
KALENDARIUM SPOTKAŃ SŁUŻB W REGIONIE WARSZAWA

INTERGRUPA AA „ATLAS” – trzecia niedziela godz. 14⁰⁰ spotkania w terenie
adres koresp. 08-110 SIEDLCE ul. PONIATOWSKIEGO 26 SZPITAL WOJEWÓDZKI

INTERGRUPA AA „MOKOTÓW” – ostatni czwartek godz. 18⁰⁰
02-672 WARSZAWA ul. DERENIOWA 12 DOM PARAFIALNY

INTERGRUPA AA „NAREW” – pierwsza niedziela godz. 17⁰⁰
07-400 OSTROŁĘKA ul. GOWOROWSKA 8a KLUB ABSTYNENTA

INTERGRUPA AA „PÓLNOC” – pierwszy czwartek godz. 18⁰⁰
01-188 WARSZAWA ul. KAROLKOWA 49

INTERGRUPA AA „SAWA” – ostatnia sobota godz. 17⁰⁰
03-416 WARSZAWA ul. WILEŃSKA 69 DOM PARAFIALNY

INTERGRUPA AA „WARS” – pierwszy piątek godz. 18⁰⁰
02-532 WARSZAWA ul. RAKOWIECKA 61 KOŚCIÓŁ A. BOBOLI

INTERGRUPA AA „WSCHÓD” - trzecia środa godz. 18⁰⁰ Warszawa ul. Zgierska 18a.

ZESPOŁY SŁUŻB AA REGIONU WARSZAWA

ds. **FINANSÓW** czwarty czwartek m-ca godz. 18⁰⁰ ul. Karolkowa 49.

ds. **INFORMACJI PUBLICZNEJ I WSPÓŁPRACY Z PROFESJONALISTAMI**
drugi czwartek m-ca godz. 17³⁰ ul. Karolkowa 49.

ds. **LITERATURY** drugi czwartek m-ca godz. 18⁰⁰ ul. Karolkowa 49.

ds. **ORGANIZACJI** trzeci czwartek m-ca godz. 18⁰⁰ ul. Karolkowa 49.

ds. **ZAKŁADÓW KARNYCH** czwarty czwartek m-ca godz. 18⁰⁰ ul. Karolkowa 49.

RADA REGIONU WARSZAWA

SPOTKANIA ODBYWAJĄ SIĘ W TRZECIĄ SOBOTĘ – miesiące nieparzyste godz. 16

03-416 WARSZAWA ul. WILEŃSKA 69 DOM PARAFIALNY

NAJBLIŻSZE SPOTKANIE ODBĘDZIE SIĘ 17.11.01

KONFERENCJA AA REGIONU WARSZAWA

ODBĘDZIE SIĘ 20.IV.2002r. w ANINIE

ul. RZEŻBIARSKA 46 (sala dawnego kina WRZOS) godz. 12⁰⁰

Jeżeli chcecie by w naszym Kalendarium prezentowane były rocznice Waszych Grup, Intergrup lub inne wydarzenia, przysyłajcie materiały i informacje do Redakcji Regionalnego Biuletynu Informacyjnego MITYNG / mityng@yoyo.pl, mityng@wp.pl / lub dostarczajcie je do Zespołu ds. Literatury w każdy czwartek w godz. 16⁰⁰- 19⁰⁰ ul. Karolkowa 49.

MITYNG

Biuletyn Regionu Warszawa

 Numer 11/53/2001

 listopad 2001

**Refleksje nad dzisiejszą różnorodnością
członkostwa w AA**
-4 edycja Wielkiej Księgi

Przez 25 lat, od trzeciego wydania książki "Anonimowi Alkoholicy" ilość członków Wspólnoty wzrosła od 400 tysięcy do ponad 2 milionów rozsiadanych po całym świecie. Do AA zaczęli trafiać ludzie z coraz różnorodniejszymi doświadczeniami. Ponieważ życiorysy zawarte w Wielkiej Księdze mają pomóc jak największej ilości alkoholików w identyfikacji za Wspólnotą i z tymi, którzy wytrzeźwili / amerykańskie trzecie wydanie Wielkiej Księgi

zawiera oprócz "Opowieści Billa" i "Koszmaru dr Boba", które należą do części niezmiennych, 43 historie osobiste, z których w wydaniu polskim znalazły się jedynie trzy - przypis redakcyjny, Konferencja Służb Ogólnych AA w 2001 roku zaaprobowana nowe, czwarte wydanie, ze

zmienioną znacznie częścią zawierającą życiorysy. Pierwsze 164 strony pozostają bez zmian, natomiast w drugiej części można znaleźć 24 nowe historie osobiste i 16 "starych" - powtórzonych z wydania trzeciego.

Gdy książkę "Anonimowi Alkoholicy" wydawana była po raz pierwszy / historia powstania i wydania Wielkiej Księgi opisana jest w książce "Anonimowi Alkoholicy wkraczają w dojrzałość", str 198 i dalej - przypis redakcyjny / problemem było znalezienie dostawcy wielu trzeźwych alkoholików, którzy w dodatku umieli napisać o sobie, tak by dać wierny obraz społeczności AA tamtych czasów. W 1939 roku powstała Wielka Księga - napisana przez ludzi, którzy wedle dzisiejszych kryteriów byli by niemal nowicjuszami - której wydanie

ALCOHOLICS
ANONYMOUS

This is the Fourth Edition of
the Big Book, the Basic Text
for Alcoholics Anonymous



do dziś przekroczyło nakład 20 milionów egzemplarzy i zostało przetłumaczone na 43 języki. Dziś, na apel o życiorysy odpowiadało ponad 1200 alkoholików z ugruntowaną trzeźwością, a głównym wyzwaniem dla redaktorów była selekcja i wybranie "najlepszych" z nich.

Zadana nowa pozycja literatury AA ani żadna zmiana wersji już wydanej nie powstaje sama z siebie, lecz jest odpowiedzią na jawnie wyrażane potrzeby Wspólnoty. Sprawa czwartej edycji Wielkiej Księgi sięga 1994 roku, gdy Komisja Powierników d/s literatury *jest to stała komisja działająca przy Radzie Powierników (General Service Board, GSB). Konferencja Służb Ogólnych (General Service Conference, GSC) posiada własną Komisję Literatury - przypis redakcji/ zaczęła otrzymywać prośby o uwspółcześnienie życiorysów. Nie był to jeszcze ruch powszechny, ale na tyle zauważalny, że Komisja przedstawiła raport Konferencji prosząc delegatów o informacje na ten temat z ich regionów. Rok później Konferencja, po zapoznaniu się z opiniami delegatów, zdecydowała, że potrzeba zmian w Wielkiej Księdze nie jest jeszcze powszechnie podzielana we Wspólnocie. Ta sama Konferencja rozproszyła obawy, że jakiegokolwiek zmiany dotkną pierwszych 164 stron (obejmujących przedmowy, wprowadzenie, opinię lekarza, rozdziały 1-11, Koszmar dr Boba oraz dodatki) Przekonanie o niezmienności tej części Wielkiej Księgi jest niezwykle silne w AA i było potwierdzone przez Konferencję corocznie w okresie 1997 - 2000*

roku. Głosów apelujących za nową edycją nie można jednak było pominąć, dlatego Konferencja w 1995 roku zleciła Komisji Powierników d/s Literatury opracowanie założeń do ewentualnego wydania czwartej edycji. Dwa lata później, w 1997 roku, gdy potrzeba nowych życiorysów dojrzała na tyle by stać się głosem sumienia AA, Komisja była gotowa, by przedstawić do akceptacji Konferencji plan wydania nowej Wielkiej Księgi. Szczegółowe prace nad nią trwały do kwietnia 2001 roku, kiedy nowy tekst został przyjęty przez Konferencję.

Do pracy nad czwartym wydaniem utworzono specjalną podkomisję w ramach Komisji Powierników d/s Literatury. Podstawowym problemem z jakim musiała się ona zmierzyć było określenie kryteriów wyboru życiorysów. Podkomisja przyjęła stanowisko, że w odniesieniu do historii osobistych i dzielenia się w AA nie sposób stosować określeń "gorsze - lepsze". Wybór musiał być jednak dokonany i to tak, aby uchwycić różnorodność wieku, wyznań, ras, pochodzenia, warunków życia i zawodów. Ponadto trzeba było zdecydować się które z życiorysów trzeciej edycji zostały, a które wycofać.

Niejako mottem podkomisji stała się myśl Billa W.: "...czytelnikami książki są ci, którzy dziś trafiają do AA. Ci, którzy z nami są, znają już nasze historie... Szukamy bezpośrednich, osobistych historii opisujących okres picia, jak nowicjusz trafił do AA, jak wpłynęło na niego i co dobrego uczyniło w jego życiu..." Podczas lektury życiorysów

*następne spotkanie Intergrupy przełożono na 9. 11. 2001

3. z **Intergrupy SAWA 29 09 2001r.** - obecnych 23 mandatariuszy

* Spotkanie prowadził Janek /Przy Trakcie/

* dyżury przy telefonie w BSK - bez kłopotów choć grupa NARESZCIE prosi o wsparcie

* dokonano zakupu biuletynu MITYNG; po wpłatach do Regionu, WESM, w rezerwie zostało 98 zł+ ostatnie wpłaty

* do kasy inter grupy przyjęto 450 zł - zysk ze sprzedaży literatury przez kolportera Intergrupy

* materiały informacyjne do placówek leczenia odwykowego /Zgierska, Zakopiańska/ dostarczył Piotr/ Olszynka/

* Wymieniono informacje z grup - 4 XI VII rocznica grupy PORANEK godz. 11

.17XI 9 rocznica grupy ALBERT z Pułtusza, mityng godz 19 30 Zespół Szkół Zawodowych, potem zabawa

17 XI 7 rocznica grupy AA w ZK Białoleka godz. 11 zapisy u Wiesi

4. z **Intergrupy PÓLNOC 15 10 2001r** - obecnych 16 mandatariuszy reprezentujących 21 grup

* do Intergrupy zgłosiła przynależność grupa OSTOJA z Łomianek,

czwartek godz.18 30 zaplecze kościoła św. Małgorzaty, wszystkie mityngi otwarte

* Intergrupa przekazała jako dar urodziny 60 zł.

* skarbnik zebrał 59 zł, na WESM w tym miesiącu intergrupa przekazała 50 zł

* wyznaczono obsadę dyżurów przy telefonie w listopadzie

* następne spotkanie Intergrupy odbędzie się wyjątkowo - wtorek (6 .XI) godz. 18

*nie zgłoszona żadnych kandydatów na XVI Konferencję Regionu Warszawa.

SAWA LISTOPAD 6 LOURD,13 EMANUEL,20 NARESZCIE,27 PŁOMYK

WARS listopad -7 Michał, 14 Foksal, 21 Powiśle, 28 Wdzięczność

PUNKT INFORMACYJNO-KONTAKTOWY AA Regionu WARSZAWA
czynny jest od poniedziałku do piątku w godz 15⁰⁰ - 21⁰⁰
00-020 Warszawa ul. Chmielna 20 (III p.) Telefon (0-22) 828-04-94
obsługują INTERGRUPY:

| WARS | PÓLNOC | SAWA |
|-------------------|-------------------|---------------------------|
| 07.11 MICHAŁ | 07.09 ISKIERKA | 06.11 LOURD |
| 14.11 FOKSAL | 14.09 WIOSNA | 13.11 EMANUEL |
| 21.11 POWIŚLE | 21.09 TRZECI KROK | 20.11 NARESZCIE |
| 28.11 WDZIĘCZNOŚĆ | 28.09 SAM I SWOI | 27.11 ISKIERKA PRZYSZŁOŚĆ |

Na szczęście, dzięki AA wiem co wtedy robić. Zadzwoić do przyjaciela, mówić na mityngu, modlić się. I nagle depresja znika. Czyż to nie doświadczenie duchowe? Czy takie wpadki świadczą, że nie robię postępów? Z moich obserwacji wynika, że absolutnie nie. W niczym nie przypominam osoby, która kiedyś przyszła do AA. Dużo częściej czuje się dobrze, a depresje nadchodzą rzadziej i są mniej głębokie. Nie poruszają mnie już tak bardzo poglądy i wypowiedzi innych. Jestem bardziej zdolny by przyjmować ludzi takimi jacy są. Dużo mniej ważne jest, że mam swoją drogę i inni ludzie ją akceptują. Za każdym razem, gdy wychodzę z depresji, lepiej rozumiem siebie i innych, bardziej żyję i daję życie innym. Łatwiej mi mówić co naprawdę myślę i czuję, bez strachu przed odrzuceniem. Potrafię cieszyć się małymi rzeczami i nie potrzebuję zbytnio dowartościowania od innych.

To wszystko, dostałem od Wspólnoty lub znalazłem w sobie. Co więcej - nieważne, ile jeszcze depresji przeżyję, zawsze będę miał nadzieję na przywrócenie trzeźwego myślenia. I chciałbym, żeby tak zostało do końca

Wiadomości regionalne na podstawie przekazanych raportów

1 z Konferencji Regionu Warszawa 20 X2001r

*Oczekujemy przyznania lokalna punkt informacyjno- kontaktowy Regionu
* wysłuchaliśmy informacji powiemnika i delegatów w Służby Krajowej, między innymi: ukazał się "Ogólnopolski informator o AA", trwają przygotowania do WEMS - termin 20 IV2002

delegatem na SMS drugiej kadencji został wybrany Antek z Rybnika, obowiązki dyrektora BSK podjął Andrzej z

Warszawy, w opracowaniu jest strona internetowa Wspólnoty AA w Polsce
* Trwają prace nad przygotowaniem ogólnopolskiego Zlotu Radości maj 2002
* Warsztaty Tradycji AA będą w 2002 roku organizować Intergrupy: Wars, Północ, Atlas.
* redakcja MITYNGU wyraża wdzięczność dla piszących do biuletynu oraz dziękuje za stale wzrastające zainteresowanie. Będą publikowane artykuły o służbach

2. z Intergrupy Wars -- 05 10 2001 - obecnych 35 mandatariuszy

* Intergrupa WARS zakupiła ulotek za 298 PLN.
* po 240 PLN przekazała na Region, BSK, WEMS
* Grupa TU i TERAZ będzie się spotykać w soboty godz. 11. Miejsce bez zmian.
* ustalono plan dyżurów przy telefonie w BSK
* 10 XI obchodzą rocznicę grupy AA w Piasecznie, a 12 XI grupa PIAST w Piastowie godz. 18

członkowie podkomisji zwracali więc głównie uwagę na opis postępów choroby z uwzględnieniem zaprzeczania, samousprawiedliwienia i samo oszukiwania; kryzys, który zmusił autora do zmiany spojrzenia na swoje picie; przyście do AA; rolę sponsora; rozwój duchowy i sposób, w jako autor pracuje nad programem AA. Każdy zyciorys był starannie czytany, najpierw przez członków podkomisji indywidualnie, potem w parach a na koniec przed całą podkomisją. Przed Konferencją w 2000 roku wyselekcjo-

nowano wstępnie 38 zyciorysów. Ostatecznej redukcji do 24 dokonały wspólnie Komisje d/s literatury - Powiemników i Konferencji. Na koniec, przed przedstawieniem do aprobaty, nowa wersja historii osobistych przeszła kilka rund obróbki redakcyjnej w GSO.

W kwietniu 2001 roku, Konferencja Służb Ogólnych AA przyjęła czwartą edycję Wielkiej Księgi i skierowała ją do druku. Nakład ukaze się w sprzedaży w listopadzie 2001 roku.

Tekst redakcji MITYNG powstał na podstawie nieautoryzowanego przekładu z BOX 459 nr 5 październik/listopad 2001



"Złote myśli" z MITYNGÓW nr 4//2000 5//2000

- Zmiana złych, nieświadomych nawyków na dobre zajmuje dużo wysiłku i świadomego wysiłku

- Dla większości ludzi zmiana jest przerażająca.

- Bez względu na ucziwość jest niesłychanie trudną grą w porównaniu z tymi, w które poprzednio graliśmy.

- Być może dlatego, że tak bardzo chcemy być kochani, obawiamy się prawdy, która może się ujawnić przy pełnym otwarciu.

- W AA mamy to szczęście, że możemy otworzyć swe serca o każdej porze dnia i nocy.

- Kiedy Ty i ja przedstawiamy się jako alkoholicy to chcemy powiedzieć, że potrzebujemy siebie nawzajem w naszym wspólnym problemie.

- Jak miło jest mieć kogoś, kto przeszedł tą drogą wcześniej, a dziś pokazuje i wyjaśnia stany, które się ze mną dzieją

- Rozumowanie skutecznie oddala stosowanie



Obrazek z mityngu

Znamy się od kilku lat. Przeszedł swą drogę od miejsc, co do których nawet nie wiedziałem kiedyś, że istnieją a dzisiaj nie pije. W niedzielę kolejny raz spotkał się na mityngu AA, a ja, jak zawsze, byłem pod urokiem wyuczalnej szczerości jego wypowiedzi. Ale tym razem usłyszałem nową nutę, co do której poczułem jakby klucie w sercu. Wypowiadał się o wielu zmianach, walorach nowego życia a następnie zaczął podkreślać, że wszystko to uzyskał dzięki odbytej terapii, bo choroba alkoholowa potrzebuje do leczenia profesjonalistów, a to, co mówi się na mityngach AA jest... - no, może tych słów nie powtórzę. Nie wiem, co tak naprawdę nim wtedy kierowało, czy to czasem nie obecność na mityngu któregoś z profesjonalistów-alkoholików i chęć wyrażenia im specjalnej podziękności? Jeśli nawet tak, to nie w tym problem. Po mityngu, rozmawialiśmy z innym, nowym przyjaciele pragnącym osiągnąć stałą trzeźwość, o wrażeniach, o swych odczuciach i usłyszałem zarzut, że tak nie należy mówić; że AA uratowała mu życie i jest wspaniałe i wiele innych entuzjastycznych opinii. Konieczne stało się podjęcie dyskusji, czym właściwie jest wspólnota AA? Czym nie jest? Co w niej jest takiego specjalnego? Zaczęliśmy przypominać sobie niepowtarzalną atmosferę pierwszych mityngów, kiedy staliśmy się centrum zainteresowania grupy, kiedy dla wszystkich uczestników mityngu było ważne, że dziś nie piłem, kiedy powoli powstawała nić zaufania, którego nie chciałem zawieść. Wtedy po raz pierwszy od dłuższego czasu, niezależnie od burz życiowych, miałem nie tylko dokąd, ale i dla kogo wracać. Wspólnota AA zawsze podkreśla swą nieprofesjonalność; wypowiedzi na mityngach pokazują to, co zdołaliśmy uczynić w naszej drodze do trzeźwości, jak przełamaliśmy trudności w stosowaniu naszego programu a przecież często są to zalecenia terapeutów. Dla życiowych rozbitków każdy styl jest dobry. Tu liczy się tylko to, czy ktoś dopłynął do brzegu, czy przestał pić. Wielu, osiągnąwszy pogodną trzeźwość, nadal uczestniczy w mityngach dzieląc się swym doświadczeniem. W ten sposób wyraża swą wdzięczność za uratowane życie, a równocześnie przebywa w sytuacjach które pozwalają na zebranie odwagi, by w swoje życie wplatać zalecenia Programu AA, szczególnie gdy zauważamy, co one znaczą w postawach innych. Jesteśmy dla siebie wzajemnie największymi entuzjastami ale i cenzorami. Każda zmiana postawy wywołuje ciepłe zainteresowanie. Więc czym jest wspólnota AA? Myślę, że to środowisko, w którym każdy może znaleźć dla siebie skuteczny sposób aby osiągnąć trzeźwość. Jest też szansę powrotu do zdrowia dla tych, którzy nie byli w stanie skorzystać z innych form pomo-

Postęp nie doskonałość

Im N. Massachusetts GRAPEVINE lipiec 2001 str 42-43

Bill W. opowiadał często o przebudzeniu duchowym, jakiego doznał w szpitalu Townsa: pokój został wypełniony światłem, a on poczuł, że stoi na szczycie górskim, owiewany gwałtownym wiatrem - nie materialnym ale duchowym. Opisując inny rodzaj duchowego doświadczenia powiedział, że poprzez stosowanie zasad AA we wszystkich poczynaniach zostaniemy przeniesieni w "czwarty wymiar". Nie zamierzam wątpić, że niektórzy z nas doświadczają przeżyć duchowych podobnego rodzaju jak Bill. Sądzę jednak, że w moim życiu wszystkie "wystrzelenia" w inne wymiary fundowałem sobie sam, za pomocą alkoholu i narkotyków. A trzeźwiejąc, jeżeli magle odnajduję się w "innym świecie", to zwykle jest to efekt kolejnego wybryku samowoli lub nadmiernego emocjonalizmu religijnego. Myślę sobie: "No, w końcu jestem na szczycie" i jestem przekonany, że osiągnąłem pełnię duchowego rozwoju. Ale to tylko pobożne życzenia. W mojej drodze duchowej żadne doświadczenie nie jest ostateczne. To zwykle jedynie zwrot, pozostawiający mnie w przeświadczeniu, że coś w moim życiu zmieniło się - ale nie na zawsze.

Spróbuję wyjaśnić, co rozumiem przez doświadczenie duchowe. Czasami zachodzi we mnie zmiana świadomości, pozwalająca mi myśleć, czuć i działać w sposób zupełnie niewyobrażalny dla mnie samego przedtem. Często okazuje się tak przy okazji relacji osobistych, które ułożyły się źle.

Utracie kontaktu z bliskimi towarzyszy straszliwe cierpienie. Ale po refleksji nad swoją postawą w takiej sytuacji staję się zdolny do lepszego zrozumienia samego siebie. Przechodzę przez takie doświadczenia lepiej przygotowany by kształtować swoje stosunki z innymi w bardziej odpowiedzialny sposób.

Inny rodzaj doświadczeń duchowych jest bardziej subtelny. Zdarzają się one, gdy mówię na mityngu, prowadzę samochód lub biorę prysznic. Nagle zaczynam odczuwać wewnętrzny spokój i więź z AA. Czuję, że jestem potrzebny i pomocny innym. Ani śladu konfliktów czy depresji. To wspaniałe uczucie aż czuję chęć "przytrzymać" ten stan na resztę życia. Ale gdy tylko zaczynam myśleć, że jestem do tego zdolny, rzeczywistość pokazuje, że nie. Samowola zaczyna wtedy wkraść się w moje życie i całość kończy się "duchową wpadką"; pojawia się izolacja, osądzenie, urazy, ironia, zawiść i niecierpliwość. Ten stan jest równie potężny, podstępny i przebiegły jak alkohol. Ego posiada wielką siłę odbudowy opartą na samouprawiedliwiających racjonalizacjach. Czasami wtedy głupiej robię się nudny i unikam ludzi. Ale trzy czy cztery razy w roku wpadam w głęboką rozpacz, z której nie potrafię wydobyć się sam. Wpadam w depresję, jestem drażliwy. I nie robię z tym nic dopóki nie zacznę wpadać w kłopoty.

rzeczy. Co prawda na stoliku z literaturą leżała dumnie Wielka Księga, ale we wszystkich kątach sali rozłożona była broszura "Poradnik po 12 krokach", wydana przez kogoś w Akrom lecz bez znajomego koła i trójkąta. Boże! ! ! ta grupa pracowała na literaturze spoza AA! ! ! Wyczułem, że połowa grupy /łącznie ze mną/ nieświadomie uczestniczy w jakiejś terapii. Pracując z nowicjuszami musiałem się

nauczyć nowego języka - inaczej zrozumielibyśmy się. Poznałem więc co to jest depresja, wykorzystanie seksualne, narkotyki, Dorosłe Dzieci Alkoholików. Pożyczyłem nawet i przeczytałem literaturę AI- Anon (może to oznacza właśnie - "zrobić wszystko, aby ów cel osiągnąć" ?) Mimo tych wszystkich nieporozumień wielu ludzi w wielu grupach trzeźwiało. W 1993 roku zostałem przeniesiony służbowo do Kalifornii. Od razu poszedłem na mityng i okazało się, że u nich też jest wszystko inaczej. Ponieważ przyjaciele prosili mnie abym napisał do nich o AA w Kalifornii, po chwili namysłu przesłałem im taką wiadomość: "Mityngi tutaj są zupełnie inne niż u nas ale 12 Kroków mają takie same"

Obecnie mamy rok 2000. Uczestniczyłem w bardzo różnych mityngach. Na niektórych były 4 osoby, na innych 2500. Dzieliłem się doświadczeniem, siłą i nadzieją w klubach, kościołach szkołach, domach prywatnych, halach, kempingach, pod gołym niebem i na plażach dwóch oceanów. Każdy mityng był unikalny, inny i z początku obcy. Ale moje lęki miały dzięki magicznej mocy Wspólnoty.

Osobiście uważam, że powinniśmy bardziej koncentrować się wokół alkoholu, tak jak to było w 1976 roku. Ale słyszałem w ostatnich latach bardzo wielu ludzi, którzy mówili, że nie utrzymaliby trzeźwości bez możliwości mówienia o innych problemach, nie związanych z piciem. Gdy mam więc wątpliwości, zaglądam do Wielkiej Księgi, do cytowanego już fragmentu ze str. 16 i do końcówki rozdziału "Wizja dla Ciebie"! Ja sam, gdy mam okazję mówić /o przepraszam - "dziękuję" / na mityngu staram się wszystko wiązać ściśle z moim piciem i 12 Krokami. Gdy moje doświadczenie nie wiąże się z alkoholizmem, nie mówię o tym w trakcie mityngu, wracam do tematu w rozmowach po jego zakończeniu. Od czasu gdy wstąpiłem do AA mityngi zmieniły się. Ale 12 Kroków, 12 Tradycji, 12 Koncepcji pozostają te same. Ten sam jest duchowy program Wspólnoty itak samo każdy z nas pozostaje pod opieką Siły Wyższej.

cy. Jej najwyższa wartość to zasady wyrażone w Tradycjach, Koncepcjach i Krokach.



A co z bohaterem z początku artykułu? Dzisiaj znów przyszedł na mityng. W przerwie żywo i serdecznie porozmawialiśmy. Odniosłem wrażenie, że dzień, w którym do wspólnego dobra zacznie przynosić coś więcej niż pragnienia i potrzeby jest coraz bliższy. Wspólnota ma czas i na każdego pragnącego prze-

Obrazki z XXX Konferencji Służb AA w Polsce 12-14 X 2001 roku

Całkiem młody chłopak zostaje wybrany do jednej z kluczowych służb. Jest wyraźnie wzruszony, gdy wychodzi podziękować za zaufanie. Mówi, że jeszcze parę lat temu, będąc na swoim dniu alkoholowym nie umiałby takiej sytuacji sobie wyobrazić. Któryś z jego kolegów woła z sali: "nie wstydz się, popłacz sobie" A on nie bardzo się wstydzi....

Na Konferencji toczy się wiele dyskusji, polemik, czasem dość ostrych kontrowersji. Nic w tym dziwnego, tu jest na to miejsce. Ale jest pewien moment, kiedy wszyscy delegaci, powiernicy, pracownicy BSK, kibice i ciekawscy - wstają podają sobie ręce i odmawiają wspólnie Modlitwę o Pogodę Ducha. Nie umiem tego opisać. Kto to przeżył, ten wie.

Z sali obrad wypada delegat, człowiek o dość dużym temperamentem i krzyczy do jedynego obecnego w holu słuchacza - czyli mnie. "Ty wiesz, co "oni" przegłosowali? Kompletny idiotyzm!!! Daj papierosa"

Pół godziny później widziałem go na obiedzie. Siedział przy jednym stoliku z "nimi" i gawędził przyjacielsko.

Miałem okazję w czasie Konferencji widzieć kilkakrotnie ludzi, którzy "przeegrali", odpadli w wyborach, ich koncepcje zostały odrzucone, pomyśły przepadły w głosowaniach. Widziałem ich napięcie podczas oczekiwania na wynik, a potem żal, smutek, rozczarowanie, czasem złość i irytację. W końcu jednak godzili się z sytuacją. Tak sobie myślę, że to właśnie dzięki postawie tych "przeigranych" Konferencja ma szansę być głosem zbiorowego sumienia AA w Polsce.

Spowiedź wędrownika AA

Grupa domowa. Serce AA.

Wracając do roku 1975, kiedy zacząłem trzeźwieć dzięki mityngom w klubie York Street w Denver starzy bywalcy powiadali: *może nie jesteś jeszcze gotów oddać się całkowicie programowi AA. Drzwi AA zamykają się w obie strony, nie pozwól aby zamknęły się kiedy będziesz wychodził.* Przez prawie trzy lata drzwi AA otwierały się i zamykały przede mną w zależności od stanu w jakim się znajdowałem dzięki alkoholowemu szaleństwu. Nie potrafiłem zachować trzeźwości, coś w tych mityngach drażniło i przeświewało mnie na wskroś. Jednak musiałem słyszeć to proste postanie i mieć nadzieję na lepsze jutro. Pamiętam te proste słowa, które zawierają tyle mądrości w sobie. „Wszystko co potrzebujesz to chęć przestania picia. NIE PIJ TYLKO DZIŚ. Nie dotykaj pierwszego kieliszka a nie upijesz się. Przyjdź na mityng i słuchaj. Zabierz ze sobą informacje, które Tobie weszły do serca, resztą się nie przejmuj. Wracaj, wracaj na mityng. Z początku nie wierzyłem AA, że może mi pomóc. Jednak z czasem zacząłem w to wierzyć, chociaż nie wiem dlaczego jednego tylko byłem pewien AA jest dla mnie i jestem całym sercem wdzięczny za to. Wiem, że wielu takich jak ja nadal cierpi ponieważ nie może jeszcze uwierzyć w magiczną siłę naszej Wspólnoty. Zacząłem uczęszczać na mityngi wszędzie gdzie to tylko możliwe. Nie pojmowałem jeszcze dokładnie pojęcia grupa domowa co to takiego. Jednak pewnego dnia przeczytałem artykuł jednego ze starszych członków AA w którym był poruszony temat wędrujących członków AA. Pisał on tam o ludziach, którzy byli w AA ale nie byli związani z żadną grupą AA na stałe. Po przeczytaniu tego artykułu zdałem sobie sprawę, że ja jestem jednym z tych wędrowników bez przydziału i obowiązków. Chodziłem nadal na mityngi pracowałem nad krokami, czytałem Wielką Księgę. Jednak ciągle czułem się samotny i odseparowany od reszty Wspólnoty. Po jakimś czasie znalazłem mityng, który przypadł mi do serca. Zacząłem przychodzić regularnie i nawet zgłosiłem się na ochotnika do robienia kawy i herbaty. Ten mityng zaczął być moim domowym mityngiem. Po sześciu latach opuściłem Denver aby podjąć pracę w zachodnim Colorado. Nowa Wspólnota AA składała się z farmerów i ranczerów w szczególności. Mityngi odbywały się tutaj rzadko więc uczęszczałem na każdy możliwy. Spotkania z Wielką Księgą stały mi się najbardziej bliskie. Dla przykładu powiem, że zacząłem gromadzić w sobie poczucie obowiązku i przyznawać do własnego egoizmu. Kiedy bywanie na domowym mityngu zaczęło być moim nawykiem, przekonałem się, że jeżeli naprawdę chcę

tylko dlatego nie piłem parę następnych miesięcy. Ale potem znowu się przeprowadziłem do innego miasta. Jak typowy alkoholik odkładałem decyzję użycia duchowych narzędzi aż do momentu, gdy było naprawdę źle. Po trzech nocach paralizującego lęku poszedłem do w końcu tam, gdzie było moje miejsce - na mityng. Ten mityng był znów zupełnie inny niż te, które znałem. AA się zmieniło!

W 1984 roku, dzięki poparciu towarzystw ubezpieczeniowych, istniała już szeroka sieć placówek terapeutycznych w całym kraju. Większość trafiających do AA nie trzęsła się już w deliracje. Mówiono wiele o akceptacji, na mityngu poruszano bardzo kłopotliwe, osobiste tematy. Dużo było o uzależnieniach krzyżowych, wielokrotnych i o problemach innych niż alkohol i było to tolerowane, gdyż tak wypowiadała się większość. Usłyszałem też wtedy termin "mój program". Odniosłem wrażenie, że taki prywatny program zwykle nie obejmuje Kroków 4-9.

Wszyscy się "dzielili", nikt nie słuchał. Unikano mityngów "twardogłowych", koncentrujących się wokół alkoholu i Wielkiej Księgi. W tej sytuacji pomocą w zachowaniu własnej drogi stał się dla mnie fragment Wielkiej Księgi:

"... z konieczności będziemy musieli poruszyć zagadnienia medyczne, psychiatryczne, społeczne i religijne...

... nasze osobiste życie, jako alkoholików zależy od stałego myślenia o innych i o tym, jak możemy im pomóc w potrzebie " / ANONIMOWI ALKOHOLICY str. 16/

Znalazłem sobie macierzystą grupę, pracującą mniej - więcej nad programem, bardzo aktywną w służbach. Owe służby obejmowały ścisłą współpracę z lokalnymi ośrodkami terapeutycznymi. Zobaczyłem, że właśnie owe terapie rozrywały więzy, jakie w najnudniejszych pierwszych miesiącach trzeźwienia tworzyły się między nowicjuszem a jego sponsorem i innymi członkami grupy AA. Z drugiej strony ośrodki mogły zaoferować dużo lepszą pomoc tym, którzy potrzebowali opieki medycznej, np. przechodzący mpsychozy.

Wiele terapii oparło się ściśle na Dwunastu Krokach, ale odniosłem wrażenie, że praca na terapii to bardziej kompromis i pozor niż rzeczywisty rozwój duchowy. Niemniej wielu ludzi przestaje pić dzięki terapii i gdy trafią do AA jest szansa, że dzięki wpływowi bardziej doświadczonych członków zaczną poznawać program, stosować kroki i pozostaną trzeźwi wiele lat.

W 1988 roku wróciłem do miasta, gdzie kiedyś podrywałem kelnerkę. Nie odnalazłem jej, ale zacząłem chodzić na mityngi. I znowu zaskoczyły mnie nowe

PODRÓŻ W CZASIE

wg GRAPEVINE lipiec 2000 Bill F. California

Czy AA się zmienia? - z pewnością tak.

Czy AA wygląda różnie w różnych miejscach? - tak.

Czy mimo to jest tylko jedno AA? - na pewno tak.

We wrześniu 1976 roku przeżyłem "załamanie nerwowe"; w drzwiach mojego domu pojawił się mężczyzna z książką w niebieskiej obwolucie. Miał na imię Bob i zabrał mnie tego wieczora na mój pierwszy mityng.

Bob był delegatem w naszym regionie. Razem z nim objechałem mnóstwo różnych mityngów. Tylko w sobotę jechaliśmy zawsze do tego samego małego kościółka, na jego - a teraz i moją - grupę macierzystą. Uczestniczyłem wniesieniu posłania alkoholikom jeszcze pijącym.

Widziałem bardzo wiele różnych mityngów, słyszałem wiele dyskusji. Bob zwierzył mi się, że stara się aby wszystko o czym mówi miało związek z alkoholizmem. Ale nigdy nie narzucał mi, co ja mam mówić, dzielił się jedynie swoim doświadczeniem i demonstrował je w działaniu, Jak wielu innych nowicjuszy, otrzymałem wiele wsparcia podczas kawiamianych rozmów po mityngu (...). Na mityngu prawie zawsze był temat i należało się go trzymać. Gdy ktoś zaplątał się w dygresjach, sprawach osobistych lub po prostu mówił zbyt długo, prowadzący spokojnie sugerował mu by skończył i omówił te sprawy ze sponsorem. Mityngi na ogół trwały godzinę, jednak większość z nas kontynuowała dyskusję po zakończeniu- w tej samej sali lub w kawiarni. Mój sponsor pokazał mi, jak sam pracuje nad Krokami. Dzięki temu mogłem go naśladować. Mówił, że nie jest tu po to aby mi się podobać, ale żeby samemu trzeźwieć i pomagać mi w uzyskaniu trzeźwości. Nigdy nie nadużył mojego zaufania, przez co nauczyłem się, że przynajmniej niektórym ludziom można ufać, a czasami można nawet ufać mnie samemu. Był również uczciwy i szczerze mówił, co sądzi o wielu "nowych" pomysłach jakie miałem. Ta jego uczciwość była bolesna, gdyż odsłoniła mi prawdę ukrytą pod moją pychę, egoizmem, egocentryzmem i innymi wadami. A gdy praca nad Krokami stawała się zbyt bolesna, odsyłał mnie z powrotem do podstawowych zasad: "Dzisiaj nie pij, idź na mityng..."

Po roku i czterech miesiącach trzeźwienia przeprowadziłem się do innego miasta, z zamiarem wyjazdu do pracy za granicę. Przestałem chodzić na mityngi i zacząłem pić. Przestałem w 1984 roku, gdy kelnerka, którą chciałem poderwać w ulubionym barze, wybrała zamiast mnie pianistę - faceta z 9-letnią trzeźwością i oświadczyła, że nie zadaje się z nikim poniżej 1 roku abstynencji. Chyba



aby AA było dla mnie przyjacielskie i pomocne jak dla nowych to sam muszę być przyjacielski i pomocny dla innych. Kiedy piłem to zawsze byłem najważniejszy. Liczyło się tylko to co ja chcę. Teraz kiedy jestem członkiem Wspólnoty nie chcę być więcej tym pijanym egoistą z przeszłości. Kiedy w końcu zacząłem być odpowiedzialnym członkiem mojej grupy domowej, zacząłem także pojmować i cenić wartość naszych tradycji. Jeżeli naprawdę chciałem aby nasz program zdrowienia działał dla mnie i nowo przybyłych to musiałem pomóc mojej grupie praktykować Jej tradycję AA we wszystkich jej poczynaniach. Jako członek tej grupy podjąłem się wszelkich możliwych służb, byłem skarbnikiem, sekretarzem zajmowałem się literaturą itp. Po siedmiu latach podjąłem następną pracę w dużym mieście w Płd. Wsch. Colorado. Znowu z powodu położenia geograficznego zaszły zmiany w moich kontaktach z AA. Pewnego wieczoru po mityngu jeden z członków AA zaproponował mi spotkanie w miejscowym szpitalu. Zgodziłem się i wkrótce zacząłem bywać na mityngach 4 do 5 razy w tygodniu w szpitalu i więzieniu stanowym jako członek komitetu AA. Trwało to prawie dwa lata. W tym czasie nie miałem grupy macierzystej. Znowu zacząłem się czuć samotny w AA. Kolega z AA czuł się podobnie. Zaczęliśmy rozmawiać o tym i doszliśmy do wniosku, że uzaliśmy się nad sobą i chyba powinniśmy zawrócić na chwilę i zrobić mały rachunek sumienia. Zebrało się więcej ludzi z którymi dyskutowaliśmy na ten i podobny temat. Doszliśmy do wniosku, że nie możemy przekazać czegoś czego sami nie mamy. Aby to osiągnąć musimy mieć własną macierzystą grupę, która nam to zapewni. Nazwalismy naszą nową grupę „Podstawowe zasady” i skupiliśmy się na zdrowieniu w myśl zasad AA. Aby sobie dopomóc zaczęliśmy dzielić się swoim pijanym życiorysem na mityngach zamkniętych, popierać literaturę, studiować i zagłębiać naszą tradycję. Odbyło się to dziesięć lat temu. Dzisiaj próbuję pamiętać, że droga którą stworzyliśmy razem powinna być szczęśliwym ujściem. Kiedy jestem zły, smutny rozczarowany, nieszczęśliwy siła AA naprowadzi mnie znów na właściwe tory. Program AA dał mi prosty sposób na życie „TYLKO JEDEN DZIEŃ DZISIAJ”, 10 kroków dało zrozumienie i efektywność poprzez praktykowanie zasad i przekazywanie posłania AA innym. Moja grupa macierzysta pozwoliła mi się skupić na codziennym życiu z wdzięcznym sercem.



Dave.M

Ostatnie zapicie i dalej

Miałem około czterdziestki. Za sobą dwuletni okres abstynencji zakończony zapiciem, które na ponad dwa lata wyrzuciło mnie z mojego świata /dom dziecko rodzina/. Dwuletnie życie lumpa, powrót, odnowienie związku, Początkowe uniesienie, szybki przypływ pretensji i zniechęcenia.

W tym okresie piłem i był to taki krótki czas, gdy alkohol wpisywał się w moje życie nie tworząc ostрых konfliktów i problemów. W tym czasie nachodziły mnie myśli zostania ponownie ojcem i miałem poczucie, że to moje ponowne ojcostwo mogłoby i powinno być dojrzalsze i pełniejsze.

Uczucie euforii minęło i wróciły: irytacja, złość pretensje do bliskich i wreszcie stan współczucia dla siebie.

Akurat wtedy moja żona zaszła w ciążę. Dla mnie nie było już spełnienie pragnień, ale ciężar spychający mnie w związek, w którym nie chciałem być. Zacząłem nalegać na usunięcie ciąży, żona odmówiła - postanowiła urodzić. Czuję się osaczony. Żyłem z dnia na dzień niezdolny do podjęcia żadnej sensownej decyzji. W głowie kłębiły się myśli o sposobach wyrażenia swojego sprzeciwu. Alkohol pozwalał uciec od tego, więc był moim stałym towarzyszem. Na dwatrzynię miesięcy przed rozwiązaniem wyjechałem w interesach do mojego rodzinnego miasta. Zatrzymałem się jak zwykle u swojej matki. Sprawę jakoś załatwiłem, ale zamiast wrócić, piłem dalej. Po kilku dniach zadzwoniłem do żony. Zadałem jej przewrotne pytanie, czy mam nie wracać? Potwierdziła to. Poczuję ulgę, że wyzwoliłem się ze związku. Piłem dalej. W między czasie matka wyjechała do mojej siostry. Ja zostałem sam w domu. Powoli zaczynało brakować pieniędzy. Zacząłem wynosić drobniejsze i mniej wartościowe rzeczy z domu. W pewnym momencie sprowadziłem do domu kilku kumpli. Piliśmy wychodząc jedynie by odnowić zapasy. Rankiem trzeciego dnia tej imprezy zjawiała się matka. Pogoniła towarzystwo, a mnie postawiła warunek albo kończę z pić /zaszywam się/, albo wojna. W trakcie tego picia miałem poczucie beznadziei i pragnienie, by ktoś wskazał mi drogę, ja sam jej nie widziałem. Interwencję matki odebrałem jak deskę ratunkową. Złapałem się jej niczym tonący. Po południu czy też następnego dnia poszliśmy do lekarza na wszywkę. Pamiętam z jaką pobłażliwością słuchałem lekarza mówiącego do matki, by mnie pilnowała, bo mogę chcieć się znowu napić. Wtedy moim jedynym pragnieniem było być jak najdalej od alkoholu. Po dwóch czy trzech dniach lekarz zrobił mi wszywkę. Tak zaczęło się moje życie bez alkoholu, trwa już parę lat. Piszę te wspomnienia na raty, tzn. opisałem swoją sytuację i przez kilka dni nie miałem czasu. Niemniej zastanawiałem się nad formą i sposobem opisanie ostatniego zapicia. Przyszło mi też do głowy porównanie, może nie megalomańskie, że moje

życie bez alkoholu jest jakby, moją drogą krzyżową. Złość, irytacja, niespełnione oczekiwania przygniatły mnie. Czasami - z mojego punktu widzenia nawet zbyt często - z blizując do granicy zwątpienia.

Moja chęć niepicia, lęk przed alkoholem, świadomość gdzie mnie doprowadził, wzmocnione poczuciem: że trzeźwy mogłem dać coś z siebie mojej córce, a ona mogła na mnie liczyć, że moi koledzy z grupy trzeźwiejących alkoholików są i utrzymują swą trzeźwość, pomagały mi podnosić się i iść dalej moją drogą bez alkoholu. Dzisiaj widzę że była to droga w ciemnościach, błądzenie bez drogowskazów.

Od ponad roku stykam się z wspólnotą AA i jej programem. Na dzisiaj program ten kojarzy mi się jako zbiór narzędzi, którymi mogę pomóc rozjaśnić moją drogę życia

bez alkoholu i sprawić by przestała być drogą krzyżową, a stała się drogą po której poruszać się będę, uważny, ale pewny tego dokąd idę, bez obaw ale i bez euforii, gotowy bez strachu lecz i bez zadufania mierzyć się z wyzwaniem które staną przede mną

Ja-Jo



Słowacja

W pięknym otoczeniu, uroczej dolinie, ciszy i spokoju 21- 23 września uczestniczyłem w uroczystościach 4 lat AA na Słowacji. I jak zwykle, mnóstwo ciekawych zdarzeń. Gość z GSO, Eva Sanchez spotkała się z adresatem ze Szczecina, któremu odpowiadała ze swego biura na list, a który od tej pory nie pije. W pięknych i prostych słowach mówiła o jedności : ... *W pierwszych miesiącach trzeźwienia pojęcie JEDNOŚCI było dla mnie nie do pojęcia. W swoim egocentryzmie i egoizmie byłam niezbyt przekonana by bratać się z powszechnym duchem Wspólnoty. Nie trwało więc długo, by - zanim się przekonałam, że AA ma dużo więcej niż do strzegłam - fałę mojej arogancji wydoszły się na powierzchnię....*

...Wszyscy wiemy, że słowo "stolek" oznacza przedmiot do siadania. Jak dobrze wiecie, stolek z jedną lub dwoma nogami nie będzie sam stał. Wierzmy w AA, że Wspólnota nie będzie zdolna się ostać bez dobrego wsparcia swych wszystkich Trzech Dziedzictw. Wszystkie są równie ważne.

...Już nie pytałam, czyj był ten miting i nie twierdziłam, że to dla mojego bezpieczeństwa. Stał się "naszym" mitingiem a nie "moim". NASZE WSPÓLNE DOBRO a nie "moje" stało się najważniejsze.

Eva wyraziła podziękowanie Wspólnocie za to, że ma okazję być częścią wielkiej społeczności. Na koniec dostała od swej imienniczki śliczne, pachnące jabłuszko. *Co ja nie mogę, możemy razem* - podkreślał Ski z 37 letnią trzeźwością, a przedstawiciel z Rosji zapraszał na zjazd w Moskwie, z okazji 15 lecia AA w sierpniu w 2002 roku. Ja zaś czekam na list odnowopoznanej przyjaciółki, która obiecała wiadomość, jeśli tylko uda jej się utrzymać trzeźwość przez kolejny miesiąc. W jej miejscowości na Słowacji nie ma AA. Nadal jest wiele do zrobienia.

Marek