
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. BEREZYŃSKA 17.

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. 18³⁰ 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
03-904 WARSZAWA ul. BEREZYŃSKA 17.

NAJBLIŻSZE SPOTKANIE ODBĘDZIE SIĘ 18.05.2002

KONFERENCJA AA REGIONU WARSZAWA

ODBĘDZIE SIĘ 19.X.2002r.

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.

PUNKT INFORMACYJNO KONTAKTOWY

Od pon. do pt. godz. 16⁰⁰-21⁰⁰ Warszawa ul. Berezyńska 17 **tel. 616-05-68**

MITYNG 05/59/2002

MITYNG

Biuletyn Regionu Warszawa

Numer 05/59/2002

maj 2002



Złot Radości AA - Rynia 3-5 maj 2002

...Opowiadamy sobie wzajemnie tragedie życia, w naszych własnych historiach widzimy absurdalność swoich poczynań i śmiejemy się razem. Myślę, że częściowo to ulga pozwala nam śmiać się, a częściowo zaufanie, bowiem śmiech pochodzi ze świadomości tego, że ktoś inny naprawdę rozumie, jakie szaleństwo jest w alkoholizmie. Myślę też, że śmiejemy się, ponieważ jesteśmy zadowoleni z życia, w tłumie innych równie zadowolonych. Ktoś to nazwał nawet śmiechem z niebios.

/fragment ze str. 13/

MITYNG 05/59/2002

TRADYCJA PIĄTA

*Każda grupa ma jeden główny cel:
nieść posłanie alkoholikowi, który wciąż jeszcze cierpi*

Jak wynika z treści Piątej Tradycji, samo istnienie wspólnoty AA zależy od przestrzegania tej zasady, ponieważ istniemy po to, aby rozwiązywać swój wspólny problem i pomagać innym cierpiącym w zdrowieniu. Każdy z nas, zdrowiejących alkoholików, ma również jakiś dług wobec wspólnoty AA. Możemy i powinniśmy go spłacić niosąc posłanie zgodnie z Dwunastym Krokiem, jak i Piątą Tradycją - w miarę postępów w trzeźwieniu oraz swoich możliwości poświęcać się w pracy swojej grupy macierzystej, niosąc posłanie alkoholikom, którzy wciąż jeszcze cierpią, którzy nie wiedzą, że mają wyjście z tego problemu. Uważam, że grupa jest podstawowym ogniwem naszej wspólnoty AA, od której pracy uczestniczących w mityngach zależy jakość niesienia posłania potrzebującym alkoholikom, jej rozwój oraz istnienie. Od stworzenia odpowiedniej atmosfery w grupie - ciepłej, przyjaznej, otwartej na problemy, nie wzbudzającej podejrzliwości, łamiącej dotychczasowe nieprzyjemne uczucie, a wzbudzającej zaufanie, jak i możliwości wypowiedzenia się na problemy nas bolące - zależy w dużym stopniu los cierpiących na tę chorobę. Bardzo wiele też zależy od samych uczestniczących w mityngu alkoholików, ich chęci zaangażowania i regularnego udziału oraz pracy nad sobą - zrozumieniem samego siebie, zdobywania wiedzy, jak i korzystania z różnych form pomocy innych ludzi. Ponadto miłość, tolerancja, wspólny wysiłek jej uczestników w grupie pozwala jej wzrastać

oraz skutecznie pomagać nowicjuszom. Od umiejętności identyfikowania się z nowicjuszem i innymi uczestnikami oraz istnienia atmosfery wzajemnego zaufania w grupie, jak i uczciwym dzieleniu się doświadczeniami związanymi z chorobą, zależą efekty w niesieniu potrzebującym i cierpiącym. Myślę, że w pracy na mityngach należy uwzględniać istotę choroby alkoholowej, że jest ona nieuleczalna, ale można ją zatrzymać, zmieniać swoje postępowanie, zmieniać powoli siebie - swoją tożsamość, starą na nową. Zdrowienie - ciała, duszy i umysłu - jest długim procesem, tak jak rozwijanie tej choroby odbywało się z ludźmi, tak jej zatrzymanie oraz powracanie do zdrowia musi odbywać się z ludźmi, w grupie na mityngach, których łączą wspólne problemy i są źródłem zachowania trzeźwości. Również uważam, że w pracy w niesieniu pomocy cierpiącym należy uwzględniać to, że jest to choroba zaprzeczeń i zakłamania oraz emocji. Dlatego musimy spojrzeć prawdzie w oczy i odkłamać nasze życie, uwolnić się od chorych schematów myślenia, odczuwania i postępowania. Należy pamiętać, że każde uzależnienie człowieka ma swój indywidualny, specyficzny obraz - jest inne, każdy człowiek-alkoholik jest inny, każdy posiada inne predyspozycje, jak również każdy regulamie uczestniczący w mityngach może służyć w grupie, nieść posłanie innym alkoholikom na miarę swoich możliwości. Niektórzy mogą służyć w grupie przy pracach porządkowych, przed i po mityngu,

Doświadczenie z ostatnich dni.

-To mnie przeraziło!!!-

Jest wiosna. Jak zawsze, co roku, kojarzy mi się to z "otwarcie sezonu". Wychodziłem wtedy pić w teren. Poprawiałem swoją wrażliwość na przyrodę. Ale bez poprawiacza nic mnie nie ruszało. Co roku mam te same myśli, no może coraz słabsze i bez tęsknot, bardziej gwoili przypomnienia, jakie wiodłem życie. Przeraziło mnie co innego. Ostatnio byłem świadkiem wypowiedzi przyjaciół, którzy zapili. W mojej głowie włączył się mechanizm. Oni zapili i nic, a ja się męczę. Może ja też sobie popiję, żona mnie znowu będzie załowała, a jak mi się uda, to przyjaciele z AA nawet nie zauważą. A nawet gdyby - to co. Już włączyło mi się planowanie i układanie, komu co powiem i jak zrobię.

TO MNIE PRZERAZIŁO!!!

Postawiłem na szali to, co do tej pory osiągnąłem i z drugiej strony chwili upojenia alkoholowego. Porównałem, co do tej pory osiągnąłem. Wygrałem - ja, moja rodzina, moja praca. Potem poszedłem na mityng i o wszystkim opowiedziałem. Widziałem zrozumienie na twarzach zebranych. Teraz jestem spokojny. I wspominam to doświadczenie z uśmiechem. Kolejny kamyczek na drodze do trzeźwienia. Kolejne doświadczenie. Najważniejsze, że dzięki sponsorowi, terapeutce i AA byłem na nie przygotowany. A co ciekawe - polubiłem trzeźwe życie.

Pozdrawiam Piotr W-wa

Wiadomości regionalne .z Konferencji Regionu Warszawa 20 IV 2002r

- Wysłuchaliśmy informacji z punktu informacyjno - kontaktowy Regionu
- wysłuchaliśmy informacji powiernika i delegatów Służby Krajowej,
- trwa WEMS - informacje ukaza się w SKRYTCE I ZDROJU
- kandydatem na delegata EMS został wybrany Jacek WARS, delegatami SK wybrano-Mirka i Stanisława
- Dobiegają końca prace nad przygotowaniem ogólnopolskiego Zlotu Radości - Rynia maj 2002
- od październik 2002r służbę rzecznika Regionu Warszawa obejmie Piotr/Wschód/
- nie wybrano redaktora MITYNGU oraz przewodni czącego zespołu ZK, zespół literatury poprowadzi Piotr, a organizacji Zbyszek ATLAS

Ogłoszenia bezpłatne :-)))

XIII rocznica grupy **JANKA** - Węgrów 11 maja godz. 18⁰⁰ - ognisko (nad zalewem), a o godz. 19³⁰ mityng.

Siedlce 12 maja XV rocznica grupy **ZK SZANSA** o godz. 9⁰⁰ zbiórka przed ZK z dowodem osobistym planowany mityng od 10⁰⁰ do 15⁰⁰.

14 maja V rocznica grupy **PATRYK** mityng godz. 18⁰⁰ ul. Rechniewskiego 14.
Grupa AA **NADZIEJA** w Kobyłce ul. Wołomińska 1 (stary Urz. Miasta) zmieniła

takimi małymi porcjami zmian, które sumują się przez lata i wyznaczają wspólną drogę. Uczą, że być człowiekiem, to być stworzeniem, ale jak każde stworzenie musi posiadać Stwórcę; uczą, że być człowiekiem to odkrywanie siły w bezsilności, odnajdywanie sensu zaprzestania walki. Uczą jak przekazywać sukcesy i wyznawać porażki. Pozwalają stawać się wrażliwym na błędy innych przez ofiarowanie im swej pomocy. Uczą też, a może przede wszystkim, nawiązywać i pogłębiać związki z Bogiem i przekazywania tej nowiny innym alkoholikom.

Przychodzę na mityngi, bo stale potrzebuję przyjaźni i wzruszeń - nie tylko czułych i ciepłych uczuć, choć je hołubię, lecz głównie dla inspiracji, którą otrzymuję. Dzięki ludziom ze wspólnoty chcę być serdeczny już nie tylko w AA, ale dla wszystkich, których napotkam na swojej drodze. I to jest szalenie trudne.

Dla wielu ludzi, niekoniecznie alkoholików, istnieje droga albo do doskonałości, albo do najgorszego. Nie ma takiej rzeczy, jak równowaga. Albo staję się lepszym, albo gorszym. Nie mogę sobie pozwolić na tolerancję swych wad, ponieważ zaraz rosną i nie mogę też czekać aż się zestarzeją. Potrafią zabijać.

Przyznam szczerze, że kocham wspólnotę, i że tęskniłbym, gdyby mi jej brakło. Podobnie odczuwam brak każdego z nas. To we wspólnocie mogę kontynuować drogę rozwoju, bez którego mogłoby stać się ze mną coś gorszego od śmierci. Mógłbym rozwinąć cechy, których nienawidzę w sobie. Małe kłamstwo rodzi wielkie. Drobne przywłaszczenie prowadzi do złodziejstwa. Małe wyzycie się na kimkolwiek zaszczenia pogodę ducha. To we wspólnocie powstaje coraz lepszy obraz mojego ja, to w niej dbam, by się utrzymał. Czuję się dłużnikiem wspólnoty. Tak więc czemu ciągle przychodzę na mityngi? Przychodzę dla trzeźwości, służbą potwierdzać swą wdzięczność. Przychodzę dlatego, że tu śmieję się częściej, niż gdziekolwiek indziej. Przychodzę by poznać siebie. Przychodzę znaleźć w pokorze antidotum dla swej rozbudowanej dumy, uczyć się, jak być człowiekiem. Przychodzę by kochać. Ale co po dwudziestu pięciu latach stale zmusza mnie do przychodzenia na mityngi? - to niewątpliwie potrzeba, ale przede wszystkim to przyjemność. Przychodzę dla czystej przyjemności.

xxxS

Powstaje internetowy system informacyjny BSK, do którego włączają się służby Regionu Warszawa.

Internet: www.aa.org.pl, e-mail: wspolnota-aa@aa.org.pl

Uczestnictwo w systemie informacyjnym BSK ma na celu ochronę i autoryzację dorobku AA i oczywiście jak to w AA, jest całkowicie dobrowolne, jest wyrazem pragnienia udziału w zbiorowym sumieniu naszej wspólnoty.

przez co w ten sposób przełamują swoją nieśmiałość, strach czy też brak odwagi. Przy takich pracach niejednokrotnie uzyskują po raz pierwszy poczucie sensu i przynależności. W miarę trzeźwienia może każdy skorzystać z propozycji objęcia służby w grupie, czyli stać się według Drugiej Tradycji - zaufanym sługą. Każda grupa potrzebuje kilku osób, które mogą zapewnić jej odpowiedzialne i sprawne funkcjonowanie, a przez to realizowanie Piątej Tradycji - niesienia postania alkoholikom, którzy wciąż jeszcze cierpią. W pełnieniu służb szczególnie jest niezbędna otwartość i szczerść. Wielu z nas może opowiedzieć, ja również, o niepokoju i niepewno-

To ja

Młody, dobrze zapowiadający się chłopak. Zwycięstwa w Ogólnopolskich Olimpiadach z języka polskiego, matematyki, chemii i biologii. Bardzo wysokie wyniki w testach IQ i zgodne komentarze nauczycieli i psychologów: „Ten chłopak może zrobić w życiu wszystko”. I zrobiłem wszystko, aby swe życie zamienić w piekło na ziemi. Pierwszy, bardzo wczesny kontakt z alkoholem odmienił moje życie. Alkohol stał się kluczem do dobrej zabawy i dobrych kontaktów z ludźmi. W miarę upływu czasu, z klucza zamienia się w cel tych kontaktów. Przerywam naukę, aby podjąć pracę (alkohol kosztuje), lecz stopniowo okazuje się, że uczciwa praca nie jest w stanie pokryć wydatków związanych z coraz częstszym pić. Pojawiają się nowe źródła dochodów, nie zawsze zgodnych z literą prawa, no i wyjazdy na „saksy”. Wszystko suto opijane. Epokowe (dla mnie) odkrycie,

ści z jaką zaczynałem służbę w grupie macierzystej, jako prowadzący lub mandatariusz. Jednak mogę powiedzieć, że służba w grupie pomaga mi zmieniać siebie, w tym również te przykre uczucia. Zaczynam coraz bardziej doświadczać głębokiego poczucia przynależności do grupy macierzystej i wspólnoty AA. Moja trzeźwość umacnia się z każdym zadaniem, którego podejmuję się, co sprawia, że czuję się potrzebny i coraz bardziej użyteczny, przez co pomagam sobie i innym potrzebującym alkoholikom, którzy wciąż jeszcze cierpią. Jestem przekonany, że każda grupa jest kuźnią niesienia pomocy potrzebującym alkoholikom.

Zbyszek A

że „klin” pomaga na kaca, powoduje przedłużenie zakrapianych imprez z jednego do kilku dni. Pierwsza psychoza urodzeniowo-łękowa mogłaby być świetnym ostrzeżeniem, lecz już wtedy choroba alkoholowa opanowała mnie wystarczająco, by nie wypuścić ze swych szponów (miałem wtedy 24 lata). I rozwinęło się chorobsko z prędkością lawiny. Anticol i esperale dawały mi tylko czas na fizyczne zregenerowanie się, a nagrodą za wytrwałość była zaw sze flaszka. W którymś momencie narozbiałem szczególnie wrednie i wpędziłem się w nieliczne tarapaty. W ramach naprawy szkód i udowodnienia wszystkim wątpliwym, że alkohol nie jest dla mnie problemem nie do pokonania, po rocznym zaszyciu wytrzymałem w abstynencji jeszcze prawie dwa lata. Uskrzydłony sukcesem, sprawdziłem czy mój problem zniknął. Trzytygodniowy ciąg przeżyłem tylko cudem. Po kilkudniowym odrucaniu wróciłem do domu. Nikt już nie chciał ze mną

gadać, delira rzuciła mnie po ścianach.... Pojawiła się obsesyjna myśl o AA. Poszedłem na pierwszy mityng. Mimo, że fizycznie przetrwałem, moralnie, psychicznie i w dużej mierze umysłowo byłem trupem. Początkowo nie miałem żadnych oczekiwań i nie spodziewałem się niczego. I znowu stał się cud. Ludzie, którzy jako jedyni ze mną rozmawiali i uśmiechali się na mój widok, dali mi nadzieję. Nadzieję, że mogę żyć, i to żyć inaczej niż dotychczas. W pewnym momencie zorientowałem się, że próbuję zaliczyć 90 mityngów w 90 dni. Szok. Oznaczało to, że uwierzyłem, uwierzyłem drugiemu człowiekowi, alkoholikowi. Po kilku miesiącach poczułem się pewniej i zacząłem mówić o sobie, o tym co myślę, co mi się wydaje. Jeden z przyjaciół spytał, czy nie spróbowałbym najpierw czegoś zrobić, a potem o tym pogadać.

Przez dwa tygodnie ta uwaga nie dawała mi spokoju (a przyjaciela nie lubiłem). Nie wiem, czy mnie przekonał, czy też jemu „na złość”, zacząłem po mityngach myć szklanki. Mijały kolejne miesiące. Na jednej z grup poszukiwano kandydata do objęcia jednej ze służb. I znowu odezwał się „przyjaciel-malkontent”, o dziwo, zgłaszając moją kandydaturę. Podjąłem się z ochotą. Potem znalazłem sponsora, z którym omawiam program „12 Kroków”. Podjąłem się kolejnej służby. Mija trzynasty miesiąc mojego drugiego życia. Czy coś się w nim zmieniło? Chyba wszystko jest inne poza rodziną, nazwiskiem i adresem. Dużo jeszcze pracy nad sobą, programem i nauki tego nowego życia przede mną, ale to drobniostka, jeśli ma się tyłu przyjaciół z którymi łączy cel: następne 24 godziny.

Stawek Długi

ROCZNICE GRUP

Razem z innymi Przyjaciółmi pracuję przy wydawaniu Książeczki adresowej. W moim posiadaniu są Karty informacyjne grupy AA. Na podstawie zawartych tam danych zamieszczone są informacje o mityngach grup oraz o zmianach w kolejnych edycjach książeczki. Kiedy rozpocząłem pracę przy książeczkach w głowie mojej zrodził się pomysł, aby na łamach Mityngu pojawiały się informacje o rocznicach powstania grup, obchodzonych w danym miesiącu. Chcę, aby pierwsze takie informacje pojawiły się w numerze lipcowym. Niestety, nie na wszystkich kartach podane są pełne dane dotyczące daty powstania grupy; niektóre są niepełne, np. brak dnia miesiąca, jest tylko rok. Niektóre karty nie zawierają żadnych informacji na ten temat.

Celem uzupełnienia omawianych danych, na XVII Konferencji Służb AA Regionu Warszawy przekazałem rzecznikom wszystkich intergrup wykazy z posiadanymi przeze mnie danymi z prośbą o uzupełnienie.

Dlatego też zwracam się z prośbą do Was Drodzy Przyjaciele ze służb każdej grupy – **pomóżcie mi** zebrać pełną dokumentację w tym zakresie.

I mam nadzieję, że już lipcowym numerze Mityngu ukazę się pierwsza **pełna lista grup** obchodzących swoje rocznice powstania w tym miesiącu.

Z aowskim pozdrowieniem Pogody Ducha
Andrzej Trzynastka

"Niektórzy z nas przez jakiś czas bezskutecznie usiłowali trzymać się starych przekonań. Musieliśmy pozbyć się ich całkowicie." Póki byłem normalny, nie mogłem podjąć trudów trzeźwienia. Bo po co? Dopiero w miarę jak stawałem się pełnowartościowym alkoholikiem, zdrowienie

nabierało rozpędu. Dzisiaj, gdy przyglądam się uczestnikom naszych mityngów to odnoszę wrażenie, że nawet na mityngach zamkniętych przewija się sporo "normalnych". Możliwe, że i oni kiedyś zostaną alkoholikami by móc trzeźwieć.

Bamin

Tak, to jeden trzeźwy dzień - ale kolejny.

Byłem trzeźwy przez 25 lat. W szczególnej matematyce Anonimowych Alkoholików, 25 razy 365 równa się tylko jeden dzień. Jesteśmy wspólnotą ludzi, którzy są trzeźwi jeden dzień, ten, w którym naprawdę żyjemy. Ale jak przyjaciel przypomniał mi kilka dni temu: "Tak, to jeden trzeźwy dzień - ale kolejny" Trzeźwość przyniosła ze sobą niezliczone błogosławieństwa, a wszystkie związane z ludźmi. Po pierwsze to trwający od trzydziestu lat związek z moją żoną. Trzydzieści lat żonaty i stale chętny być razem. Jesteśmy wzajemnie dla siebie ścieżką, na której uczymy się doświadczać uczuć, które kiedyś trzymaliśmy w bezpiecznej odległości. Miałem również przywilej oglądania moich dzieci jak rosną, jak mnie kochają, i rodziny wnuków, które również mnie kochają. Dlaczego więc w dalszym ciągu przychodzę do AA po tych wszystkich latach? Myślę, że jedną z przyczyn jest to, że tu śmieję się częściej, niż w jakichkolwiek innych miejscach. Ten śmiech jest trudny do wytłumaczenia. Opowiadamy sobie wzajemnie tragedie życia, w naszych własnych historiach widzimy absurdalność swoich poczynań

i śmiejemy się razem. Myślę, że częściowo to ulga pozwala nam śmiać się, a częściowo zaufanie, bowiem śmiech pochodzi ze świadomości tego, że ktoś inny naprawdę rozumie, jakie szaleństwo jest w alkoholizmie. Myślę też, że śmiejemy się, ponieważ jesteśmy zadowoleni z życia, w tłumie innych równie zadowolonych. Ktoś to nazwał nawet śmiechem z niebios.

Do AA przychodzę również by poznać siebie. Kiedy słyszę różne opowieści, widzę w nich siebie. Gdy widzę siebie, wiem, że potrzebuję pomocy, odnowy, ponownego postawienia na nogi. Przychodzę by odnaleźć sposób na mój własny, szczególny rodzaj arogancji, egotyzmu i dumy. Ten sposób to nie jest szczepionka, ale lekarstwo, które jest niezbędne, aby przezwyciężyć żyjące we mnie trucizny. Właśnie mityngi są miejscem, gdzie to lekarstwo otrzymuję. I jeszcze otuchę. Robię się odważnym, by z każdym dniem stawać się lepszym. Innymi słowy, przychodzę uczyć się, jak być człowiekiem. Stosowanie Dwunastu Kroków, przez całe życie jest nauką, jak stawać się człowiekiem. Nie bez przyczynny kroki są nazywane Krokami, są

Jestem normalny - czy to pewne?

Przypominam sobie pierwsze mityngi. Z wypiekami na twarzy słuchałem wtedy wypowiedzi kolegów, z których jasno wynikało, że oni są alkoholikami a poczynione obserwacje tylko potwierdzały moją diagnozę. Nieraz w duchu naśmiewałem się z zasłyszanych historii. - Jak oni mogli tak postępować?. Tak pić, to jest obłęd. Oczywiście więc było, że w tym towarzystwie szybko poczułem się "normalny" wśród alkoholików. Miało to swoje konsekwencje. Kiedy pod koniec mityngu prowadzący poprosił o pomoc przy myciu szklanek pomyślałem sobie - To nawet logiczne. Kiedyś pili a teraz "za karę" mają myć szklanki. Mnie to nie dotyczyło. Ja czułem się normalny, a jeśli do końca nie byłem taki święty, to do głowy mi nie przychodziło, aby się przyznać do swoich wyczynów. Oczywiście szklanki mnie nie interesowały. Z resztą, podobnie jak i jakiegokolwiek prace przy organizacji mityngu. Byłem inny, a na mityng przyszedłem tylko na chwilę - popatrzę sobie i dla mnie to wystarczy. Nie muszę, jak inni, ponosić trudu służby. Ja sobie poczytam odpowiednią literaturę psychologiczną i sam dokonam stosownego wyboru. Pokażę "im" jak się trzeźwieje. Zupełnie nie zdawałem sobie sprawy, że znalazłem się w miejscu, gdzie każdy jest "inny", "nietypowy". Właściwie wszystko tu różniło. Sytuacja materialna, rodzinna, wzrost i tusza. Jedni mieli "mercedesa" a drudzy kijek do odganiania szczekających psów, ale nie to było ważne. Zajęty oceną innych nie zauważałem, że jest coś, co nas wszystkich łączy; wszyscy mamy jeden wspólny problem - problem z pić. Nie ważne czy mały czy duży, ale problem z alkoholem. To wystarczy. I jest na to skuteczny sposób. To AA. Do istotnych elementów zdrowienia należy podejmowanie prac w życiu wspólnoty. Oczywiście, to zalecenie nie dotyczy ludzi, którzy doznali znacznych zmian fizycznych lub umysłowych; chociaż mogę powiedzieć, że osobiście widziałem przypadki postępów u ludzi posiadających diagnozę choroby psychicznej. Udział w AA pozwala im zachować trzeźwość i prowadzić pożyteczne życie. Ale nie o nich chcę mówić. Przychodząc jednak na kolejne mityngi powoli, wbrew własnej woli, ulegałem presji aby zmienić pogląd o sobie. Codzienne czytanie stałych tekstów zobojętniało na nazywanie się "alkoholik". Choć znane przysłowie mówi: "Jeśli wlażesz między wrony, będziesz krakał jak i one", ale ja nadal nie chciałem "krakać" jak inni alkoholicy. Raptem okazało się jak wiele mam zaległości w życiu kulturalnym, towarzyskim, duchowym i tam została skierowana moja uwaga. Dopiero po latach uświadomiłem sobie, że podejmowanie aktywności na innych polach - samo w sobie bardzo pożyteczne - było w tym okresie tylko wyrazem niechęci wobec wspólnoty; tej samej, która w najbardziej tragicznym okresie życia, gdy z kacem, sam, pobity, rozgoryczony - otworzyła dla mnie swoje ramiona. Wielka Księga na stronie 49 oznajmia:

Swoją podróż w AA odbywamy na własny koszt.

Ilekoć zastanawiam się nad Tradycjami AA, to zawsze dochodzę do zasadniczego wniosku, że duchowa i materialna strona wspólnoty AA to dwie strony tego samego medalu.

Miałem niedawno rozmowę z pewną energiczną bizneswoman, która opowiadała, jak pośród swych licznych planów zakłada obecnie fundację, na którą pieniądze będą wpłacać ludzie, chcący w ten sposób płacić mniejsze podatki. Zgromadzone fundusze pozwolą na utrzymanie jej i jej współpracowników a resztę będą mogli przekazać na rzecz dzieci z domów dziecka. Uśmiechając się dodała, że jak ma się dobry cel, to można się szybko ustawić w życiu. Pieniądze spłyną z budżetu państwa lub uciekinierów podatkowych. Myślę, że nie o taką postawę chodzi w AA. Podobnie jak w przypadku ludzi, którzy chcą wywierać wpływ na AA. Głoszą bardzo rzeczowo brzmiące propozycje, organizują różne przedsięwzięcia. Stojąc jako AA przed decyzją udziału w nich, muszę zawsze zadać sobie pytanie, **na ile te działania przyczyniają się do jedności naszej wspólnoty**, czy nie są czasem imprezą konkurencyjną, na ile pomagają w utrzymaniu trzeźwości ale nade wszystko, czy propozycja ta wiąże się z własnym udziałem finansowym. Często spotykam się z żądaniemi w stosunku do Intergrupy, Regionu a nawet BSK, o przekazania ulotek, literatury, sfinansowanie jakiegoś przedsięwzięcia bo ktoś albo nawet grupa,

chcą nieść postanie np. do zakładu karnego. Taka postawa ma złego adresata. **W AA nie chodzi o to aby być dobrym za cudze pieniądze**, organizować jakieś imprezy z funduszy czy pod patronatem zewnętrznym, osiągać z tej działalności korzyści finansowe. Niesiemy postanie AA tylko w ramach własnych, wypracowanych środków. Grupa chce nieść postanie - to grupa przeznacza środki, zakupując materiały informacyjne w Intergrupie, Regionie, BSK, pamiętając oczywiście, że jest częścią wspólnoty, którą wspiera przez dobrowolne datki. I tu zbiegają się dwie strony medalu. Zebrane w grupie fundusze możemy przejeść lub przeznaczyć na niesienie posłania zaś alkoholik potrzebujący pomocy nieraz jest tuż obok. Wybór należy do nas. Tu również jest odpowiedź na ile grupa chce prowadzić własną politykę (!!!) a na ile uczestniczy w życiu wspólnoty w Polsce i na całym świecie. Wiemy przy tym, że w różnych instytucjach publicznych jest wiele osób o dobrym sercu, chętnych do przekazania funduszy do AA. Jasne, że tego przyjąć nie możemy, korzystanie z ludzkiej niewiedzy o tradycjach AA jest obce postawie członków naszej wspólnoty. W Tradycji Siódmej, kiedy czytamy o mających nadzieję dotacjach finansowych, spotykamy wypowiedź Bill W: "*Ten kto płaci muzykantom, decyduje o repertuarze. Jeśli Fundacja uzyskiwałaby fundusze z zewnątrz, członkowie Rady Nadzorczej mogliby pokusić się o dyspo-*

nowanie nimi, nie uwzględniając życzeń AA jako całości. Zwolnieni od odpowiedzialności alkoholicy wzruszaliby ramionami, mówiąc: "Fundacja jest tak bogata, że ja już nie muszę się o nią martwić". Świadomość posiadania dużej ilości pieniędzy, mogłaby skłaniać członków Rady Nadzorczej do wymyślania różnych sposobów jak najkorzystniejszego zainwestowania kapitału, odrywając w ten sposób AA od głównego celu.(...) ...nasi powiemicy uczynili chwalebny zapis w historii AA. Opowiedzieli się za tym, by przyjęc jako zasadę, że AA zawsze pozostanie biedne. Odtąd polityka finansowa Fundacji miała ograniczać się do bieżących wydatków i rozsądnej rezerwy". Dalej Bill twierdził: "Jesteśmy przekonani, że zasada zbiorowego ubóstwa została stanowczo i raz na zawsze osadzona w tradycji AA." ("12x12" str 164-165)

Przypominam sobie, jak jeden z weteranów AA w Polsce wyjaśniał. "AA musi pozostać biedne, aby ten nowy mógł dotrzeć do naszego stołu. To nasze osobiste poświęcenie, przecież wiemy, że najczęściej nowy we wspólnocie wstydy się własnego ubóstwa." Jak zatem ubóstwo może być duchowym jak i praktycznym sposobem zapewniającym przyszłość AA?

W "12x12" przewija się idea zrównoważenia tych dwóch punktów widzenia. Dużo pieniędzy - a następują spory o podział bogactwa, pojawia się zbyt wielu chętnych do decydowania o wydatkach a świadomość naszego podstawowego celu odchodzi na drugi plan. Mając za mało - tracimy zdolności funkcjonowania w jakiegokolwiek formie. Nie możemy wtedy opłacić czynszu za nasze mityngi, mamy kłopoty z nie-

ależnym utrzymaniem Regionalnego Punktu Informacyjnego itp.... Pierwsze kłopoty już w Warszawie przeżywamy, ale mam nadzieję, że wypłacalność naszej wspólnoty wobec partnerów zewnętrznych nigdy nie zostanie zachwiana, a wkład finansowy grup pozostanie na takim poziomie, abyśmy w terminie mogli wypełniać wszelkie zobowiązania.

Zasada działania wydaje się prosta - musimy unikać działań odrywających naszą uwagę od zasadniczego celu. Gromadzimy tylko tyle pieniędzy, aby wystarczyło na pokrycie bieżących kosztów, z niewielkim zapasem. Nadwyżki przekazujemy odpowiednio do Intergrup, Regionów, BSK, którym posiadanie pewnej, solidnej rezerwy ułatwia chociażby wynajem na korzystniejszych warunkach lokalu z przeznaczeniem na biuro regionalne. Taki fundusz jest jednym z niewielu sposobów, w jaki wspólnota nie przynosząca zysku może udowodnić swoją wiarygodność finansową. Pokazuje, że możemy wzrastać w odpowiedzialności. Pozwala również na lepsze planowanie budżetu. W tym celu Region Warszawa powołał specjalną służbę finansową. Wskazuje ona najefektowniejszy sposób zużytkowania naszych datków bez wyciągania ręki po dotacje z zewnątrz. Prawo do uczestniczenia w takim spotkaniu ma każdy AA. Kto wie, czy nie warto zapytać o to swojego mandatariusza.

Tak przy okazji przypominałem sobie pewien fakt. Niedawno obchodziłem swoją kolejną rocznicę trzeźwości i z tej okazji przyniosłem na mityng trochę słodyczy. Nie szukałem dla siebie rozgłosu, tak, że zdecydowana większość uczestników mityngu nawet nie wiedziała z jakiej przy-

tak sobie myślę, że **nareszcie jestem wart najwyższej nagrody jaką AA oferuje**, a którą tak pięknie wyrażają słowa Obietnic z Wielkiej Księgi: " Znajdziemy intuicyjnie sposób..." /str 72/ Kończąc już mogę powiedzieć, że dobrze jest, jeśli nowemu alkoholikowi mówimy, że musi ucześć-

czać na mityngi. Ale gdy jest już trochę przetrzeźwiał, czy nie nadeszła pora pomóc mu w uświadomieniu, że poza chodzeniem na mityngi jest jeszcze dużo więcej do zrobienia?

B...

SPRAWDŹ SWÓJ WSPÓŁCZYNNIK POGODY DUCHA

na podstawie GRAPEVINE

Gdy prowadzę samochód i widzę zielone światło, to zwykle nieco przyspieszam by się załapać przed zmianą światła. Nic, wtedy lepiej nie testuje mojej cierpliwości i pogody ducha niż Trabant z emerytem w środku, zwalniający przede mną w obawie, że zawiodą hamulce i refleks. A jak ty się czujesz w takiej sytuacji? Odpowiedź jest, być może, miarą twojej trzeźwości - przynajmniej dziś.

1) Zasuwasz za Trabantem nie zważając na nic i pakujesz się prosto w kufer. Następnie z przerażeniem wpatrujesz się w wydruk z alkomatu tłumacząc jednocześnie policjantowi, że masz prawo jazdy - tylko gdzieś się zawieruszyło, a w ogóle to jakaś tragiczna pomyłka.

- **GRATULACJE.** Zostałeś zakwalifikowany. Witamy w AA.

2) Zachowujesz bardzo bezpieczny dystans od Trabanta, słuchając sobie kasety któregoś z aowskich trubadurów i dziękujesz Bogu za okazję podziwiania widowisków.

- oznacza to, że jesteś w trakcie pierwszych

90 dni trzeźwienia i przeżywasz tzw „miesiąc miodowy”. Z wdzięcznością przyjąłbyś nawet odebranie prawa jazdy, mówiąc „teraz będę miał więcej czasu na pracę na programie” **TAK TRZYMAJ!**

3) Zachowujesz rozsądną odległość od Trabanta, ale dużo mniejszą niż poprzednio. Jesteś wściekły na siebie, że twoje wciąż nieusunięte wady charakteru powodują, że jesteś wściekły na palanta w Trabancie, jakim sam się staniesz myśląc tak idiotycznie jak do tej pory.

- **Czekasz cierpliwie na drugą lub trzecią rocznicę, która ma być przełomem i otwarciem perspektywy na piątą rocznicę, którą otworzy drogę do przełomowej dziesiątej rocznicy po której otworzą się perspektywy do dalszej, szczęśliwszej trzeźwości.**

4) Siedzisz na ogniu Trabantowi, jesteś jednak wystarczająco trzeźwy by uniknąć zderzenia. Masz otwarte okno przez które wykrzykujesz rzeczy nie nadające się do cytowania.

- **Możesz być gdziekolwiek pomiędzy pierwszym dniem i pięćdziesiątą rocznicą trzeźwości. Ważne byś nie zapomniał, że trzeźwienie to postęp, a nie doskonałość.**

5) Wczoraj obchodziłeś 25 rocznicę.

- **Jesteś emerytem w Trabancie i właśnie robisz obrachunek moralny wariatowi, który siedzi ci na bagażniku.**

Na początku naszego trzeźwienia nie wiemy co robić, no bo skąd?. Czasami to nawet wygodne. Pozwala na złudne samozadowolenie. Wygląda to tak, że dużo czasu poświęcamy na bywanie na mityngach, ale nie chcemy słuchać, tylko "wyrzucać z siebie", potrafimy nawet przed mityngiem przygotować sobie orację by zabłysnąć w temacie smutków i radości. Czy to nie marnotrawienie czasu? Rozwiązanie jest proste. Musimy pozwolić aby nowe treści dotarły do nas zgodnie z wezwaniem "Otwórz się" albo przypomnieniem o "otwartym umyśle" Mityngi są tylko jednym ze sposobów, literatura jako skarbnica doświadczeń drugim. Ale każda droga odbywana samotnie jest trudna, niebezpieczna, a co najważniejsze, nie ma pewności, czy prowadzi w pożądanym kierunku. Poprosiłem o pomoc w tej wędrówce. Zauważyłem przy tym, że tylko bezsilny zwróci się o pomoc. I stał się cud. Przystałem być samotny. Miałem kogoś, kto wyjaśniał mi, jak on uzyskał wyniki, które ja chciałem osiągnąć. Tej dawki bezinteresownej przyjaźni jakiej doświadczyłem, nie odczuwałem dotąd chyba nigdy w życiu, a zawilości Kroków szybko przestały być niezrozumiałe. Sponsor/ bo o nim mowa/ nie tylko wyjaśniał, ale swoim przykładem pokazywał, co Kroki dla niego znaczą. Przypomniał mi zasłyszane kiedyś wezwanie: "Stań w prawdzie, a prawda cię wyzwoli" Stałem do służby. Już pierwsza funkcja prowadzącego mityng wyraźnie pokazała prawdę, jak dalece rzeczywistość odbiega od wyobrażeń o moich możliwościach. Teraz dopiero zobaczyłem jak ważna jest aktywność uczestników mityngu, gdy to mnie zaczęło zależeć aby prze-

biegł on wartko i sprawnie. Musiałem zrezygnować z pozycji apostoła i reformatora, nauczyć się współdziałać. Powoli wchodziłem w rolę prowadzącego, uczyłem się walczyć z sobą, z pokusą pychy i samowoli. Okazało się, że pełnienie tak eksponowanej funkcji jest daleko trudniejsze niż przybranie pozycji "tego, co słucha" albo notorycznego "wyrzucacza". Wielokrotnie miałem ochotę zrezygnować z wątpliwego zaszczytu służby, ale sponsor czuwał. Cierpliwie wyjaśniał. - Program zdrowienia proponowany przez AA od samego początku jest programem działania. Spotyka się dwóch alkoholików aby pomóc trzeciemu w utrzymaniu trzeźwości. To skuteczny sposób, nawet, gdy inne zawodzą/ Wielka Księga str.77/ - Przypomniałem sobie widziane kiedyś hasło: SŁUŻBA + JEDNOŚĆ = ZDROWIENIE. A więc służba w duchu jedności wspólnoty jest najskuteczniejszym sposobem utrzymania trzeźwości. Teraz już wiedziałem, czemu mam się poddać, co to znaczy. **Musiałem zdać sobie sprawę, czego pragnę w życiu. Czy trzeźwości, czy tylko czegoś, co ją przypomina**, podobnie jak to, że jest złoto i wyrób złoto podobny. Odpowiedzią stał się program Wspólnoty AA. Zastosowany uczciwie i sumiennie, przynosi efekty. Wiem też, że każdy ma prawo używać części zaleceń lub wszystkich i niezależnie od podejścia, ciągle pozostaje członkiem wspólnoty. Gwarantuje to Trzecia Tradycja. Ma oczywiście prawo użyć fragmentu Kroków, odrzucić Tradycje, zasklepić się w egoizmie, lecz wtedy realizuje coś zupełnie innego, niż program AA, raczej coś, co jest osobistym wynalazkiem i wytworem własnej niechęci wobec AA. Dzisiaj,

czyiny na stole są słodczyce. Pod koniec mityngu, gdy słodczyce zniknęły, ogarnęły mnie dziwne uczucia. Wydałem na to przyjęcie równowartość około 2-3 miesięcznego budżetu grupy. Gdy zadam sobie pytanie - komu to szkodzi? - jasne, nikomu, ale wątpliwości nacierają mnie, gdy zapytam się siebie - jaki jest cel, czemu to służy, czy pieniądze mogłyby być lepiej wydane?. W tym momencie przypominałem sobie o "planie urodzinowym", ale akurat już zabrakło mi "wolnych pieniędzy". BSK nie dostało nic.

Zacząłem stwierdzeniem, że jeśli coś nie

Mój Bóg jest po prostu Bóg.

Z korespondencji mailowej

Nie należę do żadnego kościoła i dlatego mój Bóg jest po prostu Bóg Pamiętam jak na początku miałem z tym wiele problemów. Wychowałem się w domu niewierzących i jedynie zostałem ochrzczony. Ojciec pił, a mama nie zadbała, bo nie wierzy. I tak się wychowałem bez wiary. Ale coś tam we mnie było, bo się bałem tego katolickiego Boga, no bo wszyscy naokoło o Nim trochę mówili. Tak więc nie wierzyłem, ale na wszelki wypadek się bałem. A jak zacząłem pić i pogłębiać swój alkoholizm, to straciłem nawet ten strach..... I została pustka. Teraz jest inaczej, dzięki AA mam kontakt ze swoją Siłą Wyższą. Jestem człowiekiem prostym, więc ta moja więź z Bogiem jest prosta. Znam tylko jedną modlitwę, którą codziennie powtarzam "God grant me the serenity to accept the things I cannot change, courage to

change the things I can, and wisdom to know the difference. " Specjalnie napisałem modlitwę o pogodę ducha po angielsku, bo modłę się po angielsku. Nie pytajcie dlaczego, tak się nauczyłem na angielskich mityngach i tak zostało. I dziś pamiętam, jak po roku czy półtora trzeźwości zepsuł mi się truck /nie działało sprzęgło / i cały zdenerwowany że straciłem kurs, zabrałem się za przegląd uszkodzenia. I najpierw zacząłem, tak jak zawsze, na hura, bez pomyślenia, szarpać się i wówczas po raz pierwszy w sytuacji życiowej przypominało mi się co uczyłem się na mityngach. - Oddać kontrolę w ręce Siły Wyższej -. Pomodliłem się, uspokoiłem i wkrótce znalazłem przyczynę / urwało się cięgło / Bez sprzęgła podjechałem do garażu. W godzinę naprawili mi cięgło i pojechałem w swoją trasę. I stał się cud. Taki mój mały własny cud. Nie, nie to, że mi naprawili sprzęgło. Ale to, że znalazłem swoją Siłę

Wyższą, którą nazywam Bogiem. Dlatego, że zmienił się mój sposób myślenia. Zdałem sobie sprawę, że nie jestem sam i nie muszę mieć wszystkiego pod kontrolą. I takich małych cudów / hi,hi jak to ładnie brzmi / było już w moim życiu wiele. I wiem jedno, że nie jestem już SAM na tym świecie. A czy moja Siłą Wyższą będzie miała oparcie w jakiejś religii, to nie ma dla mnie żadnego znaczenia / w tej chwili / Ja znalazłem swój kontakt z Bo-

giem dzięki mityngom AA. Więc na razie mi to wystarcza. Tam Go znajduję i On do mnie przemawia ustami innych alkoholików. Znam ludzi co oprócz mityngów chodzą do kościoła. Dyskretnie o tym wspominają ale nie zapominają że **mityng AA jest im potrzebny by zachować trzeźwość**. W każdym razie na kanadyjskich mityngach nie spotkałem się by ktoś wypowiadał się inaczej o Sile Wyższej, niż że nazywał Ją Bogiem i na tym się koń-

rozpoczęło się przez naśladowanie innych. Czasami dopada mnie obsesja myślenia. Tak też się stało, kiedy pewnego dnia dyskutowaliśmy o duchowości. Już pozbyłem się do niej niechęci a nawet poszukiwałem kogoś, kto by mi mógł pomóc. Zastanawiałem się w grupie jakie książki przeczytać, jakie modlitwy odmawiać, jakie techniki są najwartościowsze dla medytacji, jakie ćwiczenia uprawiać, która religia jest najlepsza, co sądzić o jodze - a mój umysł był prany i potrząsany jak pralka pracująca na wysokich obrotach. Byłem przekonany, że straciłem bilet wstępu do rajy i chciałem ten bilet odzyskać - i to natychmiast. Na szczęście sponsor zauważył moją histerię. Powiedział, że istnieją różne drogi i środki do osiągnięcia rozwoju duchowego i że to dobrze, że pragnę w nim uczestniczyć. Wskazał mi Wielką Księgę, dodając, że jest wiele innych, pomocnych książek. Ich przydatność można łatwo ocenić, patrząc na użytek, jaki ludzie robią z tego, co one oferują. Przypomniał mi jednak, że nie mogę zapominać o pierwszym, podstawowym celu wspólnoty AA. Nieść posłanie innym alkoholikom, postępować tak, aby dawać im maksimum pomocy, bo dając

...Sposób na zaproszenie Boga do własnego życia

Kiedy alkohol i ignorancja panowały w moim życiu miałem wiele uprzedzeń skierowanych do ludzi i ich duchowości. Sądziłem, że to oszustwo. Wyobrażałem ich sobie jako ludzi zupełnie oderwanych od życia, spędzających czas na modlitwie czy medytacji, spoglądających w niebo i obejmujących drzewa by zespolić się z siłami wszechświata. Uważałem ich naiwność za rodzaj imbecylności, za brak zdolności do rozsądnego i logicznego myślenia. Sądziłem także, że duchowość i religia to jedno i to samo. Nie miało znaczenia, że byłem świadkiem ludzi pogodnie osiągających trzeźwość i cieszących się otrzymanym darem, bo choć także pragnąłem poczucia wewnętrznego spokoju, dobrego samopoczucia, żyć szczęśliwie jak oni, to gdy słyszałem innych aowców mówiących o duchowości, sądziłem, że są to fanatycy religijni, z którymi nie mam nic wspólnego. Ale to nie ból jak nagłe pęknięcie wyzwolił moją duchowość. Moje nowe życie

to dajemy Bogu - to prosta i efektywna droga stałego rozwoju duchowego. Stwierdził, że to, co teraz próbuję robić, a więc Służba i stosowanie Kroków we wszystkich poczynaniach, nie szczędząc wysiłków, było bardzo pomocne dla niego. Szybko stwierdziłem, że wskazówki mojego sponsora sprawdzają się i dla mnie. **Służba jest gwarancją rozwoju duchowego. To sposób na zaproszenia Boga do własnego życia i nie zawsze jest to łatwe.** Czasami wręcz mi się nie chce. Ale, podobnie jak wiele innych spraw - muszę to robić, jeżeli mam żyć wolny od obsesji picia. Pomoc innym w połączeniu ze stale

uzupełnianą wiedzą, samo w sobie jest drogą postępu duchowego i wielką satysfakcją dla mnie, ale nigdy nie było perfekcyjne. Przyznam, że szukam także okazji do wzbogacania swojej duchowości poza wspólnotą AA i jest to w moim przypadku już dokładnie wszystko, co skutecznie pomaga mi na drodze do trzeźwości. Obecnie nie potrzebuję praktycznie innej metody rozwoju duchowego ale i nikt nie oczekuje tego ode mnie. Droga rozwoju duchowości i religii jaką wybrałem jest całkowicie tylko moją decyzją. I to jest jedna z cudownych zalet AA.

XXXX

Kilka wspominek.

Kiedy przyszedłem do AA powiedziano mi abym zamknął się i słuchał. W ciągu lat te słowa słyszałem wiele razy. - *Były skuteczne w moim przypadku; być może będą skutkować w twoim. Po prostu przyjdź na mityng a wszystko zacznie się układać.* - Dzisiaj każdemu mogę powiedzieć: Uczestnictwo w mityngach jest najważniejszą częścią programu AA o tyle, że jest to początek wszelkich zmian. Aby utrzymać swą trzeźwość musimy robić podobnie jak to robią sportowcy: Mieć trenera (sponsora), wykonywać ćwiczenia fizyczne (wyciągnięcie rąk przyjaźni do nowicjusza), prowadzić racjonalny tryb życia (regulamin uczestniczyć w naszych mityngach). Ale wydaje się, że najważniejszą rzeczą jest *stosowanie tych zasad we wszystkich poczynaniach*.

Pamiętam jakim szokiem dla mnie było, gdy usłyszałem słowa z Wielkiej Księgi: ". *nie wracają do zdrowia ludzie,*

którzy nie mogą lub nie chcą poddać się temu programowi" /str 49/ Wtedy akurat przeżywałem swój wielki sukces. Choć nie przyjmowałem do siebie żadnych zaleceń AA, to jednak jakiś czas nie piłem. We własnym mniemaniu byłem KIMS. Wydo- byłem się z poczucia niższości. To jasne, że "oni" musieli stosować zasady, ale ja sobie udowodniłem, że nie muszę. Po raz pierwszy od dłuższego już czasu spotkałem grupę ludzi, wśród których mogłem się czuć lepszy od innych / nie ma znaczenia, że bezpodstawnie /, a tego bardzo mi brakowało. Właściwie to o co chodzi z tym poddaniem? Czy mnie też to dotyczy? - wąpiłem. Co to znaczy Program? Uświadomiłem sobie, że chociaż znam już wiele osobistych historii innych ludzi, to nie mam pojęcia czemu się poddać. To, że nie chcę już pić - wiedziałem, ale co dalej? Zrozumiałem, że jest jakieś Dalej, że inni, by zachować trzeźwość robią coś jeszcze.