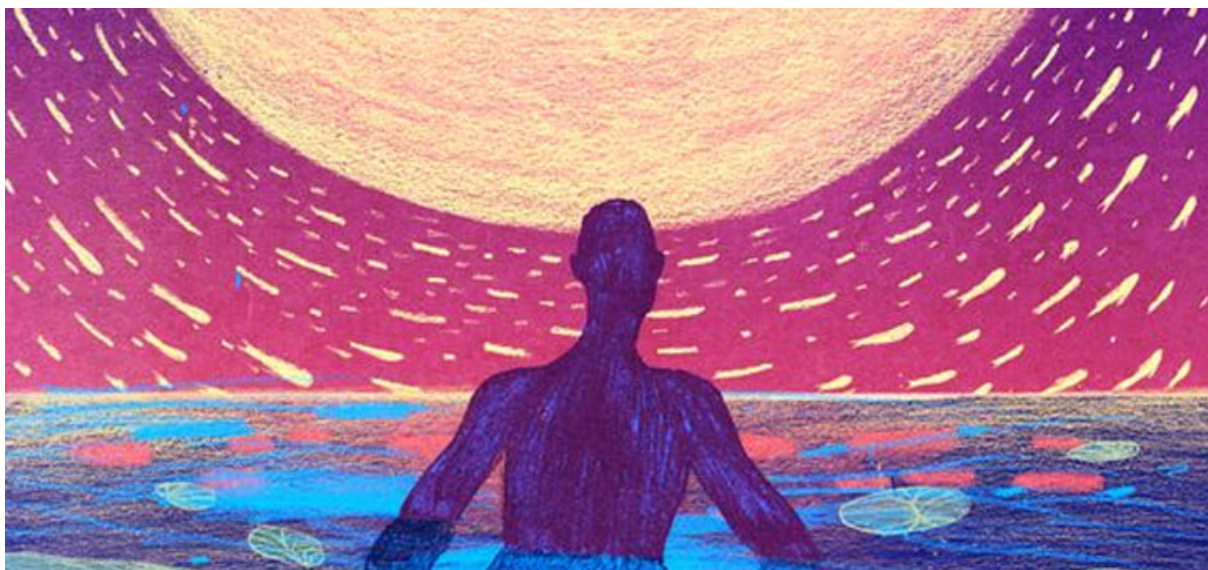


Отношения с Высшей Силой



Привет, меня
зовут Коля, и я зависимый.

В 16 лет я впервые попробовал наркотики, и, ощутив безумный прилив эйфории, я задал своему товарищу один-единственный вопрос: «У меня не может быть аллергии на эту хрень?» Спустя много лет в Базовом тексте я прочитал такую же фразу про аллергию, и меня это сильно удивило: «Мы желаем безоговорочно признать, что у нас аллергия к наркотикам. Здравый смысл подсказывает нам, что было бы безумием вернуться к источнику нашей аллергии», Базовый текст с. 6. Я верю, что мой путь в сообщество «Анонимные Наркоманы» был предопределен задолго до первого употребления.

Наркотики временно избавили меня от невыносимой боли, которую я копил всю жизнь. Вернее, они просто зарыли ее еще глубже в меня. Никакой веры в Бога у меня и в помине не было. Моими ориентирами были эгоизм и выгода.



Спустя пару лет употребления я попал в наркологическую больницу. Лег я туда, только чтобы мать отстала. Бросать употреблять я, конечно же, не планировал. Там я впервые познакомился с сообществом «Анонимные Наркоманы». Ребята пришли в больницу нести весть. Дядьки лет по 35 со сроками употребления длиною в мою жизнь. Я подумал: «Вы что, гоните? У меня все вообще в порядке. Это вам лечиться надо». Но один из них произнес слова, которые я запомнил на всю жизнь: «Не я управляю своей жизнью, ей управляет Бог, я отдал Ему свою жизнь». Меня как будто пронзило с головы до ног доселе не знакомое мне чувство. Я будто познал истину. По какой-то причине мне это очень сильно отозвалось, хоть я и не верил в Бога. На следующий день меня снова пригласили на собрание, но я не пошел. Выйдя из больницы, я вернулся к употреблению.



Я верно двигался на дно. Один из приемов закончился неудачно. Сидя в

камере, я впервые обратился к Богу, потому что обратиться было больше не к кому: «Если Ты есть, помоги мне выбраться из этого дерьма. Я даю слово, что никогда больше не продам ни грамма». Во время суда я понимал, что не могу ничего изменить. Я был очень спокоен и чувствовал полное бессилие. В голове вертелась лишь одна фраза: «Не я управляю своей жизнью, ей управляет Бог, я отдал Ему свою жизнь». Мне дали условный срок. После суда я продолжил употреблять, но слово сдержал – не продал ни грамма.

Все мои мечты и надежды рушились с каждой новой дозой. Я осознавал, что убиваю себя, но не мог остановиться. Я находился в отчаянии, непрерывно употребляя. Спустя 2 недели я попал в реабилитационный центр. На одном месяце чистоты я хотел уехать оттуда из-за выдуманных больной головой ужасающих проблем со здоровьем. Но в итоге я остался.

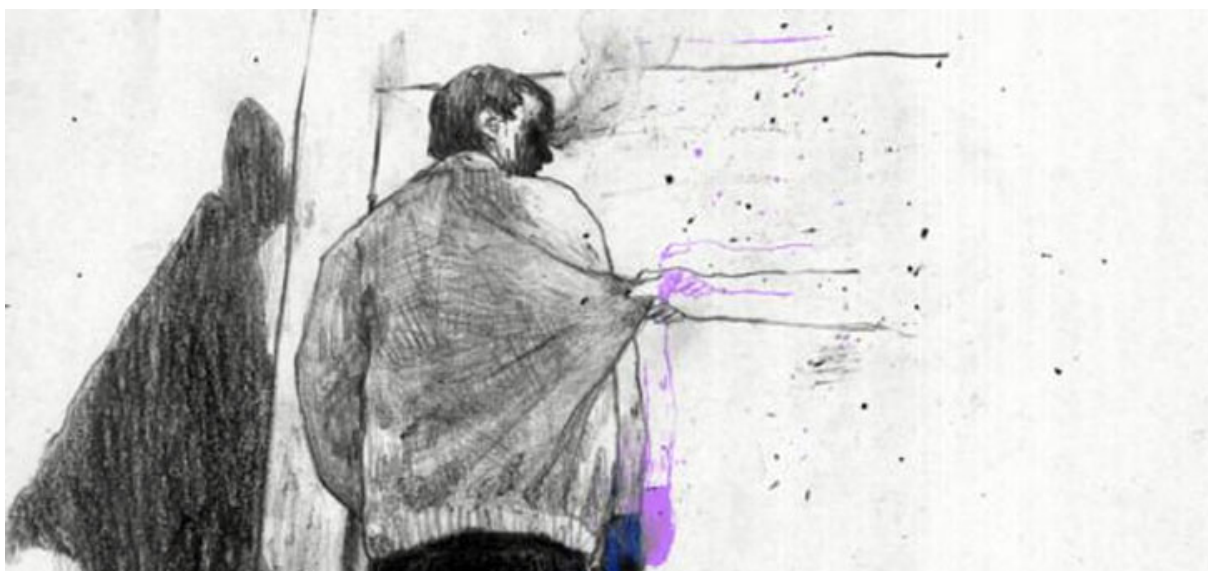


В реабилитационном центре я ударился в религию. Я постоянно молился религиозными молитвами и считал себя главным святым на реабилитации. Я не признавал шаги, списывал их, потому что не видел в них никакого смысла. Бога нет в шагах – так мне казалось тогда. Не вникнув ни в один вопрос, я почти дописал Первый Шаг. На последнем вопросе меня вдруг осенило: «Какой же я дурак, это же именно то, что мне было нужно».

До написания последнего вопроса Первого Шага я общался с Высшей Силой исключительно в своей голове, я никогда не обращался к людям за обратной связью. Мне казалось, что Бог работает через мои мысли, но не через людей. Второй Шаг показал, насколько сильно я заблуждаюсь. Я стал открываться,

слушать, что мне говорят другие, это мне сильно помогло. До этого я не слушал никого, мне было важно только моё восприятие. Третий Шаг научил меня отпускать контроль над теми событиями, которые никак не зависят от меня. Я понял, что манипуляции и попытки продавить свое мнение зачастую только вредят мне и окружающим. Проведя серьезную работу над собой, я вышел из реабилитационного центра спустя 9 месяцев.

Наркотики сильно повредили мою психику. Поначалу даже простое общение с людьми было чем-то пугающим и непонятным. Первые два года чистоты я провел в аду. Каждый день я просыпался с желанием быстрее умереть. Я постоянно находился в изоляции, молился религиозными молитвами, писал шаги, общался с ребятами из сообщества, но все равно чувствовал себя одиноким.



Моя Высшая Сила долгое время оставалась строгой и карающей. Я не мог позволить себе даже жвачку мимо мусорки выкинуть, потому что боялся, что ВС накажет меня за этот проступок. С каждым годом становилось легче. Я встретил ребят в сообществе, с кем почувствовал идентификацию, и они стали моими лучшими друзьями. Они кое-как вытаскивали меня из загонов насчет карающего Бога.

Я дошел до Седьмого Шага и с удивлением обнаружил, что можно просить у Высшей Силы помощи своими словами по ситуации. Вроде простой инструмент, но он стал для меня открытием. Я слишком привык молиться религиозными молитвами в строго установленное время. Новый способ

общения с ВС позволял мне чувствовать себя под защитой, ведь всегда было к кому обратиться за поддержкой. Я увидел свое взаимодействие с ВС в новом ракурсе, но тем не менее, она по-прежнему оставалась строгой.



Восьмой и Девятый

Шаги научили меня молиться за людей, с которыми у меня возникают конфликты. Каким-то магическим образом мои взаимоотношения с этими людьми улучшались. Если я видел, что у человека есть проблемы, с которыми я не могу ему никак помочь, я также использовал инструмент молитвы. Это помогало мне чувствовать сопричастность и выходить из своего эгоцентризма.

Дойдя до Десятого

Шага, я понял, что использую ВС как «козла отпущения». Чуть что происходит не так, как мне хочется, – обвиняю ВС. Я чаще переживал, за что и как она меня накажет, чем рассчитывал на ее поддержку.

Нужно было что-то менять.

Прописав Одиннадцатый Шаг, я осознал, что не могу предугадать, для чего мне дана та или иная ситуация. ВС лучше знает, что мне необходимо: какие

чувства прожить, с какими трудностями столкнуться. Я стал реже обвинять ее в своих бедах, сместил ракурс на себя. Мне стало важно понимать, что стоит изменить в своих действиях. Трудности закаляли и продолжают закалять меня.

Когда я сдавал Двенадцатый Шаг, мы со спонсором общались о моем осознанном контакте с Высшей Силой. Я продолжал утверждать: «Уж лучше вообще о ней не думать, чем постоянно обвинять во всех неудачах». Спонсор, напротив, рекомендовал мне развивать осознанный контакт и чуть припугнул тем, что возможно стоит переписать Одиннадцатый Шаг. Переписывать я ничего не хотел и стал работать над осознанным контактом.



Я начал благодарить ВС и людей за все, что у меня есть, благодаря им. Я стал чаще обращаться к Высшей Силе с просьбой направить мои мысли и действия в нужное ей русло. Я стал в разы меньше обвинять ее в своих бедах и смотреть на ситуации проще, искать свою сторону. На сегодня Высшая Сила стала моим другом. Я могу обидеться на нее, могу попросить о помощи, могу посмеяться над ней, могу попросить прощения. Это дает мне силы жить и взаимодействовать с миром. Работа по программе подарила мне продуктивные отношения с Высшей Силой, за что я очень благодарен сообществу «Анонимные Наркоманы».

Коля