

***Двенадцать Традиций  
Анонимных Алкоголиков***

*Статьи Билла У. из журнала "АА Грейпвайн"*

Москва

2013

"Анонимные Алкоголики" – это товарищество, объединяющее мужчин и женщин, которые делятся друг с другом своим опытом, силами и надеждами, чтобы решить свою общую проблему и помочь другим избавиться от алкоголизма.

Единственное условие для членства – это желание бросить пить.

Члены АА не платят ни вступительных, ни членских взносов. Мы сами себя содржим благодаря нашим добровольным взносам.

АА не связано ни с какой сектой, вероисповеданием, политическим направлением, организацией или учреждением; не вступает в полемику по каким бы то ни было вопросам, не поддерживает и не выступает против чьих бы то ни было интересов.

Наша главная цель – оставаться трезвыми и помочь другим алкоголикам обрести здоровый, трезвый образ жизни.

*Перепечатано с разрешения владельца авторского права (с) :  
"The Grapevine, Inc."*

**The Language of the Heart  
(12 Traditions of A.A. Articles by Bill W.)**

© 1991 The A.A. Grapevine, Inc.

All rights reserved

Все права сохраняются за их владельцем

Translated from English

Copyright in the English language version of this work is also owned by  
The A.A. Grapevine, Inc., New York, N.Y.

P.O. Box 1980, Grand Central Station New York, N.Y. 10163-1980, USA

No part of this translation may be duplicated in any form without the written permission  
of A.A.W.S.

A.A. Grapevine, GV and The Grapevine are registered trademarks  
of The A.A. Grapevine, Inc.

**Язык Сердца**

**(12 Традиций АА. Статьи Билла У.)**

Перевод с английского языка. Авторские права  
на англоязычное издание данного произведения принадлежат  
The A.A. Grapevine, Inc., New York, N.Y., U.S.A.

Копирование данного перевода, в какой либо форме без письменного разрешения  
от А.А.У.С.,И.н.с. запрещено

© Фонд поддержки движения анонимных алкоголиков «Единство», 2013

Адрес сайта: <http://rsoaa.ru/>; mail: [rsoaa@rsoaa.ru](mailto:rsoaa@rsoaa.ru)

Верстка, оформление, макет

Центральное бюро обслуживания АА России, 2013.

**Напечатано в России**

---

## **Содержание**

<i>Традиция Первая.....</i>	<i>5</i>
<i>Традиция Вторая.....</i>	<i>6</i>
<i>Традиция Третья.....</i>	<i>9</i>
<i>Традиция Четвертая.....</i>	<i>11</i>
<i>Традиция Пятая.....</i>	<i>13</i>
<i>Традиция Шестая.....</i>	<i>15</i>
<i>Традиция Седьмая.....</i>	<i>17</i>
<i>Традиция Восьмая.....</i>	<i>19</i>
<i>Традиция Девятая.....</i>	<i>21</i>
<i>Традиция Десятая.....</i>	<i>23</i>
<i>Традиция Одиннадцатая.....</i>	<i>25</i>
<i>Традиция Двенадцатая.....</i>	<i>28</i>

*Эти статьи были написаны с целью избежать многих осложнений, которые возникают во всём АА и касаются клубов, больниц и "сторонних мероприятий". В принципах, представленных ниже, нет ничего совершенно непогрешимого. Тем не менее, они - своего рода выжимка из огромного практического опыта. Мы очень надеемся, что для сотен новых групп АА они окажутся особенно полезными. Возможно, им удастся предотвратить множество естественных, но весьма болезненных ошибок, которые мы, ветераны АА, так часто совершали.*

*Билл У.*

# Традиция Первая

*«Наше общее благо должно стоять на первом месте; личное выздоровление зависит от единства АА».*

Вся наша программа АА надёжно опирается на принцип смирения, иными словами – на восприятие окружающих людей в истинном свете. И среди прочего, подразумевается, что мы верно соотносим себя с Богом и с нашими друзьями, что каждый из нас видит себя таким, каким он является на самом деле, – "маленькой частью огромного целого". Воспринимая таким же образом своих друзей, мы сможем наслаждаться групповой гармонией. Вот почему Традиция АА может с уверенностью утверждать: "Наше общее благополучие стоит на первом месте".

"Значит ли это, – спросит кто-то, – что в АА отдельный человек стоит не так уж и много? Не получается ли, что группа его поглощает и господствует над ним?"

Нет, не похоже, что это так. Вероятно, на земле не существует общества, которое больше чем АА, пеклось бы о личном благополучии своих членов и уделяло бы больше внимания предоставлению им величайшей из всех возможных свобод – свободы в убеждениях и поступках.

У Анонимных Алкоголиков нет слова "должен". Лишь немногие группы АА кого-то наказывают за инакомыслие. Мы предлагаем, а не приказываем. Как раз наоборот, согласие или несогласие с любым принципом АА – дело совести самого человека, и судит себя только он сам. Старинное выражение "не судите" мы соблюдаем в самом буквальном смысле.

"Но, – возразят нам некоторые, – если у АА нет власти, чтобы управлять отдельными членами Содружества или группами, то откуда такая уверенность, что общее благополучие действительно всегда остается на первом месте? Как можно – управлять без управляющих? Если каждый волен творить все, что ему заблагорассудится, как вообще может быть что-то, кроме анархии?"

Ответ, похоже, заключается в том, что мы, члены АА, на самом деле не можем поступать, как нам вздумается, хотя никакой ограничивающей нас человеческой власти в Содружестве не существует. В действительности наше общее благополучие защищено надежными гарантиями. Как только какие-либо действия начинают угрожать общему благополучию, групповое мнение мобилизуется, чтобы напомнить об опасности, – и наше групповое сознание начинает выражать недовольство. Если же кто-то продолжит свои действия, он рискует настолько потерять свое душевное равновесие, что вполне может напиться, и накажет его в этом случае уже не алкоголь. Мнение группы указывает человеку, что тот уклонился в сторону; его собственная совесть говорит, что он смертельно не прав и что, если он пойдет слишком далеко, настоящий приговор ему вынесет Джон Ячменное Зерно. Вот так мы и узнаем, что в делах, глубоко затрагивающих группу в целом, "наше общее благополучие стоит на первом месте". Бунтарство идет на убыль, и начинается – что и требовалось – сотрудничество: мы сами же себя и поправили.

В итоге мы сотрудничаем потому, что действительно хотим этого, – мы понимаем, что без соответствующего единства не будет никакого АА, а без него вряд ли кому-то удастся долгое время выздоравливать. Мы с радостью отбрасываем в сторону личные амбиции, если только они могут причинить вред АА. Мы смиренно признаем, что являемся всего лишь "маленькой частью огромного целого".

Декабрь, 1947 г.

## Традиция Вторая

*«В делах нашей группы есть лишь один высший авторитет - любящий Бог, воспринимаемый нами в том виде, в котором Он может предстать в нашем групповом сознании. Наши руководители - всего лишь облеченные доверием исполнители, они не приказывают».*

Рано или поздно каждый член АА приходит к зависимости от силы более могущественной, чем он сам. Он обнаруживает, что Бог в его понимании является не только источником силы, но и указателем верного направления. Осознав, что теперь ему доступна некоторая часть этого неиссякаемого источника, он начинает жить совершенно по-иному. И наряду с таким чувством цели и назначения, каких до этого у него никогда не было, он ещё ощущает и абсолютно новую для него внутреннюю безопасность. По прошествии каждого дня он рассматривает свои ошибки и неурядицы. Руководствуясь своим ежедневным опытом, он познает, какие еще недостатки характера у него остались, и обретает еще большую готовность к тому, чтобы они были устранены. И улучшает таким образом свой сознательный контакт с Богом.

Каждая группа АА проходит подобный цикл развития. Мы приходим к осознанию, что каждая группа, как и каждый отдельный человек, представляет собой нечто особенное – хоть в чем-то, но отличное от других групп. Хотя группы АА в основном и похожи, каждая все же обладает присущей только ей особенной атмосферой и находится на конкретной стадии развития. Мы убеждены, что у каждой группы АА есть свое групповое сознание. Это коллективное сознание ее членов, черпающее информацию и указания из опыта каждого дня. Группа начинает видеть собственные недостатки, и, один за другим, они либо исчезают вовсе, либо уменьшаются. По мере развития процесса группа обретает способность более верно определять направление в собственных делах. Путем проб и ошибок обретается групповой опыт, и когда ошибки исправлены, этот опыт становится уже привычным, обыденным. А когда появляется твердая уверенность, что именно этот, ставший уже обычным, способ действия оптимален, то он и формулируется уже как Традиция АА. И Высшая Сила действует уже через ясное групповое сознание.

Мы смиренно надеемся и верим, что эти развивающиеся Традиции АА действительно отвечают Божьему промыслу.

Многие люди приходят к мысли, что Анонимные Алкоголики являются, до некоторой степени, новой формой человеческого общества. При обсуждении нами Первой Традиции подчеркивалось, что в АА не существует никакой принудительной власти в лице людей. Из-за того, что каждый член АА, в силу необходимости, обладает чувствительным и отзывчивым сознанием, и из-за того, что стоит кому-то отступить от Программы, как алкоголь сам его жестоко наказывает, мы не видим нужды в правилах и порядках. Несмотря на то, что нас порой и заносит на поворотах, мы обретаем большую способность зависеть только от долгосрочной стабильности самой группы АА. В отношении собственных дел группы ее коллективное сознание со временем практически наверняка демонстрирует свою полную надежность. В конце концов, групповое сознание оказывается куда более безошибочным путеводителем в делах группы, чем решение любого отдельного ее члена, каким бы положительным или мудрым он ни был. И это потрясающий и почти невероятный, но, тем не менее, факт об Анонимных Алкоголиках. Таким образом, мы можем спокойно обойтись без этих наставлений и наказаний, которые, похоже, так необходимы другим обществам. И нам нет нужды так уж сильно зависеть от озарений наших лидеров. Благодаря тому, что наших лидеров в служении действительно можно переизбирать, мы наслаждаемся таким видом демократии, который вряд ли возможен где-либо ещё. В этом отношении мы, возможно, в огромной степени уникальны.

Вот потому-то мы, Анонимные Алкоголики, и уверены, что существует лишь один высший авторитет - "любящий Бог, каким он может выражать себя в нашем групповом сознании".

Январь, 1948 г.

# Традиция Третья

*«Единственное условие для того, чтобы стать членом АА – это желание бросить пить».*

Третья традиция и впрямь представляет собой слишком общее заявление, вмещающее в себе массу всевозможных понятий. Кто-то решит, что оно слишком идеалистично, чтобы реализовать его на практике. Оно говорит каждому алкоголику в мире, что тот может стать и оставаться членом Анонимных Алкоголиков до тех пор, пока он сам так заявляет. Короче говоря, правил для членства в Содружестве у нас нет.

Почему так? Наш ответ прост и практичен. Даже в целях самозащиты мы не желаем воздвигать ни малейших барьеров между собой и собратом – алкоголиком, который всё еще страдает. Мы знаем, что общество требовало и требует, чтобы он подчинялся его законам и постановлениям. Однако суть его алкогольного заболевания заключается в том, что он не способен или не желает подчиняться как человеческим, так и Божьим законам. Если он кто и есть, так это неисправимый бунтарь. Как хорошо мы это понимаем – каждый член Содружества и сам когда-то был таким же. Вот потому-то мы и не можем предложить алкоголику встретиться с ним на полпути у какой-то там отметки. Мы должны войти в темную пещеру, где он пребывает, и показать ему, что понимаем его. Мы сознаем, что он во всех отношениях слишком слаб и растерян, чтобы преодолеть рубеж. Если мы воздвигнем препятствия, он может так и остаться по ту сторону и погибнуть. Может статься, ему будет отказано в бесценной возможности.

Поэтому, когда он спрашивает, каковы, мол, ваши условия, мы весело ему отвечаем, что ни одного условия нет.

– Но ведь наверняка существует что-то, во что я должен верить или исполнять, – с недоверчивым скепсисом продолжает он.

– в Анонимных Алкоголиках нет слова "должен", – следует быстрый ответ.

– А во что мне все это обойдется? – звучит, может, даже несколько цинично, вопрос. НО мы можем рассмеяться и заверить:

– Да ни во что. У нас нет ни вступительных, ни членских взносов.

Таким образом, в считанные минуты наш друг остается безоружен в своих подозрениях и бунтарстве. Его взгляду начинается открываться новый мир дружбы и понимания. Он был обанкротившимся идеалистом, но отныне его идеалы перестали быть только мечтами. После долгих лет его одиноких исканий, они становятся явью. На него обрушивается реальность Анонимных Алкоголиков, где ему говорят: "У нас для тебя есть нечто бесценное, но только если ты сам это возьмешь". И ничего более. Но для нашего нового друга это нечто является всем. Без лишней шумихи он становится одним из нас.

Наша Традиция о членстве все же содержит одно жизненно важное условие. Это условие касается использования нашего имени – Анонимные Алкоголики. Мы считаем, что любые два или три алкоголика, собравшиеся вместе ради трезвости, могут называть себя группой АА при условии, что как группа они не связаны ни с какой сторонней организацией. Здесь наша цель ясна и недвусмысленна. По очевидным причинам мы хотим, чтобы имя Анонимных Алкоголиков использовалось только в связи с непосредственной деятельностью АА. Трудно представить хотя бы одного члена АА, которому понравилось бы, например, наблюдать, как создаются "сухие" или "мокрые" группы АА, демократические или коммунистические группы АА, и так далее. Лишь единицы, если вообще таковые найдутся, хотели бы, чтобы группы АА делились по религиозным признакам. Мы не можем представлять имя АА, даже косвенно, для осуществления посторонних мероприятий, какими бы стоящими они не были. Сделав подобное, мы будем

безнадёжно скомпрометированы и расколоты. Мы думаем, что АА следует предлагать свой опыт всему миру, как бы он потом ни использовался. Но только не имя. Это можно утверждать наверняка.

Так давайте же мы, члены АА, решим для себя, что нам всегда следует принимать людей и никогда не исключать их, и предлагать всем желающим абсолютно все, чем мы обладаем, кроме собственного имени. И пусть исчезнут все преграды, и пусть, таким образом, сохраняется наше единство. Так дай же Бог нашему Содружеству жизнь долгую и полезную!

Февраль, 1948 г.

## Традиция Четвертая

*«Каждая группа должна быть самостоятельной, за исключением дел, затрагивающих другие группы или АА в целом».*

Четвертая Традиция касается специфического применения общих принципов, уже сформулированных в Традициях Первой и Второй. В Первой Традиции говорится: "Каждый член Содружества Анонимных Алкоголиков является всего лишь малой частью большого целого. АА должно продолжать существовать или большинство из нас наверняка погибнет". Поэтому наше общее благо стоит на первом месте. Однако благо каждого члена АА лишь немногим уступает ему по значимости. Во Второй Традиции сказано: "В делах нашей группы есть лишь один высший авторитет - любящий Бог, каким Он может выражать себя в нашем групповом сознании".

Учитывая эти принципы, давайте рассмотрим Четвёртую Традицию более внимательно.

Что касается собственных дел, группа может принимать любые решения и одобрять какие ей угодно взгляды. Никаким центральным или региональным авторитетам не следует покушаться на эту главную привилегию. Мы считаем, что так и должно быть, даже если группа в своих действиях относится,

скажем, к Традициям с полным пренебрежением. Например, группа АА может, если пожелает, нанять проповедника и платить ему из доходов от деятельности ночного клуба группы. И хотя столь абсурдные действия группы не влезают, что называется, ни в какие рамки наших Традиций, ее "право быть неправой" не должно нарушаться. Мы уверены, что это самая наивысшая привилегия безоговорочно и без всяких опасений должна быть предоставлена каждой группе. Нам известно, что уже знакомый метод проб и ошибок в итоге отметёт как проповедника, так и ночной клуб. Можно быть абсолютно уверенным, что те тяжелые болезни роста, которые неизменно следуют за любым радикальным отклонением от Традиций АА, вернут заблуждающуюся группу на верный путь. У группы АА нет необходимости действовать по принуждению какой-либо человеческой власти, стоящей над или вне ее собственных членов. Их личного опыта, мнения окружающих групп и подсказок Бога их групповому сознанию будет достаточно. Во многом тяжкие роды нас уже этому научили. Отсюда мы можем с уверенностью сказать каждой группе: "Вы не несете ответственности ни перед кем, кроме собственной совести". Только, пожалуйста, давайте оговорим одно важное условие. Необходимо уяснить, что такая крайняя свобода в помыслах и действиях применима только к собственным делам группы. Вполне оправдано эта Традиция продолжает: "Но когда ее планы затрагивают интересы других групп, с ними необходимо советоваться". Очевидно, что, если бы отдельный член АА, группа или региональная служба могли бы предпринимать действия, серьёзно влияющие на благополучие Анонимных Алкоголиков в целом или серьёзно мешающие окружающим группам, то это была бы уже вовсе не свобода. Это была бы уже вседозволенность – это была бы анархия, а не демократия.

Вот поэтому мы, члены АА, повсеместно одобрили принцип консультаций. Это означает, что, если отдельная группа АА хочет предпринять какие-то действия, которые могут затронуть соседние группы, она с ними советуется. Или консульти-

руется с интергруппой или региональной службой, если такие имеются. Аналогично, если какая-то группа или региональная служба хочет предпринять действия, затрагивающие АА в целом, они консультируются с попечителями Фонда Анонимных Алкоголиков, которые по сути являются нашим всеобщим комитетом по обслуживанию. Например, ни одна группа или интергруппа не может свободно без консультаций начать какую-то общественную кампанию, способную оказать влияние на АА в целом. Точно также она не может представлять все Содружество АА, печатая и распространяя материалы, претендующие на стандартную литературу Анонимных Алкоголиков. Такие же точно принципы относятся, естественно, и ко всем иным аналогичным ситуациям. И хотя формально принуждения поступать подобным образом не существует, все затеи такого общего характера обычно сверяются со Штабквартирой АА.

Эта мысль четко формулируется в последнем предложении Четвертой Традиции: "В таких вопросах наше общее благо превыше всего".

Март, 1948 г.

## Традиция Пятая

*«У каждой группы есть лишь одна главная цель - донести смысл наших идей до тех алкоголиков, которые всё ещё страдают».*

Есть такое крылатое выражение: "Беда, коль сапоги начнет тачать пирожник ..." Банально, но это так. И особенно верно для нас в АА. Нам крайне необходимо придерживаться принципа, что лучше делать хорошо что-то одно, чем многое, но плохо.

Именно потому, что теперь нам предельно ясно, что лишь выздоровевший алкоголик способен многое сделать для алкоголика больного, на всех нас легла огромная ответственность, обязанность настолько великая, что она сравнима со

священной. Ибо для нас, людей, страдающих алкоголизмом, исцеление является вопросом жизни и смерти. Поэтому Содружество Анонимных Алкоголиков не смеет даже и думать о том, что бы когда бы то ни было отклониться от своей главной цели.

Соблазнов поступать по-другому будет великое множество. Наблюдая за становлением хороших программ в области алкоголизма, мы можем поддаться соблазну предоставить им имя и поддержку Анонимных Алкоголиков, и тогда как движению нам пришлось бы финансировать или поддерживать другие организации. Стоит нашим сегодняшним успехам продлиться, и люди начнут утверждать, что АА – это новый образ жизни, даже, может, новая религия, способная спасти этот мир. Нам будет сказано, что наш прямой долг – показать современному обществу, как ему следует жить.

Ах, как привлекательны и заманчивы могут быть эти проекты и идеи! Как лестно было бы предположить, что именно мы, возможно, избраны исполнить на деле это старинное загадочное обещание: "И последние станут первыми ...". Фантастика, скажите вы, однако некоторые из наших доброжелателей уже начали озвучивать подобные вещи.

К счастью, большинство из нас убеждены, что подобные рассуждения опасны, что все это – заманчивые составляющие кружащего голову вина, на каждой бутылке которого красуется надпись: "Успех!".

Так давайте же не будем слишком увлекаться этим коварным напитком. И не забудем, что мы продолжаем жить лишь по милости Бога, а время этой жизни дано нам взаймы; что анонимность лучше шумного славословия; что как движению нам лучше быть бедными, чем богатыми.

И давайте укрепляться в своем убеждении, что мы никогда не сможем добиться наилучших результатов, если мы не будем стремиться лишь к главной духовной цели АА, а именно,

донести наши идеи до алкоголика, который все еще страдает от алкоголизма.

Апрель, 1948 г.

## Традиция Шестая

*«Группе АА никогда не следует поддерживать, финансировать или предоставлять имя АА для использования какой-либо родственной организации или посторонней компании, чтобы проблемы, связанные с деньгами, собственностью и престижем не отвлекали нас от нашей главной цели».*

Шестой из наших двенадцати пунктов Традиций АА считается столь важным потому, что он формулирует в развернутой форме отношение движения АА к деньгам и собственности.

Эта традиция в сущности заявляет, что накопление денег, собственности, а также нежелательная личная власть, так часто порождаемая материальным богатством, представляют собой целый сонм опасностей, по отношению к которым группа АА всегда должна быть начеку.

А ещё Шестая Традиция призывает группы никогда не заниматься коммерцией и не предоставлять имя или денежные средства никаким "сторонним" организациям, какими бы хорошими те ни были. Весьма настоятельно выражается мнение, что даже клубам не следует носить имя АА, что они должны регистрироваться отдельно и управлять ими должны отдельные члены АА, которые так нуждаются и настолько мечтают об этих клубах, что готовы поддерживать их финансово.

Таким образом, мы отделили бы духовное от материального, ограничили бы деятельность АА единственной целью и получили бы гарантии, что (какими бы богатыми мы ни были как отдельные личности) само по себе АА будет всегда оставаться бедным. Многолетний опыт несомненно доказал нам верность этих принципов. Для нас они стали абсолютными и непреложными истинами.

Слава Богу, пока что нас, членов АА, не удавалось вовлечь во всякого рода религиозные или политические споры, которые разъединяют сегодняшний мир. Однако нам следует признать, что мы часто страшно ссорились из-за денег, собственности и, как следствие, из-за того, как ими распорядиться.

Деньги, если их много, всегда плохо сказывались на жизни группы. Стоит какому-то доброжелателю подарить группе АА значительную сумму, как мы "срываемся с цепи". И проблемы не исчезают до тех пор, пока эта самая группа каким-то образом не распорядится этими самыми деньгами. И так происходит практически повсеместно.

– Но, – говорят нам наши друзья, – разве это не является признанием нашей слабости? Другие организации делают с помощью денег массу добрых дел. Почему бы и АА не заняться тем же?

Мы, члены АА, конечно же, стали бы первыми, кто сказал, что с помощью больших денег множество прекрасных начинаний принесли большую пользу. Во всех этих усилиях деньги обычно являются главным, там они – источник энергии. Но не в АА. В нашем случае им отводится весьма второстепенная роль. Даже в небольших количествах они не более чем досадная необходимость, нечто такое, без чего нам хотелось бы вообще обойтись. Почему так?

Объяснение простое – деньги нам не нужны. Сущность работы АА сводится к разговору одного алкоголика с другим, на бордюре ли тротуара, дома ли, на собрании ли. Важно не место, а донесение идей, важен разговор, а не подаяние. В этом наша работа. Место, где можно встречаться и разговаривать, – это почти что всё, что нужно АА. И ещё – несколько небольших офисов, несколько столов и секретарей и небольшие расходы на их содержание, которые с лёгкостью покрываются за счет добровольных пожертвований. Траты и впрямь пустяковые!

Сегодня группа АА отвечает свои доброжелателям:

– Наши расходы незначительны. Мы прилично зарабатываем и можем с легкостью их оплатить. И поскольку деньги нам не нужны, да мы их и не хотим, то с какой стати наживать из-за них неприятности? Уж лучше мы будем оставаться бедными. Спасибо, но мы уж как-нибудь проживем сами!

Май, 1948 г.

## Традиция Седьмая

*«Каждой группе АА следует полностью опираться на собственные силы, отказываясь от помощи извне».*

Если рост нашего Общества будет продолжаться, то совокупный доход членов Содружества Анонимных Алкоголиков вскоре достигнет невероятной суммы в четверть миллиарда долларов. И это непосредственный результат их членства в АА. Оставаясь трезвыми, мы теперь имеем эти деньги, пьяными мы бы их не имели.

По сравнению с ними наши общие расходы в АА просто ерунда.

Например, Офис по обслуживанию АА обходится нам сегодня в полтора доллара в год на одного члена. Фактически из-за того, что пожертвования присылают далеко не все, Офис в Нью-Йорке просит эту сумму у групп дважды в год. И даже в этом случае сумма на одного члена АА крайне мала. Если случилось так, что он живет в крупном городе, где, чтобы справиться с большим потоком запросов и проблемами госпитализации, совершенно необходим офис интергруппы, то он жертвует (или, может быть, ему следовало бы жертвовать) приблизительно пять долларов в год. Чтобы заплатить за аренду помещения для его собственной группы АА и, возможно, за кофе и сладости, он должен бросить в шляпу 25 долларов. Или, если он состоит членом клуба, это может быть долларов 50. В случае, когда он выписывает журнал "Грейпвайн", он выкладывает еще два с половиной доллара.

Таким образом, член АА, на деле ответственный перед своей группой, обнаруживает, что он отвечает в среднем долларов за пять в месяц. В то же время его личные доходы могут вполне составлять сумму между 200 и 2 000 долларов в месяц – непосредственный результат того, что он не пьет.

– Но, – возразят некоторые, – наши друзья хотят дать нам деньги на обустройство клубного помещения. Мы являемся новой маленькой группой. Большинство из нас все ещё бедствует. Как быть тогда?

Уверен, что сейчас же новая группа услышит хор голосов членов АА, которые ей ответят:

– Да, мы отлично знаем, что вы испытываете. Мы и сами когда-то собирали деньги. Мы даже делали это публично, считая, что сможем сделать массу хорошего на деньги посторонних людей. Однако мы обнаружили, что такие деньги жгут руки, вызывают немыслимые споры, да и просто не оправдывают себя. Кроме того, из-за них возник прецедент, который соблазнил многих людей использовать значимое имя Анонимных Алкоголиков в иных целях, нежели чем у АА. В то время как небольшой дружеский кредит, который группа действительно хочет вернуть, вряд ли причинит большой вред, мы убедительно просим вас хорошенько подумать, прежде чем попросить самого доброжелательного друга сделать крупное пожертвование. Вы в состоянии в ближайшее время начать платить за себя сами. Ни для кого из вас эти лишние расходы не превысят стоимости одной бутылки хорошего виски в месяц. И вы почувствуете бесконечную благодарность, если заплатите по этим небольшим обязательствам сами.

Итак, поразмыслив, почему бы каждому из нас не сказать себе: "Да, мы, члены АА, были когда-то для всех обузой. Мы "гребли" под себя. Теперь, когда мы трезвы и по милости Бога стали ответственными гражданами мира, почему бы нам не начать с благодарностью отдавать! Самое время!"

Июнь, 1948 г.

## Традиция Восьмая

*«Сообщество Анонимных Алкоголиков должно всегда оставаться непрофессиональным объединением, однако наши службы могут нанимать работников, обладающих определенной квалификацией».*

Во всем мире члены АА работают по Двенадцатому Шагу с тысячами потенциальных новичков, тысяча – две из которых остаются в АА после первого же знакомства с нами, а большая часть остальных, как показывает опыт, приходит к нам позже. Практически не организованный и совершенно не профессиональный, этот мощный духовный поток перетекает от исцелившихся алкоголиков к больным. Один алкоголик говорит с другим – только-то и всего.

Могут ли эти громадные усилия, которые происходят один на один и от которых зависят жизни, когда-либо стать профессиональными или хотя бы организованными? Решительно нет. Немногочисленные попытки сделать профессиональной непосредственную работу по Двенадцатому Шагу неизменно и быстро терпели неудачу.

Сегодня ни один член АА не смирится с мыслью об оплачиваемых "эйэйевских врачах" или "организаторах". Точно так же, как и ни одному члену АА не нравятся чьи-либо указания, как ему разбираться с новичком. Нет, этот полноводный живоносный поток невозможно загнать в определенное русло с помощью платных доброжелателей или профессионалов. Анонимным Алкоголикам не следует когда-либо обрубать связи, жизненно важные для них же самих. Мы все как один уверены в этом.

Но как же тогда быть с теми, кто обслуживает нас полный рабочий день в ином качестве – с буфетчицами, уборщицами, оплачиваемыми секретарями офисов интергрупп – с "эйэйевскими профессионалами"?

Из-за того, что наше представление об этих людях и их деятельности остаётся по-прежнему смутным, мы частенько думаем и поступаем так, как если бы они таковыми и являлись. Легко создается впечатление об их профессионализации, потому-то мы часто и слышим, что они "делают деньги на АА" или "профессионализируют" его. Получается, что если эти люди берут у АА наши деньги, то они вроде как уже к АА не принадлежат. Порой мы идем даже дальше – мы им недоплачиваем, основываясь на теории, что они должны бы быть рады "пахать" на АА и за малую плату.

Так вот, не заходят ли наши страхи перед профессионализмом чересчур далеко? Если эти страхи когда-нибудь станут слишком сильными, то никто, пожалуй, кроме святых или неумелых работников, трудиться для АА не сможет. Учитывая, что запас святых у нас невелик, дело наверняка бы кончилось менее компетентными сотрудниками, чем нам необходимо.

Мы начинаем понимать, что наши немногочисленные оплачиваемые сотрудники выполняют лишь те задачи по обслуживанию, с которыми не могут последовательно справляться наши добровольцы. А главное – эти ребята не работают по Двенадцатому Шагу. Они всего лишь делают так, чтобы нам работать по нему можно было лучше и больше. Секретари в своих кабинетах ценны своим умением налаживать контакты, передавать сведения и информировать общественность. Вот за что им платят, и ни за что больше. Они помогают донести хорошие вести об АА до внешнего мира и направить новичков на личную встречу с нами. Это не "эйзйевское лечение" – это всего лишь много очень необходимой и часто неблагодарной работы.

Поэтому, где необходимо, давайте же пересмотрим наше отношение к людям, которые трудятся в наших специальных службах. Давайте относиться к ним, как к нашим соратникам, а не как к наёмным помощникам, – давайте платить им достойно

и, что важнее всего, постараемся не вешать на них ярлыки профессионалов.

Постараемся также увидеть четкое отличие между "организацией движения АА" и созданием нескольких очень важных контактно – информационных служб, в разумной мере аналогичных деловым организациям. Как только мы сделаем это, все придет в норму. Тогда миллион или около того алкоголиков, которые все еще пьют, продолжат осуществлять тот прорыв, который мы, шестьдесят тысяч членов АА, уже сделали.

Давайте пожмём руку нашим "служакам", которые того заслужили.

Июль, 1948 г.

## Традиция Девятая

*«Сообществу АА никогда не следует обзаводиться жесткой системой управления; однако мы можем создавать службы или комитеты, непосредственно подчиненные тем, кого они обслуживают.»*

Как можно меньше заорганизованности – таков наш универсальный идеал. Никаких вступительных или членских взносов, никаких накладываемых на кого-то правил, один алкоголик приносит выздоровление другому – вот, по сути, главное, чего мы больше всего желаем.

Но как же реализовать этот простой идеал наилучшим образом? Тот ещё вопросник!

Например, у нас есть член АА такого типа, который выступает за простоту. Он приходит в ужас от любой организованности и говорит нам, что АА становится слишком сложным. Он считает, что деньги создают только трудности, комитеты вызывают только разногласия, выборы приводят только к политиканству, оплата сотрудников только плодит профессионалов, а клубы только балует тех, кто срывается.

Давайте вернемся обратно к кофе и сладостям возле уютных каминов, призывает он. Если на нашем пути попадутся какие-то алкоголики, мы за ними присмотрим. Но и только. Простота – вот он, ответ.

Диаметрально противоположная позиция у "продвиженца" от АА. Предоставленный самому себе, он начал бы "палить из всех пушек и трубить во все трубы" на каждом углу. Миллионы долларов для алкоголиков, огромные больницы АА, легионы оплачиваемых организаторов и специалисты по рекламе, знакомые со всеми самыми современными средствами радио и печати, – вот мечта нашего продвиженца. "Так точно, сэр, – отчеканит он. – Мой двухлетний план предусматривает иметь к концу 1950 года один миллион членов АА".

Со своей стороны, я рад, что у нас есть как консерваторы, так и энтузиасты. Они нас многому учат. Консерватор наверняка присмотрит за тем, чтобы движение АА не стало слишком заорганизованным. А энтузиаст будет нам постоянно напоминать о нашем невероятном долге перед новичками и теми сотнями тысяч алкоголиков по всему свету, которые не слышали об АА.

Естественно, мы будем твердо придерживаться безопасной середины. АА всегда активно сопротивлялось любой идее общей организованности. Парадоксально, конечно, но, тем не менее, мы с той же решимостью всегда настаивали на организации определенных специальных служб – в основном тех, что абсолютно необходимы для эффективной и обширной работы по Двенадцатому Шагу.

Если, к примеру, группа АА выбирает секретаря или переизбираемый комитет, если регион формирует интергруппу, если мы создаем фонд, центральный офис или журнал "Грейпвайн", то тогда мы организованы для обслуживания. Книги и брошюры АА, наши помещения для собраний и клубов, наши вечеринки и региональные ассамблеи – все это тоже обслуживание. Точно так же мы не сможем сохранить хорошие связи с

больницами, правильно осуществлять наставничество с новичками и устанавливать хорошие взаимоотношения с ответственностью, положившись лишь на волю случая. Для пристрахотра и контроля над всем этим должны назначаться люди, причем, иногда оплачиваемые. Специальные службы хорошо себя зарекомендовали.

И еще ни разу ни одна из этих специальных служб не "заорганизовала" и не сделала профессиональными наши духовную или общественную деятельность, само великое движение АА. А вот помощь нашей программе выздоровления была оказана огромная. Оставаясь важной и значимой, эта деятельность по обслуживанию все же совсем невелика по сравнению с нашими основными усилиями.

Когда эти факты и различия проясняются, мы с легкостью отбрасываем наши страхи перед вредоносной заорганизованностью или опасным богатством. Как движение мы остаемся разумно бедны, ибо наши расходы на обслуживание смехотворны.

С такой подстраховкой мы, вне всяких сомнений, продолжим улучшать и расширять наши жизненно важные специальные службы, станем лучше доносить идеи АА до других, будем строить для себя лучшее и более многочисленное Содружество и, даст Бог, обеспечим Анонимным Алкоголикам долговую жизнь и полное единство.

Август, 1948 г.

## Традиция Десятая

*«Сообщество Анонимных Алкоголиков не придерживается какого-либо мнения по вопросам, не относящимся к его деятельности, поэтому имя АА не следует вовлекать в какие-либо общественные дискуссии».*

Для большинства из нас факт существования Анонимных Алкоголиков стал столь же незыблемым, как существование Геркулесовых Столбов. Нам нравится верить, что вскоре

наше Содружество будет не менее широко известным и таким же вечным, как это историческое место. Мы тешим себя этим приятным убеждением, потому как ничего такого, что могло бы его поколебать, пока еще не случилось. Мы рассуждаем так: либо мы должны держаться вместе - либо умереть и, в результате, воспринимаем сохранение единства нашего движения как нечто само собой разумеющиеся.

А можно ли так делать? Хотя Бог и одарил нас великими милостынями и мы связаны узами любви и необходимости сильнее, чем большинство обществ, разумно ли предполагать, что эти великие дары и отличительные качества всегда, как бы автоматически, останутся при нас? Если мы этого заслужили, то, скорее всего, продолжим им радоваться. И поэтому реально вопрос звучит так: как всегда оставаться достойными наших нынешних благословений?

С этой точки зрения Традиции АА и являются теми отношениями и практикой, с помощью которых мы как движение можем заслужить долгую и полезную жизнь. В этом плане нет ничего более жизненно важного, чем наша Десятая Традиция, ибо она затрагивает разногласия - серьёзные разногласия.

Недавно на другом конце света из-за религиозных разногласий гибли миллионы людей. Другие миллионы - из-за политических. И это еще не конец. В мире чуть ли не каждый записался в реформаторы. Каждая группа, общество и нация говорит остальным: "Вы должны поступать так, как говорим вам мы, а не то ...". Политические раздоры и принудительные реформы достигли за все время существования людей наивысшей точки. И, похоже, вечным остается пламя религиозной вражды.

Мы такие же точно люди, так как же мы можем быть уверены, что всегда останемся невосприимчивы к этим опасностям? Вероятнее всего, это не в наших силах. Со временем мы столкнемся со всеми из них. И избежать их мы не сможем, да и не следует этого делать. И если такой вызов будет нам

брошен, то нам следует, я уверен, выйти навстречу и ответить на него - радостно и без опаски. Это и станет той лакмусовой бумажкой, что покажет, чего мы стоим.

Наша лучшая защита? Она, конечно же, - в формировании Традиции об отношении к серьёзным спорам. И она будет настолько сильна, что ни слабость отдельных людей, ни напряженность и раздоры в самые сложные времена не смогут причинить вреда Анонимным Алкоголикам. Мы знаем, что АА должно продолжать жить, в противном случае многие из нас и наших друзей-алкоголиков по всему свету наверняка продолжат безнадежное путешествие к забвению. Этого ни в коем случае не должно случиться.

Словно благодаря какому-то глубокому и непреодолимому инстинкту нам до сих пор удавалось избегать серьезных споров. Если не считать незначительных и безвредных болезней роста, мы находимся в мире между собой. А благодаря тому, что мы до сих пор придерживались единственной цели, и весь мир относится к нам одобрительно.

Так дай нам Бог мудрости и стойкости, чтобы и впредь крепить нерушимость нашего единства!

Сентябрь, 1948 г.

## **Традиция Одиннадцатая**

*«Наша политика во взаимоотношениях с общественностью основывается на привлекательности наших идей, а не на пропаганде; мы должны всегда сохранять анонимность во всех наших контактах с прессой, радио и кино».*

Провидение всегда заботилось об отношениях Анонимных Алкоголиков с общественностью. Да и вряд ли могло быть иначе. Хотя нам уже более двенадцати лет, едва ли слово критики или насмешки в адрес АА было произнесено за все это время. Каким-то образом нас обошли все болезненные медицинские и религиозные споры. Есть у нас хорошие друзья среди пьющих и непьющих, среди левых и правых. Как и в боль-

шинстве обществ, у нас порой возникают скандалы, но только не на публике. Со всего света мы получаем только искреннюю симпатию и открытое восхищение. Наши друзья в прессе и на радио превзошли себя. Каждому ясно, что так нас недолго и испортить. Наша репутация даже лучше, чем мы есть на самом деле!

Поэтому наши послания через общественные каналы никогда всерьёз не пачкались, да и иссушающего дыхания предубежденности мы тоже никогда ни от кого не ощущали.

Разумеется, что эти чудесные дары несут в себе глубокое предназначение. И кто бы сомневался, что оно заключается в желании дать знать каждому алкоголику на свете, что АА действительно подходит, хватило бы только у него желания обрести свободу.

Хорошие взаимоотношения с общественностью - это спасательные канаты, протянутые алкоголикам, которые еще о нас не знают. В последующем численный рост Содружества наверняка будет зависеть от количества и прочности этих канатов. Один серьёзный прокол во взаимоотношениях с общественностью способен отвернуть от нас тысячи людей, направив их тем самым к гибели, - вот воистину вопрос жизни и смерти!

Будущее не бросает АА более серьёзного вызова и не ставит перед ним более крупных задач, чем - как именно нам лучше всего сохранить дружеские и жизненно важные отношения со всем окружающим миром. Успех будет во многом зависеть от верных принципов, мудрой бдительности и глубочайшей ответственности со стороны каждого из нас. Что-то меньшее здесь явно не подойдет. В противном случае из-за нашей недостаточной заботы наш брат может снова повернуться лицом к стене.

Поэтому Одиннадцатая Традиция стоит на страже наших спасательных канатов, объявляя, что у нас нет нужды в самовосхвалении, что будет лучше, если рекомендовать нас будут

наши друзья, и что всей нашей политике во взаимоотношениях с общественностью, в отличие от обычных традиций, следует основываться на привлекательности наших идей, а не на пропаганде. Ударные методы не для нас – никаких пресс агентов, никаких пропагандистских приемов, никаких известных имен. Слишком велик риск. Быстрые результаты всегда будут видными, так как легкие и короткие пути к известности могут нести в себе постоянные удушающие нас обязательства. Поэтому мы все больше и больше делаем упор на принципе личной анонимности в наших связях с общественностью. И просим друг друга быть в этом отношении в высшей степени ответственными. Как движение мы до сих пор склонны эксплуатировать имена наших членов, хорошо известных в обществе, оправдывая это тем, что и другие организации, и, в частности, самые из них хорошие, делают тоже самое. Как отдельные члены АА мы иногда верили, что публичное использование наших имен способно продемонстрировать наше личное мужество перед лицом позора и придать, таким образом, силу и убедительность статьям и заметкам в газетах и журналах.

Мы начинаем четко осознавать, что ни одному члену АА не следует представляться таковым на глазах у всей общественности даже ради самых стоящих целей, чтобы не создавать прецедентов, способных подтолкнуть и других на то же самое по причинам не столь уж и важным.

Мы видим, что, раскрывая анонимность в прессе, на радио или визуально, каждый из нас может с лёгкостью передать ценное имя АА какой-то сторонней организации или позволить вовлечь его в какие-то общественные споры.

Сложился уже своеобразный кодекс чести, согласно которому ни один член АА не позволяет себе каких-либо действий, способных увести Содружество в сторону от его главной цели и нанести вред нашим отношениям с общественностью. А значит, и уменьшить шансы тех больных алкоголизмом, кто еще может к нам придти.

Миллионам алкоголиков, которые пока еще не слышали об АА, нам всегда следует говорить: "Приветствуем вас и – добро пожаловать! Будьте уверены, мы никогда не дадим ослабнуть тем спасательным канатам, которые мы вам протянули. И, даст Бог, мы сумеем сохранить свои убеждения в наших взаимоотношениях с общественностью".

Октябрь, 1948 г.

## Традиция Двенадцатая

*«Анонимность – духовная основа всех наших Традиций, постоянно напоминающая нам о том, что главным являются принципы, а не личности».*

Можно сказать, что анонимность является духовной основой, надёжным ключом ко всем остальным нашим Традициям. Она стала символом благоразумия и, что самое главное, стремления не выставляться напоказ. Истинное уважение к новичку, если ему хочется оставаться безымянным, жизненно важная защита от неправильного использования на общественном уровне имени Анонимных Алкоголиков, а для каждого из нас постоянное напоминание того, что принципы стоят выше личных интересов, – таков широкий смысл этого всеобъемлющего принципа. В нем мы видим краеугольный камень нашей безопасности как движения, а на более глубоком духовном уровне он указывает нам на еще большее самопожертвование. Взглянув на Двенадцать Традиций, любой человек тут же убедится, что основная идея каждой из них – "поступаться". В каждой Традиции отдельного члена или группу АА просят чем-то поступиться ради нашего общего благополучия. Первая Традиция просит нас ставить общее благо выше личных желаний. Вторая Традиция просит слушать Бога, когда Он говорит через наше групповое сознание. Третья Традиция требует, чтобы мы не лишали членства в АА никакого алкоголика. Четвертая Традиция подразумевает, что исключается любая идея централизованной человеческой власти или руководства. Однако каждой группе следует проводить широкие консультации

по делам, затрагивающих всех нас. Пятая Традиция ограничивает деятельность группы одной целью - донесением наших идей до других алкоголиков.

Шестая Традиция указывает на тлетворное влияние денег, собственности и личной власти – она просит, чтобы мы удерживали это влияние на минимальном уровне с помощью отделенных от АА регистрации и управления нашими специальными службами. Она также предостерегает от естественных соблазнов вступать в союзы и кого-либо поддерживать. Седьмая Традиция заявляет, что оплачивать наши расходы будет лучше всего нам самим; что крупные пожертвования или пожертвования, подразумевающие какие-то обязательства, приниматься не должны; что публичный сбор денег с использованием имени АА определенно опасен. Восьмая Традиция отрекается от профессионализации нашей работы по Двенадцатому Шагу, но гарантирует нашим немногочисленным оплачиваемым сотрудникам служб статус непрофессионалов в АА. Девятая Традиция просит нас отбросить всякую мысль о богатой организации – достаточно иметь лишь самое необходимое для эффективной работы наших специальных служб, но не более того. Эта Традиция дышит демократией: наши лидеры занимаются служением и регулярно сменяются; наши немногочисленные должности никогда не наделяют тех, кто их занимает, произвольной личной властью – у них есть право служить, но никогда не править. Десятая Традиция настоятельно рекомендует не допускать серьезных раздоров – она просит каждого из нас быть осторожным, чтобы АА не стало пепелищем на месте реформаторских, политических или религиозных распрей. Одиннадцатая Традиция просит, чтобы мы были начеку в отношении сенсационности во взаимоотношениях с общественностью, и заявляет, что у нас никогда не будет нужды в самовосхвалении. Нам крайне необходима личная анонимность на уровне прессы, радио и кино, чтобы избежать ловушек тщеславия и соблазнов связать АА с иными организациями при помощи раскрытия анонимности.

Двенадцатая Традиция с ее настроем на смирение и анонимность довольно ясно охватывает предыдущие одиннадцать. Двенадцать пунктов Традиций АА являются всего лишь особым случаем применения духа Двенадцати Шагов исцеления в жизни групп и в наших отношениях с обществом в целом. Шаги исцеления дают каждому отдельному члену АА целостность и единство с Богом. Двенадцать пунктов Традиций АА дают нам единство друг с другом и целостность с миром вокруг нас. Наша цель - это единство.

Мы верим, что Традиции АА надежно скреплены такими мудрыми правилами, как любовь, благодарность и смирение. Еще мы не забываем о скромности. Так пусть же эти добродетели обязательно присутствуют в наших медитациях, и пусть Анонимные Алкоголики служат Богу в счастливом единении так долго, как они будут Ему нужны.

Ноябрь, 1948 г.

---

## **ДВЕНАДЦАТЬ ТРАДИЦИЙ АНОНИМНЫХ АЛКОГОЛИКОВ**

1. Наше общее благо должно стоять на первом месте; личное выздоровление зависит от единства АА.
2. В делах нашей группы есть лишь один высший авторитет - любящий Бог, воспринимаемый нами в том виде, в котором Он может предстать в нашем групповом сознании. Наши руководители - всего лишь облеченные доверием исполнители, они не приказывают.
3. Единственное условие для того, чтобы стать членом АА - это желание бросить пить.
4. Каждая группа должна быть самостоятельной, за исключением дел, затрагивающих другие группы или АА в целом.
5. У каждой группы есть лишь одна главная цель - донести смысл наших идей до тех алкоголиков, которые всё ещё страдают.
6. Группе АА никогда не следует поддерживать, финансировать или предоставлять имя АА для использования какой-либо родственной организации или посторонней компании, чтобы проблемы, связанные с деньгами, собственностью и престижем не отвлекали нас от нашей главной цели.
7. Каждой группе АА следует полностью опираться на собственные силы, отказываясь от помощи извне.
8. Сообщество Анонимных Алкоголиков должно всегда оставаться непрофессиональным объединением, однако наши службы могут нанимать работников, обладающих определенной квалификацией.
9. Сообществу АА никогда не следует обзаводиться жесткой системой управления; однако мы можем создавать службы или комитеты, непосредственно подчиненные тем, кого они обслуживают.
10. Сообщество Анонимных Алкоголиков не придерживается какого-либо мнения по вопросам, не относящимся к его деятельности, поэтому имя АА не следует вовлекать в какие-либо общественные дискуссии.
11. Наша политика во взаимоотношениях с общественностью основывается на привлекательности наших идей, а не на пропаганде; мы должны всегда сохранять анонимность во всех наших контактах с прессой, радио и кино.
12. Анонимность – духовная основа всех наших Традиций, постоянно напоминающая нам о том, что главным являются принципы, а не личности.

---

**Язык Сердца**  
**(12 Традиций АА. Статьи Билла У.)**

Перевод с английского языка.

Авторские права на англоязычное издание данного произведения принадлежат The A.A. Grapevine, Inc., New York, N.Y., U.S.A.

Копирование данного перевода, в какой либо форме без письменного разрешения от A.A.W.S.,Inc. Запрещено

© Фонд поддержки движения анонимных алкоголиков  
«Единство», 2013

Адрес сайта: <http://rsoaa.ru/>; mail: [rsoaa@rsoaa.ru](mailto:rsoaa@rsoaa.ru)

Верстка, оформление, макет

Центральное бюро обслуживания АА России, 2013.

*Данное издание одобрено*  
*Конференцией по общему обслуживанию АА*

Напечатано в России