

Израиль: выздоровление на языке любви



Многие слышали о том, что Израильское сообщество АН мультиязычное, и в нём по-особенному относятся к любви и принятию. Эта статья поможет вам многое узнать об этом удивительном сообществе. Важно помнить, что «Анонимные Наркоманы» — это духовная, а не религиозная программа.

Сегодня в Израиле еженедельно проводятся более 270 групп в сорока семи городах: 228 групп на иврите, 12 групп в неделю в шести городах на английском и 34 группы в неделю в шестнадцати городах на русском. Пение хором и собрания, посвящённые юбилеям; сильная духовность и конфликты в Израильском АН — интереснейшими подробностями из жизни Израильского сообщества с нами поделился зависимый Александр, который начал своё выздоровление на иврите.

На русском или на иврите?

Меня зовут Александр, я остаюсь чистым 15+ лет с 21 февраля 2008 года. К началу выздоровления я прожил в Израиле 10 лет и уже знал иврит на разговорном уровне. Важно уточнить, в Израиле два иврита: разговорный (уличный) и высокий (официальный). Даже не все коренные израильтяне хорошо знают высокий иврит или хотя бы его понимают. Литература АН написана на высоком иврите. Когда я вышел из реабилитации, в Израиле

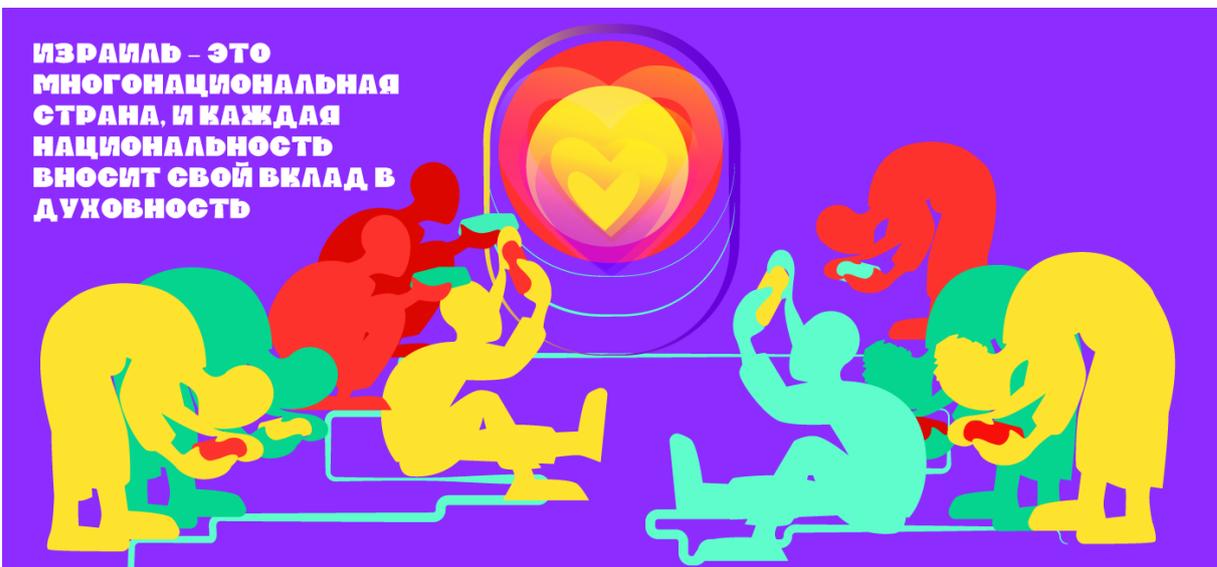
было всего две-три регулярных группы на русском языке, и с литературой на русском в те годы было сложно. Все они были очень далеко от меня. В городе, где я жил, были группы только на иврите, и на них я начал выздоравливать.

С группами на русском языке я познакомился на трёх годах чистоты. Поначалу я их посещал только тогда, когда там был юбилей у кого-то из моих знакомых. Всегда было двойное ощущение: с одной стороны, люди с понятным мне менталитетом говорят на понятном мне языке, и я чувствую, что меня тут принимают и понимают, с другой стороны, было неуютно самому с собой на этих группах. К тому же я считал, что иврит — это язык выздоровления, на нём я начал выздоравливать в реабилитации, на нём говорил на группах, служил и работал по шагам. А русский казался мне «чужим» для выздоровления, хотя и был моим родным языком.

Пока в одной из личных бесед с выздоравливающими, слушая примеры и опыт других, я вдруг не осознал, что это один из видов моего отрицания. Я вдруг понял, что на русском не могу признать себя наркоманом или зависимым, свободно делая это на иврите. И как сказала мне одна зависимая: «Пока ты не признаешь себя зависимым на своём родном языке, твоё признание и капитуляция не будут полными».

Я стал чаще посещать русскоязычные группы, выбрал спонсора и группу шагов на русском. Когда начал организовываться МКО русскоязычных групп Израиля, я принимал участие в служении, чтобы новые друзья могли начать выздоровление на родном языке. В течение восьми лет я почти не посещал группы на иврите. Несколько месяцев назад я почувствовал, что мне не хватает прежнего разнообразия духовных взглядов и восприятия для дальнейшего личного роста. И вот уже несколько месяцев я стараюсь регулярно посещать группы на русском и иврите.

Я благодарен, что начал выздоравливать на иврите, это очень повысило уровень моего языка, позволило учиться и черпать духовность из других культур и менталитетов. Израиль – это многонациональная страна, и каждая национальность вносит свой вклад в духовность.



Мультиязычное сообщество

В Израиле очень много разных собраний, не считая групп на иврите. На русском языке группы проходят каждый день. Есть группы на английском и арабском. Когда я начинал выздоравливать, было всего несколько русскоязычных групп, они были труднодоступные, потому что все находились прямо в центре Израиля. В какой-то момент мы поняли, что нас достаточно много для того, чтобы открыть новые группы на родном языке, тем более что выздоравливающих, которые не очень хорошо знают иврит, было предостаточно.

Многие русскоязычные участники АН посещают собрания на разных языках, потому что там можно услышать интересный опыт, плюс у многих израильтян большие сроки чистоты: 25-30+ лет чистого времени. Эти люди стояли у истоков Израильского сообщества, у них очень богатый опыт ошибок и их решений. Поэтому очень интересно слушать их и перенимать опыт.

Духовность и ещё раз духовность

Я часто слышу мнения, что у русскоязычных выздоравливающих в Израиле слишком многое строится на духовности, но те, кто так говорят, ни разу не бывали на группах на иврите. Коренные израильтяне растут на религиозных ценностях, им гораздо легче «подключаться» к духовности, они гораздо

проще начинают это воспринимать.

В начале меня раздражало, когда они мне говорили: «Всё в руках Бога, всё наладится, только приходи». Мне было абсолютно дико это слышать, я не был готов к таким идеям. Они отвечали мне: «Просто продолжай приходить, Бог всё разрулит». Они верят в это настолько, что в какой-то момент ты начинаешь верить вместе с ними. Я вернулся, и они сказали: «Мы будем верить в тебя, пока ты не научишься верить в себя; мы будем любить тебя, пока ты не научишься любить себя; мы будем принимать тебя, пока ты не научишься принимать себя; просто продолжай сюда приходить».

Это даёт очень много сил. Мои русские друзья говорят: «Мы периодически ходим туда учиться у них этой духовности, чистой и нефанатичной вере в то, что всё будет хорошо, это заряжает нас».

На группах как дома

Как говорят сами израильтяне: «Бог велик, и это Бог любящий». Ты приходишь, и не важно, первый раз ты на группе, знаешь ли ты там кого-то или нет. Если я заходил на группу в первый раз и никого там не знал, я чувствовал себя как дома с первых минут, как только заходил.

Везде тебе рады, улыбаются, здороваются, не лезут с ненужными вопросами, которые могут напугать и оттолкнуть новичка, дают тебе время привыкнуть, предлагают кофе, чай, выбрать место поудобнее – очень радушная и гостеприимная атмосфера. Они говорят: «Здесь есть Бог». В этих местах есть сила, которая защищает, и ты с первых минут чувствуешь, что оказался в правильном месте.

Порой возникают какие-то спорные вопросы, конфликты, но в основном эта атмосфера очень быстро их глушит.

Интересные обычаи и особенности

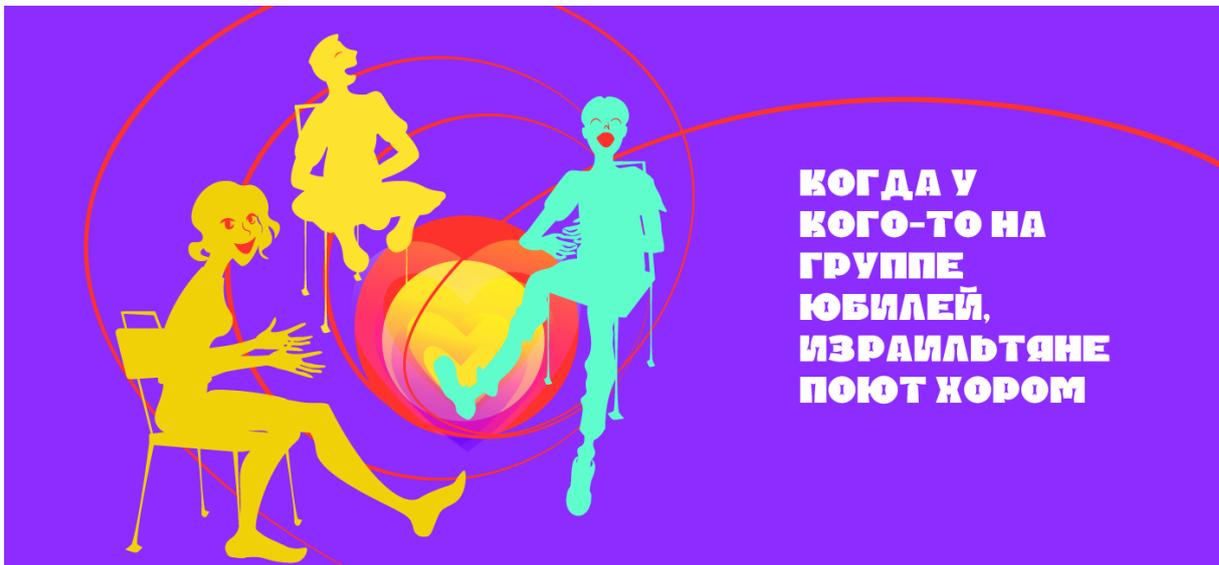
Когда человек представляется в начале своего высказывания, мы говорим ему: «Любим тебя». И когда ему тяжело. И когда он заканчивает

высказывание. Это не просто фраза, это реальное выражение того, как мы к нему относимся. У нас принято обниматься при встрече и при расставании. У израильтян это считается совершенно нормальным, они внесли это в сообщество, и это действительно даёт эффект единства и присутствия рядом с тобой тех, кто тебя любит и понимает.

В конце группы мы предоставляем 10 минут для высказываний тех, кому было особенно трудно или кто не смог поделиться своим опытом по теме из-за сложного состояния. Это также время для тех, кто употреблял наркотики и пришёл искать помощи. Мы даём им эту возможность, чтобы после группы к ним могли подойти люди поддержать. Это время для новичка или ветерана, который находится в ситуации, грозящей срывом.

Когда у кого-то на группе юбилей, израильтяне поют хором. Как правило, поются песни из детства. Это их традиция. На русскоязычных группах мы немножко закомплексованы в этом плане, а израильтяне более свободные, поэтому у них это растягивается минут на 5-8. Это действительно создаёт атмосферу дня рождения, приносит ощущение праздника и радости за человека.

В оставшееся время, после того, как выскажется юбиляр, участники АН его поздравляют. Те, кто хорошо знают юбиляра, высказывают пожелания и предложения, над чем ему стоит работать, в чём они ему желают продвигаться. Но это не исключает того, что люди также высказываются о чём-то своём. Просто как-то автоматически это переходит в группу, посвящённую юбиляру.



Есть группы, где могут предложить провести собрание любому пришедшему на группу, от трёх месяцев чистоты. Рядом с таким ведущим садится один из служащих, чтобы помочь в проведении. Это помогает приобщить новичков, дать им почувствовать себя частью сообщества, внести вклад. Чайханщиков у нас нет, каждый сам всё делает. Если есть новички, которые стесняются, то ребята предлагают чай, кофе, могут пойти сделать, принести, проявить внимание.

А ещё израильтяне дважды в год делают танцевальные мероприятия, устраивают «чистый рейв».

Объявления чистого времени

В начале группы у нас есть традиция, мы всегда очень горячо приветствуем людей с несколькими днями или месяцами чистоты. Это даёт возможность узнать новичков, обратить на них внимание. Когда люди объявляют свои первые дни чистоты, я лично понимаю, что мне надо обратить на человека внимание, может, предложить кофе, чай, или подойти после группы, спросить, в чём он нуждается.

Как пишут шаги

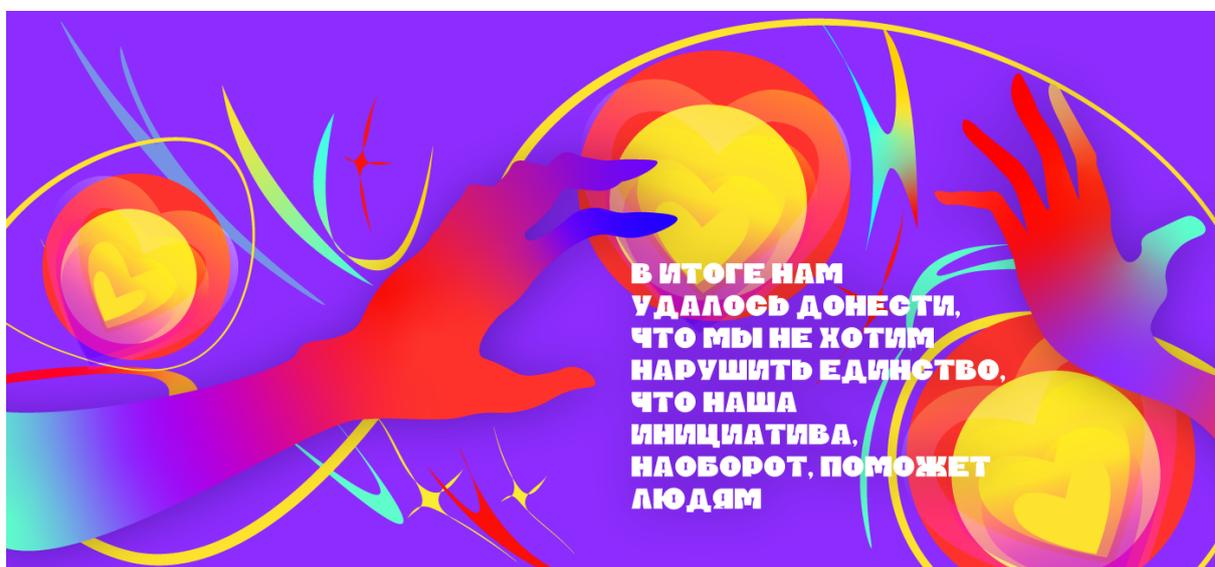
Когда я начинал выздоравливать, ещё не было «Руководства к работе по шагам», мы писали шаги по Базовому тексту и у нас были самодельные таблицы и вопросы, которые передавались от спонсора к спонсору. Потом

появилось Руководство, в основном сейчас все пользуются им. Также у нас есть тематические шаговые группы. Чаще всего это группы, в которых пишут шаги по отношениям, потому что это тема, в которой всем зависимым очень тяжело. Часто открываются группы по определённой теме, там всё как в обычной шаговой, но основной упор в примерах делается именно на «больную» тему.

Конфликты внутри Израильского сообщества

Когда организовывалось русскоязычное сообщество, как израильтяне, так и многие русскоязычные зависимые не совсем правильно поняли эту идею, было много споров, конфликтов, потому что израильтяне подумали, что мы хотим отделиться и сделать в Израиле отдельное сообщество АН. Мы не хотели отделяться, наоборот, нам нужно было встроиться в существующую структуру. Создать в Израиле свои подкомитеты, которые бы регулировали работу русскоязычных групп, помогали им развиваться и обеспечивали литературой. В итоге нам удалось донести, что мы не хотим нарушить единство, что наша инициатива, наоборот, поможет людям.

Сегодня этот конфликт угас, но появился другой. Это вопрос о зависимых с двойным диагнозом. На некоторых группах им просто не дают высказываться, думая, что раз они принимают лекарства, они не являются чистыми. Есть группы, на которых относятся к этому вполне спокойно: человек заботится о своём здоровье, только он сам может знать, чистый он или нет.



Структура обслуживания

Мы входим в региональный Израильский комитет. Наш местный комитет координирует работу русскоязычных групп, он входит в региональный комитет Израиля. У англоговорящих и арабговорящих нет своего местного комитета, они входят в Израильский региональный и местный комитеты. Русскоязычные группы через ПГО (*ред. — представитель группового обслуживания*) встречаются и обсуждают все вопросы, касающиеся русскоязычных групп на местном русскоязычном комитете, далее ЧРК (*ред. — член регионального комитета*) передаёт эту информацию в региональный комитет Израиля, и в свою очередь мы получаем информацию от него.

В местном русскоязычном комитете есть все необходимые подкомитеты: комитет по развитию сообщества, комитет по связям с общественностью, литературный комитет, комитет по больницам и учреждениям. Правда, русскоязычный комитет пока не пускают в тюрьмы.

Государство, социум и АН

К нам относятся по-разному, очень по-разному. Лет пятнадцать назад нас не очень принимали, хотя в некоторых местах люди были более осведомлены и относились с пониманием. В Израиле очень мало групп, которые оплачивают помещения. В основном им предоставляется помещение от муниципалитета абсолютно без претензий, требований и правил. От нас ничего не просят, нам просто говорят: «Выздоровливайте!» Случаются конфликтные ситуации с людьми или организациями, существуют предвзятости. В какой-то момент ни одна гостиница не хотела предоставлять своё помещение для конвенции, потому что там после нас оставался полный разгром. Насколько я знаю, сегодня с этим проблем нет.

Всё зависит от нас, от того, как мы себя ведём и представляем. Опять же предвзятость была, есть и будет, потому что люди не до конца понимают, кто мы. В муниципалитет города, где находится моя домашняя группа, поступила жалоба на то, что после группы люди шумно разговаривают, так как группа заканчивается поздно, и это мешает соседям. Мы сразу же донесли эту информацию до людей на группе, но одна женщина, которая там

живёт, подошла и сказала: «Я добьюсь того, чтобы вас отсюда выселили куда-нибудь поближе к трассе, наркоманы должны быть там, где им место». Да, это неприятно слышать, но отчасти мы сами спровоцировали эту ситуацию. Такие люди были, есть и будут.

Сегодня информация о выздоравливающих зависимых более распространена, и к нам относятся лояльнее. Я работаю с зависимыми людьми и могу сказать, что за годы к нам изменилось отношение и со стороны разных структур, социальных работников, психологов и психиатров. Раньше они не воспринимали нас всерьёз или даже относились к нам отрицательно, а сегодня у нас получается сотрудничать.

Спасибо, что читаете Онлайн-газету! Хотите первыми узнавать о новых статьях? Добро пожаловать в наш телеграм-канал для читателей:

<https://t.me/NAgazeta>.

Над статьёй работали:

Никита (корреспондент), Коля Ч. (корреспондент), Коля (редактор),

Вероника (дизайнер), Михаил Ка (корректор), Алексей (техник).