**Моя поездка в Петрозаводск на Форум АА в декабре 2017 года как представителя РКО (Русско-язычный комитет по обслуживанию групп ВДА), да собственно, и участие в предыдущем Форуме АА в Петербурге, заставили меня серьезно задуматься: как доносить алкоголикам и наркоманам, что такое программа ВДА.**

**Спросите, зачем алкоголикам и наркоманам ВДА? Вроде есть программы АА и НА - и они, безусловно, решают проблемы зависимости. Да, я тоже благодаря им 15 лет трезвая, но только среди зависимых есть определенный процент тех, кто хоть и решил вопрос с веществом (АА, АН, Обжоры) или отношениями (Ал-Анон, Нар-анон и др), но остаются несчастными и нереализованными в жизни. Как пишет Синяя Книга, почему-то не получается «стать передовым отрядом в творении вместе с ВС», и более того, к 10 годам трезвости и чистоты вдруг понимают, что они не хотят жить.**

**Как отличить? Да просто. ВДА – это три аккорда: боль, стыд (вина) и страх, переданный от непьющего родителя, - АА – это обиды.**

**Вот вам типичная картинка. В Петрозаводск на Форум из Петербурга мы поехали ночным поездом, и утром уже была назначена группа. В надежде, что после работы я высплюсь в поезде и утром проведу спикерское и группу, села в ночной поезд. Но полвагона было выздоравливающих, «продвинутых» алкоголиков с большими сроками трезвости («элиты» АА), которые тоже ехали на Форум. И им было абсолютно наплевать, что остальная половина вагона пытается уснуть, ходили (причем в трусах), проводили группы и «духовные» беседы на весь вагон - это эгоцентризм алкоголика в полный рост: мы же не пьем, духовные… а то, что остальным хреново - будет еще хреновей, если запьем, поэтому любите такими! Как реагирую на все происходящее я, ВДА, у которого алкоголизм - это вторичная зависимость, чтобы заглушить свои боль, страх и вину? Не поверите, мне СТЫДНО ЗА НИХ, ЧТО ОНИ ТАК СЕБЯ ВЕДУТ С ЛЮДЬМИ И СО МНОЙ… И это не единственное различие - так, картинка всплыла.**

**Первый шаг программы ВДА для меня - это выход из изоляции и начало контакта с ВС и с собой. Да, вы правильно прочли: если у обычного зависимого все-таки формируется личность, с которой потом программа АА работает, и эта личность устанавливает контакт с ВС, начиная путь выздоровления, то типичный ВДА, выросший в алкогольной среде, не успевает сформировать свою личность. Он выживает. И вырабатывает 14 черт выживания, как правило, еще отключая свои чувства… Что получается, когда этот нечастный ВДА-алкоголик или наркоман попадает в АА или АН? Его начинают опускать, указывая на его эгоцентризм, а он, бедолага, и так уже ниже плинтуса. Конечно, эгоцентризм есть, и ВДА с ним работает, но только после того как сформируется истинная личность. В противном случае с ВС контактирует ложная личность с чертами выживания, которая помогла нам выжить, и понятно, что контакта с ВС нет и нет выздоровления.**

**Выходит, я делаю действия по программе АА, у меня не получается, как мне кажется, хорошо выздоравливать, - то есть быть счастливым, строить отношения, зарабатывать, - а моя ложная личность еще и говорит мне: «Ты плохо выздоравливаешь! Надо еще на 2 допгруппы сходить, надо еще послужить, надо еще в Церкви полы помыть… Ты, наверное, самый больной», - то есть загоняется еще глубже.**

**Программа ВДА кардинально  поменяла мне жизнь. Это не значит, что мой опыт многократного прохода шагов по программам АА, Ал-анон, Обжор, Должников не работает – работает, но это только веточки. Я как ВДА могу впадать в любые зависимости и зависимые отношения. Программа ВДА – это не про то, что я обвиняю родителей, наоборот, я принимаю на себя ответственность за свою жизнь, выходя из жертвы, и анализирую родителей с целью понять,  какую дисфункцию они мне передали, и с чем мне предстоит работать дальше.**

**Горько говорить, но мы полностью копируем своих родителей и воспроизводим такие же семьи… просто это отрицается всем моим ВДАшным существом. Ну нет, я не такая! Да такая, и только работа по программе дает мне это увидеть и начать работать, и уменьшить дисфункцию, которую я передам детям.**

**Мою ложную личность не стоит винить, она помогла мне выжить, но выздоровление происходит, когда я начинаю общаться со своей истинной личностью (некоторые называют это внутренним ребенком). Критерий выздоровления ВДА прост: я становлюсь радостней, счастливей, когда осознаю себя, несмотря на проблемы и обстоятельства вокруг. Здоровье, деньги, отношения, внешность – это не влияет на мое состояние счастья. Только не надо понимать счастье как обдолбанность.**

**И шаги в ВДА отличаются кардинально, например, 8 и 9 шаги. В АА – это про ущерб. В ВДА 8 шаг – я обретаю целостность себя, и 9 шаг - я становлюсь частью Целого. И только когда я часть Целого, я не наношу ущерб себе и окружающим, и становлюсь действительно «передовым отрядом Творца», о котором пишет Синяя Книга.**

**А дальше я понимаю кто я, чего хочу… Мне хорошо, и  я уже могу заниматься своими недостатками, - тем же эгоцентризмом, потому что это уже я. Я, познавший кайф от контакта с ВС, и я хочу еще дальше идти и развиваться… Это уже жизнь, а не выживание. Это совершенно другое качество существования.**

**Это первая статья про ВДА, будем потихоньку доносить тем АА, АН, Созависимым и прочим многим зависимым, которые (ЭТО КЛЮЧЕВОЕ) – ВСЕ ЕЩЕ СТРАДАЮТ И НЕСЧАСТНЫ и не понимают, почему не полностью для них сработали программы АА или Ал-анон… ВЫХОД ЕСТЬ и ОН СЧАСТЛИВЫЙ. Моя истинная личность создана ВС не для страдания, и чем больше я приближаюсь к ней, тем я счастливей.**

**Приглашаем на группы ВДА . Сайт Интергруппы ВДА   www.фспб.рф**

**Алена, ВДА, группа Лотос на Ленинском пр 149 (вторник 18-30). Метро Московская**