
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 49a

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. Berezyńska 17.

ds. INFORMACJI PUBLICZNEJ I WSPÓŁPRACY Z PROFESJONALISTAMI
drugi czwartek m-ca godz. 17³⁰ ul. Berezyńska 17.

ds. LITERATURY drugi czwartek m-ca godz. 18⁰⁰ ul. Berezyńska 17.

ds. ORGANIZACJI trzeci czwartek m-ca godz. 18⁰⁰ ul. Berezyńska 17.

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

RADA REGIONU WARSZAWA

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

03-416 WARSZAWA ul. BEREZYŃSKA 17.

NAJBLIŻSZE SPOTKANIE ODBĘDZIE SIĘ 16.03.2002

KONFERENCJA AA REGIONU WARSZAWA

ODBĘDZIE SIĘ 20.IV.2002r. w ANINIE

ul. RZEŹBIARSKA 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_aa@poczta.onet.pl

lub dostarczajcie je do Zespołu ds. Literatury
w każdy wtorek i czwartek w godz. 17⁰⁰ - 20⁰⁰ ul. Berezyńska 17.

MITYNG

Biuletyn Regionu Warszawa

 Numer 02/56/2002

 luty 2002

W AA nie ma autorytetów, poza tym jednym jedynym. Jest nim miłujący Bóg, jakkolwiek może się On wyrażać w sumieniu każdej grupy. Tak mówi początek Drugiej Tradycji. O tym, że jest ona ważna zawsze, a szczególnie na początku drogi trzeźwienia, przekonałam się zaraz po przyjsciu do Wspólnoty. Pamiętam, że wówczas, gdy było nas tak niewielu i czas istnienia AA w Polsce był tak krótki (rok 1986), mało kto miał aż półroczny czas trzeźwości a dłuższy wydawał się być mitem, choć i takie osoby już wtedy poznałam. Na każdą z nich patrzyłam po trosze jak na bóstwo i to właśnie jedna z koleżanek z dłuższym stażem, widząc moje zapatwienie, powiedziała mi, że Tradycje są równie ważne dla trzeźwienia jak Kroki. Zaraz po tej rozmowie zdarzyło się, że jeden z moich idoli (z półrocznym okresem trzeźwienia) zapił i strach pomyśleć, co stałoby się ze mną, gdyby nie treść Drugiej Tradycji. Czy nie zwątpiłabym w potęgę działania AA? Tak się jednak nie stało, bo w porę zrozumiałam, że człowiek ma prawo do upadku i jeśli tylko wówczas pozwoli Bogu, aby mu pomógł, to Bóg go podniesie.

Życzę Wam i sobie w Nowym 2002 Roku Bożej opieki.
M-K.K.

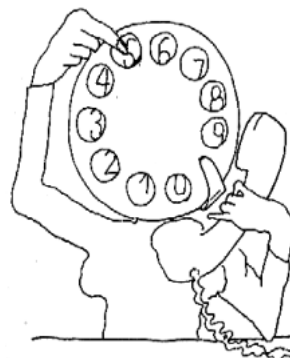
Z dniem 04 II 2002 roku telefon informacyjno - kontaktowy

**BSK AA 828 - 04 - 94 będzie czynny w
godz. 8⁰⁰-16⁰⁰ od poniedziałku do piątku.**

**Po godz. 16⁰⁰ automatyczna sekretarka
będzie podawać nowy numer telefonu
punktu kontaktowego przy**

ul Berezyńskiej 17 - tel. 616 - 05 - 68

czynny w godz. 16⁰⁰-21⁰⁰



Jedynym i najwyższym autorytetem w naszej wspólnocie jest miłujący Bóg, jakkolwiek może się On wyrażać w sumieniu każdej grupy. Nasi przewodnicy są tylko zaufanymi sługami, oni nami nie rządzą.

etap 1 - nikt nie jest dla mnie autorytetem, nie potrzebuję nikogo

2 - nikt nie będzie mnie pouczał, mam grupę, ona jest moją SW

3 - nie chcę pomocy ludzkiej, ja mam Boga, już jestem w kościele

4 - gdy zaistnieje porozumienie, wspólne sumienie, dobry cel,

- dopiero wtedy mam prawo powiedzieć, że Bóg jest wśród nas

Sumienie grupy

W miesiącu lutym możemy często spotkać się na naszych mityngach z tematami dotyczącymi Drugiej Tradycji AA. Przypominam sobie swoje spotkania, drogę do uzyskania świadomości tej tradycji. Kilka lat temu, gdy rozpoczynałem swą trzeźwość, najważniejsze było dla mnie to, że we wspólnocie nie ma autorytetów. Ktoś tak się wyraził a mnie do głowy nie przychodziło aby sprawdzić ten pogląd. Nie minęło więc dużo czasu, gdy sam bezmyślnie powtarzałem te słowa, szczególnie aby nie zgadzać się z bardziej doświadczonymi przyjaciółmi a właściwie z kimkolwiek. Żaden babcia Mądralińskiej wnuczek nie będzie mi mówił, co ja mam robić. Tak byłem zachwycony własną postawą że nawet do głowy mi nie przychodziło, że na każdym mityngu mam okazję słuchać: *"..wyzdrowienie każdego z nas, zależy (...) od jedności Anonimowych Alkoholików"*, *"Jedynym i najwyższym autorytetem w naszej wspólnocie jest miłujący Bóg..."* i w tym mam szukać nadziei na nowe życie. Do wspólnoty AA przyszedłem szukać rozwiązania problemu własnego alkoholizmu a nie zajmować się sprawami Boga albo jakąś jednością. Choć w tym nastroju uczestniczyłem w kolejnych mityngach, to powoli narastało uczucie, że z moją postawą coś jest nie tak. Profilaktycznie przyjąłem, że od tej pory moją siłą wyższą jest grupa. Miało to dobre strony. Teraz każda moja wypowiedź miała swój cel. Mogłem wykorzystywać grupę by głosić swoje poglądy zupełnie nie bacząc na zasady AA. Inni mieli tylko obo-

wiązek wysłuchiwanie moich oracji. Nazywało się to "wyrzucaniem z siebie". Zresztą wielu czyniło podobnie jak ja, dzięki czemu mało jest głupstw, które by nie zostały wypowiedziane na naszych mityngach. (oczywiście - wypowiedzane są również perły naszej trzeźwości) Nawet najbardziej niedorzeczne, własne poglądy mogły zostać przypisane autorytetowi AA. Tego mnie nauczył AA..., to się nauczyłem we wspólnocie.. - było często dobrym uzasadnieniem każdej mojej postawy. Zamiast zadać sobie pytanie: co mówią nasze tradycje, pytałem: komu to szkodzi, ignorując fakt, że moja specyficzna choroba, niczym ryba wody, wymaga leczenia w środowisku posiadającym swoje zasady wyrażone w tradycjach. Mityng przypominał "dialog głuchych", gdzie każdy z uczestników, przekonany o własnej słuszności nawet nie usiłuje słuchać i rozumieć innych. Trudno było a jednak nie piłem, mimo że wielokrotnie wypowiedzi na mityngu zawierały więcej nauki pijaństwa niż wychodzenia z alkoholizmu. Po pewnym czasie niektórzy kole-dzy, z którymi rozpoczynałem trzeźwienie, zaczęli powoli znikać. Część z nich spotkałem z okazji jakichś uroczystości religijnych albo mityngu rocznicowego. Byli jacyś odmienieni. Bardziej zamyśleni, mniej skorzy do pogaduszek. Zupełnie jakby połknęli jakiegoś długiego kija. Już przy pierwszej rozmowie oczekiwali ode mnie deklaracji abym nazwał swoją Siłę Wyższą imieniem, uczestnictwa w spotkaniach religijnych jakby od tego zależała moja

Z ostatniej chwili 19.01.2002 roku na Wileńskiej 69 odbyło się spotkanie Rady Regionu.

* w sprawie Punktu Kontaktowego poinformowano, że nadal trwa remont - potrzebna pomoc przy adaptacji pomieszczeń

* przypomniano, że BSK jest jedynym przedstawicielem AA w Polsce, została zapowiedziana odpowiednia akcja informacyjna

* wysłuchano informacji o Złocie Radości 3-5 maj Rynia, podjęte zostały zobowiązania dotyczące przeprowadzenia warsztatów i mityngów, w zlocie przewidziane są mityngi Al Anon i Alaten. bardziej szczegółowe informacje w Intergrupach, w przygotowaniu folder

* nadal dostępna jest literatura AA w środy na Wileńskiej 69 w godz 17-19

* nadniami ukazały się CODZIENNE REFLEKSJE w twardej oprawie, cena 25 zł/szt

* BSK przygotowuje do publikacji pytania "grapevine owskie" dotyczące Tradycji AA

W sprawach służb krajowych usłyszeliśmy:

* powiernicy omawiali zalecenia/rekomendacje ostatniej Konferencji SK

* trwają przygotowania do Wschodnioeuropejskiego Mityngu Służb. Zostało wyjaśnione, że jest to spotkanie przedstawicieli AA z krajów Europy Wschodniej. Z ramienia Polski bierze w tej imprezie tylko kilka, już wytypowanych przedstawicieli służb. Nie jest to impreza dla wszystkich, natomiast SKR YTCE będą publikowane informacje dotyczące przebiegu tego spotkania

* do tej pory zebrano ponad 21 tys zł na organizację w/w spotkania

* do 30 VI regiony powinny przedstawić kandydatów na Europejski Mityng Służb/ESM* w pracach powierników bierze udział dr Woronowicz/kandydat na powiernika klasy A Informacje z prac zespołów regionalnych, Intergrup

* trwają przygotowania do Konferencji Regionalnej /20 IV /

* do Komisji Wyborczej weszli: Włodek WARS i Piotr Komputer

* zaufaniem do pełnienia obowiązków przewodniczącego zespołu d/s ZK został obdarzony

Tadeusz Sawa

* zaufaniem do pełnienia obowiązków przewodniczącego zespołu d/s literatury został obdarzony

Piotr Komputer

* ulotka adresowa jest przygotowana do druku

* Warsztaty Tradycji AA 1-4 Nadarzyn 23 II godz 11 parafia św. Klemensa

* Warsztaty Tradycji AA 5-8 plac Konfederacji 9 III/ szczegóły u mandatariuszy

* Warsztaty Tradycji AA 9-12 zorganizuje w kwietniu SAWA

* coraz bardziej ważne jest uczestnictwo członków AA w VII tradycji, są obawy o fundusze na utrzymanie Punktu Informacyjno Kontaktowego Regionu Warszawa

* ATLAS przygotowuje 3-dniowe warsztaty Tradycji AA

* NAREW posiada mityngi każdego dnia, organizuje posłannictwo do szkół zawodowych.

PÓLNOĆ

01.02 - OSTOJA

08.02 - PRYZSTAŃ

15.02 - TRZYNASTKA

22.02 - MOJA NADZIEJA

SAWA

05.02 - LOURD

12.02 - PRZEBUDZENIE

19.02 - NARESZCIE

26.02 - ISKIERKA

Intergrupa WSCHÓD pełni dyżury w poniedziałki.

Informacje z intergru.

Intergrupa PÓŁNOC W spotkaniu wzięło udział 18 osób reprezentujących 19 grup. W sprawozdaniach z grup mówiono o sprzedaży literatury AA w grupach oraz obsadzie służby kolportera. Sprzedaż literatury nie jest wysoka, w większości grup brak jest kolportera. Intergrupa przyjęła ustalenie, że w marcu zostaną zakończone wpłaty na WEMS. W styczniu zebrano 50 zł. Po otrzymaniu informacji o cenach usług na Zlocie Radości 2002, zdziwienie wzbudził wysoki koszt akredytacji (20 zł). W tej sprawie będzie zapytanie rzecznika na spotkaniu Rady Regionu

W lutym rocznice będą obchodziły: DZIEŃ PO DNIU (VI), NA GÓRCIE (V), ISKIERKA - Blizne Jasińskiego (I).

Intergrupa SAWA 29 12 2001 roku odbyło się spotkanie Intergrupy SAWA. Rozważano projekt ograniczenia liczby uczestników Konferencji Regionalnej. Zdecydowaną większością Intergrupa opowiedziała się za dotychczasową formułą wyrażając zadowolenie z faktu, że jak dotąd wszyscy mandatariusze mają dostęp do sumienia Konferencji a zainteresowani mogą się przysłuchiwać obradom. Służba jest niepodzielnie związana z odpowiedzialnością. Tyle trzeźwości, ile odpowiedzialności. Każdy z nas w zgodzie z własnym sumieniem musi sobie odpowiedzieć, jak to jest u mnie z tą odpowiedzialnością, szczególnie wobec Konferencji.

Ukazał się kolejny numer MITYNGU. Redakcja dziękuje za współpracę, za tę formę niesienia posłania. Intergrupa przygotowuje i poprowadzi warsztaty tradycji 9-12. Termin zostanie ustalony później. Punkt kontaktowy Berezynska 17 potrzebuje pomocy przy adaptacji pomieszczenia. Potrzebni są malarze. Dobrze chęci są bardziej potrzebne niż talent Rubensa

Informacje z grup.

Grupa EFFA THA zaprasza na 13 rocznicę powstania. Mityng o godz. 17⁰⁰

18 lutego o godz. 17³⁰ **grupa OLSZYŃKA** zaprasza na 9 rocznicę powstania.

Grupa KANAAN z Ostrołęki informuje, że mityngi piątkowe zostały przeniesione na wtorki godz. 1900 - ul. Goworowska koś. Zbawiciela Świata.

WARSZTATY TRADYCJI I-IV Nadarzyn 23 luty 2002

Sobota, 23 luty 2002 Nadarzyn.

Sala parafialna przy kościele św. Klemensa w Nadarzynie.

Początek godz. 10⁰⁰. Opłata akredytacyjna 5 zł.

SPOTKANIE SŁUŻB REGIONÓW

- Informacja zewnętrzna o AA - współpraca z innymi spoza AA;
- Finansowanie służb i głównego celu AA - niesienia posłania;
- Regionalna ordynacja wyborcza.

LUBLIN 24 II niedziela godz. 11⁰⁰ parafia przy ul. Jana Pawła II 11.

trzeźwość. Może i tak jest, ale ja od tego momentu jakoś niespecjalnie zacząłem się czuć w ich towarzystwie. Znalazłem się na rozdrożu. Z jednej strony wierzyłem już głęboko, że potrzebna jest mi wiara, a z drugiej nie potrafiłem traktować wiary instrumentalnie jako czegoś, co rozwiąże moje problemy życiowe. Dobrze, że miałem wspólnotę AA. Służba i Tradycja powoli zaczęły wypełniać moje życie. Chcąc odpowiedzialnie spełniać kolejne służby w AA musiałem zapoznać się z tradycjami i wtedy odkryłem, że druga tradycja ma swój dalszy ciąg: *"Jakkolwiek może się On wyrażać w sumieniu każdej grupy. Nasi przewodnicy są tylko zaufanymi sługami, oni nami nie rządzą"* W

tych słowach znalazłem odpowiedź, dlatego od tej pory nie mogłem uzyskać dostępu do mojej Siły Wyższej. Po raz kolejny musiałem zweryfikować swoje myślenie. Już wcześniej w służbie odkrywałem, że moje działania w AA częściej były próbą rządzenia, przeprowadzania samowoli niż służbą. Dopiero uczestnictwo w pracach Konferencji dało mi obraz, czym jest *jej wola wobec mnie* i to, że dobrowolnie chcę się jej podporządkować. W życiu najważniejsze jest, czy potrafię porozumieć się z ludźmi. Dobrze też, jeśli to porozumienie ma dobry cel. Radość jaką się wtedy przeżywa jest nie do opisania, przynajmniej dla mnie. Któryś z kolegów miał zwyczaj mówić: *"Wystarczy, że tylko ja będę tak chciał, to nigdy się nie porozumiemy"*. Miał rację. Do zgody trzeba przynajmniej dwojga. Kiedyś w dzieciństwie obito mi się po uszach powiedzenie, które może nie do końca prawidłowo powtórzę: *"Jeśli dwóch lub trzech spotyka się w moje imię, jestem wśród nich"*. Ale to samo powiedzenie pokazuje, że gdy dwóch lub trzech się spotyka, a każdy chce wykazać swą rację, wyższość, czy inne zwal-

czające zachowania - swoją postawą oddalają się od Jego obecności. Nie stworzą również grupy AA, w której najwyższym celem jest poznanie i czynienie Woli Bożej. I tak powoli rozpostarła się przede mną droga postępowania: *"Już nie usiłujemy dominować nad bliskimi ani nimi rządzić w celu zaspokojenia poczucia własnej ważności. Przestaliśmy gonić za sławą i zaszczytami, aby czuć się docenieni..."* *Dzisiaj wiemy, że prawdziwe przywództwo polega na czynnym przykładzie, a nie na roztaczaniu pióropusza władzy i chwały (...)* *Prawdziwą ambicją jest szczerze pragnienie pożytecznego życia i pokornej wędrówki w promieniach łaski Bożej (...)* *Zrozumienie jest kluczem do właści-*

wych zasad i postaw, a właściwe postępowanie jest kluczem do dobrego życia. (12x12 str. 123-125) Ale co będzie, jeśli

nie szukam zrozumienia? Powoli zacząłem szukać tego, co łączy mnie z innymi. Musiałem poznać ich sprawy, podjąć próbę stałej gotowości do pomocy, nauczenie się współpracy. Początek, ale tylko począ-

tek zrobiłem w grupie. Doszło wreszcie do mnie, że *"osoby pełniące służbę nie udzielają porad duchowych, nie oceniają czyjegokolwiek postępowania, nie wydają poleceń", że to "zbiorowe sumienie grupy AA określa warunki, na jakich liderzy mają pełnić swe służebne funkcje"* (12x12 str.134 - 135) zaś kolejne, pełnione funkcje pozwoliły na spostrzeżenie, że udział w sumieniu coraz większej grupy jest najwyższą wartością AA. Kto tego doświadczy, zapomni, co to samotność. Życzę każdemu aby skorzystał z szansy, jaką przynosi AA, by wziął udział w sumieniu grupy wiodącym do wypełnienia tradycji AA. Dopiero wtedy można powiedzieć: *zaprosiliśmy Boga do siebie, Bóg był z nami przy podejmowaniu naszych decyzji.*

Marek Warszawa



Zaufanie. Teoria czy konieczność?

Któż z nas nie miał problemu z zaufaniem drugiemu człowiekowi. Setki razy zawiodłem siebie i innych. Lata "treningu" z butelką w rękę uczyniły mnie niezdolnym do kierowania własnym życiem. Stałem się człowiekiem nieodpowiedzialnym za słowa, czyny, życie swoje i innych. I czy to mi się podoba czy nie, trzeba lat by we współpracy z Siłą Większą to zmienić. Moje pierwsze mityngi kojarzą mi się z nieustannym ocenianiem innych i kwestionowaniem ich trzeźwości. Brało się to stąd, że nie byłem w stanie uwierzyć by otaczający mnie ludzie tak do końca zrezygnowali z alkoholu. Nie ufałem sobie, więc jak mogłem zaufać innym? Żyć i nie pić? To było niemożliwe! Ale któregoś dnia zadałem sobie pytanie- co tu robią ci wszyscy ludzie? Odpowiedź była prosta. Oni przychodzą na mityng, siadają i opowiadają o tym, przez co przeszli. Jak wielkich doznali upokorzeń, jak bardzo cierpieli. Mówią o swoim dniu i o tym jak się od niego odbili. Mówią o sukcesach i porażkach i o tym, że jest sposób na trzeźwe życie. A na poparcie tych słów mają mocny argument- samych siebie!. Najgłębiej przemawiają do mnie świadectwa przyja-



ciół alkoholików, którzy wyszli z bezdomności. Kiedy słucham o wielkich zmianach w ich życiu czuję potęgę i miłość Boga. Wiem, że są sprawy, których rozum nie jest w stanie ogarnąć. Potrzebne jest wtedy otwarte serce i pokora. Myślę, że tylko cudem można nazwać ludzi pełnych pogody ducha, radosnych, z naturalnym uśmiechem na twarzy. A tak niedawno żywi byli martwi. Bez domu, rodziny, przyjaciół. Całkowicie pogrążeni w beznadziejności. Dzięki tym ludziom zrozumiałem, że dla mnie Sławka alkoholika nie ma alternatywy. Zaufam lub umrę. Kiedy skończyła się obsesja picia a nerwy się wyciszyły podjąłem decyzję o pracy ze sponsorem. Bez wzajemnego zaufania nie jest to możliwe. I w tym momencie mojego trzeźwienia bardzo potrzebowałem pomocy mojej Siły Wyższej. Boże, Ty wiesz wszystko o mojej chorobie. Wiesz jak bardzo jestem poraniony. Jak chory jest mój umysł i moje ciało. Naucz mnie ufać proszę, bym mógł żyć i wzrastać bez pośpiechu, spokojnie, z moim sponsorem poznając siebie uczymy się wzajemnego zaufania. Nie tworzymy własnego programu na trzeźwienie, nie szukamy nowych dróg wiodących do szczęścia. Dwanaście Kroków i Dwanaście Tradycji to wszystko, co jest nam potrzebne, cała reszta to Siła Wyższa. Dobry kochający Bóg ma na pewno najskuteczniejszy program. Niech się dzieje Jego wola a nie moja. Tymi słowami kończy się mój każdy mityng. I niech tak zostanie. Kończący się rok skłania ku refleksji. Co za mną, gdzie jestem, dokąd zmierzam? Ale o tym napiszę następnym razem.

Sławek SAWA.

Dzień po dniu, tydzień po tygodniu...

Dzień po dniu, tydzień po tygodniu.. Kończy się kolejny rok mojego trzeźwienia. Duma? Tak! Radość? Ogromna. Ale przede wszystkim nieopisana wdzięczność Sił Wyższej i wspólnocie Anonimowych Alkoholików. Przypadek absolutnie beznadziejny. Taka była diagnoza doświadczonego lekarza w poradni zdrowia psychicznego pięć lat temu. Myślę sobie, że ten lekarz nie znał wspólnoty AA i nic nie wiedział o cudach, jakie w tej wspólnocie mają miejsce. Bo czym jeśli nie cudem mam określić mój obecny stan? Co mam robić by Bogu okazać wdzięczność za ten wspaniały dar trzeźwienia? Przyjaciele we wspólnocie AA mawiają, że trzeźwość to dar, którym trzeba się dzielić z innymi, bo w przeciwnym razie się go traci. Zaufałem Im na początku drogi i ufam do dziś. Całe dziesięciolecie doświadczeń od pamiętnego spotkania Billa i Boba w Akron zebrane przez anonimowych alkoholików na całym świecie służą mi, alkoholikowi, bym mógł nie tylko nie pić, ale cieszyć się życiem, bym mógł się rozwijać intelektualnie i duchowo. Myślę sobie, że tylko drugi alkoholik może zrozumieć, jakie to wspaniałe uczucie patrzeć rano w lustro i nie czuć obrzydzenia. Ja już nie czekam na noc by wyjść z domu chyłkiem, ukradkiem by sąsiedzi nie widzieli. Wychozę w świetle dnia i jest mi tak naprawdę obojętne, kogo spotkam. A skrzynka na listy? Już nie "gryzie", nie "warczy" wezwaniami do sądu, monitami od wierzycieli z ostatecznym terminem do zapłaty. I choć życie moje nie jest bajką (jak każdy borykam się z problemami dnia codziennego) jest na tyle dobre, że chce się żyć. A jeśli nawet Bóg zsyła trudne doświadczenia to wierzę, że to tylko

dla mojego dobra. W pijanym życiu z uporem maniaka dążyłem do tego by było szybko, łatwo i przyjemnie. No i oczywiście jak najniższym kosztem. Ja, moje wielkie ja w połączeniu z alkoholem do słownie wyrywało mnie z butów i unosiło ponad wszystko i wszystkich. Kto nie był ze mną, był przeciwko mnie. Jeśli schlebiał, nie chwalił a już, nie daj Boże, ośmielił się krytykować - to wróg. Ież to rewolucji dokonałem trzymając w garści butelkę, odkrywałem nieznane łądy, tworzyłem systemy polityczne mogące zagwarantować całej ludzkości wspaniałe życie. No i gdyby nie to, że następnego dnia budziłem się rano nie wiedząc gdzie jestem i kim jest ten upiór obok mnie (wieczorem była jeszcze księżniczka) Do dziś myślałem, że jestem genialny tylko świat się na mnie nie poznał. Przyszedł dzień, gdy skończyła się ambicja a jednym zmartwieniem był fakt skąd wziąć na flaszkę. Bezdomność, znam ją. Samotność, stała mi się wygodną siostrą. Pogarda otoczenia. Bezsilność. Tak wyglądały ostatnie dni pijanego życia. Żyć czy umierać - to nie miało większego znaczenia. Obojętność. A chciałem by było szybko, łatwo i przyjemnie. Nie planuję mojej przyszłości, nie wybiegam myślami do przodu. Dzisiejszy dzień daj mi Boże przeżyć na trzeźwo. Pewnie o to samo będę Boga prosił jutro. Wiem, że za kilka dni jest mityng mojej macierzystej grupy. Chcę tam być. I jeśli dobry Bóg nie będzie miał innych planów, to na pewno tam będę. Krok po kroku, dzień po dniu. Niech się dzieje Twoja wola a nie moja Panie. Po prostu chce się żyć!

Sławek SAWA.

POD ZIELIEM KARTKĘ NA PÓŁ

Wielka Księga, w V rozdziale, szczególnie naciska w procesie naszego trzeźwienia kładzie na uczciwość postępowania. Zachęca abyśmy w tych zabiegach byli wytrwali i nieustraszeni. Byłem ciekawy, jak wygląda moja postawa. Któregoś dnia usiadłem przy biurku, wziąłem kartkę i podzieliłem na pół. Na lewej stronie pisałem listę spraw, rzeczy, za które jestem wdzięczny Wspólnocie AA. A więc za życie, zaprzestanie picia, brak kaca, przyjaciół, i wiele, wiele innych. Serce me wypełniło się wdzięcznością, że tyle spraw udało mi się dokonać. Chwilę później, gdy tak przeżywałem swoje osiągnięcia, zadałem sobie inne pytanie. Tak, wspólnota uratowała mi życie, pozwoliła na stałe doskonalenie postawy życiowej, uczestnictwo w jej życiu dało okazję poznać cechy swego charakteru i znaleźć siłę aby zmieniać się, ale co ja zrobiłem aby ta wspólnota żyła, była dostępna dla wszystkich pragnących jej pomocy. Następne pytania potoczyły się jak lawina. Czy to jest uczciwy układ, że tylko jedna strona korzysta z drugiej? Czy nadal mam przyjmować pasożytniczą postawę? - Wynik był druzgocący. Zdałem sobie sprawę, że dotychczas we Wspólnocie funkcjonowałem jak dziecko, któremu wszystko się należy, a które nie ma żadnych obowiązków. *Egoizm i egocentryzm, koncentracja na samym sobie!... To właśnie jest, jak sądzimy, zasadnicze źródło naszych kłopotów* - przypomina Wielka Księga na str 52. Dzisiaj, po latach, oczywiście moja postawa zmieniła się. Już wiem, że można drugiemu przekazać tylko to, co się same-

mu posiada i to, że egoizm skutecznie zabija uczciwość postępowania. Wspólnota zachęca do poznania woli wobec nas. Początkiem tej drogi staje się poszukiwanie drugiego człowieka, poznanie jego potrzeb / a czego może potrzebować cierpiący alkoholik? /, wypełnienie woli wspólnoty, by temu człowiekowi pomóc. Kiedyś myślałem, że metoda AA polega na informowaniu wszystkich o swoich kłopotach a następnie pobożnym oczekiwaniu, że ktoś zamiast mnie te kłopoty rozwiąże, albo, jak usłyszę, że ktoś osiągnął sukces, to znaczy, że jestem w stanie powtórzyć jego drogę. Wygodnie też było żyć przeświadczeniem, że ja mogę zrobić coś lepiej, nigdy nawet nie zmierzając się z prawdziwą rzeczywistością. Okazało się, że to były tylko utopijne mrzonki. Odpowiedzią na moje życie stała się pokora, odpowiedzialność i uczciwość wobec wspólnoty, która dała mi drugą szansę życia. Przestałem stale uczyć się sukcesu, zacząłem pamiętać porażki. To stale dziła. Wracając do mojej kartki, myślę, że nareszcie zawarłem uczciwy układ ze Wspólnotą. Obie strony mają prawo korzystać z siebie wzajemnie. Wspólnota wykorzystuje mój zapał, czas, odrobinę pieniędzy a ja, który pamiętam jeszcze cierpienie alkoholowego życia, mam prawo zdrowieć w niej. Mam też szczególne prawo, a nawet przywilej dbania o jej dobro i trwałość. Kartka po prawej stronie wypełnia się



Kocham swój mityng

- z okazji rocznicy grupy

Jechałem prosto z pracy i lekko się spóźniłem. Twarze wszystkich uczestników mityngu obróciły się ku mnie z uśmiechem. Ja również się uśmiechnąłem do wszystkich z lekkim przeproszeniem za spóźnienie. W sercu poczułem, że kocham ich wszystkich i potrzebuję. Akurat wypowiadała się nasza, z racji stażu trzeźwości, nestorka. W słowach pełnych prostoty wyjaśniała zawilości kolejnego kroku, a nasze głowy kiwały się ze zrozumieniem. Obok siedziała nowa przyjaciółka. Jeszcze niedawno piła. Dzisiaj, po terapii, zbiera doświadczenia na mityngu pod baczną opieką naszej nestorki. Przypomniałem sobie, jak kilka lat temu, ja również tak siedziałem koło niej. Gadaliśmy wtedy jakieś brednie, że nie muszę być nikomu za nic wdzięczny, sam wszystkiego dokonuję, bo robię wybory i inne tego typu androny. Trzeba było wielkiej pobłażliwości, by słuchać moich wyrzeń. A jednak nie zostałem odrzucony. Uśmiech, ciepłe spojrzenie a nawet delikatne pogłaskanie. Teraz tych gestów doświadcza nowa przyjaciółka. To stale działa. Po drugiej stronie stołu siedzi małżeństwo. Jeszcze nowi, a już ile zapału wnoszą na ten mój mityng. Albo taki "Liliput". Oderwał się od dzieciaków i jest z nami. Nadałem mu w swoich myślach ten przydomek z racji wyróżniającego wzrostu. Jeszcze nie tak dawno, jak sam przyznał, miał dużo oporów do uczestnictwa w grupie, a dzisiaj z powodzeniem i miłością pełni dla nas swą służbę. Tak przekazywanych informacji czy konsekwencji w postępowaniu nie spotykam często. Jest grupka takich, co jakimś cudem / jak nie mówić o cudach? / przełamała swą niechęć do

służby a dzisiaj z widoczną pewnością siebie mówią o jej zaletach, i o tym, jak pozwala zmieniać się. Od ich postawy i wytrwałości zależy w dużej mierze przyszłość naszej wspólnoty. Początkowo, najczęściej z boku, może ze strachu bo tylko ze sobą, stali nasi "kursanci". Minęło trochę czasu a stali się widoczną częścią grupy. Widziałem już uśmiechy powitania na ich twarzach. Kilku zaczęło się wypowiadać. AA działa.

Oczywiście mamy też swojego nestora. Kilka lat temu, na moją zaczepkę, absolutnie bez nerwów, pokazał mi, jak sobie poradzić z takimi, jak wtedy ja. Pamiętam dobrze tę nauzkę. Dzisiaj, na mityngu, rzadko się odzywa, ale gdyby ogłosić konkurs na najcieplejszy, męski uśmiech, wiem kto byłby moim kandydatem. Jasna sprawa, że nie opowiem o wszystkich, ale wszyscy są dla mnie ważni, właśnie tacy, jacy są. W swoich zmianach postawy dają nadzieję i siłę dla mnie, że i ja mogę stawać się lepszy. Oni pokazują mi jak działa AA, a to że działa, widzę sam. Każdy przynosi swój niepowtarzalny urok, entuzjazm i to szalenie lubię. Za chwilę, gdy skończy się mityng, możliwe, że dla nikogo na zewnątrz nie będzie ważne, że ja nie piję. Ale póki co, tu na mityngu, każdy uśmiech jest potwierdzeniem, że ja, ze swoją trzeźwością jestem ważny. Może to głupie, ale nadal tego potrzebuję i mam nadzieję, że dobrą na kolejny mityng by odebrać niezbędną dawkę pomocy a oczywiście wiedząc, co ona znaczy dla mnie, będę mógł się podzielić z każdym potrzebującym wiarą, że można przeżyć dzień bez alkoholu. Każdemu kibicuję w tej specyficznej drodze i mam nadzieję, że nam wszystkim, z wysoka, też ktoś kibicuje. A z tym kochaniem to chyba nic a nic nie przeszedłem.

Marek

Ważne dla prowadzących mityngi AA

Na wszelkich spotkaniach - zarówno publicznych, jak i naszych mityngach - niezwykle ważną sprawą jest obecność i sprzedaż literatury AA. Prowadzący mityng może ją w dużej mierze wesprzeć poświęcając kilka zdań przed ogłoszeniem przerwy lub na początku spotkania. Nierzadko ogłoszenia wypowiediane na końcu, kiedy uczestnicy zbierają się do wyjścia, a szum i odgłosy zamieszania zagłuszają słowa, w praktyce niezbyt uważnie są już słuchane. Dobrze jest, aby wypowiedzi na mityngu podkreślały korzyści wynikające ze stosowania doświadczeń AA opisanych w wyłożonych książkach i broszurach. Wielkim błędem natomiast staje się brak informacji o możliwościach zakupu literatury. Wzmianka prowadzącego o jej dostępności, szczególnie wypowiedziana pewnie i składnie / może to być wcześniej przygotowany tekst/, dodaje całej akcji powagi, zachęca obecnych do kupowania i w dużej mierze ułatwia zadanie sprzedającym. Nadaje tej służbie odpowiednią rangę, na co z pewnością zasługuje. Jeśli prowadzący mityng zapomni o tym, mniej doświadczeni uczestnicy mogą potraktować literaturę AA za coś zbytecznego, coś co można zlekceważyć, a wiemy do czego prowadzi lekceważenie. Sądzimy, że każdy prowadzący znajdzie słowa, aby nowemu, a może nie tylko, przybliżyć sens działań ludzi, którzy przed nami osiągnęli trzeźwość i swoje doświadczenia zapisali dla nas w literaturze AA.

Zespół Literatury Regionu Warszawa

WYDAWNICTWA BSK AA

KSIAŻKI

ANONIMOWI ALKOHOLICY
DWANAŚCIE KROKÓW I DWANAŚCIE
TRADYCJI AA
AA WKRAČAJĄ W DOJRZAŁOŚĆ
JAK TO WIDZI BILL
ŻYCIE W TRZEŻWOŚCI
CODZIENNE REFLEKSJE
UWIERZYLIŚMY

BROSZURKI I ULOTKI

RZUT OKA NA AA
CZY AA MOŻE CI POMÓC?
WZRASTANIA W SŁUŻBIE
NOWICJUSZ PYTA
AA W ZAKŁADACH KARNYCH
DUCHOWNI PYTAJĄ O AA
JAK MÓWIĆ O AA POZA AA
ZA MŁODZI ?
ARTYKUŁ JACKA ALEXANDRA O AA
MYŚLISZ ŻE JESTEŚ INNY

12 KROKÓW W ILUSTRACJACH
44 PYTANIA
CZY W TWOIM ŻYCIU JEST ALKOHOLIK?
CZY AA JEST DLA MNIE?
SPONSOROWANIE .PYTANIA I ODPO-
WIEDZI
CO SIĘ ZDARZYŁO JOEMU
CZAS ZACZAĆ ŻYĆ
AA DLA KOBIET
TO JEST AA
JAK ROZUMIEĆ ANONIMOWOŚĆ
12 TRADYCJI ILUSTROWANE
GRUPA AA

TEKSTY

„PREAMBUŁA“
"12 KROKÓW I 12 TRADYCJI"
"JESTEM ODPOWIEDZIALNY"
"MODLITWA O POGODĘ DUCHA"

BIULETYNY

"ZDRÓJ" - dwumiesięcznik AA
"SKRYTKA" - biuletyn informacyjny
"OGÓLNOPOLSKI SPIS GRUP AA"

MITYNG 02/56/2002

„...Jeśli poprosimy Go o to, Bóg na pewno wybaczy nam nasze wady...”

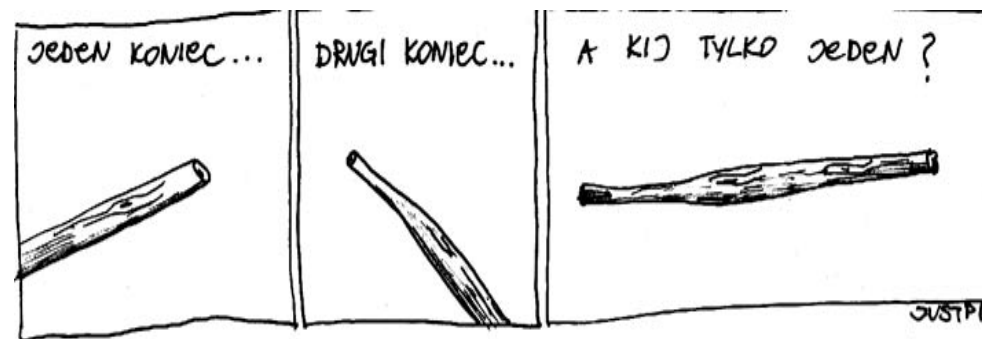
W broszurze "Grupa AA" mogliśmy się zapoznać jak funkcjonują grupy odnoszące sukcesy. Stało się dla nas jasne, że w grupie AA uczymy się programu wspólnoty. Jest ona również podstawowym miejscem, w którym odbywa się zdrowienie.

Jest szczególnym doświadczeniem współpracy tych, którzy dopiero uczą się jak żyć w trzeźwości z tymi, którzy już wiodą trzeźwe życie. Większość sygnałów sugeruje, że Bóg pozostawia sprawnie funkcjonujące grupy tym, którzy ich potrzebują, a nie tylko modlą, i że modlitwa nie jest prawdopodobnie tym, co mamy zrobić, kiedy potrzebujemy współdziałania. Jest za to wyraźnym sposobem podziękowania za trzeźwe życie. Na poprzedniej inwenturze, niektórzy członkowie grupy w sposób dosyć cyniczny wyrażali swoje opinie o duchowości. Od tamtej pory dokonało się wiele pozytywnych przemian. Już nikogo nie zaskakuje, że właśnie w grupie wciąż jest miejsce na wprowadzanie zmian w naszej postawie. Obecna inwentura w sposób oczywisty dała nam świadomość, że grupa przez swe sumienie pragnie wypełnić wolę Bożą. Bóg dostarcza nam siły i nadziei do uczestnictwa w AA, i choć pewnie przez modlitwę oczekuje podzięk

za to, że wracamy do zdrowia, to mnie się wydaje, że zasadniczy trud zdrowienia powinniśmy wykonać sami. Być może, przy owym trudzie w przyszłości pomocne nam będą niektóre z poniższych pytań:

* Czy najważniejszym celem istnienia grupy jest niesienie posłania ALKOHOLIKOWI, który wciąż jeszcze cierpi? * Czy otaczamy należytą opieką nowoprzybyłych? * Jak niesiemy posłanie na zewnątrz? * Czy w grupie funkcjonują służby? Jak wygląda ich rotacja? * Jak sumienie grupy rozumie anonimowość? Czy każdy kto do nas przyjdzie może czuć się bezpiecznie? W jaki sposób anonimowość dotyczy służb grupy? * Czy grupa jest informowana o działaniach AA jako całości? * Czy wiemy po co nam VII Tradycja? Czy grupa uczestniczy finansowo w działaniach AA jako całości? * Czy teksty czytane na mityngach oraz sprzedawana na nich literatura należą do kanonu AA? * Czy grupa potrafi osiągnąć jedność w podstawowych dla niej sprawach?

· Jak grupa utrzymuje niezależność od instytucji z którymi ma kontakt, np. z gospodarzami lokali - parafiami, ośrodkami terapeutycznymi itp.?



MITYNG 02/56/2002

wiekami, który przyszedł do AA. Wtedy nie potrafiłem grać na pianinie, i dziś też nie umiem. Mam te same uczucia, wrażliwość, nawet pewne wady, ale jest olbrzymia różnica; wszystkie te rzeczy są dziś inaczej postrzegane. Jestem pewny, że Bóg kocha mnie, i wszystko we mnie. Już nie goni mnie strach. Byłem uzależniony wtedy i jestem uzależniony teraz, ale moja zależność raczej dotyczy Siły Wyższej, niż alkoholu. Bywam na mityngach, często i regularnie, uczciwie szukając raczej odpowiedzi na życie niż kieliszka. Zaakceptowałem sobie dokładnie takiego jaki jestem, na dziś. Nie jestem zobowiązany do

oceniania siebie, ani kogokolwiek innego; więc jeśli czasem się ciskam, to zawsze ktoś na mityngu pomoże odnaleźć mi moją ścieżkę. Jestem wiecznie wdzięczny lekarzowi, który spowodował to wszystko dając mi ulotki z Dwunastoma Krokami, setkom przyjaciół, którzy dokonali tak wiele uwiecznionych sukcesem badań nad moją chorobą. Jak długo sięgam pamięcią, czuję się dzisiaj lepiej zorganizowany i szczęśliwszy, niż kiedykolwiek byłem przedtem. Kluczami okazały się gotowość i uczciwość.

Bóg pomaga zmienić się w takich, jakimi powinniśmy być.

"Inwentura grupy"

W lutowy wieczór po raz kolejny odbyliśmy inwenturę grupy. Wielu członków i nowicjuszy brało udział w bardzo ostrożnym, lecz szczegółowym spojrzeniu na to, jak funkcjonuje nasza grupa. Podobnie jak w większości dużych grup AA, mogliśmy w niej spotkać się z bardzo zróżnicowanymi postawami ludzkimi, a każdy miał prawo przedstawić swój sposób widzenia. Wszyscy mieli okazję do wypowiedzi. Usłyszeliśmy różne oceny, co na mityngu zdaje egzamin, i te brzmiały pociesząco ale również mówiły o sprawach, które wymagają zmian. Choć inwentura miała być głównie przekazaniem wspólnocie naszego dążenia do wspólnego dobra, to jednak szybko zamieniła się w spis tego co na mityngach jest nieprawidłowe. Wydaje się, że poświęcamy zbyt wiele uwagi spoglądaniu na szczegóły i traktowanie ich w kategoriach błędów czy prawidłowości. Czas abyśmy przyjęli nowe rozwiązania /

czy to postęp?/. W tym celu prosimy Boga, aby umocnił nas w jedności z AA, pomógł w zlikwidowaniu niedociągnięć, zmobilizował do większej aktywności w grupie. W inwenturze brali udział wszyscy członkowie grupy. Podzielili się swoimi odczuciami, ocenami dotyczącymi ich osobistego udziału w życiu wspólnoty, oraz rozczarowaniami z powodu braku odpowiedzialności grupy jako całości, z mityngu na mityng. Spojrzeli oni krytycznie na możliwości uporządkowania w najbliższym czasie potrzebnych zmian. Żywa dyskusja wskazała jednak na chęć odnalezienia woli wobec nas w sprawach powodujących rozdrażnienia. Na przykład nagminnego stosowania na mityngach AA, literatury i tekstów spoza tego kanonu, a przecież każdy kolporter grupy ma chyba potrzebny wykaz literatury zalecanej i wydawanej przez BSK AA w Polsce, przekazanej nam w dziedzictwie przez tych, którzy przed nami uzyskali trwałą trzeźwość.

Złość, zły doradca

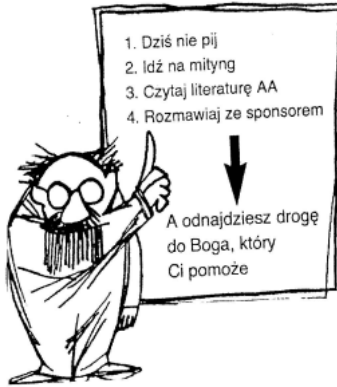
Po około półtora roku członkostwa w naszej wspólnocie uczestniczyłem, po pracy, w swoim zwykłym spotkaniu AA. Nie wiedziałem, jak to często bywa, że właśnie miałem się dowiedzieć czegoś bardzo ważnego, czegoś, co zmieni sposób w jaki traktowałem życie. Był początek grudnia. Miałem parszywe popołudnie i na domiar złego wdałem się w kłótnię telefoniczną z kolegą na temat miejsca, w którym urządzimy gwiazdkowe przyjęcie dla naszego wydziału. Mój kolega i przyjaciel, jeszcze w sierpniu zaoferował zorganizowanie świątecznego spotkania na jego oddziale. Będąc społecznym przewodniczącym wydziału, zaakceptowałem jego uprzejmą propozycję. A teraz święta już za kilka dni. Poruszyłem sprawę jego sierpniowej oferty, a on zaczął się wycofywać i wykręcać kota ogonem. Wyglądało na to, że mam trudności ze znalezieniem miejsca na gwiazdkowe spotkanie, i że to go cieszy. Tak naprawdę, to nie chciałem u niego szukać miejsca na zabawę, ale wolnego miejsca na świąteczne przyjęcie naprawdę brakowało. Dyskusja stała się gorąca, zaczęliśmy krzyczeć. Trzasnąłem słuchawką i miotałem się po biurze. Jak on mógł tak mnie potraktować. Nic takiego mu nie zrobiłem. Dlaczego musiał być tak agresywny. Przecież nic mu nie zrobiłem. Kipiałem wściekłością. Wyszedłem z pracy i



"A ty masz zamiar złościć się na niego całą noc, prawda?"

poszedłem na mityng o szóstej. Dotarłem tam około piętnaście minut przed czasem, nadal bardzo wzburzony, czując się zdołowanym przez mojego, tak zwanego kolegę. Sponsor zauważył mój stan i zapytał co się stało. Powiedziałem mu, że zostałem w niewybaczalny sposób wystawiony do wiatru i po prostu zwyczajnie źle potraktowany. Oświadczyłem, że powinienem nauczyć się być bardziej stanowczy, żeby przeciwstawić się komuś i bardziej uczciwy w wypowiedzianiu tego. Sponsor słuchał, czekał, patrzył w podłogę, a potem znów spoglądając na mnie powiedział bardzo łagodnie: "Wiesz, co powinieneś zrobić, prawda?". Powtórzyłem, że muszę być bardziej stanowczy, żeby uchronić się przed tego rodzaju rzeczami - nie pozwolić, żeby to znowu mi się zdarzyło. Sponsor po raz drugi odczekał, znów patrzył w podłogę i powiedział, że tak naprawdę to ja muszę go przeprosić. "Przeprosić go!" - wybuchnąłem. "On powinien przeprosić mnie. Ja go źle nie potraktowałem. To on źle postąpił. Wiedział, że mam problem i wykorzystał sytuację, zburzył mój spokój. Ja nie On jest mi winien przeprosiny. Ja jestem stroną poszkodowaną". Mój rozmówca dodał mi wtedy z cieniem sarkazmu w głosie: "A ty masz zamiar złościć się na niego całą noc, prawda?".

Mityng zaczął się i skończył. Ciągłe kipiałem złością. Ani mityng, ani modlitwa nie uwolniły mnie od poczucia krzywdy. W tym stanie umysłu poszedłem do domu i nadal kipiałem złością, ale teraz inna myśl zaczęła tłuc mi się po głowie. Sponsor zasugerował mi, że powinienem przeprosić kolegę. Zrobię to, co on sugerował, choć ten pomysł był czymś zupełnie odwrotnym od tego, co ja uważałem, że powinienem zrobić. Biłem się z myślami. Mój kolega potraktował mnie źle. Dlaczego ja mam jego przeprosić? Podjęcie decyzji, żeby zrobić to, co powiedział mi sponsor - przeprosić drugą stronę, zajęło mi czas aż do dziewiątej. Zadzwoiłem do kolegi i zacząłem od powiedzenia, że chcę go przeprosić za moje wcześniejsze zachowanie tego dnia. Powiedziałem mu, że zdałem sobie sprawę z tego, że z powodu mojego niewłaściwego zachowania nie mógł usłyszeć tego, co chciałem mu powiedzieć. Gdy tylko zdołałem wykrztusić usprawiedliwienie, kolega zaczął pouczać mnie jak powinienem zachowywać się w kontaktach z ludźmi. Moja złość zaczęła natychmiast wzbierać we mnie. Ale tym razem powściągnąłem swoją złość i słuchałem. Gdy skończył mówić, powtórzyłem swoje przeproszenie i złość natychmiast mnie opuściła. Czuję wewnętrzny spokój. Kontynuowaliśmy rozmowę. Później, gdy poszedłem do łóżka, zdałem sobie sprawę, że uwolniłem się od dużego ładunku nieprzyjemnych uczuć.



Na mityngu, w następnym tygodniu sponsor zapytał mnie jak postąpiłem.

Odpowiedziałem, że zrobiłem to co on sugerował - przeprosiłem swojego kolegę. Był zadowolony, że to zrobiłem i zapytał mnie, czego nauczyłem się z tego doświadczenia. Powiedziałem mu, że dowiedziałem się, że ważne jest, żeby w trudnej sytuacji nie wdawać się w roztrząsanie, kto ma rację, albo nie. Tak byłem zaaferowany swoją racją, że straciłem pogodę ducha. Zrozumiałem, że kiedy jestem zmartwiony albo zły, to zwykle wiąże się z potrzebą, żeby mieć rację, i że wtedy nie mobilizuję się należycie na utrzymaniu spokoju i pogody ducha. Ten, kto potrafi przeprosić, zadośćuczynić,

skupia swą uwagę raczej na tym, jak się czuje, niż wypełnia potrzebę, żeby mieć rację. Dawanie zadośćuczynienia czy wybaczenie ma zresztą niewiele albo nic wspólnego z tym kto ma rację a kto nie. To wiąże się z faktem, że ważniejszy jest spokój i pogoda ducha niż osobiste rozczucia. Dowiedziałem się też, że odpowiedź na moje potrzeby, szczególnie w chwilach napięcia emocjonalnego, jest zwykle całkowicie inna niż to, co wydawało mi się, że potrzebuje. Zdarzenie miało miejsce dziesięć lat temu. Mój kolega i ja nadal jesteśmy przyjaciółmi.

opracowanie redakcji MITYNG na podstawie GRAPEVINE

Bóg pomaga zmienić się w takich, jakimi powinniśmy być.

Nie wiem, ile już razy słyszałem to powiedzenie " Jest ważne, czy chcemy rozwijać się duchowo?". Z jakiegoś powodu, któregoś dnia, miało to dla mnie specjalne znaczenie. Choć jestem ciągle tym samym człowiekiem, który przyszedł do AA, to teraz nie jestem chory, zadłużony, bezrobotny, wystraszony, czy w stanie wojny z samym sobą. Właściwie jestem szczęśliwy całutki dzień. Powinienem wylegiwać się na emeryturze, a jestem teraz bardziej zajęty, niż gdy pracowałem. Jak do tego wszystkiego doszło? Otóż pewnego razu lekarz dał mi ulotkę z Dwunastoma Krokami, a gdy już wystarczająco doszedłem do siebie po tej lekturze, to tylko po to, aby próbować być cwańszym od innych. Wymyśliłem sposób na wyciągnięcie korzyści z AA bez konieczności przyjęcia

...w tym duchowym wyścigu ja i pies mojego sąsiada biegliśmy łeb w łeb; on również nie pił.



uciążliwych obowiązków jak inni alkoholicy. Przecież mam ulotkę zawierającą wszystkie sekrety wspólnoty. Co może przeszkodzić mi w pracy nad Krokami i zbierać żniwa duchowej wspaniałości? Jedynym słabym punktem w moim planie było to, że przeoczyłem mały szczegół, który wy ludziska nazywacie Pierwszym Krokiem. Sposób, w jaki się do niego zabrałem przypominał próbę przysycia guzika na gotowanym jajku. Po prostu nie można tego zrobić wystarczająco dobrze, by zdobyć Oscara. Wynik był nieuchron-

ny - kompletna katastrofa. Wtedy zobaczyłem samego siebie dokładnie takim, jakim byłem - wciąż pijany. Coś musiałem zmienić. W odpowiedzi na moje wołanie o pomoc, aowcy powiedzieli mi: "Po prostu nie pij dziś pierwszego kieliszka" Spróbowałem. Działało! Przystałem szukać innych możliwości. Wytrzymałem przez całe dwa dni bez kieliszka. Potem przyszedł czas, gdy udało się zebrać pełne dwa bite tygodnie i chociażby tylko z samej tej racji zasługiwałem na wyświecenie. Nie wpakowałem się w żadne kłopoty, chociaż byłem tak nerwowy, jak dzieciół z migreną. Z każdym dniem czułem się lepiej. Doszedłem do wniosku, że nawet jeśli coś było ze mną źle, nie mogło się pogorszyć, jeśli przestanę pić. Z pewnością wszyscy mogli dostrzec

moją drastyczną poprawę. Ale gdy tak siedziałem sobie spoglądając przez okno, nagle zdałem sobie sprawę, że w tym duchowym wyścigu ja i pies mojego sąsiada biegliśmy łeb w łeb; on również nie pił. Może jeszcze nie zdawałem sobie sprawy z możliwości pełnego rozwoju duchowego? No tak - były tam jakieś Kroki. Gdy zobaczyłem je po raz pierwszy, przyswojenie wszystkich zabrało mi siedem minut. Po raz drugi zabrało mi to dwadzieścia siedem lat i wciąż nad nimi pracuję. Jak powiedziałem, jestem tym samym czło-