

## KALENDARIUM SPOTKAŃ SŁUŻB W REGIONIE WARSZAWA

**INTERGRUPA AA „ATLAS”** – trzecia niedziela godz. 14<sup>00</sup> spotkania w terenie  
adres koresp. 08-110 SIEDLCE ul. PONIATOWSKIEGO 26 SZPITAL WOJEWÓDZKI

**INTERGRUPA AA „MOKOTÓW”** – ostatni czwartek godz. 18<sup>00</sup>  
02-672 WARSZAWA ul. DERENIOWA 12 DOM PARAFIALNY

**INTERGRUPA AA „NAREW”** – pierwsza niedziela godz. 17<sup>00</sup>  
07-400 OSTROŁĘKA ul. GOWOROWSKA 8a KLUB ABSTYNENTA

**INTERGRUPA AA „PÓLNOC”** – pierwszy czwartek godz. 18<sup>00</sup>  
01-188 WARSZAWA ul. KAROLKOWA 49

**INTERGRUPA AA „SAWA”** – ostatnia sobota godz. 17<sup>00</sup>  
03-416 WARSZAWA ul. WILEŃSKA 69 DOM PARAFIALNY

**INTERGRUPA AA „WARS”** – pierwszy piątek godz. 18<sup>00</sup>  
02-532 WARSZAWA ul. RAKOWIECKA 61 KOŚCIÓŁ A. BOBOLI

**INTERGRUPA AA „WSCHÓD”** - trzecia środa godz. 18<sup>00</sup> Warszawa ul. Zgierska 18a.

### ZESPOŁY SŁUŻB AA REGIONU WARSZAWA

**ds. FINANSÓW** czwarty czwartek m-ca godz. 18<sup>00</sup> ul. Berezynska 17.

**ds. INFORMACJI PUBLICZNEJ I WSPÓŁPRACY Z PROFESJONALISTAMI**

drugi czwartek m-ca godz. 1730 ul. Berezynska 17.

**ds. LITERATURY** drugi czwartek m-ca godz. 18<sup>00</sup> ul. Berezynska 17.

**ds. ORGANIZACJI** trzeci czwartek m-ca godz. 18<sup>00</sup> ul. Berezynska 17.

**ds. ZAKŁADÓW KARNYCH** czwarty czwartek m-ca godz. 1800 ul. Berezynska 17.

### RADA REGIONU WARSZAWA

SPOTKANIA ODBYWAJĄ SIĘ W TRZECIĄ SOBOTĘ – miesiące nieparzyste godz. 16<sup>00</sup>

03-903 WARSZAWA ul. BEREZYŃSKA 17

NAJBLIŻSZE SPOTKANIE ODBĘDZIE SIĘ 19.01.02

### KONFERENCJA AA REGIONU WARSZAWA

ODBĘDZIE SIĘ 20.IV.2002r.

Jeżeli chcecie by w naszym Kalendarium prezentowane były informacje z Waszych Grup, Intergrup lub inne wydarzenia, przysyłajcie materiały i informacje do Redakcji Regionalnego Biuletynu Informacyjnego MITYNG

**mityng\_aa@poczta.onet.pl** lub dostarczajcie je do

Zespołu ds. Literatury w każdy wtorek i czwartek w godz. 17<sup>00</sup>- 20<sup>00</sup> ul. Berezynska 17.

W podanych terminach prowadzona jest sprzedaż literatury AA.

# MITYNG

*Biuletyn Regionu Warszawa*

NUMER 01/55/2002

STYCZEŃ 2002

*Z wdzięcznością rozmyślam o początkach Wspólnoty i o naszych mądrych i pełnych miłości "pionierach", którzy oficjalnie oświadczyli, że nie wolno nam oddalać się od naszego głównego celu - czyli od niesienia posłania AA alkoholikom, którzy wciąż jeszcze cierpią. Chcę oddać sprawiedliwość wszystkim, którzy zajmują się dziedziną alkoholizmu, pamiętając wszakże przy tym, że AA nie popiera żadnych ośrodków, inicjatyw ani przedsięwzięć poza swoimi własnymi. Muszę też pamiętać, że wspólnota AA nie posiada monopolu na czynienie cudów, I z pokorą pozostać wdzięczny Bogu, który umożliwił jej powstanie. Te słowa pochodzące z CODZIENNYCH REFLEKSJI str 188 wydanych ostatnio przez BSK AA przypominają o szczególnej okazji do wyrażenia naszej wdzięczności za dar nowego życia, do włączenia się w życie Regionu. Nowy 2002 rok przyniósł nam długo oczekiwany Punkt informacyjno-kontaktowy Regionu Warszawa, 03-904 Warszawa. ul. Berezynska 17 tel.616- 05-68. Utrzymanie i działalność tego punktu wymaga nie tylko naszej troski ale również finansów. Pamiętajmy o tym wrzucając datki do "kapelusza" W PIK-u będziemy mogli nabyć naszą literaturę. Na początek wtorek i czwartek w godz. 17-20. Warto sprawdzić, czy teksty używane na mityngu należą do kanonu AA, uzupełnić brakujące, porozmawiać z kolporterem. Czwartki poświęcane są na spotkania zespołów regionalnych. Jak mówi*



*jeden z przyjaciół: jedynym warunkiem uczestnictwa w nich jest tylko chęć. 19 stycznia odbędzie się pierwsze w nowej siedzibie spotkanie Rady Regionu a spraw pewnie nie zabraknie. Czy już zaplanowałeś swój udział w pracach Regionu?*

## JAK POMÓGŁ MI SPONSOR - TYM TYLKO, ŻE BYŁ.

Było to parę lat temu-nie piłem chyba ze dwa lata, a we Wspólnocie byłem ze trzy. Pewnego dnia mój pogarszający się od kilku dni nastrój, czyli wzrastająca "tęsknota" za pićm osiągnęła swój szczyt. Tylko iść do knajpy, ale....No właśnie. Dzisiaj wiem, że tak po prostu iść na wódkę mógłby tylko ktoś, kto z pićm nie miał problemów, ale nie alkoholik. Alkoholik, czyli ja, musiałem mieć powód. Wszystkie "nauki" wyniesione z AA nagle straciły swoją wartość, bo właśnie od kilku dni jest źle, a w ogóle Miałem Nic Nie Musieć, a tu jakieś sprawy do załatwienia, w pracy czegoś chcą, ludzie zamiast mnie podziwiać traktują jakbym niczego nie dokonał, na coś mnie nie stać itd. itd. Temu wszystkiemu Ktoś musi być winien, ale Kto? Żona akurat w pracy, dzieci zajęte swoimi sprawami, politycy niedostępni, Pan Bóg też chyba zapomniał?, nawet pies śpi, Więc Kto?...Nagle Jest- TO MÓJ SPONSOR!!!To od niego się wszystko zaczęło: na początku drogi w AA, dla przekory postanowiłem stosować wszystkie sugestie wspólnoty-(czy wszystkie?- wtedy jeszcze chyba nie), więc "załatwiłem" sobie sponsora. Był nawet fajny- ciepły taki- mówił, że wszystko będzie OK., nie czepiał się, nawet chwalił i dawał nadzieję.Ale dlaczego nie nastawił przyjaźniej szefa, żony, znajomych, dzieci- wszyscy czegoś chcą ode mnie, mało chwałą, nie rozumieją często..... Tak, ponieważ Ja jestem w porządku, to nie nachlam się tak po prostu! Najpierw pojadę, wygarnę te wszystkie "problemy" sponsorowi. Niech wie, że te "prawdy AA" są nie dla wszystkich, że nic się nie sprawdza, że miało być jakoś inaczej, lepiej itd. itd. i, że w tej sytuacji oczywiste jest , że została mi knajpa.Ale już w samochodzie zaczęły się kłopoty z ułożeniem kolejności....właśnie , czego?, zarzutów, żalów, swoich racji....Cholera, żeby nie wyjść na głupka!- przecież TO ON MA BYĆ GŁUPEK....A jak mi powie " idź, sprawdź, może nie jesteś alkoholikiem?- w razie czego wrócisz."- tak bez złości, bez kłótni- to znowu NIE BĘDZIE POWODU?.....I tak w trakcie jazdy,

powoli, jeden za drugim odpadały moje "argumenty" za. Mało tego, zaczęły mnie ogarniać wątpliwości, czy naprawdę wokół jest tak źle. Stopniowo opadały emocje, zacząłem mówić głośno do siebie i słysząc swój głos jak nie swój, stwierdziłem, że to, czy tamto jest zwykłym czepianiem się, że: "są tacy nieszczęśnicy, którzy nawet wobec siebie nie są uczciwi" "Wielka Księga V Rozdział"- (przypis redakcji). I o dziwo; zamiast mnie to złościć, zaczęło śmieszyć. Było już coraz bliżej,...wreszcie



MITYNG 01/55/2002

**INTERGRUPA PÓLNOC** W grudniowym spotkaniu wzięło udział 20 osób, w tym 16 mandatariuszy, reprezentujących 19 grup. Na wstępie rzecznik przekazał najważniejsze informacje z ostatniego spotkania Rady Regionu, a m.in. do XVI Konferencji Służb AA Regionu Warszawa wpłynął wniosek o zmniejszenie liczby osób wchodzących w skład konferencji - przedstawiciele intergrup zamiast wszystkich mandatariuszy. RR przekazała ten wniosek do omówienia w intergrupach, a ta z kolei przekazała go do przedyskutowania w grupach i przedstawienia ich stanowiska na najbliższym spotkaniu. Następnie przedstawiciele służb intergrupy omawiali swoje odcinki. I tak skarbnik przedstawił rozliczenie finansowe za 2001 r. Z ogólnych wydatków 45% przekazano na posłanie do zakładów karnych, szpitali i literaturę, 17% - bezpłatne rozdawnictwo dla grup (Mityngi. Źródło, Skrytki 2/4/3), 25% - wpłaty na Region, BSK i WEMS. Ogółem na WEMS w 2001 r. przekazano 690.- zł (wpłaty z grup i Intergrupy). W sprawozdaniach z grup mówiono o niesieniu posłania do aptek, szpitali, współpracy z ośrodkami zdrowia i policją oraz o braku chętnych do pełnienia służb w grupach. Na następnym spotkaniu głównym tematem będzie kolportaż literatury AA w grupach. W styczniu rocznice będą obchodziły: KOMEDIA (XII), EMAUS (IX), BRZASK (IV).

**INTERGRUPA WARS** Dnia 07.12.01 odbyło się spotkanie intergrupy WARS, w którym, oprócz licznie przybyłych mandatariuszy uczestniczyli przedstawiciele Regionu. Poruszane były następujące sprawy: odbyło się "oficjalne" przekazanie służby kolportera literatury. Ustupujący kolporter poinformował, że przekazuje 458,00 PLN w literaturze i 154,00 PLN w gotówce. Poinformował jednocześnie, iż obrót literatury za okres dwóch lat zamknął się kwotą 13 423 PLN. Dyskutowano sprawę potrzeby wyboru delegatów na Konferencję Regionalną zgodnie z prośbą Rady Regionu. Po krótkiej dyskusji mandatariusze zdecydowali o ostatecznym wypracowaniu stanowiska na następnym spotkaniu intergrupy. Warsztaty tradycji odbędą się 23 lutego 2002 w sali parafialnej przy koście. św. Klemensa w Nadarzynie. Początek godz. 10.00. Ulotka będzie gotowa na następne spotkanie. Informacje z grup: Mityng w Komorowie nie odbędzie się dnia 25 grudnia. 26 stycznia 2002 dziewiątą rocznicę celebrować będzie grupa "Źródło" z Żyrardowa. Uroczysty mityng odbędzie się 0 godz. 18.00 przy ul. Wittenberga 5 w Osiedlowym DK.

Służby intergrupy Wars  
**INTERGRUPA SAWA** 24.11.2001 Na spotkaniu Rzecznik Regionu Włodek poinformował o przyznanim punkcie informacyjno-kontaktowym Regionu. Zaapelował o pomoc przy organizacji tego punktu. Skarbnik Intergrupy Jurek poinformował o wydatkach poniesionych na bieżące potrzeby tj. MITYNG, WEMS, BSK i Region, zwrócił uwagę na nieregularne wpłaty grup.

**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
02.01 - FOKSAL	04.01 - ZA SZOPKĄ	08.01 - LOURD
09.01 - WŁONOŚĆ	11.01 - STRZYŻYNA	15.01 - EMMANUEL
16.01 - FOKSAL	18.01 - SAM I SWOI	22.01 - NARESZCIE
23.01 - POWIŚLE	25.01 - KROK TRZECI	29.01 - ISKIERKA
30.01 - JESTEM		

Intergrupa **WSCHÓD** pełni dyżury w poniedziałki.

MITYNG 01/55/2002

**Protokół Rady Regionu nr 6/01 ze spotkania w dniu 17 listopada 2001 r.**

1. Rzecznik regionu, Włodek, pokrótce omówił przebieg XVI Konferencji podkreślając niewielki udział mandatariuszy grup (ok. 25%).
2. Wniosek 1. Udział w konferencji delegatów intergrup, a nie mandatariuszy grup. Rzecznicy mają przedstawić ten wniosek na swoich intergrupach i przekazać je na najbliższym spotkaniu RR. Jeżeli wniosek będzie zaopiniowany pozytywnie - musi go zaakceptować najbliższa konferencja. Wniosek 2. Uproszczenie struktur służebnych AA w Polsce. Spotkanie na ten temat odbędzie się 29 bm. przy ul. Karolkowej. Wniosek 3. Ogrzewane pomieszczenie na konferencje. RR apeluje, abyśmy wszyscy włączyli się w poszukiwania takiej sali (pojemność 100-120 osób); jest tylko jeden warunek - musi być dobry dojazd.
3. Rzecznik odczytał pismo z Urzędu Gminy Praga Południe, które jest potwierdzeniem przyznania lokalu i po upływie 21 dni od daty decyzji Zarządu Gminy (31 października) pojedzie z dyrektorem BSK podpisać umowę z administracją. Poprzedni najemca lokalu po uzgodnieniu z nami pozostawia telefon, liczniki energii elektrycznej i gazu, wykładziny, inne wyposażenie za symboliczną kwotę jednego tysiąca zł - co zostało poddane głosowaniu; uprawnionych 17 osób - wszyscy za.
4. Rzecznik rozdał projekt planu Zlotu - do przeanalizowania i przedyskutowania, czy nie za dużo mityngów (bo trzeba wynajmować sale, co kosztuje), czy tematy są dobre? Trzeba już negocjować ceny i ogłosić je. Koszty akredytacji powinny pokryć wynajęcie sal, parkingu oraz wahadłowego autobusu z Dworca Centralnego. Zenek (Mokotów) podjął się merytorycznego przygotowania projektu przebiegu poszczególnych mityngów.
5. Darek (Atlas) przekazał, iż spotkały się służby z czterech regionów: Białystok, Gdańsk, Lublin i Warszawa. Dzieleno się swoim doświadczeniem. Będzie rozesłany do regionów protokół z tego spotkania. Następne spotkanie w Lublinie, 24.02.2002 - może weźmie udział więcej regionów.
6. Kolporter regionu, Jacek, zgłosił na piśmie wniosek o spotkanie kolporterów grup, intergrup i osób zainteresowanych kolportażem literatury AA oraz skarbników intergrup. Celem spotkania będzie omówienie sprzedaży literatury w naszym Regionie. Miejsce i termin spotkania: ul. Wileńska 69, w dniu 1 grudnia br., o godz. 17<sup>00</sup>.
7. W związku z rezygnacją Andrzeja Siwego ze służby przewodniczącego Zespołu ds. Organizacyjnych - jego obowiązki do najbliższej konferencji będzie pełnił Darek (Atlas) - przy jednym wstrzymującym się - wszyscy za.  
Przewodnicząca Zespołu ds. Zakładów Karnych, Wiesia, złożyła rezygnację ze służby ze względów rodzinnych. Zaproponowała na swoje miejsce Tadeusza - nieobecny, może zgodzi się. Rzecznik zasygnalizował, że na następnej konferencji będzie dużo służb do obsadzenia - krajowych i regionalnych. Redaktor Mityngu, Sławek, poinformował, że następny numer będzie w przyszłą sobotę. Chce zrobić kalendarz spotkań służb Regionu i prosi o zgłoszenia. Nowy rzecznik Intergrupy Mokotów, Zenek, powiedział, że jego służba zapowiada się dobrze, choć przed Intergrupą postawił kilka warunków.
8. - Andrzej Trzynastka zasygnalizował brak w archiwum biuletynów Mityng z lat 2000 oraz 2001. Prosi o uzupełnienie, jeżeli ktoś ma i zechce je oddać. - Odbyła się dyskusja na temat nowego punktu informacyjno-kontaktowego - w jakie dni ma być czynny i w jakich godzinach. Temat ma być kontynuowany na następnym spotkaniu RR.

Następne spotkanie Rady Regionu odbędzie się 19 stycznia 2002 r., o godz. 1600, przy ul. Berezynskiej 17.

**Protokolowała: Sekretarz regionu - Janina**

dojechałem! Wejść?- nie wejść? po co, jak już chyba zrozumiałem?...Wszedłem! Minę miałem taką , że pierwsze pytanie sponsora brzmiało:" Co masz taki dobry nastrój?" Opowiedziałem mu całą historię ostatnich dni aż do samego przyjazdu. Ubawiliśmy się obaj i doszliśmy do wniosku, że dobrze zrobiłem wchodząc do niego i opowiadając o tym. Pomyślałem- kogo bym wybrał do "wyrzucania z siebie", gdyby nie sponsor, czy bym kogoś znalazł?. Tego dnia dobitnie zauważyłem, że oprócz sponsora, który wtedy POMÓGŁ MI SAMYM ISTNIENIEM, mam coś, kogoś kogo nie oszukam i od kogo nie ucieknę. To moja dusza ? sumienie ?, która zna prawdę, tę prawdę przyjmuje i przechowuje, nawet od mojego sponsora. Teraz miałem zamiar napisać jakąś bardzo mądrą myśl, ale znów dbająca o mnie dusza i jej Zwierzchnik zadziałali mówiąc: zachowaj ją dla siebie i zapamiętaj, a czytelnikowi tego tekstu pozwól zrobić z nim co chce. Możesz i powinienes wyrazić wdzięczność: Komu?

Wszystkiemu i wszystkim i jak najczęściej z nimi rozmawiaj



Dziękuję Mirek A

**Spotkanie z alkoholikiem**

Przebywając w sanatorium byłem na spotkaniu z pewnym człowiekiem. Wiele lat pił, osiągnął swoje dno, a 7 lat temu odbył terapię. Usłyszał posłanie nadziei i od tej pory nie pije głosząc chwałę Boga. Swoje wypowiedzi uzupełniał śpiewem pieśni chrześcijańskich a na koniec zaproponował zakup kaset i płyt ze swoimi nagraniami. Siedziałem w towarzystwie osób nie będących alkoholikami. Byli zachwyceni i głęboko przejęci mistyką tego spotkania. Widać było jak szczególnie kobiety zapragnęły aby osoby z ich otoczenia również zaprzestały picia. Gotowe były wykupić w tym celu wszystkie nagrania. Oglądając ten starannie wyreżyserowany spektakl zastanawiałem się nad tym, jak trudno jest nieść posłanie AA. Niby wszystko podobne - te same słowa, ten sam efekt zaprzestania picia, deklarowana wdzięczność Bogu a jednak postawa inna. Kolega z pokoju stwierdził krótko: *dla pieniędzy zrobię nie gorszy spektakl*. To dobrze, że nie mówił o AA.

Marek

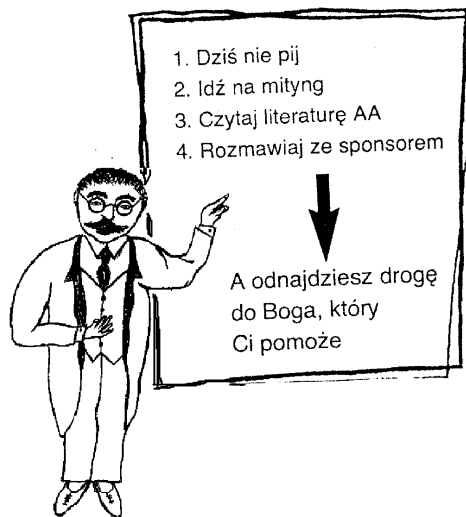
**PLAN SPOTKANIA RADY REGIONU 19 01.2002r**

1. Punkt informacyjno kontaktowy
2. Zlot Radości Rynia 3-5 maj 2002 r
3. Informacje kolportera regionu
4. Informacje służb krajowych
5. Informacje służb regionalnych i Intergrup
6. Wolne wnioski

## Bądźmy przyjaźni dla naszych przyjaciół

Poczułem się zażenowany, gdy z ośrodka leczenia uzależnień kolega przyniósł wiadomość o tym, jak terapeuta wyrażał zdziwienie postawą aowców. On w swojej pracy, w najlepszej wierze kieruje pacjentów do AA, a tam pacjenci dowiadawali się, że terapia nie działa i dobre jest tylko AA. Te z domieszką goryczy słowa pochodziły od terapeuty, którego kwalifikacje, sposób pracy, postawę, bardzo sobie cenię. Dodatkowo przykro mi się zrobiło, że stosunkowo niedawno sam wypowiadałem na mityngach podobne herezje. Powstały konflikt, o ile w ogóle można mówić o konflikcie, jest, jak sądzę, wynikiem pewnego nieporozumienia. Wielu alkoholików tak bardzo zaangażowało się w życie AA, że nie dostrzega innych sposobów uzyskiwania trzeźwości. Zupełnie zapomina, że zdecydowanie największa grupa trzeźwiejących alkoholików rozpoczęła swoje nowe życie na terapii. W wielu przypadkach to właśnie oni, po terapii tworzyli grupy, w których obecnie sam trzeźwieję. Mam nadzieję, że powstały na mityngach afekt jest zrozumiały przez profesjonalistów, że z życzliwą pobłażliwością przyglądają się kolejnym fazom naszego trzeźwienia. Tylko tak potrafię wytłumaczyć sobie własne postępowanie. Nieporadny entuzjazm, z jakim uczestnicy AA wypowiadają się o korzyściach ze stosowania programu AA sprawia wrażenie, że są przeciwni innym formom zdrowienia, że powstają napięcia na linii AA - terapia. Nic bardziej mylnego. Coraz częściej uświadamiamy sobie, że alkoholicy kończący terapię mają do dyspozycji kilka możliwości kontynuacji trzeźwego życia, i to do nich należy wybór, którą drogą chcą podążać. AA i jej zasady są tylko jedną z możliwych dróg.

Alkoholik może kontynuować trzeźwość jako uczestnik na przykład duszpasterstwa trzeźwości. Już pobieżne spojrzenie pokazuje jak wielu przyjaciół właśnie w postawie religijnej znajduje rozwiązanie na swoje życie. Drugą drogę wskazują różne kluby, stowarzyszenia, fundacje. Przez wspólne wycieczki, obozy terapeutyczne, korzystając w swym działaniu również z funduszy zewnętrznych, preferują budowanie postaw abstynenckich. Ich działalność jest stale omawiana w środkach masowego przekazu, nagłaśniana przez różne festyny. Oczywiście nie możemy przeoczyć działań



## LUDZIE MÓWIĄ...

Bardzo sympatycznie odbieram, gdy lekarz mówi o swojej pracy, etyce, poświęceniu i innych ważnych sprawach tego zawodu, nawet tych, co do których nie mam najmniejszego pojęcia. Podobnie odczuwam kazanie, wykład duchownego, czy opowieść pracownika opieki społecznej. Ci ludzie wiedzą o czym mówią. W każdej z nich przebija się troska o drugiego człowieka i w każdej zachodzi ciekawe zjawisko jakby cały świat koncentrował się do tego jednego spojrzenia a przecież wszyscy zdajemy sobie sprawę z dokonanego pewnego uproszczenia. Ale nieraz słyszę jak alkoholicy wypowiadają się na temat wspólnoty AA i jej programie zdrowienia. Mówią o tym co sami wiedzą, a że poważnie wiedzą w sposób niepełny, niedoskonały, ulegają raczej swemu "widzimisień" niż istotnej prawdzie. Nawet nie wiedzą, że poznali zaledwie niewielką część programu, przypisują wspólnocie nie to co jest, lecz to co oni myślą kierując się własnym wyobrażeniem. Stąd wypływają liczne nieporozumienia a nawet krzywdy wyrządzane wspólnocie. Sprawdzonym, w AA praktycznie

jedynym sposobem weryfikacji własnych wyobrażeń jest postępujący udział we wspólnym sumieniu grupy. Nie bez przyczyny Wielka Księga mówi na str 52: *Egoizm i egocentryzm, koncentracja na samym sobie!... To właśnie jest, jak sądzimy, zasadnicze źródło naszych kłopotów.* Początkowo świat AA jest związany z grupą, by w miarę trzeźwienia rozwijać się przez udział w intergrupie, regionie, służbach krajowych itd by ostatecznie stwierdzić, że zasady AA można stosować wszędzie i we wszystkich poczynaniach. Dopiero wtedy okazuje się wszechstronna przydatność zasad AA. Ludzie spoza AA często zauważają zmiany w naszym życiu, to, że przestajemy narzucać swoją wolę / nawet w najlepszym zamiarze /, pragniemy uczestniczyć w tym co w większej grupie chcemy razem czynić. Kto raz doświadczy pogody ducha wynikającej ze zgodności ze wszystkim i wszystkimi, nie będzie marnował czasu na niepotrzebne polemiki. Jest to droga wiedząca w zupełnie innym kierunku niż dawniej demonstrowana chępliwość z odmienności, demonstracyjne odrzucanie nawet najprostszych zasad. Pozdrawiam. B...

**UWAGA! UWAGA! UWAGA! UWAGA! UWAGA! UWAGA!**

**LEGIONOWSKIE** grupy AA zapraszają na X rocznicę powstania. Uroczysty mityng odbędzie się 19.01.02 o godz. 18<sup>00</sup> w szkole podstawowej nr. 2 w Legionowie ul. Jagiellońska 67 (w programie zabawa) - parking strzeżony płatny 4 zł. Dla chętnych msza godz. 16<sup>00</sup> kościół przy ul. Targowej.

**UWAGA! UWAGA! UWAGA! UWAGA! UWAGA! UWAGA!**

związki trwały do śniadania. Po paru miesiącach wieszania się na Jake`u, poprosiłem by został moim sponsorem. Poprzez słowo i czyn Jake nauczył mnie wielkiej rzeczy : jak stać się mężczyzną. Zbyt długo byłem chłopcem w dorosłym ciele. Teraz uczyłem się znaczenia odpowiedzialności. Byłem na widowni gdy Jake został profesorem tego uniwersytetu. On był na widowni, kiedy po raz pierwszy ja nieśmiały stałem naprzeciw mityngu AA i opowiadałem coś ze swojej historii. Zobaczyłem Jake`a idącego gdzieś. Był poproszony by pomóc innemu pijakowi. Widziałem go radzącego sobie w każdej sytuacji. Nigdy od nich nie uciekał i zawsze mówił prawdę. Pewnego wieczoru, w salonie Jake`a opowiedziałem mu całą historię mojego życia, wszystkie wspomnienia jakie zachowałem, wszystkie pijackie doświadczenia jakich się wstydziłem i wszystkie sekrety jakie w środku trzymałem pod kluczem. Poczulem się całkowicie obnażony. Kiedy skończyłem , Jake popatrzył na mnie i powiedział : "chodźmy jutro pożeglować". Nie było żadnej oceny, żadnego komentarza do tego, co powiedziałem. Ten człowiek, którego nos przekrzywił się na lewo, bo był wielokrotnie złamany, ten były zabijaka, przemytnik narkotyków, straceniec, nieudacznik, powiedział mi, że jestem kochany! Jake przeprowadził się rok temu. Znalazł domek nad wodą z dokiem na swoje dwie łodzie. Kiedy jest ładna pogoda zaprzęga swoją łódź do pracy. Jego ostatni związek miał się dobrze i po śniadaniu. Żyje swoim marzeniem i żyje nim trzeźwo. Dzięki Ci Boże za Jake`a na tym świecie.

Bruce V., Annapolis, Maryland.

Tłum. Z. K., Warszawa

**Druga Tradycja** zawiera w sobie jedną z najwartościowszych rzeczy jakie znalazłem na mityngach AA w początkach mojej drogi - obecność kochającego Boga. Moje drogi z religią rozeszły się na długo zanim zacząłem uczęszczać na mityngi AA. Byłem zatem zdumiony czując tak intensywnie obecność boskiego pierwiastka w programie zdrowiejących alkoholików. W moim dotychczasowym życiu jakakolwiek wzmianka o duchowości była nie na miejscu, to temat tabu. Ludzie, wśród których przebywałem, nie mówili o Bogu, i innych tego typu babskich sprawach. Jaka to radość spotkać grupę ludzi wcale nie zniewieściałych, którzy przeszli swoje i poznali cierpienie, ale którzy również potrafią mówić pogodnie o swojej wierze w Siłę Wyższą. Obecność Boga bardziej odczuwam na mityngu niż kiedykolwiek odczułem w jakimkolwiek kościele. Nie mam nic przeciwko kościołom, a nawet wchodzę czasem do któregoś aby pomodlić się czy pomedytować. Lubię przebywać z ludźmi, którzy czczą Boga. Jednak obecność mojego Boga silniej odczuwam na mityngu AA niż na jakimkolwiek innym spotkaniu religijnym.

Robert

ności ośrodków pomocy społecznej, gdzie AA jest częścią programu wychodzenia z bezdomności czy skrajnej nędzy. Sądzę, że bez tej pomocy, wielu obecnych przyjaciół, nie miałyby cienia szansy na podźwignięcie się do nowego życia. Chyba ten dosyć pobieżny przegląd wykazuje jak wiele podziękowań kieruję do wszystkich pomagającym alkoholikom. Mam pełną świadomość, że ośrodki te wypełniają tę część pomocy, której AA nie podejmuje, a które dla wielu są niezbędne. Błędem moim i moich kolegów było to, że chciałem przypisać innym stosowanie zasad, których sam jeszcze nie potrafiłem stosować. Dzisiaj, gdy rozmawiam z młodymi w trzeźwieniu przyjaciółmi, zawsze podkreślam, że nie ma konfliktu AA - terapia, a jeśli rozmówca aktualnie uczestniczy w terapii, to niech uczestniczy w niej jak najlepiej. Dopiero później, ze sponsorem, gdy *zapraśnie tego co w AA posiadamy*, będzie miał okazję poznawać i stosować zasady AA do końca życia. Dziękując Bogu za możliwość spotkania z programem AA muszę jednocześnie sobie przypomnieć, że jakoś do tej pory nie słyszałem na mityngu takiej wypowiedzi: Byłem na terapii i to mi zaszkodziło. Raczej wielu sobie chwaliło uzyskaną wiedzę. Przy okazji chcę wspomnieć o innym przypadku. Niedawno miałem okazję uczestniczyć w spotkaniu AA w sąsiednim Regionie. Na to spotkanie zawiózł mnie zaprzyjaźniony ksiądz. Jakie było moje zdziwienie, gdy podczas dyskusji wysłuchiwałem mnóstwa ataków wobec duchowieństwa. Właściwie każdy z mówców wykazywał tak wojowniczą postawę, że nie mogło być mowy o porozumieniu, a sprawa, dodając pikanterii dotyczyła 11 Tradycji AA oraz spotkania opłatkowego. W drodze powrotnej przypomniały mi się słowa Billa W. będące tytułem cyklu artykułów w książce "Język serca" a publikowanych kiedyś w MITYNGU nr 16/17: ***Bądźmy przyjaźni dla naszych przyjaciół.***

B a r m i n

### INFORMACJA KOLPORTERA REGIONU

W dniu 01.12.201r. przy ul. Wileńskiej 69 odbyło się spotkanie kolporterów i skarbników Grup i Intergrup naszego Regionu. Podzieliliśmy się doświadczeniami celem efektywniejszego i sprawniejszego kolportażu naszej literatury w Regionie, by dotarła wszędzie tam, gdzie jest potrzebna, czyli w AA i poza AA. W trakcie spotkania za aprobatą kolporterów, skarbników i rzeczników Intergrup ustalono i przyjęto prowadzenie kolportażu literatury AA przez Region. Wiąże się to ściśle z uzyskaniem regionalnego Punktu informacyjno - kontaktowego i koniecznością jego utrzymania. Wpływy z kolportażu literatury ( przy zachowaniu dotychczasowej prowizji 10% od zakupionej literatury dla Intergrupy ) będą przeznaczone na dofinansowanie kosztów utrzymania punktu.

## TANIEC Z WADAMI

Moje pijane życie koncentrowało się wokół brania .Zdobywałem kolejną butelkę Dażyłem do bogactwa i sławy. Chciałem posiadać kobiety. Chciałem być pijany. Podobnie było w początkach trzeźwienia: chciałem szybko przerobić ludzi i - albo obietnice się spełnią, albo wracam do picia. Kiedy więc przeczytałem fragment Wielkiej Księgi dotyczący Kroków : VI i VII, pomyślałem sobie, że załatwię je w jedną noc: oddam wszystko czego nie potrzebuję, a Bóg niczym śmieciarz wywiezie to daleko pozbawiając mnie kłopotu. Odklepałem modlitwę i z przekonaniem, że skończyłem Krok VII pomyślałem "Dobrze, co ja będę z tego miał?" Wiele nie miałem: Większość tego, co chciałem oddać to były znoszone przepocone łachy. Spodziewałem się, że Bóg uwolni mnie od nich, bym mógł wzbudzać zazdrość innych jako najbardziej - wolny - od wad - człowiek- roku. Pierwsza rzecz jakiej się nauczyłem, to że VII Krok nie polega na zdobywaniu osobistej doskonałości, ale nastawianiu się bardziej zdolnym do służenia. I że lepiej nie liczyć na jednorazowe oczyszczenie zmieniające wszystko. Wielka Księga w Kroku X mówi "Strzeżmy się egoizmu, nieuczciwości, uraz, złości oraz strachu..Jeśli owe uczucia pojawią się w nas, prosimy Boga

aby je usunął". Muszę nieustannie i bez końca prosić Boga o pomoc w walce z defektami pomimo wewnętrznego nastawienia, które najlepiej oddaje fragment z "12/12": "Budowanie charakteru przez cierpienie mogło być dobre dla świętych, ale nas nie pociągało ani trochę". W końcu zaakceptowałem, że zrobienie VI i VII kroku potrwa trochę. Mój przyjaciel nazywa Krok VI najbardziej "alkoholycznym" ze wszystkich. W taki właśnie sposób ja go odczytywałem. można by to ująć w ten sposób "Stałem się absolutnie i bezwarunkowo gotów, aby nikt inny tylko sam Bóg osobiście usunął w całości to wszystko, co sprawia mi ból". Oczywiście, takie perfekcjonistyczne oczekiwanie to świetne usprawiedliwienie do picia. Ale zaraz potem odnalazłem w Kroku VII słowo "pokora". To było coś nowego. Pytałem wszystkich co to jest?, a jedna z odpowiedzi brzmiała "dopasowanie". Inaczej mówiąc: Nie jestem najgorszym facetem na ziemi ani ideałem, znajduję się gdzieś w środku. Zrozumiałem, że jestem odpowiedzialny za to, by przyjmować działanie Boga "dopasowane" do mojego stanu. Bardzo pomógł mi w tym mądry sponsor. Gdy ludzie zaczęli mówić mi, że potrzebują profesjonalnej pomocy, poszedłem na terapię. Podobnie jak oddałem alkoholizm w ręce Wspólnoty, musiałem oddać mój charakter w pro-

## Kiedy jeden alkoholik...

Stał za drewnianym podium na środku sali. Zaczął swoją opowieść od słów - *straciłem dużo pieniędzy, trochę własnych ale i cudzych.. Straciłem samochody, trochę własnych ale i cudzych. No i wreszcie straciłem żony, trochę własnych, ale i cudzych.* - Wiedziałem dobrze, polubiłem tego faceta. Kiedy przyszedłem na mityng AA i słuchałem Jake'a nie piłem od sześciu tygodni. Miałem wiele obaw by wyobrazić sobie jak zapełnić czas. Potem Jake przedstawił mnie wszystkim i strach przed przygnębieniem i pustymi dniami szybko zniknął. Przy każdej okazji, którą mieliśmy, Jake i ja zeglowaliśmy na jego na łodzi lub pływaliliśmy w moim basenie. W każdą chwilę, którą spędzaliśmy wspólnie, nauczyliśmy się więcej o każdym z nas. Jak Jake opowiadał mi historie ze swojego życia to i ja zacząłem odkrywać coś ze swoich pijackich eskapad. Dowiedziałem się, że uciekł z domu mając piętnaście lat i wstąpił do floty handlowej, a potem dostał przydział do Wietnamu z Navy Seal. Jake miał pogodną twarz, był szczupły, wręcz tyczkowaty, miał blond włosy i zielone morskie oczy. Patrząc na jego twarz mogłem prawie poczuć słone powietrze. Jake miał blizny na całym ciele i historię na temat każdej z nich. Był postrzelony, raniony nożem, pobity pałkami i trafiony odłamkami moździerza. Na lewym bicepsie miał tatuaż - serce przebite sztylblem i podpis : "zwyciężyć albo umrzeć". Jake mówił, że jednym z jego marzeń, które pchnęło go do Navy Seal było stać się "twardzielem wariatem". Jedno z jego opowiadań udowadnia, że znalazł to czego chciał. Na swojej trzeciej obowiązkowej turze w Wietnamie, właśnie wrócił z dżungli z zaczepnej misji na tyłach wroga. Był rozgrzany, spocony i brudny. W podartej podkoszulce, jeszcze cały w rynsztunku. Jake wszedł do Klubu Oficerskiego. Oficer dyżurny klubu ochrzanił go, że jest bez munduru. Jake powiedział : "jak ja nie piję, nikt nie pije". Wyszarpnął granat z za paska, wyciągnął zawleczkę, potoczył go po barze. Na szczęście wszyscy na czas się uchyliłi. Dęciaki zdecydowały, że trzy obowiązkowe tury w Wietnamie to wystarczy dla Jake'a, że jest nieodpowiedzialny. Po Wietnamie Jake sprzedawał swoje usługi w Rodezji, Ekwadorze i i kilkunastu innych krajach, gdzie potrzebowali wojowników. Spędził także rok przemycając narkotyki z Kolumbii na Florydę. Jego przeżycia uzmysłowiły mi, że nie byłem "harcerzem", a on tak. Jake i ja nie tylko opowiadaliśmy historie. Opowiadaliśmy sobie też jak się czuliśmy. Opowiadałem mu jak zwykle upijać się, by topić strach - "odwaga w butelce" - tak to nazywałem. On opowiadał mi o swoich zmaganiach by stać się trzeźwy, jak alkohol był także jego podporą. Dyskutowaliśmy o kobietach i jak destrukcyjny wpływ na stosunki z nimi miało nasze picie. Żaden z nas nie był zwykłym partnerem. Jake zwykł mówić, że mógłby być szczęśliwy, gdyby jego

## Nawet najdłuższa podróż zaczyna się od pierwszego kroku.

Wiele lat temu rozwiązując krzyżówkę wiedziałem lepiej. Moja pijana "mądrość" odczytałem hasło. Było to przysłowie gruzińskie mówiące o tym że nawet najdłuższa podróż zaczyna się od pierwszego kroku. Po kilku latach systematycznego i czynnego udziału w życiu wspólnoty anonimowych alkoholików treść krzyżówkowego przysłowia stała mi się bliska. Staram się iść małymi krokami bez pośpiechu drogą która ma mnie doprowadzić do trzeźwości. Na tej drodze nie jestem sam i to niesamowicie mi pomaga. Myślę sobie, że jeśli obecność przyjaciół pomaga mi, to moja obecność może pomóc przyjaciołom. Od kilku miesięcy

służę mojej macierzystej grupie jako mandatariusz. Wiem że każda ostatnia sobota miesiąca to czas spotkania intergrupy. Mam tam być by słuchać, a co usłyszę przekazać kolegom na



mityngu. Czasami są to informacje dotyczące całego AA, innym razem regionu. Przez kolegów zostałem obdarzony zaufaniem, i zależy mi na tym by tego zaufania nie zmarnować. Decyzję by włączyć się w służby podjąłem sam. Nie jestem "z łapanki". Tej decyzji nie żałuję - to mi pomaga. Jeśli czytanie, literatury, służba, systematyczne uczestniczenie w mityngach pomogło już tak wielu to ufam, że pomoże i mnie. W pijanym życiu to ja byłem "najmądrzejszy", zawsze wszystko

zważyć i objąć umysłem. Na mój zły stan psychiczny "pracowałem" ponad dwadzieścia lat. Teraz muszę znaleźć w sobie odrobinę cierpliwości by moja Siła Wyższa mogła ozdrowić mój umysł, duszę i ciało. Patrząc na trzeźwiejących alkoholików widzę skutki działania łaski miłującego Boga. Myślę, że większość z nas, swój obecny stan przypisuje interwencji Boga. Według mnie słusznie. Jeśli ktoś myśli inaczej, to ma do tego pełne prawo.  
S.... Sawa

cesie samopoznania. Potem mogłem z pokorą zwrócić się do Boga - i On zajął się resztą. Uderzające, że nie było to wcale tak jak utrzymują niektórzy weterani ( mimo całego szacunku do nich ), którzy usiłują wydestylować krok VI do formuły "nie rób tego czego chcesz" a VII do "rób to czego nie chcesz". Nastawienie na działanie przynosiło dobre efekty w moim trzeźwieniu. Zamiast rozmyślać nad tym co mam do zrobienia, mogłem działaniem zmieniać swoje myślenie. Zamiast rozbijać się o skały w nieustających burzach emocjonalnych mogłem skoncentrować się na prostych czynnościach i przezczekać sztormy z wiarą, że nie będą trwały wiecznie. Moje myśli są często splątane,

moje emocje chore, ale póki działam mogę się od nich uwolnić. I tak dzień po dniu mogę skupić się na uwalnianiu od pojedynczej wady, szczególnie gdy jestem zajęty rzeczami za którymi nie przepadam; np. służbą. To działa. Naprawdę. Ale jako alkoholik znalazłem oczywiście sposób by przykręcać sobie śrubę. Zrobiłem to z wrogim i karzącym nastawieniem wobec siebie, ze skrajnym per-

fekcjonizmem. Trwanie w takim purytańskim sposobie życia prowadziło mnie z powrotem do picia. Nie było we mnie ducha modlitwy, mówiącej, że Bóg chce mnie w całości z dobrem i złem. Znalazł się ktoś, kto pomógł mi. Dał mi radę bym, gdy wada się ujawnia, myślał o niej jako o kawałku siebie i prosił o akceptację. Nie wypierał jej, gdyż wtedy tylko się ukryje, a raczej zaprosił do towarzystwa, powitał tym co mam do zrobienia, mogłem wesole. Mogę z nią urządzić turniej



"Jaka to melodia?". Może klasyczne country - "Puść mnie?". Może "blues niewdzięcznika"?. A może ballada rockowa "Pozwól mi, a wyprowadzę cię na ludzi"?. Zamiast się spinać, mogę tańczyć z moimi wadami. Bo może tak się zdarzyć, że pozostaną mi na zawsze. Pomogła mi też historia przytoczona przez Anthony de Mello w "Minucie mądrości". "Jedna z najbardziej kontrowersyjnych - ale i najpiękniejszych - nauk mistrza brzmiała: Bóg jest bliżej grzeszników, niż świętych. Tak to wyjaśnił. Bóg z nieba prowadzi każdego człowieka za pomocą sznurka. Gdy grzeszysz - przecinasz sznurek. Ale Bóg łączy z powrotem oba końce,

robiąc węzeł i w ten sposób przyciąga cię nieco bliżej siebie. Jeżeli ciągle grzeszysz i przecinasz sznurek, każdym następnym węzłem Bóg przesuwa cię bliżej i bliżej". Moja siostra, która walczyła z rakiem, nauczyła mnie akceptacji. W pewnym momencie przestała walczyć, spróbowała "rozmawiać" z chorobą, tak jakby była ona częścią jej samej i rozpoznawać czego się może od niej nauczyć. Stała się do pewnego stopnia wdzięczna za raka - nauczyła. Nauczyła się akceptacji bez rezygnacji. Obecnie od paru lat żyje z cofniętą chorobą. Emerson mawiał, że w każdym Bożym dziele jest pęknięcie. Gdy zacząłem spokojnie akceptować pęknięcia we mnie, moje słabości, zaakceptowałem również słabości innych. A przecież siła AA powstaje z dzielenia się słabością. Ostatnio przechodziłem przez okres, w którym brakowało mi cierpliwości: do dzieci, żony, współpracowników. Bronilem się oskarżając wszystkich wokół, lecz w końcu przyznałem, że być może problem jest we mnie. To przyznanie otworzyło furtkę świadomości niezwykle trudnej do przyjęcia jeśli nie towarzyszy jej poddanie się. Zwrócić się do Boga o pomoc?. Najczęściej ani mi to przychodziło do głowy. Miałem jednak stale nagłe przebłyski myśli, że mógłbym otworzyć się na Siłę Wyższą. W końcu czułem się tak źle, że zacząłem rzeczywiście się modlić.

Moje modlitwy są często wysłuchiwane natychmiast - po prostu sama intencja żeby się modlić pomaga mi. To tak jakbym był chory i nie chciał zadzwonić do lekarza. W końcu wzywam go i od razu poprawia mi się, a gdy lekarz przychodzi, jestem zakłopotany, że czuję się tak dobrze. Tym razem modlitwa przywróciła mi zdolność słyszenia. Ktoś zasugerował mi, że staję się niecierpliwy, gdyż nie mam dość czasu dla siebie. Zdecydowałem więc, że będę wstawał wcześniej, by mieć wolną chwilę. Oczywiście wcześniejsze wstawanie wymaga dyscypliny i odruchowo chciałem ten pomysł odrzucić. Po tygodniach walki ktoś podsunął mi myśl, że może będę zdolny wstawać wcześniej, gdy wcześniej położę się spać. Nigdy bym na to nie wpadł! Zrobiłem więc to, na co nie miałem ochoty - ograniczyłem nieco wieczorne oglądanie telewizji i zacząłem wcześniej kłaść się do łóżka. Uzyskany przez to czas rano dokonał dużej zmiany: stałem się znacznie bardziej cierpliwy i wyrozumiały. Mam więc korzyści z tego zdarzenia, choć niezupełnie tak szybko jak chciałem, w nieco inny sposób niż oczekiwałem i z powodów, których sam nie ogarniam.

*Ale gdy z pokorą proszę Boga, On (często poprzez innych ludzi) czyni dla mnie to, czego sam uczynić nie mogę.*

*Jeff W. Maplewood, N J  
wg Grapevine lipiec 1999*

## Trzeźwienie i szczerść

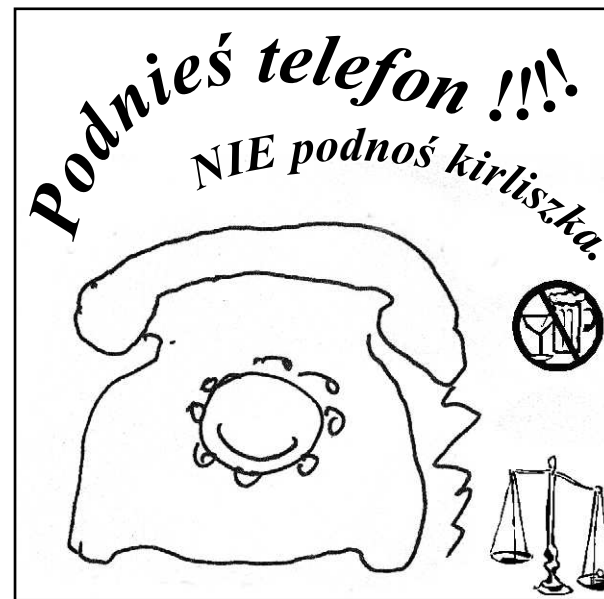


tekst otrzymany w wyniku współpracy e-mail z Ewą z Anglii

Pewnego tygodnia byłam na mityngach dużo więcej razy niż zazwyczaj i wcale nie czułam się lepiej z tego powodu. Do tego muszę dodać, że byłam we Wspólnocie już dwa lata i nie dotknęłam kieliszka przez cały ten czas. Jednak pod koniec mityngu zabrałam głos i powiedziałam, że udział w mityngach wcale nie polepsza mojego samopoczucia. Czułam się samotna, w głębokiej depresji, pusta w środku. Życie wydało mi się pozbawione sensu - praca i mityngi AA do końca życia. Trudna perspektywa. W końcu poszłam do doktora, który stwierdził stress z powodu przepracowania i zalecił zmianę trybu życia.

W czasach, kiedy piłam nie przejmowałam się specjalnie jak wyglądam i jak się zachowuję, kiedy rozmawiam z innymi ludźmi. Najważniejsze było napić się. Alkohol zmieniał mnie kompletnie, przestałam zajmować się innymi, ważna byłam tylko ja. Wtedy zapominałam o moich synach, krzywdziłam ich. W końcu spadłam na samo dno alkoholowego upodlenia. Jednak ciągle jeszcze nie zdawałam sobie sprawy, że to alkohol jest przyczyną wszystkich moich nieszczęść. Byłam chora na ciele i umyśle.

Dzisiaj, gdy od wielu lat mam to już za sobą, jestem znów normalną, zdrową kobietą,



która wie, że jest alkoholiczką. Przychodzi regularnie na mityngi próbując pracować nad krokami najlepiej jak potrafi. Moi synowie są dumni ze mnie. Mają własne rodziny i wszyscy żyjemy w przyjaźni. Wszyscy uważają, że jestem inna, lepsza od tej poprzedniej. Mój partner nie widział mnie pijanej przez ostatnie 20 lat. Obecność we Wspólnocie pomaga mi rosnać w siłę, o którą bym nigdy siebie nie podejrzewała. Niech Bóg Błogosławi AA.