

## 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 poniedziałek 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 ABSTYNETA

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

INTERGRUPA AA „SAWA” – ostatnia sobota godz. 17<sup>00</sup>  
03-416 WARSZAWA ul. BEREZYŃSKA 17

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. BEREZYŃSKA 17

### ZESPOŁY SŁUŻB AA REGIONU WARSZAWA

*Spotykają się w PIK, Warszawa ul. Berezyńska 17*

ds. FINANSÓW czwartki czwartek m-ca godz. 18<sup>00</sup>

ds. INFORMACJI PUBLICZNEJ I WSPÓLPRACY Z PROFESJONALISTAMI  
oraz ds. INTERNETU pierwszy czwartek m-ca godz. 17<sup>00</sup>

ds. LITERATURY drugi czwartek m-ca godz. 18<sup>00</sup>

ds. ORGANIZACJI trzeci czwartek m-ca godz. 18<sup>00</sup>

ds. ZAKŁADÓW KARNYCH czwartki czwartek m-ca godz. 18<sup>00</sup>  
Spotkania KOLPORTERÓW LITERATURY drugi czwartek m-ca godz. 17<sup>30</sup>

### RADA REGIONU WARSZAWA

SPOTKANIA ODBYWAJĄ SIĘ W TRZECIĄ SOBOTĘ – miesiące nieparzyste godz. 16<sup>00</sup>  
03-904 WARSZAWA ul. BEREZYŃSKA 17.

NAJBLIŻSZE SPOTKANIE ODBĘDZIE SIĘ 18.01.2003

### KONFERENCJA AA REGIONU WARSZAWA

ODBĘDZIE SIĘ 19.IV.2003r.

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@op.pl**

lub dostarczajcie je do Zespołu ds. Literatury  
w każdy wtorek i czwartek w godz. 17<sup>00</sup>- 20<sup>00</sup> ul. Berezyńska 17.

### PUNKT INFORMACYJNO KONTAKTOWY

Od pon. do pt. godz. 16<sup>00</sup>-21<sup>00</sup> Warszawa ul. Berezyńska 17 **tel. 616-05-68**



Poniedziałki - dyżury pełni Intergrupa WSCHÓD  
Wtorki - dyżury pełni Intergrupa SAWA  
Środy - dyżury pełni Intergrupa WARS  
Czwartki - dyżury pełni Intergrupa MOKOTÓW  
Piątki - dyżury pełni Intergrupa PÓLNOC

MITYNG 12/66/2002

# MITYNG

*Biuletyn Regionu Warszawa*

NUMER 12/66/2002

GRUDZIEŃ 2002

To już cztery pory roku bez niego, tego zwodniczego towarzysza, który zniewolił mnie słodyczą, pocieszając w troskach, ubarwiając marzenia, usmierając ból. Niczym zazdrosny kochanek pragnął mnie tylko dla siebie. Stał się dyktatorem moich dni i nocy, subtelnie spełniając swoje dzieło śmierci, bez chwili wytchnienia ani litości. Rozwód był jedynym ocaleniem. Nie chcę go więcej widzieć, dotykać, czuć. Ja, która nie mogłam istnieć bez niego, dziś mam tysiąc powodów do życia bez niego - bo dziś mam tysiąc powodów do życia. Lód i śnieg nie przeszkodził, bym przyszła na mityng. Tutaj jest ciepło, tu dziś nie pijemy, przestaliśmy być samotni. Boże Narodzenie bez alkoholu. Święta w końcu obchodzone bez tego śmiertelnego tańca z butelką. Te święta to narodziny. Ja też chcę się ponownie narodzić. Nowy Rok bez alkoholu. Jestem wolna - nareszcie mogę wracać nocą, z rękoma twardo dzierżącymi kierownicę, z jasnym spojrzeniem, głową ukojoną nową muzyką, a nie nudnościami i mrokiem. Dobrego Roku wszystkim!!!. Znać moje pragnienie - tak głębokie i naturalne zarazem - przeżyć ten rok uczciwie. Po tylu kłamstwach i zakrętach wyjść na prostą. Nie, nie będę więcej piła, nie chcę, nie chcę umierać, nie - nigdy więcej. Zima bez alkoholu. Gęsta mgła dookoła. A ja w swojej głowie nareszcie oddzielałam dobro od zła, prawdę od kłamstwa. To jeszcze tak trudne by oczyścić się z nieprzyzwoitych obsesji. Zmyć brud winy, strach i pychę, które zatruiły wszystkie tkanki mego ciała. Żyję jednym dniem i jedną myślą, by powolutku i ostrożnie zajmować się tym, co najważniejsze - nigdy więcej nie wracać do tego, co było! A moje usta, nieraz mokre od śliny, szepczą nocą do uszu: - „Zbudź się Zosiu, miałaś koszmar - ny sen, Ty już nie pijesz. - Jest śnieg, biały, jak sól jest biała i przymrozek. Jest czysto i jest świeżo - ty już nie pijesz”

*Wszystkim Sympatykom,  
Przyjaciółom AA, którzy  
odnaleźli swoje miejsce  
w Naszej Wspólnocie  
oraz Tym, którzy takiej  
drogi szukają,  
Pogody Ducha, Wesółych Świąt  
oraz Szczęśliwego Nowego  
Roku 2003 życzy  
zespół Mityngu oraz  
Rada Regionu Warszawa*



tekst przygotowała Barbara

MITYNG 12/66/2002

## NADZIEJA WYTRWANIA.

Piszę ponownie po niespełna siedmiu latach do „Mityngu”, który obchodzi w tym roku swoją X rocznicę powstania. Mam również nadzieję, że dojadę 28.10.br. na mityng z tej okazji, który ma się odbyć w Domu Sióstr Misjonarek Miłości w Warszawie. Będzie co wspominać razem z przyjaciółmi z AA. Pamiętam, kiedy pisałam wtedy o sobie, miałam około dwóch lat trzeźwości i dużo radości w sercu z tego, że nie piję. Na tamten czas wiele już się zmieniło w moim życiu na lepsze. Czuję się z tego bardzo szczęśliwa, co zresztą trwa do dzisiaj. Dziś wiem i jestem przekonana, że zrobiłam najwspanialszy interes w swoim życiu, iż wstąpiłam do Wspólnoty AA. Jestem pewna, że Wspólnota AA (którą bardzo kocham), uratowała mi życie. Dziś dzięki Wspólnocie i jej programowi (12 Kroków i 12 Tradycji) żyję godnie. W mojej rodzinie panuje stabilizacja. Choć nie udało mi się uratować małżeństwa (jestem ponad 5 lat po rozwodzie), czuję się spełniona. Sprawę rozwodową założyłam sama. Zrobiłam to z pełną świadomością, że postępuję słusznie. Mój były mąż, na tamten i obecny czas, żyje z inną kobietą w wolnym związku, ale nie o tym chcę pisać. Wspomnę tylko, że kiedy byliśmy jeszcze razem, piliśmy oboje. Często robiliśmy to sobie na złość i piliśmy na zmianę, ale to był inny świat, dziś jest inny. Cieszę się z tego co jest. Mam wspaniałe dzieci, które bardzo kocham, a one kochają mnie. Moja córka Agnieszka obecnie ma 25 lat i już pracuje zawodowo. Mój syn Krzysztof 16 lat i uczy się w liceum ogólnokształcącym, z bardzo dobrymi wynikami w nauce. Trenuje również koszykówkę, w której też ma swoje osiągnięcia. Dzięki temu, że nie piję wiem, że uratowałam swoje dzieci od złego, co daje mi dziś dużą satysfakcję i dumę. Udało mi się naprawdę odbudować dom, w którym panuje spokój, bezpieczeństwo, zaufanie i miłość, a moje dzieci są takimi, jakimi są. Swoim przykładem, częstymi rozmowami, nie dopuściłam do złego. Wręcz przeciwnie, nie mam dziś z dziećmi żadnych problemów. Czas zrobił swoje, choć nie było też łatwo. Włożyłam wiele wysiłku i pracy, wytrwałości w dążeniach, ale było warto. Wiem, że dzięki łasce Bożej, którą otrzymałam, zmieniałam siebie i swój dom. Z perspektywy czasu, nigdy bym nie przypuszczała, że zdołam jeszcze tyle w swoim życiu zmienić i osiągnąć. Moje życie wygląda zupełnie inaczej. Czasami słyszę że cuda nie zdarzają się. Ja uważam inaczej. Dla mnie stał się cud, że nie piję. Dopóki nie miałam Wspólnoty AA, nie wyobrażałam sobie, że będę w stanie w ogóle nie pić. Moje życie kręciło się wokół butelki. Dla mnie było to niewyobrażalne, gdyż już moja obsesja picia (kiedy zaczęłam) była tak silna, że wszystko mogłam poświęcić, aby tylko zaspokoić głód alkoholowy. Na koniec wielkie cierpienie błędne koło. Zresztą niewiele brakowało, a straciłabym dzieci, które pełne wstydu odwróciły się ode mnie, a kochałam je bardzo. Na tamten czas, niestety, alkohol był na pierwszym miejscu. Tak działa mechanizm uzależnień i mus picia. Wiem również czym jest dla mnie wiara w Boga i Służba we Wspólnocie. Staram się modlić, dziękować i powierzać swoje życie i sprawy z nim związane. Nadal staram się, na ile starczy mi czasu (choć nie pazemie, są inni, zwłaszcza ci nowo przybyli), służyć Wspólnocie

## Materiały zaczerpnięte z książki pt. „AA WKACZAJĄ W DOJRZAŁOŚĆ”

materiały tam otrzymane w tym 12 sz. biuletynu „Zdrój” i 10 sz. „Skrytki”. Przekazał też protokoły ze spotkania służb Regionu. Następnie odbyła się dyskusja o przekazaniu pieniędzy na Region i BSK. Ustalono, że intergrupa przekazuje kwotę 100 zł na Region i 100 zł na BSK. Zakończono spotkanie modlitwą „O pogodę ducha”.

*Sporządził Andrzej AA*

### RAPORT ZE SPOTKANIA INTERGRUPY WARS

W dniu 2002-11-08 odbyło się spotkanie Intergrupy WARS, w którym wzięło udział 30 mandatariuszy i innych przedstawicieli grup. Podczas spotkania grupy wpłacały pieniądze. Skarbnik intergrupy – Janusz poinformował, że stan kasy w Intergrupie wynosi ok. 1720 PLN. Suma ta to pieniądze wpłacone przez mandatariuszy na obecnym i poprzednim spotkaniu intergrupy. Po dłuższej nieobecności spowodowanej chorobą powrócił do nas kolporter intergrupy Sławek. Życzymy mu dużo zdrowia! Przedstawiciele grup przy zakładach karnych i odwykach zgłosili zapotrzebowanie na podstawowe ulotki dla nowo wstępujących do AA. Na przysłążoną grudniową intergrupę Sławek przygotowuje odpowiednie pakiety. Następujące grupy będą żyłować w miesiącu sierpniu przy telefonii w PIK regionu: 4 XII – Program; 11 XII – Radna; 18 XII – Powidła; W ramach informacji z grup podano min.: Termin uroczystego mityngu z okazji XVII rocznicy Intergrupy Wars został zmieniony na **23 listopada 2002 o** godz. 17.00. Odbędzie się przy ul. Nowowiejskiej 27. 1 XII o godz. 17.30 w Par. Św. Józefa, przy ul. Powązkowskiej 90 odbędzie się uroczysty mityng z okazji rocznicy grupy Foksal. Przedstawiciel grupy „Dziesiątka” z oddziału odwykowego w Tworkach poinformował, że uczestnictwo w tamtejszym mityngu nie jest już obowiązkowe dla pacjentów. Grupy „Kolska” przeniosły się z oddziału szpitalnego do pomieszczeń piwnicznych. W ulocie adresowej nieaktualne są miejsca mityngów w Bloniu, grupa „Nadzieja”. W piątek grupa spotyka się w Domu Katechetycznym przy ul. Jana Pawła II, w niedzielę w budynku Pogotowia Ratunkowego, wejście od ul. 3 Maja

*Z pogodą ducha, Szefy intergrupy Wars*

### RAPORT ZE SPOTKANIA INTERGRUPY SAWA

Spotkanie rozpoczęło odczytaniem Tradycji AA. W Intergrupie udział wzięło 25 osób. Odczytano sprawozdanie z poprzedniej Intergrupy. Sprawozdanie skarbnika Intergrupy: wpływy 261,60 zł z poprzedniego miesiąca 485 zł wpływ z grup wydano 50 zł zakup Mityngu 12,50 zł na posłanie 18 zł ulotki adresowe 200 zł wpłata na Region 200 zł wpłata do BSK Nowym kolporterem Intergrupy został Adam Pudełko. Zakupu literatury można dokonywać w każdy wtorek i czwartek w godz. 16-17 w PIK-u na Berezynskiej. Włodek poinformował, że powstała nowa ulotka skierowana do członków AA na wolności zachęcająca do uczęszczania na mityngi w ZK. Zaapelował, aby reaktywować grupę AA na Kamczatce /ZK/, osoby które byłyby chętne do uczestnictwa w tych mityngach mogą zgłaszać się do PIK-u. Marian zdał relację z dyżurów w PIK-u. W związku z adaptacją następnego pomieszczenia, prośba o pomoc w znalezieniu tańszych okien i wykładziny. Janusz odczytał raport z XVIII Konferencji Regionu 19.10.02. Włodek i Marek omówili Tradycję X. Spotkanie zakończono modlitwą Pogodę Ducha

*Raport przygotowała: Beata*

**Intergrupa PÓLNOC.** W spotkaniu w dniu 07.11 wzięło udział 21 osób, reprezentujące 23 grupy. W pierwszej części omówiono pokrótce przebieg XVIII Konferencji Służb AA Regionu Warszawa; pogratulowano obu kandydatom z Intergrupy, którzy zostali wybrani do pełnienia służb, tj. Małgorzacie (Krok Trzeci) – sekretarz regionu i Sławkowi (Jelonki) – zastępca rzecznika ds. archiwum i sekretariatu. Następnie sprawozdania składały służb intergrupy i mandatariusze grup, ustalono dyżury w PIK w grudniu. W dalszej części spotkania dzielono się doświadczeniem na temat niesienia posłania do aptek, szpitali i innych miejsc na terenie działania Intergrupy.



dzane, aby można było je wykorzystać tam, gdzie są potrzebne. Sugerowano również, aby nie powierzać tej funkcji osobom, które mają kłopoty materialne oraz to, że wskazane byłoby wdrażanie w obowiązki osób chętnych do pełnienia tej służby na zasadzie tzw. „cienia”.

5. Sprawozdania ze służb. Witkowi wspierający grupę „Szansa” w Zakładzie Kamym w Siedlcach ponowił apel o liczniejszy udział ludzi z zewnątrz w mityngach tej grupy. Ponadto wskazane byłoby znalezienie osoby chętnej, która mogłaby wspierać Witka w jego działalności na rzecz tej grupy. W sytuacji, kiedy Witkowi nie może być obecny w sobotę na mityngu w Zakładzie Kamym, mityng po prostu nie odbywa się. Wiąże się to z dużym rozczarowaniem u osadzonych i bardzo źle wpływa na funkcjonowanie tej grupy. Intergrupa poparła oba apele. Osoby chętne powinny kontaktować się z Witkiem na numer tel. Kom. 600-935-446. Na Intergrupę wpłaciły następujące grupy: Tatak Siedlce 50 zł, Łyk-End Siedlce 10 zł, Świt Siedlce 15 zł, Metamorfoza Siedlce 20 zł, Otwarte Drzwi Siedlce 15 zł, Nadziejka Kotuń 20 zł, Janka Węgrów 55 zł, Odrodzenie Mordy 10 zł, Niespodzianka Sokołów Podlaski 40 zł. 6. W spotkaniu wzięło udział 19 osób z następujących grup: Metamorfoza, Otwarte Drzwi, Pierwszy Krok, Łyk-End, Szansa z Siedlec, Odrodzenie Mordy, Janka Węgrów, Niespodzianka Sokołów Podlaski, Rycerz Siemiatycze, Nadziejka Kotuń. Nie przybyli przedstawiciele grup: Tatak, Anka, Świt Siedlce, Zapomoga Dobry, Wyzwolenie Skórzec, Nadziejka Kosów Lacki, Przebudzenie Łosice. 7. Następne spotkanie Intergrupy odbędzie się 17.11.2002 o godz. 14, 00 w sali przy ul. Garwolińskiej 19 w Siedlcach. Uroczysty mityng z okazji XVII rocznicy powstania grupy Metamorfoza i AA w Siedlcach odbędzie się 23.11.2002r. Osoby chętne do pomagania przy jego organizowaniu proszone są o przybycie w dniu 28.10.2002r na spotkanie organizacyjne, które odbędzie się po mityngu grupy Metamorfoza w sali konferencyjnej szpitala przy ul. Poniatowskiego 26. *Sekretarz Intergrupy Darek*

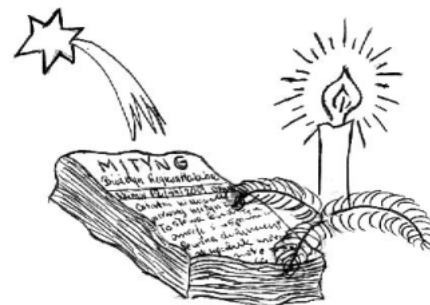
#### Intergrupa „Narew” - protokół nr 11/02 ze spotkania intergrupy w dn. 10.11.2002 r.

W spotkaniu uczestniczyło 13 osób. Prowadził je rzecznik intergrupy Piotrek. Powitanie-odmówiono „Jestem odpowiedzialny...”, odczytano 12 Tradycji AA. Na początku zabrał głos kolporter literatury Janusz, poinformował, że wszystkie sprawy finansowe związane z literaturą są uregulowane, nie wpłynęły do niego żadne zamówienia na książki z poszczególnych grup, przypomniał o konieczności informowania na grupach o możliwości składania do niego takich zamówień. Następnie Piotrek odczytał protokół z poprzedniego spotkania. Kolejnym punktem były informacje z grup. Andrzej „Odnowa” - na grupie „ożywienie jesienne”, dwie nowe osoby; Jurek „Ancora” - stan na mityngu około 20 osób, doszły 3 nowe osoby, wpłacił też od grupy 60 zł na Intergrupę; Alek „Kanaan” - na mityngu 10-15 osób, jedna nowa osoba, ostatnio odbyły się cztery rocznice, jest w nomie; Mietek „Am” - zaprosił na rocznicę grupy, która odbędzie się 16 listopada, na grupie przybyły dwie nowe osoby, grupa liczy około 10 osób, pozatym w normalnie; Tadeusz „U księdza Antoniego” - przeciętnie 5-6 osób na mityngu, czasami trochę więcej, grupa ma zamiar poprowadzić mityng nocny, o terminie poinformuje na przyszłej intergrupie; Zdzisiek „Na odludziu” - na grupie wszystko w porządku, na mityngach przeciętnie około 13 osób, doszła jedna nowa osoba; Basia i Jurek-grupa „Ewa” - na grupie zmianą skarbnika, nowym skarbnikiem został Arek, na mityngach ok. 10-12 osób, 3 osoby nowe. Następnym punktem było sprawozdanie finansowe skarbnika intergrupy Janka. Poinformował, że intergrupa poniosła wydatek w wysokości 150 zł na ulotki adresowe Paragon za wydatki przyniesie na następne spotkanie. Przyniósł też w/w ulotki adresowe w ilości 1000 szt. Stan kasy 403 zł. Następnie odbyła się dyskusja dotycząca podziału w/w ulotek. Mietek „Am” zaproponował na początek po 10 szt./grupę. Propozycja została przyjęta a ulotki rozdzielone. Ustalono też termin następnego spotkania Intergrupy „Narew” na 1.12.2002 r. Następnie głos zabrał mandatariusz intergrupy Sławek, poinformował o odbytej XVIII Konferencji Służb AA Regionu Warszawa w Łaskach, ogólnie o programie konferencji, przywiózł też

tam, gdzie zachodzi większa potrzeba (wsparcie, dobro grupy i całej Wspólnoty), co wiąże się z posłaniem, niesieniem pomocy innym alkoholikom, a zwłaszcza tym co przyszli po raz pierwszy. Wiem jak jest to ważne, bo sama tego doświadczyłam (jak każdy z nas). Pamiętam ten dzień dokładnie i nigdy nie zapomnę tego ciepła, które otrzymałam od ludzi, którzy do dziś są moimi bliskimi przyjaciółmi. Wiem, że ten dzień dodał mi otuchy i wiary. Między innymi, dzięki temu nie odeszłam od Wspólnoty AA i jestem do dzisiaj. Dopóki będę trzeźwiała i żyła, dopóty nie opuszczę Wspólnoty. Wiem, że beze mnie będzie istniała, ale ja bez niej nie. Chcę wspomnieć, jak ważna jest dla mnie uczciwość w moim trzeźwieniu. Samo przyznanie się i utożsamienie z chorobą, to był pierwszy krok mojej uczciwości. Uczciwość dla mnie, to jedna z najważniejszych podstaw do mojego trzeźwienia. Jeżeli jestem uczciwa wobec siebie, to staję się uczciwa wobec innych, a moje wnętrze duchowe w ten sposób wzmacnia się i wzbogaca. Alkohol w moim życiu spowodował, że byłam zmuszona coraz więcej kłamać i oszukiwać. Od tego też zaczął się mój cały proces i wstęp do uczciwości. Bardzo pomocny jest mi nasz program i literatura AA, a zwłaszcza 12 Kroków i 12 Tradycji. Im bardziej je poznaję, tym bogatsze się staję, gdyż oprócz tego wprowadzam je również w swoje życie. Staram się stosować w rozwiązywaniu swoich problemów i kłopotów. Ułatwiają mi życie i trzeźwienie. Dużo by pisać, a jest jeszcze co. Ponieważ nie chcę być tą bardzo mądrą i wszystkowiedzącą, chyba na tym zakończę. Chcę tylko jeszcze podzielić się nadzieją, że wytrwam w trzeźwości do swojej X rocznicy, choć dla mnie ważny jest każdy kolejny dzień, kiedy nie piję. Staram się pamiętać o 24 godzinach. Jeśli nie wypiję dziś, jutro nie będę miała kaca. Jestem szczęśliwa, że stosując to zebrało mi się kilka dobrych lat mojego trzeźwienia. O ile nie zapomnę kim jestem, będę uczęszczała na mityngi i służyła Wspólnocie z Bożą pomocą, to jest nadzieja, że będę trwać w trzeźwości. Życzę tego z całego serca wszystkim trzeźwiejącym alkoholikom i alkoholikom i tym, którzy jeszcze cierpią. Życzę Kochanej redakcji wytrwałości w redagowaniu naszego „Mityngu” i oby trwał wiecznie, jak nasza Kochana Wspólnota AA. Jestem szczęśliwa, że mogę na łamach naszego biuletynu (choć zdarza mi się to rzadko), podzielić się ze wszystkimi swoim doświadczeniem, siłą i nadzieją. Że mogę również „pochwalić” się tym, co osiągnęłam. Że jestem dumna ze swoich dzieci i z siebie oraz z życia, jakie obecnie prowadzę. Za to chcę podziękować Wam – Kochana Redakcjo! Życzę Wam i sobie wytrwania i powodzenia!

Dziękuję za wszystko wszystkim. Jest we mnie dużo wdzięczności dla całej Wspólnoty, przyjaciół i wszystkiego dobrego, co mnie spotkało. Dziękuję Bogu, że pokierował mnie do Was – alkoholików. Wiem że nikt nie zrozumie mnie bardziej, jak drugi alkoholik – dzięki Wam za to. Trzymajmy się razem z Bożą pomocą, z NADZIEJĄ WYTRWANIA.

*Shczęśliwa, że nie piję, alkoholiczka Grażyna.*



## UWIERZYŁEM

Po przyjęciu mnie do Wspólnoty AA i pewnym okresie abstynencji nadal nie wiedziałem, o co w tym wszystkim chodzi. Oklaski, Siła Wyższa, trzymanie się za ręce – do czego to wszystko zmierza? Czuję się nieswojo w dużej grupie ludzi. Jakimś cudem zapragnąłem przestać pić, być trzeźwy i cieszyć się tym wspólnie z innymi. Na tamten czas wielkim sukcesem i przełomem było publiczne przyznanie się do tego, że jestem alkoholikiem i człowiekiem, który w żaden sposób nie potrafi samotnie wygrać walki z alkoholem. AA i Siła Wyższa były mi potrzebne do życia jak tlen, stanowiły jedyną szansę na uzdrowienie. Gdy poczułem się lepiej fizycznie i umysłowo zacząłem wykonywać różne prace. Potrafię się nimi cieszyć, dają mi zadowolenie a zarazem odrywają od myśli o chlaniu. Jedną z tych prac zapamiętam bardzo długo: było to sprzątanie piwnicy. Gdy piłem to byłem w moim mieszkaniu czarną owcą i sam w pijanym myśleniu czułem się tam niepotrzebny. Piwnica w końcu wyciecia stała się lokalem do alkoholowych libacji. Czasem tam nawet mieszkalem. Załatwiałem się do pustych słoików i często zdarzało mi się nie wcelować. W ciszę i spokój lokalu piwnicznego uciekałem od wzroku tych wszystkich, których przestałem lubić, snując swe chore myśli. Byłem całkowicie zagubiony. W trakcie porządków zdarzył się dziwny i zastanawiający przypadek. Pomiędzy różnymi pudłami, skrzynkami z narzędziami i szafkami znalazłem siatkę. Jakież było moje zaskoczenie, gdy zobaczyłem, że w siatce jest cała flaszka wódki i kilka puszek piwa. Poczułem się dziwnie nieswojo. Nie wiedziałem co z tym arsenalem zrobić, jak postąpić. Sam nie czułem chęci napić się. Pomyslałem sobie, że zrobię dobry uczynek i zaniosę ten alkohol ludziom „w potrzebie” – skacowanym i chorym, oczekującym pod sklepem na tzw. „sponsora”. Po chwili jednak zaczęły do mnie docierać inne myśli. Nie piję. Nie mam ochoty ani powodów by uczestniczyć w picciu innych i pogłębiać ich chorobę alkoholową. Poszedłem więc do śmietnika, gdzie stukłem wódkę i wylałem piwo z puszek. Zanim wstąpiłem do AA i uwierzyłem innemu alkoholikowi było to nie do pomyślenia. Nawet w okresie, gdy chwilowo nie piłem, nie postąpiłbym w ten sposób. Myślę, że zatrzymałbym ten alkohol – aż do następnej okazji. Zastanowiło mnie później dlaczego zrobiłem to, co zrobiłem, dlaczego postąpiłem inaczej niż w przeszłości. Wydaje mi się, że po prostu zdałem sobie sprawę, że jest Siła Większa ode mnie samego, uwierzyłem, że jest osiągalne to, co niemożliwe, jeżeli tylko nie sięgnę po pierwszy kieliszek. Mam takie odczucie, że takie zwykłe, małe zwycięstwa, być może normalne dla ludzi nieuzależnionych, są dla mnie czymś niezwykle ważnym i dużym. W ten sposób rozpoczynam swą drogę do życia w trzeźwości i odnajduję jedność, przyjaźń i wspólną radość w AA.

*Kazik – Kolska.*

## O BUTACH... .

Wspominamy z żoną minione czasy. W pewnym momencie mówi: „Wiesz co było najgorsze?”. I bądź tu człowieku mądry, kiedy każdego dnia robiłem całe mnóstwo „najgorszych” rzeczy. Zaskakuje mnie: „Najbardziej przerażał mnie moment, kiedy sięgałeś po buty. Nigdy nie wiedziałam czy jeszcze wrócisz, a jeśli, to kiedy, w jakim stanie i po jakich przejściach. Nienawidziłam każdej pary twoich butów”.

Rada Regionu 16.11.2002 r.

1. Omówienie porządku spotkania
  2. Odczytano sprawozdanie z Konferencji Regionu.
  3. Wnioski do Konferencji przekazano do Zespołu ds. Organizacji.
  4. Spotkanie Służb Regionalnych, 24.11.02 przy ul. Ostrobramskiej.
  5. Spotkania Służb Krajowych dopiero odbędą się
  6. Informacje z Intergrup – niesienie posłania  
**23.11.02 godz. 17, 00 przy ul. Nowowiejskiej 27 odbędzie się mityng rocznicowy Intergrup „Wars” WZK „Kamczatka” od 15.11.02, odbywają się co dwa tygodnie (piątek godz. 14, 00) mityngi informacyjne. Podjęto starania o zorganizowanie mityngów w areszcie kobiecym – prośba o wsparcie z Intergrup.**
- Poinformowano o przyjaznej atmosferze i zrozumieniu ze strony Służb Więziennych.
7. Informacje Służb Regionu. – Skarbnik Regionu: w okresie 01.01 – 15.11.02 wpływy do Regionu wyniosły 16 120, 02 zł, zaś wydatki 17 985 zł. Przegłosowano zlikwidowanie jednej z dwóch księżeczek oszczędnościowych i przekazanie 1000 zł Kolporterowi Regionu do obrotu literaturą (zwiększy to wpływy). Zespół ds. ZK. wybrał Z – cę Przewodniczącą, został nim Tadeusz (Sawa). – Zespół ds. Literatury i Redakcja „Mityngu” przedstawiły projekt nowych Zeszytów Tradycji oraz pomysł opracowania ulotki do pomocy w inwenturze grupy. Rzecznik Regionu zasugerował dużą ostrożność przy jej tworzeniu i **wydrukowanie zaproszenia do udziału w pracach nad ulotką przyjaciół z dłużej doświadczeniem**. – Przypomniano o potrzebie powołania łączników internetowych Intergrup. – Wniosek o możliwie szybkie aktualizowanie zmian w danych grup w Internecie.
  8. Przegłosowano, że warsztaty na Konferencji Regionu będą się odbywały na jej zakończenie.

## Intergrup ATLAS spotkanie w Mordach w dn.20.10.2002r.

1. Spotkanie rozpoczął rzecznik Intergrupy Jurek przywitaniem i przyjęciem protokołu z poprzedniego spotkania
2. Omówiono przebieg Forum Dyskusyjnego w Zakładzie Kamym, które odbyło się dn. 02.10.2002 r. W Siedlcach. Wzięło w nim udział 30 osób ze strony AA, natomiast ze strony Zakładów Karnych wzięło udział 12 osób. Temat wiódący tego spotkania to „Jak ułatwić i usprawnić działalność grup AA w Zakładach Karnych?”. Po ożywionej dyskusji wypracowano wiele pozytywnych wniosków. Dyrektor Brzostek z Centralnego Zarządu Zakładów Karnych będzie próbował zorganizować takie spotkanie z udziałem kuratorów sądowych, sędziów penitencjarnych i pracowników Opieki Społecznej. Ze strony AA na spotkanie przygotowane zostały pakiety informacyjne dla każdego uczestnika, a także, wspólnymi siłami z Zakładem Karnym, przygotowano poczęstunek (szersze sprawozdanie w łączniku).
3. W ramach informowania o pracy w Regionie przekazano informacje dotyczące XVIII Konferencji Regionalnej, Regionu AA Warszawa, która odbyła się w dniu 19.10.2002r. w Łaskach k/ Warszawy. Odbyły się tam wybory do służby Przewodniczącego Zespołu ds. Zakładów Karnych. W trakcie głosowania na dwóch kandydatów znaczną przewagą głosów został wybrany Witek z Siedlec. Jest to już (po Zbyszku z Siedlec) druga osoba z Intergrupy „Atlas” wybrana do władz Regionu. Następnie Rzecznik Jurek przedstawił sprawozdania z prac Zespołów Regionu. Następna Konferencja odbędzie się w Nadarzynie w kwietniu 2003r.
4. Omawiając służby w grupach AA Rzecznik Jurek odczytał z literatury to, co zostało napisane na temat służby skarbnika. W wypowiedziach na temat tej służby przeważały opinie, że w wielu grupach skarbnicy niepotrzebnie gromadzą pieniądze, które powinny być systematycznie odprowa-

*pokusy rozczulania się nad sobą. Bardziej niż sobą zainteresujemy się bliźnimi. Zniknie egoizm. Zmieni się cały nasz stosunek do życia. Opuści nas strach przed ludźmi i niepewnością materialną. Znajdziemy intuicyjnie sposób postępowania w sytuacjach, których dotąd nie umieliśmy rozwiązać. Nagle zaczniemy pojmować, że Bóg czyni dla nas to, czego sami dla siebie nie byliśmy w stanie uczynić.”* Nadchodzący, długi czas Świąt może dla wielu być trudny, szczególnie dla tych we wczesnym okresie zdrowienia, kiedy jeszcze pracujemy na wybaczenie rodziny. Pamiętajmy, że samotny dzień świąt w pustych ścianach, tylko z telewizorem dla towarzystwa/ jeśli jest jeszcze/, może być niebezpieczną perspektywą dla świeżo wysuszonego alkoholika. Rada, by wtedy wywalić z siebie cały żal, przestaje być skuteczna. Jednak dla większości z nas, trzeźwych, praktykowanie prawdziwego ducha Świąt, może być proste. Przez długie, świąteczne dni możemy trzymać otwartą drzwi naszego mityngu, albo w te dni zaprosić przyjaciół, którzy z jakichś powodów, też będą w domu sami. Przez wykonanie telefonu i podzielenie się swoimi obawami z pierwszych trzeźwych świąt dodajemy otuchy nowemu przyjacielowi pokazując, że każdy dzień można przeżyć. Że ten świąteczny dzień, jak każdy inny, ma tylko 24 godziny. Inaczej mówiąc, prawdziwego ducha Świąt znajdziemy nie tyle zasiadając przy uginającym się stole/często stole mityngu/, ale wyciągając rękę miłości. Otrzymujemy dając siebie.

Wesołych Świąt życzy Rada Regionu Warszawa oraz Redakcja MITYNGU

### ŚWIĄTECZNY OBRAZEK

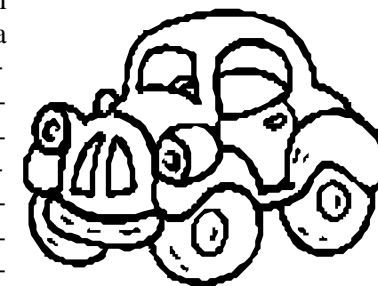
**K**oniec roku to zwykle okres podsumowań i wspomnień. Zbliżają się Święta Bożego Narodzenia. To szczególny czas, nastrój, refleksje. Przypominam sobie, jak wyglądały moje Święta w pijanym życiu. Bywało, że pierwszym wspomnieniem były igły opadające z choinki. Okazywało się wtedy, że jest przełom stycznia i lutego, a ja będę musiał odłożyć świąteczne plany do następnego razu. Bywało też, że udało mi się przerwać picie na Święta. To była chyba taka forma prezentu pod choinkę. Ale jak tu poczuć świąteczną atmosferę, kiedy wszystko we mnie dygotało, a jedyna myśl, jaka przychodziła do głowy, to szybko wypić jakieś „lekarstwo”. Przyszła chwila, gdy wszystko się zmieniło, również Święta. Ten czas to czas AA. W nowym życiu, które dostałem od Wspólnoty, dostałem również nowe Święta. Już same przygotowania to wielka frajda, a ja wreszcie mogę i chcę brać w nich udział. Siadamy do wigilijnego stołu jako rodzina, którą wszystko łączy, a przestała dzielić flaszka. Pamiętam każdą chwilę i czuję świąteczną atmosferę. W ubiegłym roku znalazłem czas, aby pójść na mityng. Był to drugi dzień Świąt, a mityng był ich wspaniałym zakończeniem i podsumowaniem. Poprowadzenie go sprawiło mi olbrzymią radość, mimo tremy. Czy można sobie wymarzyć lepsze Święta?

**Grupa IKAR (ul. B. Markiewicza, dom parafialny) zaprasza w dniu 07 grudnia, godz. 17<sup>00</sup> na mityng z okazji IX rocznicy powstania grupy.**

**Grupa PRZYSTAŃ zaprasza na mityng, z okazji V rocznicy powstania, który odbędzie się dnia 29 grudnia o godz. 11<sup>00</sup> w domu Ośrodka dla bezdomnych, przy ul. Wolskiej 172.**

### KOŁA FORTUNY

**T**am większość aowców jeździ na mityngi samochodami. Przeciętne gospodarstwo na przedmieściu Nowego Jorku liczy dwa samochody dla trzech osób. Ale oczywiście mieszkańcy domu opieki, gdzie mieszkałem, przeczyli tej statystyce. Było nas osiemnastu i żadnego samochodu. Na mityngi chodziliśmy pieszo lub jeździliśmy autobusem. Czasami prosił się o podwiezienie, co nieraz przynosiło niespodzianki. Ale największej dostarczył nam Richie, też członek AA. Często po mityngu rozwoził nas po okolicy rozwalającym się samochodem. Po kilku jazdach opisał, jak wszedł w jego posiadanie. Rok wcześniej, jego dwunastoletni oldsmobile prychnął po raz ostatni. Kupno samochodu było wtedy wykluczone, a bał się, że brak samochodu może szybko doprowadzić do utraty pracy. Miał wiele obaw by mówić o swych prywatnych kłopotach. Ale miał też za dużo do stracenia by tłumić uczucia. Jego trzeźwość, robota, rodzina i dom były w niebezpieczeństwie. Znalazł szybko mityng, gdzie z nieoczekiwanym spokojem obnażył swoje problemy i obawy. Na tym mityngu był też Rick, handlarz samochodowym złomem, który miał właśnie rozebrać plymoutha dusterę z 1974 roku by go sprzedać na części. Samochód z pewnością miał wygląd wraka. Jego dziewiętnastoletnia karoseria była zardzewiała na zewnątrz i wewnątrz. Pomimo tego, jego legendarna widlasta szóstka i inny sprzęt były sprawne. Sprawne części były dużo więcej warte dla handlarza złomem niż cały samochód, gdyż właściciele płacili najwyższe ceny za części, by utrzymać na chodzie swoje stare dustery. Lecz tego wieczoru dla Ricka było po prostu najważniejsze to, że inny AA desperacko potrzebował pomocy. Rick bez żadnych warunków zaoferował samochód jako prezent. Richie się zgodził. Kiedy przyszli na złom, obdarował Ricka wrakiem swojego starego oldsmobile'a. Czuł się zakłopotany, gdy wszedł do zardzewiałego dusterę. Jego duma cierpiała, ale spokojne osiągnięcia samochodu na drodze uspokoiły go. Zainstalował stereo i głośniki. Jechał, a pewnego razu nawet zaskoczył i przepędził parę złodziei, którzy najwyraźniej chcieli ukraść przednią szybę z jego nowego samochodu. Darowany samochód dowoził Richiego tam, gdzie trzeba. Zawoził również setki aowców na mityngi i z powrotem. Kiedy i ja stałem się pasażerem, miałem czasami okazję uczestniczyć w mityngu, gdzie Richie był spikerem. Jego uczciwość i skromność były pociągające. Zrozumiałem, jak alkoholik i wrak samochodowy wzajemnie chronili się przed katastrofą. Dzień po dniu. A później Richie dostał inny samochód i dusterę przekazał mnie. Mawiał "Pompuj pedał gazu cztery razy, zanim go zapalisz. Trzymaj okna zamknięte, by gazy wydechowe nie były zasysane przez dziury w podłodze. I pomagaj innym

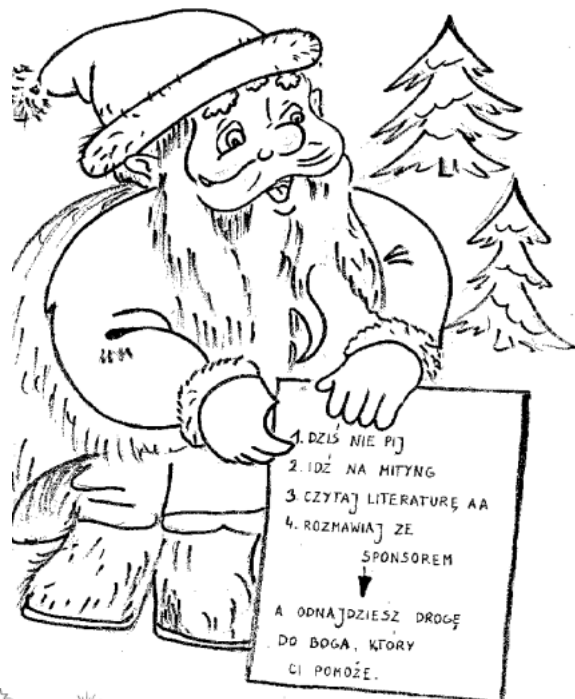




dostać się na mityngi”. Mimo, że byłem finansowo podłamanym, wydusiłem forszę na zarejestrowanie, przegląd i ubezpieczenie. Tak jak mi zasugerowano, woziłem przyjaciół z AA na mityngi, rocznice i wydarzenia okolicznościowe. Odwiedziłem kilka różnych grup. Niektórzy AA zaczęli objawiać specjalne uczucia w stosunku do mego samochodu. Opowiadali, że widzieli go na autostradach i w bocznych uliczkach. A pewien mistyk w mojej grupie powiedział: "Będzie chodził tak długo, jak długo będziesz go potrzebował". Powierzchnia wokół lewego tylnego resora stopniowo opadała. Dwóch motocyklistów z AA nadało mu pseudonim "nisko zawieszony". Inny AA zobaczył, jak iskrzy na zakręcie dwupoziomowego skrzyżowania. Gdy bak był pełny, tak mocno obciążał samochód, że lewa tylna opona często ocierała. Mogłem zabierać tylko jednego pasażera. Każda mila była cudem. Zaskakująco, samochód wytrzymał ze mną jedenaście miesięcy. Zawoził mnie do przyjaciół i krewnych w mieście i okolicy. Mogłem się dostać na plażę, do teatru, bibliotek i restauracji. W końcu wywiózł mnie z domu opieki do mojego, pierwszego od lat, własnego domu. Dał mi codzienną lekcję w sile, którą jest skromność. W marcu kupiłem inny samochód. Kilka miesięcy wcześniej obiecałem podarować samochód innemu kumpłowi. Po tym, jak go nie przyjął, parkowałem w domu opieki. Żaden inny mieszkaniec nie zapytał się o niego. Samochód zapalał od pierwszego pyknięcia, ale czy przeszedłby kolejny, ostry przegląd stanu Nowy Jork? Nagle przyszedł mi do głowy prosty pomysł i zadzwoniłem do Ricka na złomowisko.

Opowiadanie Rickowi, jak dużo dobrego przyszło z jego wspaniałomyślności, było już tylko szczęśliwym zakończeniem. W ciągu dwóch lat, darowany samochód przejechał ponad 20 000 mil. Dowiódł i rozwiózł trzeźwiejących alkoholików na ponad 600 mityngów i uroczystości. Uratował Richiego i jego rodzinę przed finansową katastrofą. Obu nas pewnie ustawił na drodze odnowy i trzeźwego życia. Gdy wrócił na złomowisko, ociekał wdzięcznością.

Walter Nowy Jork na podstawie  
Grapevine, luty 1997



gdy wróciłem z pracy do domu, na pozór trzeźwy, ku mojemu zdziwieniu, nie ucieszył się nikt. Padło suche „chcesz obiad?” Chwile później obserwując żonę i syna, którzy zdrzemnęli się zacząłem się zastanawiać: „Czy ja jestem z boku, czy ja się jeszcze liczę, co jest złe..?” Wiedziałem, że jest żona, syn i ja, a brakuje tego spoiwa, które łączy rodzinę. I właśnie wtedy postanowiłem „na jakiś czas zerwać z piciem”. Ja sam...!, właśnie wtedy, gdy bliscy już przestali mnie namawiać. Dostałem ulotkę od księdza i trafiłem do AA. Miałem wtedy 23 lata. Byłem już alkoholikiem, mężem i ojcem. Pierwsze mityngi AA tchnęły we mnie nadzieję na inne, lepsze życie.. wtedy jeszcze dokładnie nie wiedziałem na jakie. Teraz wiem, że na dużo ciekawsze i godniejsze. Rozpoczął się jego nowy rozdział. Moje zapicie po 22 miesiącach nie „ściągnęło mnie w dół” lecz wywindowało mnie „do góry”. Zmobilizowałem się i wyjechałem do Strzyżyny a tam przy pracy nad drugim krokiem jako ten okropny „zbuntowany z natury „małolat”, uważający, że „sam wie lepiej”, „że sam da radę” nie wytrzymałem wzroku ludzi z grupy. W końcu bez tej „kluczy w gardle” powiedziałem przy wszystkich „WIERZE” i naprawdę uwierzyłem..! w swoją SIŁĘ WYŻSZĄ. W AA dostałem duchowy program 12-tu Kroków, który zaakceptowałem i wdrażam w życie bez własnych „zmian i ulepszeń”, bo wiem, że działa na innych. Odczułem to na sobie. Skorzystałem z szansy wzrastania w służbie. Gdy teraz słyszę określenie „małolat”, lub „dziecko naszej grupy” uśmiecham się i jest mi wtedy sporo lepiej niż kiedyś, gdy za wszelką cenę przy pomocy alkoholu i papierosów starałem się być „dorosły”. Dzisiaj mam to spoiwo, które łączy rodzinę powiększoną w czasie trwania mojego nowego już życia. Czuję, że kocham i jestem kochany. Odkryłem w sobie dużo nowych zainteresowań i mam nowy rower i łyżwy oraz mityngi AA.”

### ŚWIĄTECZNY DZIEŃ, JAK KAŻDY INNY, MA TYLKO 24 GODZINY.

Święta to często czas wspomnień. Przypominamy sobie Święta dzieciństwa, nasze marzenia i radości tego cudownego okresu. I później wiele lat straconych w alkoholowym upojeniu. Wtedy każda myśl o nadchodzących świętach może wywołać falę poczucia winy, wstydu, za czas, gdy byliśmy napiętowani pijaną niemocą, łzami dzieci, rodziny, rozczarowaniami, kiedy nie było komu zasiąść z nami do stołu, jeśli mieliśmy to szczęście go posiadać. Albo samotne święta z butelką, święta w więzieniu czy najbliższym zakładzie dla bezdomnych. Święta spędzone na ulicy, gdy przez radosne, jasne okna podglądaliśmy życie innych. Prawda, że wieluto zna? Jeśli grzecznie pracujemy nad programem zdrowienia, jak na dłoni widzimy, jaki bezcenny dar otrzymaliśmy we wspólnocie AA. To przebudzenie duchowe w rezultacie kroków. Ale pamiętajmy, żyjemy w społeczeństwie, gdzie największe przygotowania do zbliżających się świąt odbywają się przy gorączkowym brzęczeniu kasy, kiedy lista zakupów niepokojąco się wydłuża. Materializm porwał to, co w świętach najważniejsze, ich sens i duch. Nie dajmy się zwariować. Słowniki pod hasłem „materializm” podają: „zainteresowanie i pragnienie pieniędzy, posiadania itd., bardziej niż wartości duchowych, etycznych.” ale dla nas, osób skłonnych do uzależnień, pragnienie, by przez posiadanie „czuć się lepiej” jest oczywistą pułapką. Wyjaśnienie duchowego sensu świąt znajdziemy na stronie 72 w Wielkiej Księdze,” ... "Zniknie uczucie bezużyteczności i

## UWOLNIONA Z PĘT

*Poniższy tekst to fragment życiorysu „Uwolniona z pęt (Freedom from bondage)” z III wydania Wielkiej Księgi, str.552-553. Przekład nieautoryzowany.*

Pewnego ranka uświadomiłam jednak sobie, że muszę się pozbyć urazy, inaczej mój rozwój będzie zagrożony. Albo się jej pozbędę, albo wrócę do picia – a ja nie chciałam pić. Modląc się tego ranka poprosiłam Boga, by wskazał mi jakąś drogę uwolnienia się od niej. Tego samego dnia przyjaciel przyniósł mi parę czasopism bym zaniósła je do szpitala, gdzie działała grupa, z którą byłam związana. Przejrzałam je. Banderola na jednym z nich zapowiadała artykuł, napisany przez znanego duchownego, w którego tytule wychyliłam słowo „uraza”. Oto co tam było napisane: „Jeżeli masz urazę od której chcesz się uwolnić i jeżeli się modlisz za osobę lub za to coś co cię zraniło, to zostaniesz uwolniony. Jeżeli w modlitwie prosisz dla tej osoby o to wszystko czego byś chciał dla siebie, to zostaniesz uwolniony. Proś dla niej o zdrowie, powodzenie, szczęście, a zostaniesz uwolniony. Nawet jeśli naprawdę tego nie chcesz a tywoja modlitwa to tylko słowa – trwaj w niej i nie ustawaj. Módl się codziennie przez dwa tygodnie a odkryjesz, że twoje myśli się zmieniają i że już chcesz tego o co się modlisz. Uświadomisz sobie, że w miejsce odczuwanej kiedyś goryczy, urazy i nienawiści pojawiło się współczucie, zrozumienie i miłość”. To poskutkowało. Okazało się skuteczne jeszcze wiele razy i działa zawsze, gdy tego pragnę. Czasem muszę najpierw modlić się o gotowość ale i ona zawsze przychodzi. Tak jak w moim sprawdza się w życiu wszystkich. Jak powiedział pewien wybitny człowiek: „Jedyna prawdziwa wolność jakiej człowiek może doświadczyć, to pragnąć robić rzeczy, które się robi z obowiązku”.

## HISTORIA JEDNEGO MAŁOLATA

„Moja „przygoda z alkoholem” zaczęła się jeszcze jak byłem nastolatkiem i trwa do dziś tylko trochę w zmienionej formie. Temat alkoholu przewijał i przewija się przez całe moje życie, choć teraz nie zajmuje już tak ważnego w nim miejsca. Pamiętam jak jeszcze w szkole podstawowej uciekałem z lekcji do oddalonego od miasta sklepu, w sąsiadującej gminie, by tam w geesowskim sklepie kupić wino („hamaś”). Wypijałem wtedy trzy czwarte butelki za jednym razem. Byłem za to chwalony i poklepywany po ramieniu. Dodawało mi to otuchy, czułem się wtedy bardziej dojrzały, dorosły, nie byłem „był gnojkiem”, jak to wtedy określano... Pracując kończyłem szkołę średnią. Miałem wtedy pieniądze, czułem się komfortowo. Odrzucałem wszystkie propozycje sportów zarówno letnich, jak też zimowych (bardzo lubiłem jeździć na łyżwach) na rzecz siedzenia w barze czy też koczowania z butelką w krzakach. Pamiętam jak sprzedałem rower „kolarzówkę” i łyżwy po to, by mieć na alkohol. Wiedząc, że przekraczam granicę „normalnego” picia i ponosząc jego konsekwencje podejmowałem kolejne próby zaprzestania picia. Obietnice składane swoim bliskim, że nie będę tyle pił rozpryskiwały się jak bańka mydlana, kiedy stawałem u progu drzwi kolejny raz spóźniony i pijany. Składałem sobie kolejne postanowienia naprawy swojego życia o których nikt nie wiedział. To uczucie nienawiści do samego siebie, gdy budziłem się po „urwanym filmie”, że znowu zawałam, że miało być inaczej, „nie tak” – sprawiało, że bardzo cierpiałem. W pewne lipcowe popołudnie,

## TRADYCJA 8

Tradycja Ósma sugeruje by AA pozostało na zawsze nieprofesjonalne a nie to, że członkowie AA nie mogą być profesjonalistami. Na początku mojego trzeźwienia zdarzyło mi się pojechać z przyjacielem do taniego hotelu, by zanieść postanie AA pewnemu człowiekowi, który pijąc tam zadzwonił z prośbą o pomoc. Po parogodzinnej rozmowie mężczyzna ten, mocno pijany, wyjął plik czeków opiewających na duże kwoty i zaczął kłaść je przed nami. Zaskoczony spytałem go co robi. Odpowiedział natychmiast: „Byliście bardzo mili dla mnie, chcę wam zapłacić za poświęcony mi czas”. Mój przyjaciel poinformował go wtedy, że tego, co posiadają Anonimowi Alkoholicy nie da się kupić. A ja, nie znając jeszcze wtedy Ósmej Tradycji, mogłem zobaczyć na własne oczy doskonały przykład jej zastosowania. Trafiwszy do AA z ulgą przyjąłem fakt, że nikt nie jest opłacany za rozmawianie ze mną, prowadzenie mnie na mityngi, stawianie mi kawy czy pomoc w przerabianiu Kroków. Profesjonali terapeuci włożyli wiele wysiłku w moją osobę ale byłem zbyt poraniony by coś to dało. Z zadowoleniem przyjąłem więc odkrycie, że w AA nie ma zawodowych sponsorów i pomagaczy. Brałem udział w wielu mityngach, czytałem literaturę, pracowałem ze sponsorem nad Krokami, sam zacząłem sponсорować, podejmowałem służby w intergrupie i regionie. Potem przeszedłem intensywny trening dający uprawnienia terapeuty i ukończyłem studia na wydziale resocjalizacji. Dziś, dwadzieścia siedem lat później, jestem terapeutą z wieloletnim doświadczeniem w pracy na odwykach, w szpitalach i w doradztwie zawodowym, mam też prywatną praktykę psychoterapeutyczną. Przyjaciele często się pytają czy pracuję zawodowo z alkoholikami. Uśmiecham się wtedy i mówię, że będąc terapeutą nie da się tego uniknąć. Gdy zaczynałem pracę w terapii odwykowej musiałem sobie odpowiedzieć na pytanie jak oddzielić mój zawód od członkostwa w AA. Bardzo pomogły mi wskazówki GSO zawarte w broszurze GSO „For Members Employed in the Alcoholism Field” (Dla członków pracujących na polu alkoholizmu). Musiałem z wielką starannością zastosować pewne praktyczne rozwiązania by uniknąć pomieszania obu tych ról. Przykładowo: gdy występuję publicznie mówiąc o alkoholizmie lub AA - na spotkaniu zawodowym lub dla mediów - to nigdy nie ujawniam swego członkostwa w AA. Z kolei gdy występuję jako członek AA - na mityngu, konwencji, w mediach czy innym przedsięwzięciu Komisji Informacji Publicznej - nigdy nie wspominam o swojej profesji. W ten sposób minimalizuję szansę pomieszania tych pojęć zarówno przez słuchaczy, innych członków AA jak i przez samego siebie. Czasami członkowie AA proszą mnie o napisanie listów czy podań w ich imieniu. Proszę wtedy o wyjaśnienie jaki typ listu chcą otrzymać: pierwszy piszę jako terapeuta, na papierze firmowym, drugi - jako członek AA, na zwykłym papierze, bez podawania zawodu. Nigdy w AA nie daję służbowych wizytówek nowicjuszom. To tylko ich odstrasza. Poza tym dawanie nowicjuszom wizytówek terapeuty może wytwarzać wrażenie, że próbuję w AA zdobywać pacjentów. Nie może być nic gorszego dla mnie, nie jest to również dobre dla nowicjuszy. Mam więc inne wizytówki, z nazwiskiem, telefonem i adresem, bez żadnych tytułów, stopni, licencji, uprawnień zawodowych czy powiązań akademickich. One są dla nowych członków AA.

8 „...Dzięki pierwszemu zdrowiejemy z alkoholizmu; dzięki drugiemu zachowaliśmy się jedność; dzięki trzeciemu zaś nasza wspólnota działa,

Pomaga mi to pamiętać jaki jest jedyny cel AA i przypomina mi, z jakiego przede wszystkim powodu przychodzę na mityng. Chroni to nowicjuszy ale jeszcze bardziej mnie samego. Bycie członkiem AA i jednocześnie terapeutą bywa niekiedy nieco kłopotliwe. Pewnego wieczora, na mityngu, młody człowiek obchodził pierwszą rocznicę trzeźwości, składając przy okazji głośno i po imieniu podziękowania swojemu terapeutce – czyli mnie. Po mityngu wziętem go na stronę i wyjaśniłem, że na mityngi AA przychodzę nie jako terapeuta a tylko jako alkoholik, dla swojej własnej trzeźwości. Szybko zrozumiał moje stanowisko i był za nie bardzo wdzięczny. Innym razem zostałem zatrudniony przez zarząd pewnej firmy by skłonić do leczenia jednego z jej kluczowych dyrektorów, znajdującego się wskutek picia w stanie wymagającym terapii alkoholowej. Pewnego wieczora został on wysłany z owej terapii na mityng, na którym byłem głównym spikerem. Gdy zobaczyłem go wchodzącego do sali na parę minut przed rozpoczęciem, to podszedłem i w wyjaśniłem mu różnicę między moją pracą a członkostwem w AA. Dalej wszystko poszło dobrze. Ów dyrektor jeszcze parę lat kierował z powodzeniem firmą i odszedł na emeryturę jako trzeźwy człowiek. Zgłosiło się kiedyś do mnie małżeństwo by zasięgnąć porady w sprawie ich rodzinnych kłopotów. Oboje byli w AA. Mieli nagrane na taśmie moje wystąpienie na jednej z konwencji i znali je niemal na pamięć. Wiedzieli o moim życiu chyba więcej niż ja sam! Ten nadmiar informacji uniemożliwiał skuteczną terapię, taką jakiej oni potrzebowali. Poleciłem więc im innego terapeuta, który był w stanie pomóc im skuteczniej. Mam w AA przyjaciela, księdza katolickiego. Jest on powszechnie znany w całym kraju jako doradca duchowy dla osób z problemem alkoholowym. Uczestniczyliśmy razem w licznych mityngach, zawsze pragnąc być jedynie zwykłymi członkami AA i przedstawiając się jedynie imieniem. Mimo to zdarzyło się oczywiście, że w połowie pewnego mityngu prowadzący zapytał: „Ojcie, czy zechciałby Ojciec powiedzieć parę słów?”. To prawda, że niektórzy profesjonaliści lubią błyszczeć w AA. Ale też prawdą jest, że czasami niektórzy alkoholicy uniemożliwiają profesjonalistom bycie zwykłymi uczestnikami mityngów. Nigdy nie sponsoruję moich pacjentów ani nie prowadzę terapii osób, którym sponsoruję. Gdy ktoś z przyjaciół w AA prosi mnie o terapię lub pomoc psychologiczną odsyłam go do innego terapeuty. Uważam za nieetyczne udzielanie terapii osobom z którymi się jest w bliskich stosunkach. Za tą ostatnią zasadę winienem ołbrzymią wdzięczność, nie tylko dlatego, że łamiąc ją sam nie miałbym gdzie się zwrócić o pomoc, ale i ze względu na alkoholików – kolegów po fachu, którym sponsorowałem. Kiedyś pewien terapeuta alkoholowy opowiedział mi o swoich problemach z piciem i mogłem zaprosić go na mityng grupy AA, której członkami byli inni psychoterapeuci. Wytrzeźwiał i jest



MIT YNG 12/66/2002

wypełniając swój główny cel niesienia postanienia AA wszystkim tym, 9 którzy go potrzebują oraz pragną....”

członkiem AA. Inny terapeuta zwierzał mi się że chyba dobrze byłoby wstąpić do AA, gdyż poranne kace przeszkadzają mu w pracy – doradztwie rodzinnym w terapii alkoholowej. Innym razem zawiozłem na detoks terapeutę rodzinnego i małżeńskiego, który zadzwonił do AA gdy dostał krwotoku. Wcześniej był zatrzymany i ukarany za jazdę pod wpływem alkoholu, co brzmi szczególnie ironicznie, gdyż pracował jako kurator dla osób zatrzymanych za jazdę po pijanemu. Na szczęście, AA, zabezpieczone tym, że ma tylko jeden cel – nieść postanienie alkoholikowi, może przyjąć ich wszystkich. Nie odnoszę wrażenia, by ci członkowie AA, którzy mając odpowiednie wykształcenie i postępując etycznie, pracują zawodowo jako terapeuci, wracali do picia częściej niż inni. Ale gdy rzeczywiście tak się dzieje to wieść o tym roznosi się bardzo szybko, gdyż ich zapicia są bardziej widoczne. **Sam doświadczyłem, że jest tylko jedna rzecz gorsza od próby pomocy pijanemu człowiekowi z głową pełną AA: to próbować pomóc człowiekowi z głową pełną profesjonalnej wiedzy na temat alkoholizmu i z łożkiem pełnym alkooholu.** Tacy ludzie potrzebują tyle samo współczucia, cierpliwości i miłości jak każdy inny alkoholik. Mam przyjaciela, psychologa, który jest profesorem zwyczajnym jednego z najlepszych uniwersytetów, ma imponujący dorobek i potężną listę publikacji w prestiżowych periodykach medycznych i psychologicznych. Jest też trzeźwy w AA od 25 lat. Jego przykład pokazuje mi, że można pogodzić wielki intelekt i osiągnięcia zawodowe z pokorą, pod warunkiem, że pokorę postawi się na pierwszym miejscu. Podobnie jak on, staram się być w AA jako alkoholik, który desperacko potrzebuje uzdrowienia i duchowości owocującej działaniem, a nie jako wiedzący wszystko jajo głowy, przekonany, że dzięki nadludzkiej wiedzy jest odporny na alkohol. **Spotkałem mnóstwo ludzi zbyt błyskotliwych by skorzystać z AA ale nigdy nie widziałem nikogo zbyt tępego. Nigdy nie oszukiwałem siebie, że praca jako psycholog i terapeuta zastępuje zaangażowanie w AA.** Na szczęście większość tych członków AA, których praca wiąże się z alkoholizmem, wiedzie szczęśliwe, zdrowe, pozytywne i zrównoważone życie. To, że dbają o siebie daje im możliwość dbania o innych – w pracy i jako sponsorom w AA. Oni nauczyli mnie oddzielać pracę od udziału we Wspólnocie i jestem im wdzięczny za przykłady zastosowania Tradycji Ósmej w codziennym życiu.

**Bo tego, co mamy w AA nie da się kupić.**

### **ROCZNICE GRUP - GRUDZIEŃ**

*Mija pół roku jak zacząłem prowadzić tę nubrykę. I coraz bardziej mam ochotę przestać to robić. Sądzę, że wzbudzi to większe zainteresowanie wśród grup. Na razie głównie są pretensje – a w ciągu tego czasu otrzymałem tylko kilka kart z grup uzupełniających lub ko rygujących moje informacje, a brak mi kilkadziesiąt.*

A oto grupy obchodzące swoje rocznice powstania w grudniu:

**ALATHEJA (XIX), OSTOJA (XIII) – Góra Kalwaria, POWIŚLE (XI), IKAR (IX), FOKSAL (VIII), GOPLAŃSKA (VIII), RADOŚĆ (VII), SAMI SWOI (VII) – Góra Kalwaria, ANDRZEJ (VI) – Mińsk Maz., PRZYSTAŃ (V), FILADELFIA (IV), ODRÓDZENIE (II) – Mordy, NOWE ŻYCIE (I) – Ostrów Maz.**

MIT YNG 12/66/2002