

## Романтические отношения на первом году выздоровления

*Марк Хьюстон – Даллас, штат Техас*

В Сообществе всегда ведётся много разговоров по поводу отношений. Не означает ли это, что в целом они представляют для нас идею фикс? В конце концов, мы ведь всю жизнь искали кого-то, кто помог бы нам чувствовать себя лучше. И теперь, когда мы больше не можем пить, если конечно хотим выздоравливать, отношения выглядят заманчиво. Но в Большой Книге говорится, что от нас требуется неумолимая честность, не так ли? Значит, если у вас меньше года трезвости, вот что вам следует делать. Если вами кто-то заинтересуется или вы заинтересуетесь кем-то и при этом вы хотите остаться трезвыми, то очень важно быть абсолютно честными.

Поэтому я прошёлся по Большой Книге и по 12 & 12, где нашёл упоминания того, какими людьми мы являемся.

Итак, если мужчина или женщина заинтересуются вами, то вам необходимо сообщить им следующее:

«Знаешь, мне объяснили и я верю, что от меня требуется неумолимая честность. Поэтому, если ты хочешь встречаться со мной, очень важно, чтобы у тебя было понимание кто я и что я собой представляю.

Несмотря на то, что я выгляжу вполне сформировавшимся взрослым человеком, на самом деле я являюсь инфантильной, претенциозной и эмоционально незрелой личностью. Обычным для меня является состояние растущей тревоги, депрессии и страха, которые совмещены с чрезмерной бурей страстей по любому поводу. Это состояние подогревается навязчивой непреодолимой потребностью контролировать всё, а также внимания и безоговорочного одобрения по отношению ко мне. Поэтому в своей жизни я постоянно испытываю беспокойство, раздражительность и неудовлетворённость. Ещё я регулярно демонстрирую плохую приспособленность к жизни, полную отрешённость от реальности и к тому же явную психическую ущербность. Это, скорее всего, будет влиять на моё душевное состояние и периодически отражаться на моих отношениях с тобой. Мои мысли будут порождаться сотнями форм страха, самообмана, своекорыстия и жалости к себе. А всё это заставит меня жить в постоянных опасениях и злопамятстве, не считаясь с остальными. Таким образом, исходить я буду из эгоистичных и нечестных побуждений. Побуждений, которые, если о них не позаботятся, приведут к жизненно опасным уровням похоти, гордыни, завистливости, жадности, лени и чревоугодия – я превращусь в омерзительное существо и буду злоупотреблять всем, чем смогу. В свою очередь, это поспособствует обострению моей ранимости и тогда всё, что я увижу или услышу, будет воспринято мною на личном уровне. Я не люблю критику в свой адрес, и терпеть не могу похвал. Я не в силах вынести эмоциональных страданий, и я не собираюсь страдать в одиночку. Присоедини к этим качествам моё отягощающее стремление добиться совершенства и защитную реакцию, с которой начинается всё, что я делаю. А так как я панически боюсь, что обо всём этом узнают, мне необходимо обосновывать, преуменьшать, оправдывать и отрицать любые мои действия, обвиняя в происходящем тебя и всех остальных, в усердных попытках не быть выведенным на чистую воду. По этим причинам я тороплюсь злиться и не спешу с добродетелью. Я порицаю и осуждаю всех и всё, что попадает на моём пути. Полное пренебрежение является самой яркой чертой моего характера. Я буду сопротивляться на каждом шагу.

Вот кто я и чем я являюсь. Так что мои отношения с тобой будут основаны на этих чувствах и мыслях.

Хочешь сходить поужинать со мной?»