Издается с 7 апреля 1993 года

Московский листок АА

Окружной интергруппы Московского делегатского округа Содружества АА России

КОНФИДЕНЦИАЛЬНО
ТОЛЬКО ДЛЯ ЧЛЕНОВ АА

Единый информационный телефон
АА Москвы и Московской области
+7(985) 220-09-69

№4"2025 г
октябрь

Перевод уточнили. Что дальше?



Уточнённый перевод Большой книги: рабочая группа ждёт вердикта правообладателя и российской конференции.

«Августовские встречи» в Москве: на круглом столе с участием представителей рабочей группы по уточнению второго русского издания «Большой книги» Анонимных Алкоголиков обсуждали итог многолетней работы, юридические нюансы и судьбу прежнего перевода.

Файл уточнённого перевода был заблаговременно разослан делегатам с просьбой собрать замечания «с мест». Около 95% предложений просмотрены, часть принята; исправленный вариант передан правообладателю на экспертизу. Следующий шаг — официальное согласование и, как того требует российская процедура, утверждение на Конференции по общему обслуживанию. Что делать, если решения «океанских» и российских структур разойдутся, участники предпочитают обсуждать, когда появится сам предмет обсуждения.

продолжение на стр. 2

Другие цели

Колонка редактора

Вторая попытка вывести Августовские Встречи в Москве из всенародной трезвой гулянки в формат форума АА оказалась не то, чтобы комом, но и полностью удачной её назвать перо не поднимается.

Мероприятия «сопутствующие выздоровлению» — этот термин пришел к нам из реабилитационных центров и, почему-то, с энтузиазмом был подхвачен в Содружесте. Я интересовался у достаточно большого количества людей, пришедших на «АВ-2025» для чего вообще нужна эта тусовка и какие цели она преследует. Ответы варьировались от «чтобы доставить людям радость» до «чтобы все знали, какие мы молодцы».

продолжение на стр. 8

Также в номере:

► Онлайн умер - да здравствует онлайн?
Обзор альтернативных телеграму интернет-платформ для проведения собраний

►Как выбрать служение
международный опыт, Чехия

► А все-таки они переплетаются:
7-я Традиция и безопасность казначея

► Финансы. Июль-август.

► Информация от профильных комитетов МДО

Перевод уточнили. Что дальше?

начало на стр.1

Старые ошибки перевода — основной мотив для обновления. Как пример: в издании 1989 года пропущено ключевое выражение «сразу же» из абзаца после молитвы Третьего шага. Казалось бы, мелочь, но этот пробел породил десятки теорий, когда начинать Четвёртый Шаг — от года до четырёх. «Настоящий алкоголик к четырём годам без инвентаризации почти наверняка сорвётся», — подчёркивает член РГ Александр, поэтому группа настаивала на точности формулировок.

Что будет со старым переводом? Решения о целесообразности печати принимает литературно-издательская служба и Центральное бюро обслуживания. Никто не лишает людей права работать по привычным текстам — но рабочая группа убеждена: прежняя версия искажает послание и даёт слишком много пространства для разночтений, тогда как уточнённый перевод эти «люфты» закрывает. Такой же подход применяли коллеги в Польше: переход от старого к новому изданию осуществляли мягко — без «ножа» для прежнего текста. Старые тиражи просто не переиздавали, когда они заканчивались.

Верстка будущей книги, подчёркивают в группе, — это не «заливка» текста: необходимо сохранить логику оригинала, включая структуру, курсив, звёздочки-сноски и даже американскую нумерацию страниц.

Теперь главный герой этой истории — время: в ожидании решения правообладателя и российской Конференции текст «Большой книги» в уточнённом переводе уже успел пройти проверку сообществом — и, по словам участников круглого стола, стал честнее, точнее, и ближе к исходному Посланию АА.

* * * * * * * * * * * * * * * *

16 сентября 2025 г. Москва, Сокольники.

Члены АА представляли Содружество на V Межрегиональной научно-практической конференции «Междисциплинарные подходы в оказании наркологической помощи в мегаполисе: настоящее, будущее».

Выступлений и презентаций с нашей стороны предусмотрено не было, однако наши служащие активно работали на стенде, где была представлена литература АА и раздаточный материал, распечатан список литературы и контакт ЛК (Вероника) для взаимодействия с лечебными учреждениями.

Многие участники Конференции о нас знают, подходили, целенаправленно брали справочники групп и другую литературу, что радует! Установлены и новые контакты со специалистами.

Еще раз спасибо за служение: Веронике, Саше, Илье, Лидии, Евгении, Егору, Инне. И, спасибо огромное за бесценный опыт, проведения подобных мероприятий, всем кто раньше участвовал.

Такие конференции проходят дважды в год и представители Содружества АА постоянно принимают в них участие.

Онлайнё

Куда «переезжать»?

В августе на территории РФ по решению Роскомнадзора были ограничены звонки через WhatsApp и Telegram. В новых реалиях группы начали искать решения, которые позволили бы не терять возможности собираться онлайн. На основе опыта групп и изучения рекомендаций в интернете мы сделали обзор основных платформ для проведения онлайн-собраний.

Ключевые критерии выбора для собраний АА:

· Бесплатность. В обзор попали бесплатные возможности существующих платформ

· Анонимность и конфиденциальность.

· Простота и доступность: Люди с разным уровнем технической грамотности и на разных устройствах могут легко подключиться.

Яндекс.Телемост. Не требует регистрации для участников. Достаточно перейти по ссылке и ввести имя. Во встроенном чате могут принимать участие только зарегистрированные пользователи. Лимита по времени нет. До 40 участников. Запись можно сохранять локально только в видеоформате.

MAX. Позиционируется как российская замена Telegam. «Рекомендовано» государством. Требует авторизации по номеру телефона. Доступен только для телефонных номеров России и Беларуси.

Контур.Талк. Есть бесплатный тариф с базовыми функциями. До 50 участников встречи, длительность звонков не ограничена. Не требует регистрации участников. Записи встреч можно сохранять только локально, в облаке записи не сохраняются.

Zoom. Доступность для всех, как в России, так и за рубежом. Для подключения регистрация не требуется. Есть ограничения на время встречи – 40 минут. Многие группы изначально пользуются этой платформой. Однако отмечено неудобство использования без специального приложения.

VK Звонки. Создать собрание может любой участник с почтой VK. Ссылка-приглашение постоянная. Участникам не нужен аккаунт VK — они могут присоединиться прямо из браузера. Нет ограничения по времени для групп до 100 человек. Постоянная ссылка на собрание.



Регистрация группы АА изменение данных о группе

Порядок регистрации группы АА

► Группа АА заполняет утверждённую ОИГ МДО АА анкету (в бумажной или электронной форме), которая автоматически регистрируется в ЦБО АА России и GSO.

► Анкета высылается на адрес *secretary@aamos.ru.*

► ЦБО (Центральное Бюро Обслуживания) присваивает группе учётный номер в своей базе групп АА России.

► Регистрация Группы АА является уведомлением Содружества АА о своём существовании и не является юридическим документом.

Уважаемые представители групп!

Для того, чтобы наши службы могли сохранять актуальность данных о группах АА нашего округа на сайте и в справочнике, просьба не реже раза в год актуализировать анкету данных о группе и высылать её по адресу info@aamos.ru

Скачать анкету группы АА

История группы

Настал момент, когда я поняла, что нужно идти вперед

Я очень благодарна группе, на собрание которой я приползла, эта группа с Богом спасла мне жизнь. Просто настал момент, когда я поняла, что нужно идти вперед, я уже не хотела быть просто наблюдателем. Я молилась, просила Отца показать мне путь, обсудила со спонсором, мои девочки подспонсорные меня поддержали с удовольствием. Это не про отрицание других групп ни в коем случае, мы любой опыт принимаем, каждый выздоравливает и идет с Богом по-своему.

Но у меня есть свой собственный путь и Отец показал, что он с нами – новая группа вскоре с Божьей помощью начала работу сначала онлайн и позже в гибридном варианте, все получилось. Результат правильно принятого решения очевиден, приходят новички и на онлайн и на живую сейчас, служащие группы хотят продвигаться дальше, изучая традиции и концепции и применяем опыт 24/7 в нашей жизни. Любовь и терпимость наш девиз.

Группа АА «Аврора» - совсем молодая. В веселый праздник 1 апреля состоялось наше первое онлайн-собрание, через четыре дня получили свидетельство о регистрации в единстве АА, и началась полноценная работа. А уже в июне к онлайну добавилась живая группа, так что раз в неделю мы встречаемся в гибридном варианте – одновременно вживую и онлайн. И символично, что «Аврора», по латыни означающая «рассвет», стартовала именно в апреле- мае, в прекрасное время рассвета и возрождения. Идея новой группы АА, как и ее реализация, принадлежит двум духовным сестрам, которым помогли еще двое их подопечных и один брат.

За несколько месяцев удалось уже достаточно много – кроме собственно официальной регистрации мы набрали отличную команду служащих, мы работаем ежедневно, трижды в неделю даже два раза в день, и еще раз в неделю гибрид, регулярно проводим спикерские. «Мы помолились тогда, - вспоминает одна из организаторов, - очень опасались неудачи, но Высшая Сила нам точно благоволит, поэтому и стал возможен такой быстрый и устойчивый рост». А другая организатор подчеркивает, что самое важное для «Авроры» - «нести Чистую Весть, увеличивать и укреплять дальше команду спасенных ребят». В своей работе группа АА «Аврора» четко придерживается БК АА, старается без всяких примесей поддерживать приобретение традиций и концепций служащих.

Анна Б.
Группа "Аврора"

Как выбрать подходящее мне служение?

Это то, что мне нравится делать, или то, что у меня хорошо получается? Или то, что поможет мне вырасти, как личность?



Меня зовут Рене Ф., я — алкоголик из Чешской Республики. Спасибо за возможность высказаться на эту увлекательную тему. Обещаю, что буду краток и говорить по существу, как и положено нам, членам АА, когда мы делимся своим опытом: никаких философствований, никаких теорий, лишь я и мой опыт. Но позвольте мне, пожалуйста, в самом начале сделать короткое общее заявление: хотя у нас и не существует общепринятого “естественного соотношения” людей, готовых на все ради достижения цели, и тех, кто не делает этого, некоторые психологические и поведенческие исследования показывают, что меньший процент людей постоянно делает больше в различных аспектах жизни - будь то на работе, в личных отношениях или в общественном служении. Эту идею можно связать с такими концепциями, как принцип Парето (также известный, как правило 80/20), который предполагает, что примерно 20% людей или усилий часто дают 80% результатов во многих системах. Хотя это и не жесткое правило, оно подразумевает, что меньшая подгруппа людей обычно берет на себя большую инициативу и ответственность.

На ситуацию также влияют черты характера, мотивация и внешние факторы (например, окружающая среда и культура). В командах или организациях вы часто встретите разных людей с разным уровнем приверженности и энтузиазма, но те, кто постоянно делает больше, как правило, находятся в меньшинстве. Более или менее такую ситуацию мы видим в Чехии, где численность Содружества составляет около 1500 человек (по моей скромной оценке), около 200 человек работают в наших комитетах в качестве секретарей, и т.д. Одни и те же лица меняются местами, вы понимаете, о чем я говорю...

В моем случае все было предельно просто: служение само выбрало меня. Или возможно это было предопределено моей Высшей Силой. Или, что самое главное, произошла вполне логичная последовательность событий. Я начал ходить на собрания АА в сентябре 2015 года после десятилетий пьянства, реабилитации и ряда срывов. А в январе 2016 я посетил первую Конференцию по общему обслуживанию и, со времен моего пьянства по-прежнему оставаясь болтуном (ох уж эти старые привычки...).

Я не мог сдержаться и комментировал почти все, что там говорили. По профессии я - переводчик, именно поэтому я тут же нашел «ошибки» почти на каждой странице Большой Книги, которую мы называем “Синей книгой”. И вот я, едва просохший, свежеиспеченный всезнайка из маленького городка в Восточной Богемии, дающий советы Литературному комитету... И угадайте, что было дальше? Я приехал обычным делегатом, а уехал членом Комитета. С тех пор мне очень понравилось мое служение. Потому что это было как раз то, что мне по душе, потому что я мог узнать и о “другой стороне” книгоиздательского бизнеса: о лицензиях, процессе корректуры, типографских работах и тому подобное. Но в основном потому, что я мог научиться смирению. Давно прошло то время, когда я думал, что они плохо справляются со своей работой. В издании литературы АА все не совсем так просто, как это кажется на первый взгляд, верно?

С тех пор все пошло довольно гладко: член Организационного Комитета, модератор Конференции Обслуживания, национальный делегат, и, наконец, член Совета. И все это время у меня было бесчисленное количество моментов, чтобы напомнить себе, насколько ошибочным может быть мое восприятие себя. Раньше я был консультантом, время - деньги, не было места для пустой болтовни: вырази мысль и заткнись, давай двигаться дальше. Горизонтальная структура АА, где никто не руководит и каждый имеет право выражать свои взгляды без всяких ограничений, и система голосования с выслушиванием мнение меньшинства, когда сторона объясняет, почему она голосует против. Могу сказать, что для меня все это было действительно тяжелым испытанием. Но опять же: после того, как я остыл, у меня появилась возможность осознать, насколько долгим еще будет мой путь к смирению. И именно ЭТО помогает мне расти как личности. Я всегда был счастлив переводить наши тексты, я привык к процессу лицензирования (теперь гораздо более упрощенному, благодаря онлайн-инструментам), мне даже начали нравиться долгие обсуждения с моими 35 друзьями в АА скучных, но важных тем, но самое главное, что я получаю от моего служения, — это возможность работать над собой. Служение не делает меня более хорошим, но оно делает, или, я надеюсь, сделает меня тем человеком, который стал лучше. И это заставляет меня чувствовать двойную благодарность, не только за то, что я трезв с тех пор, как присоединился к АА, но и за возможность развиваться умственно и духовно.

Рене Ф., Чехия

Я заставлял себя быть трезвым

Я всегда чувствовал, что что-то не так, будто я отделён от других людей. Почему другие вместе, а я всегда один? Над чем они смеются? Что им интересно друг в друге? Как они могут так свободно жить свою жизнь?

Я впервые выпил в 13 лет — это было единственным занятием, которое я мог разделить с другими. Теперь я понимаю, что под «другими» я имел в виду людей, которых считал хуже себя. Мне было страшно общаться с теми, кто действительно вызывал у меня интерес, потому что для этого нужно было смириться, дать им пространство, помогать, быть вежливым и прилагать усилия в общении. Я осознал это совсем недавно - несколько недель назад. Это не было от меня скрыто, в моей совести что-то чесалось, но ускользало от взгляда. Слишком тяжело было туда смотреть — я не хотел рисковать и обнаружить собственную нечестность. К концу школы я заметил, что мне веселее и свободнее выражать себя, когда я пьяный.

Алкоголь стал единственным способом общения. Помню, я специально планировал выпить с людьми, которые мне понравились, потому что не мог представить себе иного способа провести время. Я понимал, что это ненормально и неправильно, но не видел, насколько это ужасно на самом деле. Я ничего не пытался изменить — просто ждал, что кто-то меня спасёт.

Думаю, попытки бросить я начал примерно в 23 года. Но не мог поверить, что надо бросать совсем. Я постоянно торговался с собой и вел внутренние торги, обсуждая с собой допустимое количество алкоголя. И испытывал отчаянную жалость, когда понимал, что не могу напиться "как следует" из-за работы на следующий день.

Позже начались проблемы со здоровьем и тяжёлые похмелья — я мог бросить пить на пару недель, но всё было напрасно. Помню, у меня был календарь, где я отмечал дни с алкоголем и без — большинство дней были с алкоголем.

Я не был глупым, ленивым или слабовольным. Я окончил школу и университет с отличными оценками, работал старшим разработчиком и пользовался уважением среди коллег. Когда началась пандемия, я смог полностью бросить пить и курить. Но лишь на время.

В то время я ухаживал за девушкой. В конце концов она сказала мне «нет». Я пожаловался друзьям в чате, но они просто проигнорировали меня. Даже банального «не переживай, найдёшь другую» никто не написал. Тогда я подумал: «Такого не может быть. Может быть этих людей вообще не существует?». Перед глазами встали кадры из фильма «Остров проклятых». В общем, я решил, что лучше я побуду в комнате с мягкими стенами, чем на свободе буду кидаться на людей. Я записался к психотерапевту. Пока ждал приёма, лежал на спине, смотрел в потолок и ничего не чувствовал.

Терапевт сказал, что у меня депрессия. Я вздохнул с облегчением. Слава Богу, просто депрессия. Я ходил к нему несколько месяцев, он пытался меня лечить, а я пытался доказать, что он дурачок, а психология — не наука. Я не упоминал о проблемах с алкоголем — я уже понимал, что это проблема, но стыдился произносить это вслух и надеялся, что всё не так серьёзно. Думал, что просто нужно больше отдыхать и меньше стрессовать. Показательно, я думал, что пил, чтобы общаться с людьми, но при этом пил в одиночестве, потому что, если бы я пил с людьми, ничего хорошего бы не случилось. Я знал это и заставлял себя быть трезвым на многих вечеринках — без удовольствия, просто мечтая вернуться домой и напиться по-настоящему.

Я все пытался бросить и заняться личностным ростом. Но не знал, в каком направлении. Записывался на разные онлайн-курсы. Я их честно проходил, и ставил точку. А потом был курс по созданию музыки. Я скачал приложение и решил просто нажимать на кнопки на компьютере, пока не услышу что-то, что мне понравится. А если не нравится — нажимать другие кнопки.

Музыка была первой вещью, про которую я мог признать даже сам себе: "мне это нравится потому, что мне это нравится", а не потому, что это умно или полезно.

Я понял, что могу доказать себе что угодно — нужно лишь достаточно времени. Например, я пытался доказать себе, что мне нужно бездельничать на работе. Возможно, я бы потратил ещё десять лет, чтобы найти «исследования», подтверждающие это. Но я захотел жить прямо сейчас, а не через десять лет. Если потратить на решение пять минут, то совершенно ясно: на работе нужно работать.

Я уже слышал фразы вроде «только сегодня» и «нельзя даже первую рюмку» и жил по ним. Но всё ещё боялся признать, что я алкоголик, и надеялся, что однажды смогу пить как обычный человек. Тогда я пил, может, раз в три месяца. Я просыпался напуганный, говорил себе, что раз упал, то надо быстро подняться и собраться, и быстро приходил в норму.

Я два года был почти трезвым и думал, что стал нормальным человеком, который может пить умеренно.

Но когда еще раз попытался собраться и подняться — ничего не вышло. Я лелеял надежду, что если выпью определённый вид алкоголя, то всё будет нормально. Но разум ясно понимал — ничем хорошим это не кончится, и важные дела я переносил на другие дни. В ту ночь я трижды ходил в магазин за добавкой, а утром думал, что умру.

Я знал, что будет плохо. Я всё равно сделал это. И стало плохо. Вот уж действительно безумие. Я должен был признать — я бессилен.

Мне было стыдно называть себя алкоголиком. Сначала я говорил «зависимый», будто это мягче. Я был зависим от еды, игр, тиктоков. Но через месяц я всё-таки признал: я - алкоголик.

После двух или трёх первых собраний я вдруг потерял весь духовный прогресс, накопленный за два года. Я снова стал осуждать всех подряд, меня всё раздражало, и я панически боялся всех — как во времена запоев. По дороге на собрание АА я зашёл в церковь и молился в слезах, умоляя Бога не дать мне умереть в этом аду. Он вернул мне более стабильное состояние. С тех пор я остаюсь трезвым с помощью АА — с подъёмами и падениями. Вернулось чувство близости к людям — и на собраниях, и в жизни за пределами АА.

Недавно отмечал 1 год и 4 месяца трезвости. За это время многое произошло. Иногда, бывает, разговариваю с кем-то на улице или с продавцами и понимаю, что раньше бы этого не смог, а теперь даже внимания не обратил, как это началось.

Начал относиться к людям как к равным. До сих пор, бывает, пошатывает, когда я то считаю себя неприятным для людей, то, наоборот, слишком умным и красивым для них, но это приходит в норму. Я начал понимать и принимать необходимость в других людях, а также и то, что я тоже могу быть им полезен, и в этом нет ничего постыдного. В отдавании я нахожу большой смысл и удовольствие, а всем остальным - Бог обеспечит.

Дима алкоголик
Группа Центр

7-я ТРАДИЦИЯ – НА ЧТО ИДУТ НАШИ ПОЖЕРТВОВАНИЯ



Печать литературы



Оплата аренды, мест проведения собраний и т.д.

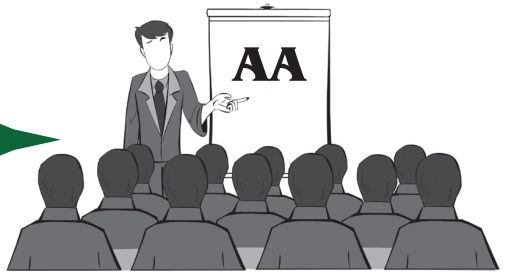




Литература для 5-й Традиции в ЛУ

ТРАДИЦИЯ 7

Организация и проведение Заседаний Конференции





Литература для 5-й Традиции в ИУ

Международные делегаты



Обеспечение деятельности ЦБО, оплата наемных работников, издательской службы, выпуска Журнала АА









Обеспечение работы местных структур обслуживания от РК до ДО

Листовка разработана Литературным комитетом РСО АА. © Фонд поддержки движения Анонимных Алкоголиков «Единство», 2022.

О финансовой безопасности в нашей Седьмой Традиции

В связи с тем, что с 1 июня 2025 года введен усиленный контроль за переводами между физлицами и между физлицами и юрлицами, мы хотели бы прокомментировать некоторые моменты – как можно обезопасить себя от блокировки карты.

1) Отдельная Карта (Буферная Карта)

Это самый важный пункт. Никогда не используйте для таких переводов свою основную зарплатную или дебетовую карту, где лежат ваши сбережения или которая привязана к важным сервисам.

• ***Что сделать***: Откройте в своем банке или в любом онлайн-банке (Тинькофф, Точка, Альфа-Банк и т.д.) отдельную дополнительную дебетовую карту. Лучше всего — виртуальную.

• ***Зачем:*** Эта карта будет выступать буфером. На нее вы получаете переводы, и с нее же сразу переводите деньги на основную карту или снимаете наличными. Если с этой картой возникнут проблемы, это никак не затронет ваш основной счет и сбережения.

• ***Идеальный вариант:*** Виртуальная карта, к которой не заказана физическая. Ее можно мгновенно заблокировать или перевыпустить в приложении, не дожидаясь новую по почте.

2) Используйте Сервисы-Посредники (ПВКошельки)

Это еще один уровень защиты, который дистанцирует вас от прямого перевода на карту.

• ***Что сделать:*** Заведите кошельки в популярных платежных системах: ЮMoney, Qiwi, WebMoney.

• ***Как использовать:*** Попросите отправителя перевести деньги не на вашу карту, а на номер одного из этих кошельков. Затем вы сами быстрым и безопасным переводом (НО: возможно с комиссией) переводите эти деньги на свою буферную или основную карту.

• ***Зачем:*** Платежные системы выступают в роли буфера. Риск получить блокировку именно банковской карты снижается. Однако помните, что сами ПВКошельки также могут быть заблокированы, поэтому не храните на них крупные суммы.

3) Внимание к суммам и регулярности

Резкие движения крупных сумм — главный триггер для финансового мониторинга банка.

• Не принимайте крупные суммы сразу. Если вам должны значительную сумму, разбейте получение на несколько частей.

• Избегайте шаблонности. Поступления одинаковых сумм (например, ровно 500 руб. каждый день) могут быть расценены как признаки системной коммерческой деятельности или структурированных платежей.

• Лимиты. Помните о лимитах на переводы между физлицами (установленных как банком, так и законодательством для контроля). Регулярные переводы на суммы, близкие к 600 000 / 1 000 000 руб. в месяц, обязательно привлекут внимание.

С уважением,
Финансовый Комитат МДО АА

Уважаемые друзья!
Всё вышеперечисленное не является рекоминдациями Финансового комитета. Это лишь обзор средств и методов, которые могут оказаться полезными для повышения финансовой безопасности групп и служащих.
Вы всегда можете дополнительно проконсультироваться со служащими комитета в нашем телеграм-чате

Финансовый комитет МДО АА в Телеграм

Другие цели

начало на стр.1

В этом году нашим Традициям исполнилось 75 лет. За эти годы ни суть наших традиций, ни их формулировка не изменились по одной простой причине – не изменились программа выздоровления, не изменились и цели Содружества. Однако, под влиянием многочисленных нововведений, которые призваны дать возможность «выздоравливать комфортно», наша цель размывается, а целостность нашего Послания разрушается. Неоднократно, задаваясь вопросом, зачем нам шашлыки и танцы, я получал неизменный ответ: мы учимся веселиться и отдыхать в трезвости. Позвольте оставить без комментариев эту прекрасную цель, не имеющую к АА никакого отношения. Даже если опустить, что сторонние организации, пусть и дружественные, под именем АА и за счет АА продвигают свои услуги, их неизменное присутствие на АВ не добавляет единства. Кому-то не дали блеснуть на сцене, кто-то оказался лучше, кого-то обидело «закулисье»... Попытки жить по законам шоу-бизнеса могут закончиться крахом нашего братства. Этот этап пройден Содружеством много лет назад, но милые для нашего лба грабли почему-то опять оказываются у нас на пути.

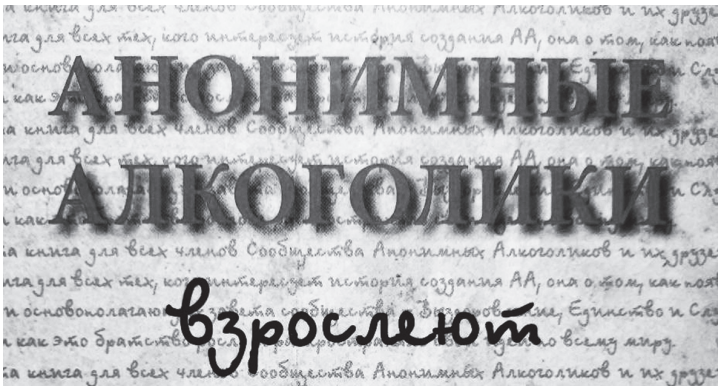
Не лучше, а возможно даже опаснее, ситуация со сторонними организациями в наших структурах обслуживания. В рядах АА с завидной регулярностью появляются люди, которые лучше других знают, как жить и развиваться Содружеству. Какую литературу печатать. Чем «мотивировать». Даже как одеваться. Революционные течения, возглавляемые отдельными личностями, неоднократно приводили нас в лучшем случае к торможению, в худшем – к разрухе. Цель нашего обслуживания, начиная с групп и заканчивая всемирными службами - сохранить и приумножить, а не разрушить и попытаться создать что-то своё.

Попытки перевернуть пирамиду и поставить комитеты и службы выше групп на любом уровне обслуживания даже в российской истории АА были неоднократно. Они заканчивались плачевно. «Словно жуткий смерч проносится по жизням других людей» - это написано в БК про меня лично. Эта фраза применима и к тем, кто попирает наши традиции, напрочь не желая признать, что они не высосаны из пальца, а оплачены болью, срывами и жизнями тех, кто еще не с нами.

Позволю себе ниже привести декларацию, которую, к сожалению, часто отбрасывают, ведь она очень мешает самоутверждению. Она очень кратко и верно отражает то, ради чего мы собираемся в наших комнатах и залах, не пытаясь разделиться на правильных и неправильных. Позволяет нам оставаться свободными.

С уважением,
Анатолий (Чук) А.
редактор «Московского Листка»

Ради будущего АА нам следует:
ставить общее благополучие на первое место —
сохранять Содружество единым.
Ибо от единства АА зависят наши жизни
и жизни тех, кто придёт после нас.



С другой стороны, давайте никогда не будем превращаться в закрытую корпорацию; давайте никогда не будем скрывать наш полезный опыт от окружающего мира. Пусть отдельные члены нашего сообщества помнят об этом призыве в любой сфере человеческой деятельности. Пусть они привносят опыт и дух АА во все свои дела ради того добра, которое они могут совершить. Ибо не только Господь спас нас от алкоголизма, но и мир снова принял нас в свои ряды. Но, веря в парадоксы, как мы это делаем, мы должны понимать, что чем больше наше сообщество стремится заниматься только собственными делами и проблемами, тем больше наше общественное влияние, тем меньше степень возможного противодействия нам, тем шире круг, в котором наше товарищество может пользоваться доверием и уважением людей.

Теперь, рассмотрев опасность гордыни, давайте вкратце поговорим о том, как нам может навредить гнев, даже так называемое праведное негодование. Мне кажется, внутри нашего сообщества всегда будут происходить какие-то ссоры. В основном, они связаны с тем, как можно наилучшим образом облагодетельствовать наибольшее количество пьяниц. У нас будут ребяческие споры и ссоры по таким пустяковым вопросам, как надлежащее расходование средств и выбор руководителей на ближайшие полгода. Такое поведение характерно для любой группы подростков (каковой мы и являемся).

Все это болезни роста, и на самом деле, они помогают нам развиваться. Преодоление таких проблем — это полезный опыт в суровой школе жизни, которую проходят АА.

Но при этом есть определенные области, в которых гнев и раздоры могут оказаться разрушительными для нас. Мы знаем об этом, поскольку общества гораздо более прочные, чем мы, оказывались уничтоженными. По сути дела, весь современный мир, как никогда ранее, распадается на части из-за политических и религиозных раздоров, потому что люди слепо добиваются богатства, славы и персональной власти, не обращая внимания на последствия этого для окружающих и даже для них самих. Это разрушительные мотивы, которые неизбежно подкрепляются оправданием собственных поступков, и во всех разрушительных коллизиях людьми движет праведное негодование, затем беспричинный гнев и, наконец, слепая ярость. С искренней благодарностью могу сказать, что нашему сообществу пока не доводилось переживать таких суровых испытаний.

За все эти двадцать прекрасных лет нас не затронули никакие религиозные или политические распри. Очень немногие из нас пытались с помощью АА добиться богатства, славы или личной власти. У нас были свои серьезные проблемы, но все они всегда разрешались, никогда не оставляя шрамов на лице нашего столь широко раскинувшегося товарищества.

«Анонимные Алкоголики взрослеют»
стр. 233-234

Исправительные учреждения: СИЗО-4 г. Москва

Отчет о посещении с посланием АА

23.08.2025 с 11-00 до 12-45.

Были у СИЗО в 11-45, после обычной волокиты с выпиской пропусков, созвонов, зашли на КПП.

Пройдя обычную процедуру досмотра и сдачи личных вещей произошла комичная ситуация. О которой делюсь, получив одобрение участников:

Илью заподозрили в нетрезвом виде, пришлось опровергать это словесным путем, а также путем дутья Ильей (рот в нос) контролеру на КПП. Слава Богу – мы стойкие АА-шники, и нас не взять никакой провокацией.

Дальше было все как нельзя лучше…

Нас проводили в отряд, где уже ждали четыре человека. Мы устроились в углу за столами. К нам подсели еще двое.

Начал я, рассказал о цели посещения, что мы не на работе и данное мероприятие – часть выздоровления. Рассказал про изменения, которые произошли со мной и моей жизнью благодаря АА. Поделился планами о создании группы АА.

Илья поведал личный опыт употребления(коротко) и выздоровления в АА. Рассказал о количестве групп на территории Москвы и области, в России.

Двое поделились своими историями. Один знаком с программой 12 Шагов из реб. центров. Короче, диалог получился.

А дальше, произошло событие, которое кроме как чудом, не назовешь.

Пришло еще человек 15 и пригласили нас в центр зала. Мы предложили поставить стулья по кругу, куда и уселись все присутствующие. Я предложил провести разговор в формате проведения собрания АА (высказывание по кругу). Высказывались на тему алкоголизма, употребления, отношения к этому.

Получилось очень здорово, многие высказывались, задавали вопросы, на которые мы в процессе отвечали. Диалог получился очень и очень!!!

В 12-20 пришлось закончить, хотя расходиться никто не торопился. Попрощались душевно со всеми.

Также поблагодарили дежурного от администрации за участие.

Подождали работников КПП (25 минут).

Благополучно вышли счастливые и радостные.

Спасибо всем!!!!
Игорь С.;
Илья И.

КИУ в Телеграм



Комитет по сотрудничеству с учреждениями для бездомных на Августовских Встречах

В рамках XXXVII Августовских встреч – 2025 состоялся «Круглый стол» по тематике взаимодействия Содружества АА МДО и учреждений для людей, попавших в трудную жизненную ситуацию (далее – УБ). На мероприятии присутствовал 21 участник, в том числе: от РБОО «НебомЖивы» – 2 участника; от НКО БФ «САМЮ сосьяль Москва» - 3 участника; от АНО «Социально-реабилитационный центр для бездомных людей «Тёплый приём» – 1 участник; от Содружества АА – 14 участников, в т.ч. 3 участника из г. Тула; 1 гостья.

В ходе «Круглого стола» все участники, желающие поделиться опытом, высказывались по кругу. Члены АА делились как своим опытом выздоровления, так и опытом координаторства УБ, говорили о насущных проблемах, главная из которых – низкая посещаемость членами АА предоставляемых возможностей для донесения Послания АА. Представители социальных организаций отметили эффективность взаимодействия с АА, поделились своим опытом эффективности предоставляемых услуг и методов психологической и иной работы с резидентами своих заведений.

Все мероприятие было записано (только голоса, без видео) и выложено в канал в Телеграм по адресу https://t.me/c/2629413461/74

После мероприятия была сделана групповая фотография тех, кто пожелал.

Комитет ОИ МДО АА по сотрудничеству с учреждениями для бездомных выражает искреннюю признательность как участникам, так и всем организаторам мероприятия, особенно служащим Комитета ОИ МДО по организации мероприятий!

КУБ в Телеграм

Остаток на 01.07.2025		1 975 436,67			
Пожертвования от групп АА МДО за июль-август 2025					
№	**НАЗВАНИЕ ГРУППЫ**	**СУММА**	**№**	**НАЗВАНИЕ ГРУППЫ**	**СУММА**
1	12	4 880,00	75	НОВЫЙ СВЕТ	1 000,00
2	АВРОРА	2 928,00	76	НОЯБРЬ /БАЛАШИХА/	1 000,00
3	АЛЬТЕРНАТИВА	3 500,00	77	ОКЕАН ОНЛАЙН ГРУППА	2 800,36
4	АЭРОПОРТ	500,00	78	ОКОЛИЦА	1 922,00
5	БЛАГО	4 400,00	79	ОСВОБОЖДЕНИЕ /АПРЕЛЕВКА/	2 000,00
6	БЛАГОВЕСТ ПРАВИЛЬНЫЙ ВЫБОР/СЕРГИЕВ ПОСАД/	6 500,00	80	ОСВОБОЖДЕНИЕ /ДОМОДЕДОВО/	4 000,00
7	БЛАГОДАТЬ	5 001,00	81	ОСНОВА	5 685,00
8	БЛАГОДАТЬ НА МИЧУРИНСКОЙ	5 196,00	82	ОСТРОВ	14 470,00
9	БОМОНД	200,00	83	ОСТРОВОК /ДОЛГОПРУДНЫЙ/	4 500,00
10	БУХТА	1 000,00	84	ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ	1 500,00
11	В НАЧАЛЕ ДНЯ	4 000,00	85	ОТРАДА	3 480,00
12	ВАСИЛЬКИ /ДМИТРОВ/	2 090,00	86	ПЕРВЫМ ДЕЛОМ	1 000,00
13	ВЕРА /ДЕДОВСК/	1 500,00	87	ПЕРЕПРАВА /КОЛОМНА/	2 000,00
14	ВЕРБЛЮД	1 100,00	88	ПЕТРАШКА	6 982,00
15	ВЕРНОЕ РУСЛО /ПОДОЛЬСК/	1 000,00	89	ПО ИЗУЧЕНИЮ БОЛЬШОЙ КНИГИ	8 086,00
16	ВЕШНЯКИ	1 000,00	90	ПО КНИГЕ	4 000,00
17	ВИДНОЕ /Г. ВИДНОЕ/	2 715,00	91	ПОД КРЫЛЫШКОМ	750,00
18	ВОЗРОЖДЕНИЕ /ПУШКИНО/	500,00	92	ПОСОШОК	2 000,00
19	ВОСТОЧНЫЙ ЭКСПРЕСС	1 000,00	93	ПРЕОДОЛЕНИЕ	3 655,00
20	ВРЕМЯ ЖИТЬ	1 985,00	94	ПРОБУЖДЕНИЕ	9 300,00
21	ВСТРЕЧА	1 000,00	95	ПРОЗРЕНИЕ	3 750,00
22	ВЫБОР	1 800,00	96	ПРОСПЕКТ	870,00
23	ВЫХОД ЕСТЬ	4 000,00	97	ПТИЦА СЧАСТЬЯ	500,00
24	ГОРЕНКИ /БАЛАШИХА/	500,00	98	ПУТИЛКОВО /ХИМКИ/	4 230,00
25	ДЕВЧАТА	3 196,21	99	ПУТЬ	6 070,00
26	ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ /НОВЫЕ ВАТУТИНКИ/	500,00	100	ПУТЬ К ЖИЗНИ /НОГИНСК/	500,00
27	ДОМ	2 000,00	101	РАДИО	1 893,00
28	ДОМА	5 000,00	102	РАДОСТЬ	2 000,00
29	ДОРОГА /СЕРПУХОВ/	20 000,00	103	РАМЕНКИ	3 000,00
30	ДОРОГА ЖИЗНИ /НОГИНСК/	1 900,00	104	РАМЕНЬЕ /РАМЕНСКОЕ/	654,47
31	ЕЖЕДНЕВНАЯ ОТСРОЧКА	2 567,00	105	РЕУТОВ	1 000,00
32	ЕСТЬ РЕШЕНИЕ /ПУШКИНО/	1 500,00	106	СВЕТ	2 000,00
33	ЖЕНСКАЯ ГРУППА /ZOOM/	1 265,00	107	СЛИШКОМ МОЛОДЫ	7 500,00
34	ЖИВОЙ ИСТОЧНИК /ЧЕХОВ/	2 000,00	108	СЛОВО	6 450,00
35	ЖИЗНЬ /ОДИНЦОВО/	11 000,00	109	СОДРУЖЕСТВО	2 000,00
36	ЖУЛЕБИНО	15 784,00	110	СОЛНЕЧНАЯ / ТРОИЦК/	350,00
37	ЗЕМЛЯНЕ/ZOOM/	300,00	111	СПАС В МИТИНО	7 000,00
38	ЗЕНИТ /КРАСНОГОРСК/	3 124,50	112	СТАНЦИЯ МИР / ZOOM/	4 705,00
39	ИВАНТЕЕВКА /МОСК. ОБЛ./	820,00	113	СТАТУС	900,00
40	ИЗБУШКА /МЫТИЩИ/	2 182,50	114	СТРОМЫНКА	1 505,00
41	ИЛЬИНКА-СПАСЕНИЕ	801,00	115	ТАКСИ	2 000,00
42	ИЛЬИНСКАЯ	1 500,00	116	ТЕМА	25 139,28
43	ИСКРА	8 030,00	117	ТОЛЬКО СЕГОДНЯ / СТУПИНО/	3 847,98
44	ИСЦЕЛЕНИЕ /ПГТ. ЛЕСНОЙ/	1 500,00	118	ТРЕЗВОСТЬ /ЛЮБЕРЦЫ/	4 434,00
45	КАКТУС	325,00	119	ТРЕЗВОСТЬ В РАДОСТЬ	1 000,00
46	КЛУБ 12	7 924,00	120	ТРОПИНКА	1 000,00
47	КОВЧЕГ /МЫТИЩИ/	500,00	121	УДАЧА	7 000,00
48	КОФЕ	500,00	122	УЛИТКА	820,00
49	КРЕПКИЙ ОРЕШЕК	2 000,00	123	УСПОКОЙСЯ	1 000,00
50	КРЫЛЬЯ	2 794,00	124	УТРО	570,00
51	КУБИНКА	1 000,00	125	ФИЛИ	1 000,00
52	КУПОЛА	2 000,00	126	ХОДЫНКА	2 993,90
53	ЛОЗА	12 900,00	127	ХОРОШЕВКА (LIVE)	4 500,00
54	ЛОКОМОТИВ /БАЛАШИХА/	3 000,00	128	ЧАЙКА	1 000,00
55	ЛЮБОВЬ /р.п.НОВОИВАНОВСКОЕ/	300,00	129	ЧЕРЕМУШКИ	9 000,00
56	ЛЮЛЬКА	2 500,00	130	ЧУДО БАЛАШИХИ / БАЛАШИХА/	2 100,00
57	МАРЬИНА РОЩА	2 000,00	131	ШАНС /ОДИНЦОВО/	1 000,00
58	МАЯК (ЭЛЕКТРОСТАЛЬ)	1 500,00	132	ЩЕЛЧОК	1 000,00
59	МЕТРОГОРОДОК	2 375,24	133	ЩУКА	2 190,00
60	МЕЩАНСКАЯ СЛОБОДА	3 000,00	134	ЭКИПАЖ / ЗЕЛЕНОГРАД/	7 277,98
61	МОСКОВСКИЙ БИТ	4 000,00	135	ЭНЕРГИЯ /КОРОЛЕВ/	1 850,00
62	МУЖСКАЯ ГРУППА	1 000,00	136	ЮГО-ЗАПАД /ГОВОРОВО/	380,60
63	МУЖСКОЕ ДЕЛО /ЗЕЛЕНОГРАД/	500,00	137	ЯСЕНЬ	500,00
64	МЫ	5 485,00	138	КОМИТЕТ "ВОСТОК МО"	854,00
65	МЫ ВМЕСТЕ /ХИМКИ/	1 051,40	139	ЛИЧНЫЕ ДОБРОВОЛЬНЫЕ ПОЖ - ИЯ	26 220,80
66	НА ФИЛАРЕТОВСКОЙ/ЗЕЛЕНОГРАД/	320,00	140	НЕИЗВЕСТНЫЕ	2 700,00
67	НААША ГРУППА	5 640,00	141	РК "СВАО"	250,00
68	НАДЕЖДА	600,00	142	РК СЗАО	2 000,00
69	НАШ ПУТЬ ОНЛАЙН	7 940,00	143	ТК "РАМЕНСКОЕ"	7 437,00
70	НЕБО	1 000,00	144	Августовские встречи	560 970,00
71	НЕКРАСОВКА	16 704,00	145	7 традиция Ассамблея	18 891,00
72	НИКОЛИНА ГОРА /ОДИНЦ. РАЙОН/	10 846,00	146	Обеспечение договоров	200 622,35
73	НОВОЕ НАЧАЛО	1 491,00	147	Прочие поступления	52 131,78
74	НОВЫЙ ДЕНЬ	532,00	148		
Итого пожертвований за июль-август 2025					**1 335 681,35**

Расходы за июль-август 2025		
№	НАИМЕНОВАНИЕ	СУММА
1	Августовская встреча (расходы)	418 543,00
2	Аренда офиса	66 000,00
3	Аудит	70 000,00
4	Бухгалтерские услуги	100 000,00
5	Замещение ИД на время отпуска	21 429,00
6	Комитет по сайту (Яндекс-Директ, Яндекс почта)	30 000,00
7	Литературно-издательские расходы (брошюр/ лифлетов/ МЛ/визиток), в т.ч. транпортные расходы	135 611,00
8	Обеспечение договоров	189 628,51
9	Оборудование	11 000,00
10	Почта, канцтовары	5 901,00
11	Программа "Мой склад"	1 000,00
12	Расхода на содержание офиса (телефон, интернет)	4 140,00
13	Расходы на Ассамблею	7 690,38
14	Телефон ЕИС	3 520,00
15	Услуги банка	9 563,94
16	Услуги уборщицы	200
17	Фонд заработной платы (в т.ч. НДФЛ)	196 086,53
Итого расходы за июль-август 2025 г.		**1 270 313,36**

Литература в МЦО за июль-август 2025		
1	Приобретено литературы на сумму	270 310,00
2	Распространено литературы на сумму	335 173,66

Итого остаток на 31.08.2025 г.	**2 105 668,32**

Подробную информацию о том, как сделать пожертвования смотрите на последней странице

Комитет по сайту

приглашает волонтёров

Почему это важно:

● Сегодня большинство новичков приходят в АА, впервые увидев наш сайт;

● Сайт — их первый шаг к выздоровлению;

● Обновлённая информация и живой отклик — это спасённые жизни.

Чем занимается комитет:

— Поддержка сайта www.aamos.ru;

— Ответы на электронные письма;

— Помощь группам и служащим;

— Обновление расписаний;

— Информирование групп о событиях в округе.

Кого мы ищем:

— Тех, кто хочет служить:

— Ответственных, трезвых участников;

— Не обязательно с техзнаниями;

— Главное — надёжность, этичность и желание участвовать.

Что ты получишь:

— Поддержку команды;

— Знания и опыт;

— Новые контакты;

— Возможность служить онлайн;

— Осознание пользы для других.

Контакты:
info@aamos.ru

Комитет по сайту
в Телеграм

Информация комитетов

Комитет по сотрудничеству с лечебными учреждениями

Семинар с психологами Московской наркологии

11.09.2025 был проведён семинар с психологами Московской наркологии. На встрече присутствовали 25 специалистов Московского научно-практического центра наркологии.

Кандидат философских наук Воат Алексей Александрович осветил вопрос "Является ли АА сектой. Мировой опыт 12 шаговых сообществ."

Членами Содружества АА:

- была проведена презентация Содружества АА

- представлена литература АА

- были даны ответы на вопросы о сотрудничестве с наркологическими диспансерами, организации групп для людей с двойным диагнозом, проблемами во взаимоотношениях новичка и наставника, об обращении зависимых к специалистам параллельно с работой по Шагам.

СЕИТ

Служба Единого Информационного Телефона

Мы предоставляем общую информацию о Содружестве АА

Нам звонят

- люди, имеющие проблему с алкоголем,

- их родственники и друзья,

- специалисты (врачи, соцработники и др.).

- те, кого интересует Содружество АА.

Служения в СЕИТ

- Служащий резерва,

- Постоянный служащий,

- Доброволец по 12 Шагу,

- Координатор

Информационный телефон АА — это часто первая точка контакта. От того, как мы ответим, зависит, сделает ли человек первый шаг к трезвости.

Служение в СЕИТ— это тоже выздоровление.

Мы остаёмся трезвыми, когда помогаем другим.

СЕИТ — это простая, но очень важная форма 12 Шага.

Хочешь стать
частью команды?
Позвони нам: +7(495)220-09-69
Напиши нам: phone@aamos.ru

СЕИТ в Телеграм

Подробная информация для казначеев

о том, как переводить пожертвования

Переводить пожертвования в фонд «Послание» можно следующими способами:

- по реквизитам:

Номер счёта: 40703810702560000046
Валюта: RUR
Получатель: ФОНД СОДЕЙСТВИЯ РАЗВИТИЮ СОДРУЖЕСТВА АНОНИМНЫХ АЛКОГОЛИКОВ "ПОСЛАНИЕ"
ИНН: 7716940495
КПП: 771901001
Банк: АО "АЛЬФА-БАНК"
БИК: 044525593
Кор. счёт: 30101810200000000593
Назначение платежа:«ПОЖЕРТВОВАНИЯ НА УСТАВНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ, группа «Тихий Дон» (пример)

- по QR-коду,
В «назначение платежа» дописать название группы и город, если это необходимо.

Литературно-издательская служба

В сферу деятельности службы входит:

- создание Московского Листка;
- информирование групп Округа о событиях в МДО;
- формирование стиля полиграфических материалов;
- издание справочных и служебных материалов;
- поддержка и обновление актуальной базы полиграфических макетов.

Литературно-издательская служба приглашает:

- корреспондентов;
- редакторов;
- дизайнеров-верстальщиков.

Пишите нам lis@mosaa.ru

ЛИС в Телеграм

Официальный канал
Московского Делегатского Округа АА
Конфиденциально. Только для членов АА.
Канал создан в помощь ПГ/ПРК
для информирования групп о событиях в МДО

Канал освещает события, происходящие в МДО: новости групп в работе по 5-й традиции, заседания комитетов, анонсы окружных мероприятий, отчеты о форумах и т.д.

Для того, чтобы опубликовать новость достаточно зайти в чат, привязанный к каналу или связаться с ЛИС, редакторы канала помогут вам оформить и опубликовать материал.

Московский Центр Обслуживания АА

офис Фонда "Послание"
м. Семеновская, Семеновский пер.,15,
офис 716, 7 этаж.

График работы:

ВТ, ЧТ: 16.00–20.00
СБ: 11.00–15.00

В здании действует пропускной режим, с собой иметь удостоверение личности.

Служба Переписки АА России
perepiska@rsoaa.ru
101000 Москва а/я 710
Фонд «Единство»

ЕСЛИ КТО-ТО ГДЕ-ТО В БЕДЕ И ЕМУ НУЖНА НАША ПОМОЩЬ, АА ВСЕГДА БУДЕТ РЯДОМ.
И Я ОТВЕЧАЮ ЗА ЭТО!

«Московский Листок АА» - регулярное издание Окружной Интергруппы Московского делегатского округа АА (ОИГ МДО).
Для получения экземпляра «Московского Листка АА» достаточно прислать своего представителя на Ассамблею ОИГ или быть подписанным на рассылку.
Подписаться на рассылку ОИГ можно, отправив письмо по адресу secretary@aamos.ru
Редакция «Московского Листка АА» разрешает использовать свои материалы всем членам Содружества АА.
Допускается только полная перепечатка отдельных материалов. Редакция оставляет за собой права выбора материалов для печати. Исключение составляют материалы, принятые голосованием ОИГ МДО.
Ответственность за содержание статей полностью лежит на подателях материала.
Почта редакции: lis@mosaa.ru

Тир. 300 экз.
Подписано в печать 22.09.2025 г., 10:35

ЛИС МДО