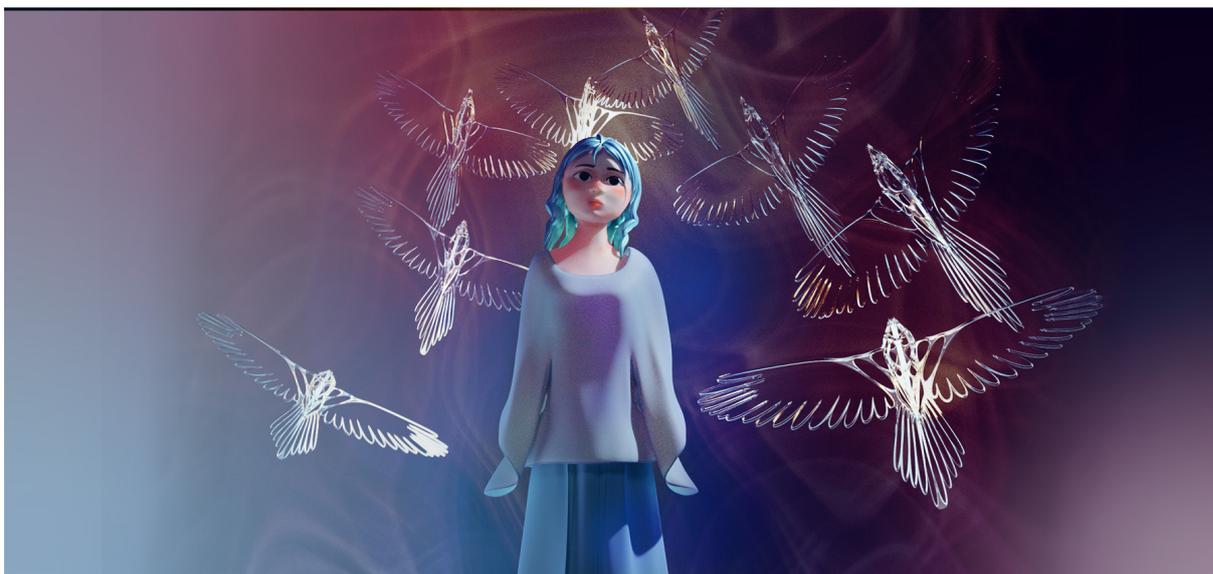


# Свобода сердцем



*Личная история Марии и её взгляд на свободу в Анонимных Наркоманах, которая распространяется далеко за границы избавления от наркотиков.*

*«Зомбированное» давление на группах, философские концепции свободы в рамках АН, свобода употреблять, сопротивление новому в АН и спонтанность в выздоровлении — в статье онлайн-газеты.*

Мария пришла в Анонимные Наркоманы в 1999 году и недавно отметила 23 года чистоты. Она вместе с другими служащими стояла у истоков комитета БУ, создавала первые флаеры в АН, организовывала женские ретриты, участвовала в создании книги «История АН Москвы» и была первопроходцем в множестве других проектов. Мы с Марией горячо благодарим всех служащих, которые внесли огромный вклад в эти инициативы.

## **Как ты понимаешь свободу?**

Для меня свобода — это слушать своё сердце. Философ Джон Стюарт Милль писал о границах свободы: «Свобода заканчивается там, где начинается посягательство на свободу другого». В этих рамках действовать согласно своему сердцу — это и есть свобода для меня. Да, как бы это банально ни звучало: как сердечко подсказывает.

Я думаю, что мы все стремимся к свободе с самого детства, а наркотики были одним из способов её достижения.

Если говорить обо мне, то, достигнув определённого возраста, я хотела почувствовать свободу от родителей – я начала от них отделяться. Потом я хотела почувствовать свободу от общества – я стала красить волосы в синий цвет, одеваться неформально. Это была такая свобода от общественных установок, нормативных правил поведения. Я родилась в Советском Союзе, и мой подростковый возраст попал на постсоветский период. В то время дух свободы витал везде. Очень хорошо помню, как мы слушали рэп-музыку, одевались в широкие джинсы, футболки, ходили толпами по двести человек в центре Москвы, потом употребляли в Александровском саду. Нам тогда казалось, что это и есть та самая настоящая свобода, свобода от всего. Постепенно я приобретала таким образом и свободу от школы, – учителя для меня перестали быть авторитетами, – и я шла по дороге, где в итоге наркотики меня сделали полностью «свободной»... Но не относительно самих наркотиков.

В последние годы употребления моя «свобода» проявлялась в том, что мне уже было насрать, во что я была одета и как я выглядела, потому что я могла выйти на лестничную клетку в пижаме, сверху накинуть шубу и в таком виде исчезнуть на несколько дней. Я перестала мыться, перестала ходить в институт, мне было наплевать, где я сплю, с кем я сплю, что я ем — вот она свобода!

У меня больше не осталось никаких социальных ограничений, я реально приобрела «свободу», вся она сконцентрировалась в маленьком чеке, и, конечно, такая «свобода» меня убивала.

### **На твой взгляд, есть ли свобода в АН на личном/на структурном уровне? Как ты это чувствуешь?**

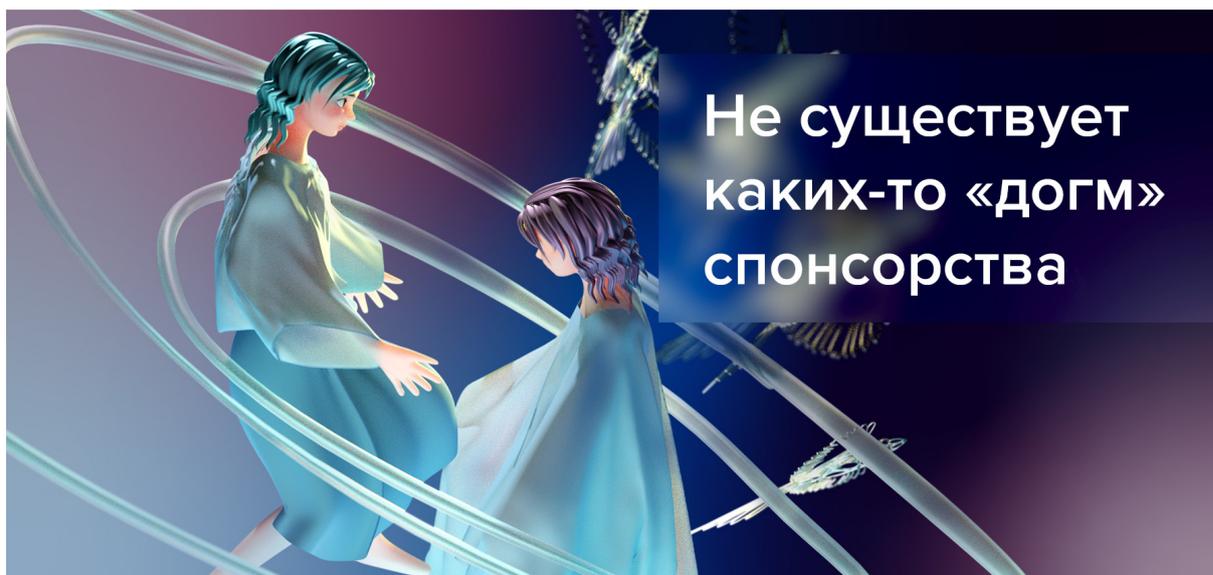
Изначально, мне кажется, большинство людей приходят в АН за одной свободой — от наркотиков.

Когда я попала в сообщество, то с помощью программы я начала меняться, стала стремиться к свободе от веществ, изменяющих сознание. Я пришла в АН очень рано, мне было 19 лет, и благодаря тому, что сообщество было очень маленькое, мне пришлось развиваться и расти вместе с ним. В то время не было авторитетов, никаких известных заранее путей, шаблонов и

правил, мы не знали, что нам делать, мы делали, что могли. Мероприятия, группы, комитеты открывались и проходили совершенно по-разному, у нас, первопроходцев, было поле свободы, и мы могли в нём двигаться, ошибаться, придумывать, быть спонтанными, дерзкими, следовать за своим сердцем.

Наступило время для выражения идей, которые были в мире, и мы вместе с другими служащими и Высшей Силой воплощали их. Мы делали первые флаеры. Сейчас они, понятно, везде в электронном виде, но тогда они были только бумажными. Мы долго спорили, имеем ли мы право делать эти флаеры или нет, тратить ли на них деньги сообщества, потому что это некая реклама мероприятия. Тогда служебных мероприятий вообще не было. И как раз тогда мы придумали первый семинар для БУ (*комитет по больницам и учреждениям — Здесь и далее прим. ред.*) совместно с ПСО (*комитет по связям с общественностью*).

Потом мы с Варей придумали и организовали первый день спонсорства, и это разрослось. Там был девиз: «От сердца к сердцу». Тогда только появился черновик книги «Спонсорство», и мы хотели, чтобы как можно больше людей узнали о нём. Нам казалось очень важным презентовать самый разнообразный опыт в сообществе, который только может быть, и показать, что не существует каких-то «догм» спонсорства.



**Возможно, у тебя есть конкретные примеры неправильной интерпретации свободы либо её отсутствия в Анонимных Наркоманах?**

На самом деле благодаря своему опыту нахождения в сообществе, написания

шагов и служения у меня есть личная свобода от сообщества, вернее, нет довлеющей силы сообщества, каких-то лидерских мнений, что правильно, а что неправильно. Я умею быть в АН такой, какая я есть. Я умею быть свободной.

Недавно на одном из комитетов я столкнулась с такой ситуацией: что-то было с принципами, они никак не вписывались, было ощущение, что их нужно поменять, и я внесла такое предложение. В ответ услышала: «Ты что? Это же принципы, их нельзя менять», – я говорю: «Ну как нельзя менять? Я сама эти принципы писала в 25 лет после клуба. В каком я тогда была состоянии? Сейчас мне 40 лет, и мозгов у меня вроде побольше стало».

Но я понимаю, что людям очень сложно что-либо менять. Когда они пришли в сообщество, уже были определённые правила. Я не говорю про наши 12 Традиций, я имею в виду правила и «ритуалы» в сообществе. Они есть, на этом построено любое социальное движение, и кажется, что если они людям помогли, значит ничего менять нельзя. К сожалению, многие цепляются за это и стремятся сохранить стабильность, но, на мой взгляд, такой подход ограничивает наши возможности и тормозит сообщество в развитии.

Меняется общество, меняется АН, меняются наркотики, люди меняются. Благодаря этой свободе сердцем в своё время мы, например, впервые начали снимать видеоролики о комитетах и сообществе. Или же как-то на группе «Хон Гиль Дон» мы решили, что будет классно сделать совместный танец для спектакля АН, и нам тогда всё время задавали вопрос: «А какое это отношение имеет к АН?», – да может и никакого, просто это было классно, мы чувствовали единство, и нам было весело. А в 2001 году мы поставили первый спектакль в Анонимных Наркоманах.

Безусловно в сообществе есть лидеры и, несмотря на то, что у нас есть Двенадцатая Традиция про анонимность, как раз они очень влияют на общее движение нашего сообщества (*12 Концепций АН: Концепция 4.*

*«Эффективное лидерство высоко ценится в Анонимных Наркоманах.*

*Лидерские качества следует внимательно рассматривать при выборе лиц, облеченных доверием»).* Меня реально Анонимные Наркоманы научили свободе в сообществе и в жизни, я очень благодарна за это.

Группы очень по-разному могут жить, и они могут делать то, что считают нужным согласно нашим традициям. Так появились наши комитеты. Помню, одному парню пришла в голову идея создать комитет БУ, и многие туда вписались. Никто на тот момент не думал, правильно это или неправильно, ничего ли это не нарушает – в этом и заключалась свобода сердцем. Теперь у нас огромное количество комитетов БУ, есть группы в зонах. Иногда идти на компромиссы абсолютно нормально.

Мы так же делали женские ретриты. Нам пришла идея, и мы решили её осуществить. Выздоровление для женщин – чтобы они могли выезжать куда-то от своих семей, детей, мужей, от своей рутины и быта и просто побыли в свободном состоянии. Некоторым не понравилась наша инициатива: «Какое отношение это имеет к АН? Зачем женщинам так собираться? А что им мало выздоравливать в АН?» На самом деле всё не так. АН – это про свободу внутри каждого человека и внутри самого сообщества.

### **Может ли весть Анонимных Наркоманов быть навязчивой и непривлекательной, на твой взгляд?**

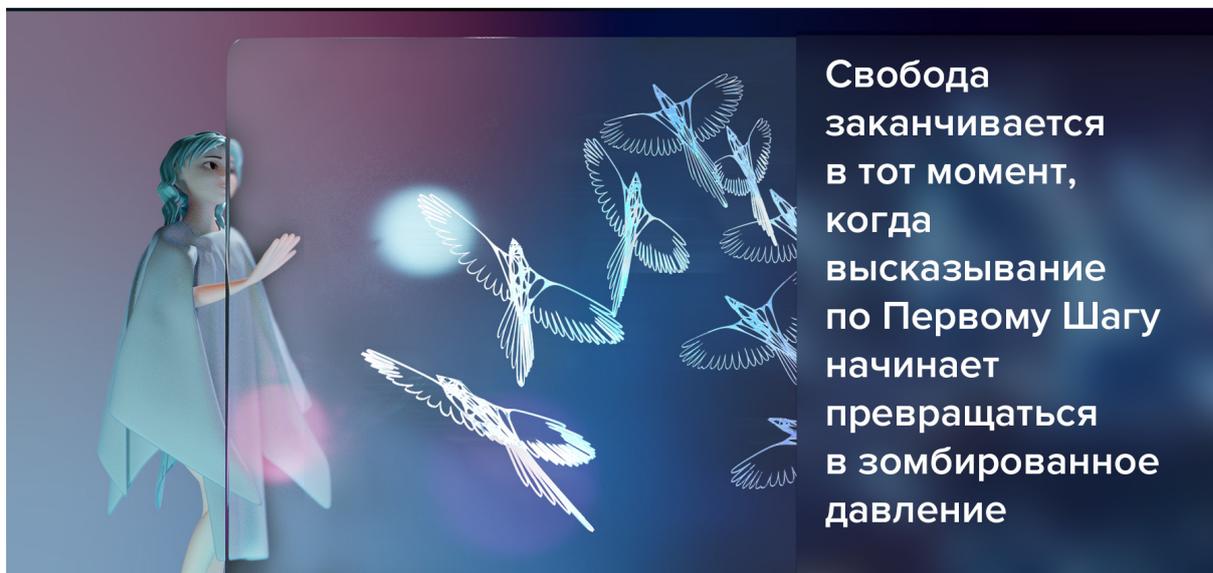
В Двенадцатом Шаге есть вопрос: «Какой ваш личный стиль спонсорства?» Я считаю, что у каждого есть ещё и свой личный стиль выздоровления, и мой стиль выздоровления выражается в спонтанности, радости и свободе, о которой мы говорим, хотя при этом на группах я могу высказываться достаточно депрессивно.

Мне нравится спонтанность в выздоровлении, я отношусь к своему выздоровлению, как к приключению, как к площадке для опытов, и, когда весть становится навязчивой, мне становится душно и тесно. Я хочу веселиться и радоваться, смеяться со своими соратниками, с теми, кто разделяет моё мировоззрение, для меня это очень важно. При этом я точно знаю, что за каждым человеком в сообществе стоит огромное количество боли, и только через такую радость можно поддерживать друг друга, как мне кажется.

Я в своё время закончила курс «Философия свободы». Мне было как раз очень интересно разобраться с этим аспектом в рамках АН, потому что у нас, на мой взгляд, свобода заканчивается в тот момент, когда высказывание по

Первому Шагу начинает превращаться в зомбированное давление.

Я считаю, у каждого есть выбор. Свобода ведь заключается в том, что кто-то может выбрать употреблять и, возможно, умереть от наркотиков. Я считаю, важно уважать такой выбор – он не плохой, как у нас принято считать. Но всё же мне хотелось бы получше разобраться в этом аспекте свободы.



### **С философской точки зрения как ты можешь охарактеризовать принцип свободы?**

О свободе писало очень много философов, но мне понравилось, что писал И. Берлин про позитивную и негативную свободу. Это как раз про то, что я говорила в начале интервью – про обретение свободы от всего и от своих желаний, если их нереально осуществить.

Мне близка концепция Э. Фромма, изложенная в его книге «Бегство от свободы». Он говорил, что свобода заключается в самореализации, спонтанности, в том, чего нам очень часто не хватает, в том числе любви к себе. Он считал, что эта потенция любви заложена в каждом из нас, а кто послужит катализатором её выражения – неизвестно, возможно, человек извне, а возможно, и мы сами.

По сути, все эти четыре аспекта мы можем найти у нас в сообществе, и поэтому я счастлива, что в моей жизни есть АН, где я могу осуществлять всё это: самореализовываться через служение, проявлять такие качества, как спонтанность и любовь. Особенно это чувствуется на наших конвенциях!

## **Как тебе кажется, есть ли границы у свободы?**

Да, безусловно есть. Я думаю, что бегать по улице голым — это не про свободу, потому что тем самым человек нарушает границы других людей, возможно, им неприятно. Повторюсь, как говорил Д. Милль: «Свобода заканчивается там, где начинается свобода другого».

Нельзя, конечно, забывать о наших традициях, концепциях и шагах, ведь они как раз являются некими ограничителями. Для меня это святое и самое важное, то есть нужно всё-таки двигаться в рамках того, что заложено в основании нашего сообщества.

На самом деле это такой философский, спорный вопрос, он не имеет чёткого ответа, но про это нужно говорить, размышлять. И мне всегда очень больно, когда в АН и на группах говорят догмами. Мне кажется, любой вопрос нужно обсуждать, и пусть мы на него не найдём ответа, но, по крайней мере, каждый для себя что-то может взять. Я считаю, об этом очень важно говорить, говорить друг с другом, от сердца к сердцу.

*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:**

**Лена (корреспондент), Коля (редактор), Вероника (дизайнер),**

**Михаил Ка (корректор), Лёша (участник).**