

# MITYNG

*Biuletyn Regionu Warszawa*

NUMER 05/83/2004

MAJ 2004

Opracowanie redakcji MITYNG na podstawie Grapevine listopad 2000

## JEDYNY CEL AA A GRUPY SPECJALNE

*dr John L. Noris, powiernik klasy A/ niealkoholik/*

*wieloletni sekretarz Zarządu Służb Ogólnych / GSB / Grapevine Oct 77*

**P**roblem grup specjalnych to chyba temat najczęściej, najdłużej i najbardziej szczegółowo - z wyjątkowymi emocjami - dyskutowany w przeszłości. Zarówno zwolennicy jak i przeciwnicy takich grup dysponują mocnymi argumentami i próbując stać pośrodku, nie sposób nie zauważyć pewnej logiki po obu stronach barykady. Według Trzeciej Tradycji: "Jedynym .... picią". Generalnie skłaniamy się ku zasadzie: gdy wchodzi w grę jakieś dodatkowe warunki mogące wykluczyć jakiś alkoholików to możemy mówić jedynie o mityngu AA, a nie o grupie. Nigdy nie zniechęcałiśmy członków Wspólnoty zakładających mityngi specjalne jakiegokolwiek rodzaju, natomiast opieraliśmy się uznaniu za grupy te, które mogłyby wykluczyć z udziału jakiegokolwiek alkoholika, bez względu na powody tego wykluczenia. Wielu członków AA uważa, że żadna grupa nie jest "specjalna" i nie ma prawa tak się nazywać ani nawet sprawiać takiego wrażenia. Jednakże jest faktem, że grupy takie istnieją: dla kobiet, mężczyzn, młodych a także księży, lekarzy, prawników, homoseksualistów. Ich członkowie twierdzą, że "etykieta" służy przyciąganiu / przez podwójną identyfikację / i nie ma na celu wykluczenia innych alkoholików. Chyba pierwszymi tzw. "grupami specjalnymi" były grupy dla kobiet. Łatwo zrozumieć, dlaczego powstały. W pierwszych latach istnienia, gdy nie było jeszcze powszechnie znana, Wspólnota była zdominowana przez mężczyzn. Wiele kobiet bało się uczestnictwa w takich mityngach. Często jeszcze więcej obaw mieli ich mężowie. Mityngi kobiece wydawały się rozwiązaniem problemu i szybko zyskały popularność w całej Ameryce. Bez wątpienia spełniły bardzo ważną rolę / i zapewne spełniają do dziś / a liczne kobiety, które od nich rozpoczynały, zostały później aktywnymi członkiniami regularnych, mieszanych grup AA. Przeciwnicy grup specjalnych mogą tu powiedzieć cytując Billa W., że w tym przypadku "dobre było wrogiem najlepszego". Skoro AA zaakceptowało jeden rodzaj grup specjalnych, to tym samym utrudnili, bądź uniemożliwili sprzeciw wobec powstawania dalszych. Nietrudno zrozumieć jakie ułatwienia we wzajemnym kontakcie i zrozumieniu może nieść dodatkowe do alkoholizmu płaszczyznę porozumienia. Ale ciągle mamy nadzieję, że lekarze, księża, policjanci, młodzi czy kobiety uczestniczący w grupach specjalnych, będą również brali udział w regularnym nurcie AA. Żyjemy w świecie, razem ze wszystkimi innymi rodzajami ludzi, wykonującymi różne zawody i musimy w nim funkcjonować jako jednostki. Jeżeli AA ma być przygotowaniem i pomocą do normalnego życia, to zapewne najbardziej znaczącą czę-

*- Nasz główny cel, grupy specjalne -*

## KALENDARIUM SPOTKAŃ SŁUŻB AA 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. Berezynska 17, lokal nr 10.*

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

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

**oraz ds. INTERNETU** pierwszy czwartek m-ca godz. 18<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** czwarty czwartek m-ca godz. 18<sup>00</sup>

Spotkania **KOLPORTERÓW LITERATURY** drugi czwartek m-ca godz. 17<sup>30</sup>

### RADA REGIONU AA WARSZAWA

*e-mail: warszawa@aa.org.pl*

*strona internetowa: <http://www.aa.org.pl/regiony/index013.htm>*

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

03-904 WARSZAWA ul. BEREZYŃSKA 17.

NAJBLIŻSZE SPOTKANIE ODBĘDZIE SIĘ 15.05.2004

### KONFERENCJA AA REGIONU WARSZAWA

ODBĘDZIE SIĘ 16.X.2004r.

**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. Berezynska 17.**

### PUNKT INFORMACYJNO KONTAKTOWY

Od pon. do pt. godz 16<sup>00</sup>-21<sup>00</sup> Warszawa ul. Berezynska 17 lok. Nr.10 **tel. 616-05-68**



Poniedziałki - dyżury pełni Intergrupa **WSCHÓD**

Wtorki - dyżury pełni Intergrupa **SAWA**

Środy - dyżury pełni Intergrupa **WARS**

Czwartki - dyżury pełni Intergrupa **MOKOTÓW**

ścią uczestnictwa we Wspólnocie jest udział w grupach tworzonych przez ludzi wszystkich możliwych rodzajów i profesji. Śledząc z uwagą rozwój różnych grup specjalnych zastanawiamy się czasem na czym to się skończy. Czy wkrótce będą specjalne grupy dla Katolików, Protestantów, Żydów, ateistów, agnostyków? A może osobne grupy partii politycznych? Mamy nadzieję, że nie - i chyba tak się nie stanie. Jednak powinniśmy mieć świadomość, że jest to możliwe i podejmować każde działania służące szukaniu podobieństw a nie odrębności. Wspominałem wcześniej, że nigdy nie sprzeciwialiśmy się mityngom specjalnym natomiast odmawialiśmy miana grupy tym, które ograniczyły dostępność dla alkoholików. Chyba musimy powiedzieć nieco więcej o różnicy pomiędzy mityngiem a grupą AA. Według naszych tekstów: "Tradycyjnie, dwóch lub więcej alkoholików spotykających się razem w celu utrzymania trzeźwości może uważać się za grupę AA, pod warunkiem, że jako grupa są samowystarczalne finansowo i nie mają żadnych zewnętrznych powiązań" Gdy AA zaczęło rozszerzać się poza USA i Kanadę, przyjęliśmy, że o uznaniu za grupę decyduje 6 warunków:

1. Wszyscy członkowie grupy są alkoholikami i każdy alkoholik może stać się członkiem
2. Grupa jest w pełni samowystarczalna finansowo
3. Zasadniczym celem grupy jest pomaganie alkoholikom w trzeźwieniu za pomocą 12 Kroków AA
4. Grupa nie jest związana z żadnym przedsięwzięciem spoza AA.
5. Grupa nie zajmuje stanowiska wobec problemów spoza AA
6. Oddziaływanie na zewnątrz grupy opiera się na przyciąganiu a nie na reklamowaniu, a jej członkowie zachowują osobistą anonimowość wobec prasy, radia telewizji, filmu..

Bez wątpienia mityng jest podstawową formą działania każdej grupy AA i najbardziej powszechnym sposobem niesienia posłania wszystkim, którzy chcą utrzymać trzeźwość. Jeżeli rozróżniamy mityngi od grup to kładziemy nacisk raczej na sens niż na to, co się rzeczywiście dzieje gdy alkoholicy spotykają się razem. Gdy mówimy o grupie to myślimy o czymś, co istnieje nawet wtedy, gdy żaden mityng się nie odbywa, gdyż grupa robi wiele innych rzeczy poza mityngami. Z drugiej strony mityngi specjalne, organizowane by zaspokoić potrzeby pewnych grup alkoholików to zwykle nieformalne spotkania nie posiadające szczególnej struktury. Temat grup specjalnych wywołał długotrwałą dyskusję na Konferencji Służb Ogólnych w 1973r. podczas warsztatu poświęconego grupie AA. Z powodu

braku czasu, na żądanie Konferencji zaplanowano pełnowymiarową dyskusję na ten temat na następny rok. W roku 1974 znowu zabrakło czasu i trzeba było zorganizować specjalną, wielogodzinną sesję. W końcu zdecydowano, że Biuro Służb / O/ powinno włączać do spisu grup tylko te, które spełniają definicję grupy AA i podawać tę definicję na tytułowej stronie spisu.

Podsumowując: wydaje się, że w rzeczywistości problemy z grupami specjalnymi do dwóch innych: jak porozumiewać się wewnątrz AA oraz jak najskuteczniej nieść posłanie alkoholikom, niezależnie od tego kim są.



### PROTOKÓŁ ze spotkania Intergrupy AA „Atlas” w dniu 21.03.04 w Sokołowie Podlaskim

Spotkanie prowadził rzecznik Intergrupy Jurek. Przed spotkaniem rozmawiano na temat Służby jako jednego z Trzech Legatów AA. Próbowano znaleźć wytłumaczenie, dlaczego brakuje osób chętnych do pełnienia służb. Bardzo pozytywnie ocenione zostały Warsztaty o Duchowości, które odbyły się w dniach 5 – 7 marca w Serpelicach. Następne warsztaty w Serpelicach odbędą się w ostatni weekend maja tego roku. W drodze głosowania ustalono, iż ich tematem będzie sponsorowanie. XVIII rocznica powstania grupy AA „Szansa”, która odbędzie się w dniu 25.04.2004 (początek 9<sup>45</sup>) zostanie decyzją Intergrupy dofinansowana w kwocie 150zł na herbatę, kawę i ciastka. Niesienie posłania na zewnątrz. Grupa „Nadzieja” z Kutonia dociera z informacją do szkół, ośrodków zdrowia, aptek, kościołów. GOPS przysyła potencjalnych kandydatów do AA. Grupa „Wyzwolenie” ze Skórcza. Są ogłoszenia w Urzędzie Gminy. Proboszcz kieruje na mityngi tych, którzy przychodzą podpisać zobowiązania abstynenckie. W kościele i w szkole było dawane świadectwo prawdy. Grupa „Niespodzianka” z Sokołowa Podlaskiego organizuje w dn. 19.04.04 mityng informacyjny dla pedagogów szkolnych, kuratorów, pracowników opieki społecznej. Grupa „Janka” z Węgrowa” umieszcza terminy mityngów w Gazecie Węgrowskiej. Intergrupa podjęła decyzję o poczynieniu konkretnych starań w celu umieszczenia terminów mityngów w jej terenie w gazecie Tygodnik Siedlecki. W dniu 17.04.04. odbędzie się Konferencja Służb Regionu – materiały w załączeniu. W drodze głosowania poparto kandydaturę Zbyszka z Siedlec do Służby Krajowej. Informacje ze służb i grup. Grupa „1-szy Krok” z Siedlec – brak skarbnika. Grupa „Odrodzenie” Mordy – przychodzą nowi uczestnicy mityngów. Grupa „Szarotka” z Siedlec – w maju odbędą się wybory do wszystkich służb. Obecnie w grupie nie ma rzecznika. Grupa „Świt” z Siedlec – odbyły się wybory, ale brak jest chętnych do służb, aby zmienić tych, którzy pełnią je obecnie. Grupa „Janka” z Węgrowa – odbyła się inwentura grupy. Jest dużo chętnych do pełnienia służb i prowadzenia mityngów. Rzecznik jest chory, więc wybrany został zastępca rzecznika. W dniu 17.04.04 o godz. 15<sup>30</sup> odbędzie się XV rocznica grupy. Grupa zdecydowała, że będzie tylko mityng rocznicowy, poprzedzony mszą dla chętnych. Grupa „Metamorfoza” z Siedlec – jest duża frekwencja, ale brak chętnych do pełnienia służb. Grupa „Otwarte Drzwi” z Siedlec – odbyły się wybory. Służby są obsadzone. Grupa „Wyzwolenie” ze Skórcza – odbyła się inwentura grupy, w której udział brał proboszcz. Grupa „Nadzieja” z Kutonia – w dniu 25.05.04 odbędzie się rocznica powstania tej grupy. O godz. 19<sup>00</sup> msza dla chętnych, a o godz. 20<sup>00</sup> uroczysty mityng w szkole. Na następnym spotkaniu Intergrupy odbędą się wybory do służby Rzecznika Intergrupy. Zgłoszono kandydaturę Andrzeja z Siedlec (kolportera), Artura z Siedlec (z-cę Rzecznika) oraz Sławka z Siedlec. Artur i Andrzej zgodzili się podjąć tej służby, a Sławek nie zgodził się kandydować. W drodze głosowania Intergrupa ustaliła, że jej służby będą wymieniane stopniowo, a nie wszystkie jednocześnie, jak proponowano. W spotkaniu Intergrupy wzięły udział 23 osoby z następujących grup: Nadziej – Kotyń, Wyzwolenie – Skórczec, Tartak – Siedlce, Otwarte Drzwi – Siedlce, Metamorfoza – Siedlce, Janka – Węgrów, Niespodzianka – Sokołów Podlaski, Świt – Siedlce, Szarotka – Siedlce, Odrodzenie – Mordy, Anka – Siedlce, 1-szy Krok – Siedlce. Następne spotkanie Intergrupy odbędzie się w dniu 18.04.04 o godz. 14<sup>00</sup> w Siedlcach przy ul. Garwolińskiej w Parafii Św. Teresy. Poprzedzi je rozpoczynające się o godz. 13<sup>00</sup> spotkanie na temat jednej ze służb.

Sekretarz Intergrupy Darek

**Jeżeli chcesz otrzymywać drogą mailową artykuły z biuletynu MITYNG, napisz na nasz adres: [mityng@op.pl](mailto:mityng@op.pl)**



**SPRAWOZDANIE ZE SPOTKANIA INTERGRUPY WARS W DNIU 2 kwietnia 2004R.**

Spotkanie rozpoczęło tekstem "Jestem odpowiedzialny". W spotkaniu wzięło udział 39 przedstawicieli grup. Dyżury w Punkcie Informacyjno-Kontaktowym - ŚRODY w godz. 16.00- 21.00 5.05 - Wdzięczność; 12.05 - Dziesiątka; 19.05 - Perelka; 26.05 - Gopłańska. Zgodnie z ustaleniami z poprzedniego spotkania Intergrupy **Elżbieta** podzieliła się swoimi doświadczeniami ze służby rzeczni-ka grupy. Podkreśliła że rzecznik grupy jest gospodarzem, koordynującym pracę służb w grupie. Dba o dobre stosunki z gospodarzem lokalu. Czuwa nad właściwą rotacją służb oraz reprezentuje grupę na zewnątrz. Do rzecznika grupy należy również prowadzenie korespondencji. Sprawozdania ze służb Intergrupy. **Jacek** rzecznik Intergrupy - przekazał informacje o przygotowaniach do 21 Konferencji Regionu i przekazał mandatariuszom otrzymane raporty ze służb Regionu. Przypomniał, że jednym z obowiązków mandatariuszy jest udział w Konferencji. Omówił również wnioski do 21 Konferencji oraz rekomendacje Rady Regionu do tych wniosków. **Mirek** poinformował o przygotowaniach do mityngu informacyjnym dla duchowieństwa, prosząc o kontakty z duchownymi, którzy mogli by wziąć udział w tym mityngu. **Danusia** skarbnik - poinformowała, że suma zebranych składek z grup w dniu 2.04.04 wynosi 997 zł w tym na Złot w Krakowie 105 zł. Mandatariusze postanowili przeznaczyć 480 zł na literaturę, a pozostałą kwotę równomiernie na BSK, Region i Kraków. **Kazimierz i Janusz** przekazali informacje o współpracy z ZK. Na Mokotowie brakuje broszur dla więźniów. Na Kłobuckiej i w Grodzisku brakuje literatury. Intergrupa zdecydowała o zakupie niezbędnej literatury dla tych ZK. **DOPS, Detox i PKPS MKPS - Jurek, Zosia, Elżbieta** złożyli sprawozdania z działania grup. Grupa kobieca Razem lepiej w OTU na Sobieskiego prosi o wsparcie. Intergrupa rekomendowała Mirka na powiernika Regionu, a Włodka na sekretarza Regionu Spotkanie zakończono modlitwą o "Pogodę ducha"

Sekretarz Intergrupy WARS Bogdan

**RAPORT ZE SPOTKANIA INTERGRUPY SAWA 27.03.2004r. Berezynska 17**

Przywitanie tekstem „Jestem odpowiedzialny” i wspólne odczytanie Tradycji AA. Odczytano sprawozdanie z poprzedniej Intergrupy. Sprawozdania służb Intergrupy: Skarbnik - Z pop. miesiąca zostało 226,21, Wpłaty z grup 347,50, Z kapelusza 14,00, Zwrot za rury PCV 40,00, Razem 627,71; Wydano: Grapevine – 200,00, Mityng – 50,00, Skrytka – 35,00, Region – 50,00, BSK – 100,00, Razem 435,00, Pozostało – 192,71. Kolporter zwrócił się z prośbą o przecenę tekstu „Jestem odpowiedzialny” z 10 na 5zł, co Intergrupa przegłosowała. Poinformował o nowej ulotce „Posłanie dla nastolatków”. Łącznik d/s. ZK. Mityngi odbywają się co sobota o 14.00, literatura dostarczana jest regularnie. Koordynator PIK. Dyżury mimo drobnych kłopotów były pełnione. Rzecznik Regionu wystąpił z prośbą o zapoznanie się z propozycją zmian do Karty Konferencji. Mandatariusze zdali relacje z pracy grup. Grupa Albert – nowy mandatariusz. Grupa Iskierka – nowy mandatariusz. Grupa Tarchomin prosi o wsparcie mityngi odbywają się w czwartki o 17.00 ul. Myślirska 100. Omówiono III Tradycję. Intergrupa wybrała swoich kandydatów na Przewodniczący ds. ZK – Piotr Delegat SK ds. Komisji Organizacji – Adam z gr. Legionem Delegat sk ds. Informacji Publicznej i Współpracy z Profesjonalistami – Piotr Przewodniczący Zespołu ds. Informacji Publicznej i Współpracy z Profesjonalistami – Andrzej gr. Ostrobramska Swoją służbę w Intergrupie zakończyli: rzecznik intergrupy – Janek Skarbnik – Jacek, sekretarz – Beata. Za służbę Intergrupy podziękowała im brawami. Intergrupa powierzyła służbę: rzecznik intergrupy – Beata, skarbnik – Teresa, sekretarz – Ela

- Spotkanie zakończono modlitwą o „Pogodę Ducha”.

Raport przywała: Beata

**GRUPY KOBIECE**

Często spotykam się z opinią, że grupy kobiece są zbędne, że dzielą AA, bo przecież jedność..... Jestem odmiennego zdania. Wielokrotnie uczestniczyłam w mityngach kobiecych. Kobiety krążące pod salami spotkań AA, przerażone i smutne, pełne strachu i ogromnego wstydu. I częste tematy mityngów: przemoc psychiczna i fizyczna, gwałt, koszarne straty moralne powodowane przez alkohol, często przy udziale mężczyzn. Początki są bardzo trudne. Czy mogłaby kobieta wyrzucić te wszystkie trudne sprawy w obecności mężczyzn, skoro często na początku mężczyźni są kojarzeni z „oprawcami”, sprawcami wszystkich nieszczęść? Grupa kobieca spełnia więc początkowo rolę „bezpiecznej przystani”. Wielokrotnie słyszałam, że tak naprawdę prawdziwe trzeźwienie naprawdę rozpocząć można wyrzucając z siebie największe bolesne tajemnice. W przypadku kobiet wydaje się to mieć kluczowe znaczenie. Skrywane tajemnice, ból i rozpacz im towarzyszące, latami potrafią opóźnić proces trzeźwienia. Radość i pogoda ducha stają się wówczas trudno dostępne, kobiety bardzo trudno wybaczą sobie. Niestety zauważam również negatywne zjawiska na takich grupach. Koncentracja na nadmiernym

użalaniu się, obwinianiu innych zamiast pracy na programie, rzadko słyszy się o zmianie samej siebie i własnego postępowania. Nie zawsze w grupach kobiecych funkcjonują służby np. mandatariusza (kobiety tłumaczą się licznymi obowiązkami domowymi, brakiem czasu, dziećmi) powoduje to hermetyzację grupy i stopniowe jej zamieranie. Mało mówi się o sponsorowaniu, rzadko podkreśla rolę służb. Zdarza się że funkcjonowanie grupy zakłóca żądny wrażeń osobnik płci męskiej, który usilnie domaga się bytności na „otwartym” mityngu kobiet. No cóż, w zasadzie chciałoby się zadać pytanie: Czego tam szuka, bo na pewno nie przychodzi po trzeźwość? Osobiście namawiam kobiety alkoholiczki z dłuższym stażem o wsparcie grup kobiecych, o zachęcanie do służb, pracy na programie, zaangażowaniu się w służby poza grupą.

M



Intergrupa **SAWA** zaprasza na spotkanie podsumowujące **Regionalne Warsztaty Tradycji**, które odbędą się **01.05.2004 r.**  
Organizatorem będzie grupa **ALBERT z Pułtuska.**  
**Rozpoczęcie o godz. 11<sup>00</sup>. Pułtusk ul. Stare Miasto 28 (przystan).**

Proponowane tematy:  
**Tradycje AA jako praktyczny sposób stosowania naszych zasad we wszystkich poczynaniach.**  
**Jak Tradycje AA pomagają w naprawie relacji domowych.**  
Wieczorem organizatorzy proponują ognisko i dyskotekę.



## Jak zorganizować mityng, by każdy słyszał?

Na podstawie BOX 459

Mówi się, że "Potrzeba jest matką wynalazków" tj. gdy zachodzi potrzeba, to i rozwiązanie się znajdzie, lecz rzadko przychodzi samo. Weźmy przypadek alkoholika słabo słyszącego, lub głuchego. Dla nich potrzeba mityngu "tłumaczonego" lub w języku migowym jest olbrzymia. Jednak takich mityngów jest niewiele, pomimo tego, że przekształcenie zwykłego mityngu w tłumaczony na stałych zasadach wymaga niewielkiego wkładu ze strony grupy. W samym tylko mieście Nowym Yorku - pisze Rosmary McG., wieloletni uczestnik Nowojorskiego Komitetu ds. Specjalnych Potrzeb - jest wielu ludzi ze znacznym upośledzeniem słuchu i wielu z nich ma problemy z alkoholem. Na Manhatanie - gdzie mityngi odbywają się bez mała co godzinę, przez całą dobę, potrzeba jest co najmniej jednego mityngu na dobę z tłumaczeniem na język migowy. Oto kilka propozycji dla grup, które chcą rozpocząć mityngi "tłumaczone" / Czy nie może to być w Warszawie mityng WISŁA? - przypis redakcji/ ROZPOZNAJ POTRZEBY. Czy istnieje potrzeba mityngu tłumaczonego na twoim terenie? Jeśli tak, to jakiego typu mityng: otwarty, zamknięty, spikerski, czy krokowy? Na który z istniejących mityngów warto zaprosić tłumacza? PRZEPROWADŹ BADANIA. Odszukaj kogoś z upośledzeniem słuchu, kto ma problemy z alkoholem. Przeprowadź wywiad w organizacjach zajmujących się pomocą dla głuchych lub z upośledzeniem słuchu. Jeśli nie ma potrzeby mityngu z tłumaczem o czasie, gdy mityng odbywa twoja grupa, rozważ przynajmniej częściowe uczestnictwo w kosztach zatrudnienia tłumacza w mityngach innej grupy? ZAANGAŻUJ SIĘ. Jeśli cała grupa chce zaangażować się w zgodzie z Dwunastym Krokiem w niesienie tego typu posłania specjalnej troski, może postarać się o tłumacza. Pamiętajmy jednak, że mogą być takie przypadki, że nikt głuchy lub z ograniczeniem słuchu nie pokaże się na mityngu. Wtedy pamiętajmy, że mityng znajduje się w oficjalnym spisie. WYBRAĆ ODPOWIEDZIALNEGO. Wyznaczenie uczestnika grupy do koordynowania działania związanego z mityngiem tłumaczonym. On sam nie potrzebuje znać języka migowego dla niesienia posłania dla alkoholików niesłyszących. BĄDŹ CIERPLIWY. Czasami tłumaczenie trwa dłużej niż mówienie. Czasami również wydaje się, że jest niewiele osób, którym potrzebny jest tłumacz. Lecz bywa też tak, że nie wszystkie osoby, którym jest to potrzebne chcą się ujawnić siadając na specjalnych miejscach przeznaczonych dla nich. Mogą siadać gdzie indziej, szczególnie jeśli są to osoby nowe, lub spóźnione. A więc tłumacz winien tłumaczyć nawet wtedy, jeśli wydaje się, że nikt tego tłumaczenia nie potrzebuje. Jak podaje Rosemary, w Nowym Yorku i szeregu innych miejscach, można znaleźć tłumacza obeznanego z problematyką AA i programem Dwunastu Kroków. Do dyspozycji grup są też specjalne kasety video.



**Osoby niesłyszące, mające problem z alkoholem, odbywają spotkania w Ośrodku Rehabilitacji i Wsparcia Społecznego Osób Niesłyszących w Warszawie przy ul. Białostockiej 4, w każdy czwartek o godz. 17<sup>00</sup>.  
Tel. 619-61-78 lub 619-92-95; fax 619-66-63.**

**N**owe służby: Konferencja obdarzyła zaufaniem następujące osoby:  
Mirek WARS - powiernik Regionu do SK, Stanisław WSCHÓD - rzecznik Regionu, Zbyszek ATLAS - komisja organizacyjna SK, Włodek WARS - sekretarz Regionu, Andrzej SAWA - przewodniczący zespołu ds. Internetu, Małgosia PÓLNOC - chairman Konferencji.



Redaktor MITYNGU

### INTERGRUPA PÓLNOC Sprawozdanie ze spotkania Intergrupy w dn. 01.04.2004

Spotkanie otworzył i prowadził rzecznik intergrupy - Andrzej Obecnych było 27 osób z 24 grup. Przeczytaliśmy 12 tradycji AA i powtórzyliśmy tekst „Jestem odpowiedzialny”. **Porządek spotkania:** 1) Sprawozdanie Służb; 2) Sprawozdanie Grup; 3) Wolne wnioski, w tym przygotowanie do Konferencji, do Warsztatów Tradycji i sprawozdanie z RR. **Ad. 1) \* Finanse** – Mietek - wpłaty z grup - 380 zł, kapelusz - 38,46 zł, za salę - 30 zł, po rozliczeniu z kolporterem w intergrupie zostaje 50,96 zł. \* PIK – maj – odpowiedzialny Czarek: 07.05.04 „Filadelfia”, 14.05.04 „Jelonki”, 21.05.04 „Za Szopką”, 28.05.04 „Moja nadzieja” \* Szpitale – Paweł: Wolski – działa detox i grupa AA, pozostałe szpitale w zasadzie bez zmian. \* Literatura – Paweł: Przygotował paczki dla ZK – 50 zł; DOPS – 50 zł; Szpitale – 50 zł. Kupił książeczki adresowe i „mityngi” – 31,2 zł. Dodatkowo dołączył ulotkę dla każdej grupy i powielone sprawozdanie Komisji Literatury. \* Łącznik ds. Internetu – Lech: Był na spotkaniu zespołu ds. internetu w RR. Zespół współpracuje z profesjonalistami. W spotkaniu dzisiejszym uczestniczy Bartek (z-ca łącznika). \* Zakłady karne – Marek: Nie mógł być na spotkaniu zespołu ds. ZK, poinformował, że grupa „Szansa” w Siedlcach obchodzi 16 rocznicę powstania. **Ad. 2) „Ikar”** – brak rzecznika i kolportera, „Krok trzeci” – brak skarbnika, „Wiosna” – brak mandatariusza i kolportera, „Filadelfia” – brak kolportera, bardzo dobra frekwencja, „Luna” – brak kolportera, „Koło” – brak kolportera, dobra frekwencja, „Sam i Swoi” – brak rzecznika i kolportera, „Ostoja”, ul. Warszawska – brak kolportera, niska frekwencja; 23-04-04 – trzecia rocznica, „Trzynastka” – brak skarbnika, rzecznika i kolportera; w ostatnią niedzielę kwietnia ósma rocznica powstania, „Laski” – brak mandatariusza, kolportera i rzecznika, „Jelonki”, ul. Czumy 1, 17<sup>30</sup> – brak prowadzącego i kolportera, „Piotr” – zmiana skarbnika, „Urszula” – brak rzecznika i mandatariusza, „Iskierka” – niosą posłanie do Leszna, Zaborowa, Babic – brak kolportera. Grupa przekazała przeczytane „mityngi” do ZK, „Rubens” i „Nowe życie” – grupy zamknięte w ZK – brak stałej obady z zewnątrz, zawsze obsadzony jedynie prowadzący, „Za Szopką” – tylko prowadzący, „Quo Vadis” – brak mandatariusza i kolportera, „Przy Reducie”, soboty 10<sup>00</sup>-12<sup>00</sup> – dobra frekwencja. 03-04-04 druga rocznica powstania. Pozostałe grupy bez zmian. Grupy pracują na literaturze AA. **Ad. 3) \* Rzecznik intergrupy** Andrzej był na Radzie Regionu. Przekazał sprawozdanie zespołu ds. finansów, Raport powiernika, odczytał sprawozdanie ze spotkania, poinformował, że Konferencja odbędzie się 17-04-04 od godz. 10<sup>00</sup> w Otwocku, ul. Kolorowa 13 (inne materiały mandatariusze otrzymają przed Konferencją). \* Warsztaty Tradycji 9<sup>00</sup>-12<sup>00</sup> według wcześniejszych ustaleń. \* W „MARKOCIE” przy ul. Prudnickiego, gdzie przebywają osoby po amputacji, wskazane było by wg lekarki – wolontariusza, zorganizowanie grupy AA – zrobimy bliższe rozeznanie. \* W sprawozdaniach z grup mandatariusze będą informowali jak grupy niosą posłanie na swoim terenie \* Czekamy na sprawozdanie finansowe intergrupy \* Ryszard pogłębi współpracę z Ojcem Januszem na temat kontaktu ze studentami Apel o dokonywanie wpłat i rezerwację miejsc na Złot Radości w Krakowie.

Sekretarz Barbara

niewierana, urzeczona atmosferą grupy uwierzyła, że nie musi pić. Zna życie w piwnicy, teraz trzeźwa sama przyszła do kolejnej piwnicy. Nawet po 70-ce ma siły, każdy dzień się liczy. Zaś A.... znał śp. Alka, Adama i Elę, miał kłopoty z zaakceptowaniem choroby, teraz smakuje 3 życie. Nasza nieoceniona T.... wspomniała swoje spotkanie z F... pod mityngiem. Ty do nas? - zapytał i zaprowadził na mityng. T... czeka teraz na niedzielę. "Wrobiła" w tort córkę. Już nie jest "wściekłą pluskwą", ma swoje podwórko. Kiedyś bała się umrzeć pijana.. Po pewnej przerwie w trzeźwości wrócił P. ..., który jest urzeczony atmosferą, poczuł motywację trzeźwości. Kolejny mówca też miał kłopoty z trzeźwością bo kiedy przychodził na mityngi to niczego nie słuchał. Dzisiaj chce być szczery aż do bólu. Nie powiedział byłej żonie, że kiedyś była dla niego wsparciem. L.... obracał się w promieniu 5 praskich grup. Dzisiaj wierzy, że gadanie pomaga, chodzi na różne grupy. R.... przyjechał z innego miasta - to nic specjalnego. 15 lat przyjeżdżał do Warszawy by trzeźwieć. Tam, gdzie kiedyś miał melinę zrobiono mu "odwykówkę". Brał udział w zakładaniu kilku grup, też na Pradze. Dzisiaj może każdemu powiedzieć, że jeśli przestają pić na Pradze to i w Polsce przestaną. Kolejny A... w tej grupie zaczął myć szklanki co stało się jego początkiem zaangażowania w służbie. Inny A.... spotykał się jeszcze w Alei Róż. Jak pił to nie mógł trzeźwieć, teraz może. Ostatnio słuchał Cohena, gdzie znalazł to samo cierpienie jak u siebie. M.... kiedyś pił na terenie kościoła, był też tam chrzczony, a teraz jest na mityngu. Nowy jeszcze Z..... był zdziwiony, gdy zapytany był, dlaczego nie było go na ostatnim mityngu. Poczuł ciepło, że ktoś o nim myśli. Na zakończenie usłyszeliśmy nową wersję dawnego powiedzenia, czyli " Kto na KONTAKCIE szklanki myje, ten nie zapije". Znalazło się kilku chętnych.

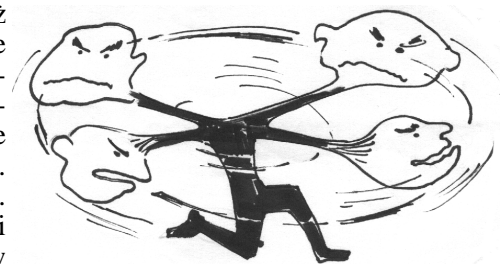
Dla bywalców i gości grupy oraz czytelników biuletynu relację spisał redaktor MITYNGU

## MIGAWKI Z KONFERENCJI

**Warsztaty:** W czasie ostatniej Konferencji Regionu Warszawa, która miała miejsce 17 kwietnia br. w Otwocku, odbyły się warsztaty nt. "Dobrze zorganizowana, ale wspólnota". W warsztatach wzięli udział niemal wszyscy uczestnicy, co, jak zauważyli "starzy bywalczy", jest ewenementem. Dziwi więc, że wcześniej przegłosowano wniosek by nie organizować więcej takich warsztatów - zauważyli to sami mandatariusze. Wypowiedzi uczestników koncentrowały się wokół pracy służb. Podkreślano, że doświadczenia w służbach pomagają w osobistym trzeźwieniu, i fakt, że alkoholik, by żyć potrzebuje minimum organizacji. „aby poczuć wspólnotę". Inny, na przykładzie swojego przyścia do AA przedstawił, jak dobrze zorganizowane działanie może być pomocą dla tych, którzy pragną przestać pić, w trwaniu i pozostaniu we wspólnocie. Drugi nurt wypowiedzi dotyczył relacji pomiędzy wspólnotą i organizacją. Wśród różnych stanowisk wybijały się zdania o nadrzędności wspólnoty ale i niezbędności zorganizowanego działania. Zwrócono uwagę, że zorganizowanie ma duże znaczenie dla jedności. Według jednego z uczestników dążenie do zorganizowania jest tendencją naturalną, a podział jest cechą nadrzędną tylko dla pierwotniaków i pasożytów. On sam pierwotniakiem być nie chce, a pasożytem już był, gdy pił. W niektórych przemówieniach przewijał się temat Karty Konferencji, wzbudzający ostatnio duże emocje. Głos zabierali głównie zwolennicy Karty, argumentując jej potrzebę. Za podsumowanie może posłużyć wypowiedź byłego powiernika, który porównując obecne Konferencje z tymi z czasów jego służby, dostrzega duży postęp w sprawności ich funkcjonowania.

## CZASAMI JESTEM ZAKRĘCONY.

Przestałem pić, podjąłem terapię. Już pierwsze mityngi sprawiły, że życie nabrało sensu. Czuję się jakby świat należał do mnie. Chciałem wyrwać się z zakłętą koła alkoholizmu. Najważniejsze było utrwalenie bardzo kruchej trzeźwości. Każde niepowodzenie mogło ją zniszczyć. Trudno przecenić pomoc terapeutów i przyjaciół z AA, którzy byli ze mną w tamtych, najtrudniejszych chwilach. Powo-



li moją siłą wyższą zostawała grupa AA, a obok nieoceniony sponsor. Musiałem nauczyć się życia od początku, odnaleźć wartości zagubione w pijackim widzie. W końcu zacząłem powoli uświadamiać sobie, jakiego bałaganu narobiłem wokół siebie. Niespłacone kredyty w bankach i zaległe płatności były tylko niewielką częścią problemów, z którymi przyszło mi się zmierzyć. Pytałem: „gdzie podziła się radość z trzeźwego życia?” O tym mogłem tylko marzyć. Bałem się przechodzić koło skrzynki na listy, spuszczałem wzrok mijając sąsiadów, każdy dzień w pracy był dla mnie gehenną. Nie odbierałem telefonów w domu. Najchętniej bym uciekł, zapadł się pod ziemię lub wyprowadził do innego miasta i zaczął nowe życie. Zazdrościłem wszystkim, którzy potrafili zachować wewnętrzny spokój, byli prawie zawsze uśmiechnięci. Było mi cholernie źle. Przydała się modlitwa o pogodę ducha. Stała się moją mantrą, sojusznikiem w drodze do spokoju. Dobrze, że w tym trudnym okresie miałem przyjaciół. Bez nich zapewne poniósłbym klęskę. Wymiana doświadczeń z innymi AA, służby, których się podjąłem, niepostrzeżenie zaczynały przynosić skutek. Wypełniałem zalecenia programu choć wielokrotnie miałem wątpliwości. Oczekiwałem szybkich i radykalnych zmian, a otrzymałem dodatkową pracę. Czuję się oszukany. Teraz z uśmiechem przypominam sobie tamte chwile. Nie byłem przygotowany na prawdę o sobie. Samotność, w którą tak ochoczo uciekałem, zabierała poczucie bezpieczeństwa. Choć chwile spędzone na mityngu czy z przyjaciółmi były czymś niezapomnianym, lecz miały to do siebie, że się kończyły i znowu byłem sam. W końcu zaczęły do mnie docierać słowa drugiego i trzeciego kroku. Wcześniej były niezrozumiałe, wręcz niewykonalne, a teraz nagle stały się bardzo ważne. Mając świadomość, że ktoś cały czas jest gotów mi pomóc sprawiła, że stałem się spokojniejszy, zacząłem bardziej ufać ludziom. Przestałem wiecznie krytykować. Niespodzianką było to, że i inni mają rację. Oczywiście nie muszę kochać wszystkich, polemizować nawet, gdy nie są moimi „faworytami”. Czyżbym już potrafił mówić o zaletach moich przeciwników? Jeszcze nie do końca. No i masz babo placek. Z tego wszystkiego wyszło, że jeżeli mogę zaufać drugiemu człowiekowi to, dlaczego mam nie zaufać własnej sile wyższej. Nie miałem specjalnie na to ochoty. Czuję wielki lęk. Postanowiłem czekać spokojnie na zrozumienie. Do tej pory nie rozmawiałem na temat swojego życia duchowego. Zaczynam dopiero szukać drogi do Boga, a już teraz okazuje się, że dostaję potężną dawkę spokoju. Nie jestem oczywiście ideałem /szczególnie w domu ciężko przychodzi zachowanie równowagi/ i nadal ponoszą nerwy, lecz już łatwiej osiągnąć spokój. Emocje nie są takie skrajne. Przestałem zazdrościć innym postawy. Aż sam się dziwię, jak strach i złość gdzieś odeszły. Oczywiście drogę przemian musiałem kiedyś zacząć a teraz już tylko poprawiam.

## W AA WSZYSTKO JEST MOŻLIWE

Istnienie grup "specjalnej troski" uświadomiłem sobie na Międzynarodowym Zlocie w Seattle w roku 1990. Byłem tam z moim przyjacielem Pappym, który w tym czasie miał kłopoty z oddychaniem. Gdy chodził zbyt długo, dodatkowo potrzebował tlenu. Moim zadaniem było wożenie Pappy`ego na wózku inwalidzkim z butlą tlenową. Moja żona, Kathy, była ze swoją podopieczną Marie, starszą kobietą, która była niewidoma i nosiła białą laskę. Byli również z nami nasi przyjaciele Ron i Barb. Barb była w środkowym stadium pewnej odmiany choroby Parkinsona i również poruszała się na wózku inwalidzkim. Ileż przyjemnych chwil spędziliśmy w Seattle! Formowaliśmy swego rodzaju pociąg; niewidoma Marie holowana przez Kathy na białej lasce prowadziły pochód, jako drudzy Ron i Barb oraz Pappy i ja zamykający pochód. Jako grupa z łatwością przewycięzaliśmy wiele przeszkód, takich jak wciskanie się do zatłoczonych pomieszczeń lub wsiadanie do zatłoczonych autobusów. Było to wspaniałe przeżycie z AA. Stało się ono dużo bardziej znaczące ponieważ mogłem przekonać się, jakie miałem szczęście będąc częścią czegoś, co niektórzy AA czynią dla swej trzeźwości. W San Diego w roku 1995 byłem ja, Marie oraz Pappy; Rona i Barb nie było tam; choroba Barb pogłębiła się i obojgu nie udało się przybyć. Również Marie podupała na zdrowiu lecz nie na duchu. Miała tę samą białą laskę lecz teraz nosiła również butlę tlenową. Zdrowie Pappy`ego także stopniowo pogarszało się, nieustannie potrzebował tlenu. Marie przyleciała do San Diego sama; Bóg sprawił, że na lotnisku i w samolocie natknęła się na AA. Pappy przejechał 1100 mil (w jedną stronę) z Kathy i ze mną naszym pickupem. Zmontowałem dla niego wygodne łóżko w tyle naszej ciężarówki i mogłem jeszcze przewieźć do San Diego dwadzieścia cztery butle tlenu, sprężarkę, wózek inwalidzki oraz bagaż dla nas trojga. Pierwszym problemem była dyskusja z policjantami by pozwolili nam zaparkować samochód przed frontem Centrum Zjazdowego na dziesięć minut aby wyprowadzić Pappy`ego i wylądować jego dwadzieścia cztery butle tlenu oraz wózek inwalidzki. Nie pozwolili nam na to, tak że zaparkowaliśmy prawie dwie przecznice dalej. Na szczęście spotkaliśmy kilku członków AA gotowych pomóc przenieść sprzęt Pappy`ego do Centrum. Znaleźli się również inni, którzy chcieli przewieźć Pappy`ego na co, choć niechętnie, zgodziłem się. Później zorientowałem się, że osobiście chcieli zapoznać się z prowadzeniem wózka inwalidzkiego.

Problem Marie był tym razem inny. Nie miała już takiej wytrzymałości jak pięć lat wcześniej w Seattle i łatwo męczyła się. Chciała wrócić do swego pokoju w motelu i odpocząć, tak że doprowadziliśmy ją blisko przystanku autobusu prawie godzinę wcześniej. Powiedziała, że wszystkim będzie w porządku, tak, że opuściliśmy ją. Około godziny później spojrziałem na zewnątrz i zobaczyłem tłum i zamieszanie. Zszedłem na dół by znaleźć Marie. Została wchłonięta przez tłum. Nie była w stanie posuwać się naprzód lub nawet zlokalizować swój autobus. Zabraliśmy ją do wewnątrz do punktu sanitarnego i wyjaśniliśmy sytuację Marie. Nic jednak nie mogliśmy dalej zrobić, ponieważ nie załatwiła uprzednio specjalnego transportu. Jedyną rzeczą, którą zaproponowano, była propozycja wezwania taksówki. Przypomnijmy sobie tłum i bałagan na zewnątrz budynku - żadna taksówka nie mogła podjechać bliżej. W końcu Marie dotarła do swego pokoju w motelu, aby na tyle odpocząć, by mogła złapać tego wieczoru autobus do domu. Marie zmarła kilka miesięcy temu. Do samego końca współpracowała z GRAPEVINE w swojej grupie. Wyobraźcie sobie - niewidoma kobieta sprzedająca czasopisma! W AA wszystko jest możliwe!!! Pappy chorował przez kilka miesięcy i nie mógł wstać z łóżka by pójść na mityng. Gdy wiadomość o tym się rozniosła, raz w tygodniu organizowano mityng u niego - tak została spełniona

przekazałem służbę innemu przyjacielowi. Obecnie jestem kolporterem literatury, mam sponsora, pracuję nad programem. Uczę się kontaktu z drugim człowiekiem, bo to był i jest mój największy problem. Od kilku lat chodzę na mityngi do więzienia, niosąc posłanie więźniom alkoholikom. To wszystko pomaga mi w zdrowieniu i utrzymaniu trzeźwości. Mam dobry kontakt z moją żoną, synami i coraz lepszy kontakt z innymi ludźmi i akceptowaniu rzeczywistości. Za te wszystkie dary dziękuję mojej sile Wyższej i wyrażam wdzięczność Wspólnocie AA. Dług wdzięczności spłacam przez służby i uczynkami w rodzinnym życiu. Jest we mnie dużo radości, spokoju, i chce mi się żyć. Pozbywam się lęków i obaw poprzez modlitwę do mojej Siły Wyższej i uczę się tolerancji i zrozumienia w codziennym życiu.

Z. - alkoholik

## Ta grupa ma charakter

Dzień 21 marca 2004 roku na długo zapadnie w sercach uczestników mityngu 15-lecia grupy KONTAKT w Warszawie. Niemała przecież sala pękała w szwach. Wielu gości i członków nie znalazło miejsc siedzących, stało cierpliwie słuchając opowieści związanych z życiem tej grupy. Każdy podkreślał jak wielką rolę w jego trzeźwieniu spełniła ta grupa i jej niezaprzeczalna atmosfera. Już pierwszy mówca zaznaczył, że jego początki są związane z KONTAKTEM. Następny wspomina czas kiedy on był prowadzącym. Kiedyś razem z J.... tu obchodził swoją rocznicę trzeźwości. Na mityngu wywała kamienie z plecaka. E.... powiedziała, że to jest magiczna grupa, rozrasta się jak ciasto bo w niej się dobrze „ugniata”. Dzisiaj zabrakło jej cukierków z miłym imieniem. A...uzależniona – wspomniała śp. Marysię, dziś cieszy się, że może spojrzeć sobie w oczy. Wspólnota rośnie bo program działa. Jeden z dinozaurów A.... kiedyś pełnił w tej grupie nawet trzy funkcje. Mimo „wpadki” dobrze wspomina tamten czas. Były wloty i upadki, teraz ma lepsze relacje w rodzinie, nadal się uczy jak lepiej postępować. Odwiedza grób śp. Marysi. Wie, że warto pomagać. Ir.... mimo bólu nie popadła w złość. Ponad 11 lat rozwiązuje problemy, nie kombinuje. Wraz z mężem dzisiaj obchodzi rocznicę pierwszej randki. Przypomniała sobie śp. Alka. Z... również szukała cukierków; kiedyś bardzo serdecznie przywitała ją śp. Ela. Dzisiaj dziękuje, że jesteście. Chyba najstarszy stażem Z.... ze swadą opowiadał, że ponownie zaproszony do klubu abstynenta znalazł w nim grupę AA, w której zachwycała go specyficzna atmosfera. Była to druga grupa niedzielną. Przypomniał jej „tułaczce życie” Fr... podziękował za trzeźwość, rodzinę. To śp. Marysia wprowadzała go w tajniki AA. Na przyszły rok obiecał zamówić specjalnie na rocznicę cukierki. J.... już dwa lata nie pali. K.... cieszy się, że może na mityngu spotkać swojego terapeutę, ma ponad 2 lata trzeźwości. Prowadzący J.... wspomnił również swoje kombatanckie czasy z początków KONTAKTU, dziś ma ponad 3 lata trzeźwości. Tuż przed przerwą głos zabrał skarbnik grupy L.... Przypomniał na co są zbierane pieniądze do „wielbłąda”. Za te pieniądze jest niesione posłanie AA przez Intergrupy, Region, BSK. Tylko nieznaczna część jest przeznaczona na potrzeby grupy. Wspomniał, że po okresie sprawdzania się „powrócił” do wspólnoty i zastał niezmiennego ducha i tych samych ludzi. Obecna funkcja jest nauką odpowiedzialności, jest trudna ale cieszy. Zachęca do zakupu wyłożonej z boku literatury AA / była jednak zasłonięta przez siedzących/. Po przerwie D... wyjaśniła, że nie robi rocznic, bo kiedyś zapiła, skupia się na HALCIE i 24 godzinach, czuje się nieakceptowana przez pijących. S... swą wypowiedź zatyłował jako "czas i pieniądze na tle buractwa". Po 10 latach będzie miał 50.tkę. A...., kiedyś spo-

## „Życie moje....”

Jak sięgam pamięcią, już w dzieciństwie alkohol panował w moim domu. Ojciec alkoholik, po pijanemu bił Mamę, robił awantury. Z tym wzrastałem. W 14 - tym roku życia po raz pierwszy sam się upiłem. Wymiotowałem, dostałem rугę od rodziców i tak poznałem kaca. Będąc uczniem szkoły zawodowej, bardzo często przychodziłem do szkoły po alkoholu. Miałem z tego powodu sporo nieprzyjemności. W wieku 17 lat, po wypiciu sporej ilości alkoholu, narozrabiałem i dostałem 6 miesięcy do odsiadki. Kara niczego nie zmieniła, nadal piłem, kradłem i w przeciągu pół roku wróciłem do więzienia na 4 lata. Wyrok ten również nie zmienił mojego życia, piłem dalej i robiłem przykre sprawy. Udało mi się podjąć pracę ożeniłem się pijąc często i upijałem się. Po 10 latach picia alkohol zaczął przeszkadzać mi w pracy, domu rodzinnym. Zdecydowałem się na leczenie w przychodni – antikolem a później esperalem. Przez następne 15 lat. Oczywiście wszystkie próby wcześniej czy później zapijałem. Zmieniałem pracę za pracą, a moje małżeństwo wisiało na włosku. Życie stawało się nie do zniesienia. W 1990 roku przeżyłem zawał serca, co wcale mnie nie powstrzymało od picia. Piłem jeszcze więcej i częściej. Doszło do tego, że miałem dość życia chcąc zapić się na śmierć. Coraz częściej lądowałem w szpitalach na zatory, niedokrwienie lub stany pozawałowe. W ostatnich dwóch tygodniach picia, padłem na kolana przed obrazem Jezusa i prosiłem Go o zabranie z tego świata, byłem już u kresu wytrzymałości życia. Piłem jeszcze 1,5 tygodnia i przez telefon z programu „wódka pozwól żyć”, za pośrednictwem mojej żony znalazłem się w AA. Było to w 1994 roku – mój pierwszy mityng, wtedy odczułem, że sięgnąłem dna. Alkohol przeszkadzał mi w codziennym życiu, nie potrafiłem normalnie funkcjonować. Z pierwszego mityngu nie wiele wyniosłem, o czym była rozmowa? Natomiast zapamiętałem prowadzącego przyjaciela, który podszedł do mnie na przerwie. Powiedział krótko – Przychodź a będzie wszystko dobrze. Myślę, że to było to coś, co dało mi tak dużo siły do przetrwania pierwszych chwil i następnych dni. I od tamtej pory chodziłem na mityngi codziennie. Na początku mojej nowej drogi, starałem się zastosować do zasad, które usłyszałem. To było nie chodzenie w te miejsca gdzie piłem, nie trzymanie alkoholu w domu, pozbyłem się wszystkiego co przypominało mi picie. Zerwałem z kolegami od picia, poszedłem do nowej pracy a wolny czas spędzałem na mityngach i wycieczkach po lesie. Po trzech miesiącach nie picia, zacząłem zmywać szklanki na grupie i to była moja pierwsza służba około 4 miesięcy. Potem przyszedł bunt i moja pycha podpowiedziała mi zostaw to i tak się stało. Przyszło zniechęcenie i chęć napicia. Ale strach i wstyd kazał mi na szczęście chodzić codziennie na mityngi. Myślę, że to uratowało mnie przed zapiciem i powrotem do starego życia. Chodziłem na spotkania ze zdwojoną siłą. Uczyłem się słuchać i powoli łapać o co w tym programie chodzi. Nie wiem kiedy minęło półtora roku jak nie piłem. Zdecydowałem się na terapię i kontakt indywidualny z terapeutą i psychologiem. Oczywiście nie opuszczałem mityngów, godziłem jedno z drugim. Myślę, że terapia i mityngi uświadomiły mi, że jestem chorym alkoholikiem na duszy, ciele i umyśle. Dowiedziałem się, że alkoholizm jest chorobą zakłamania i zaprzeczania. Upiętno sporo czasu, zanim zacząłem stosować program w swoim życiu. Usłyszałem coś takiego jak wzrastanie w służbie. I wtedy coś pękło, po upływie trzech lat podjąłem się kolejnej służby na jednej z grup. Od mycia szklanek, prowadzenia mityngu, skarbnikowania i końcu mandatariusza, którą pełniłem przez 2,5 roku ze względu na brak chętnych. W międzyczasie zaproponowano mi skarbnika intergrupy. Oczywiście przyjąłem. Po upływie 2 lat

nasza III Tradycja. Wciąż opowiada on o swojej jeździe do San Diego na tyle mojego picia. Choroba Barb rozwinęła się do tego stopnia, że nie może ona już dłużej zajmować się sobą ani porozumiewać się. W głębi serca wiem, że wewnątrz tego wątego, podupadającego ciała tkwi alkoholik tęskniący za mityngiem AA.

Chcę prosić każdego z was o uświadomienie sobie potrzeb niektórych trzeźwiejących AA. Jestem absolutnie pewien, że w waszej społeczności jest ktoś taki, jak moi przyjaciele. Poszukajcie ich. Wyciągnijcie ręce. Chcą oni takiego samego dostępu do AA jak wy macie. Jest to warta wysiłku praca Dwunastego Kroku i jest to wspaniały sposób wydostania się na zewnątrz swego egoizmu.

Jim J., Gold Beach, Oregon. na podstawie GRAPEVINE

## Z korespondencji do redakcji



Serdecznie dziękuję za korespondencję podpisaną "Fanka AA". To dosyć długi list, niestety nie mieści się w aktualnym temacie MITYNGU. Zachowamy go w archiwum do ewentualnego późniejszego wykorzystania. A oto kilka wybranych fragmentów z listu: (...)Najbardziej podobało mi się:

*"dałam mu bardzo dużo swobody", co zabrzmiało trochę jak oświadczenie właścicielki spuszczałającej od czasu do czasu pieska ze smyczy...*

*(...)To nie tak, że jestem podłą, cyniczną kobietą, która upatrzyła sobie "niewinną" ofiarę.*

*Jeżeli już ktoś-kogoś, to raczej on wypatrzył mnie w tym całym rozgardiaszu. Pewnie*

*dostrzegł coś, czego mu było brak...(...) W praktyce przerobiłam sławetne "powikłanie emocjonalne". Dowiedziałam się, że emocje mogą boleć fizycznie. Myślę, że nic tak nie*

*potwierdza trafności zaleceń AA jak samo życie. Dziękuję również za pochlebne słowa jakie otrzymaliśmy od korespondenta z Gdańska. Cieszy fakt, że na Wybrzeżu mamy swoich czytelników, choć mamy świadomość, że MITYNG jest regionalnym biuletynem informacyjnym przygotowywanym jako pomoc w pracy warszawskich grup AA.*

Sporo refleksji wzbudził list podpisany Cohen AA. Poniżej zamieszczamy kilka słów z listu:

*.....Czułem się lepszy od innych. ....Czułem się także coraz bardziej pewny siebie. Tak jakby krok pierwszy przestawał mnie dotyczyć. .... jakże/ takie myślenie/ jest dla mnie niebezpieczne. .... Moje życie, trzeźwe życie jest jak okrąg. Gdzieś był początek mojej drogi, gdzieś jest jego koniec. Pośrodku tego okręgu jest alkohol i bez względu jak długo nie piję odległość do niego jest taka sama..... moją sprawą jest, w którą stronę jest zwrócony mój wzrok i co z sobą robię. Bo to ja i tylko ja jestem odpowiedzialny za samego siebie.*

Liczymy na dalszą korespondencję. Do K.S. — interesuje nas, jak program AA pomaga w życiu bez alkoholu .

Pogody Ducha życzy redaktor MITYNGU



**INFORMACJE:** Chcesz SPONSOROWAĆ,  
potrzebujesz SPONSORA - zadzwoń!!!  
informacje w PIK - u, tel. 616 - 05 - 68





## MÓJ GŁÓWNY CEL .

Co było moim celem życiowym? Tak naprawdę nie wiem, chyba to by życie było lekkie, łatwe i przyjemne. Chciałem jak najmniejszym nakładem sił ślizgać się bezkarnie przez życie. Nie dając nic od siebie chciałem czerpać z życia jak najwięcej. Tak naprawdę miałem w życiu tylko rozległe plany i kompletny brak odwagi na realizację choć niewielkiej ich części.

Chociaż rzadko coś mi z tych planów wychodziło w swoim egoizmie czułem się kimś niezwykłym, najlepszym, niepokonanym. Niesamowitą „pomoc” w snuciu moich wizji dawał mi alkohol. Wyciągał do mnie swoją „pomocną” dłoń a później jak ostatni zdrajca mnie zniszczył. Stałem przed poważnym dylematem. Co mam robić, czy mam mu mimo wszystko wierzyć. Wtedy będąc na skraju przepaści ujrzałem swój dotychczasowy cel – był nim, już od wielu, wielu lat alkohol a wokół niego pustka. Całe moje życie kręciło się wokół niego. Wszystko co robiłem, robiłem dla niego lub aby go zdobyć. Ja nie żyłem po to aby pić, ja piłem bo nie umiałem żyć inaczej. Nie wiem co by się stało ( a właściwie wiem – odpowiedź jest doskonale znana) gdyby nie Wspólnota AA. To ona dała mi odpowiedź na to co się stanie gdy będę żył bez celu w życiu. Pomogła mi wymazać cel alkoholowy i ukazała inne wartości o których nie miałem pojęcia. To dzięki niej doznałem łaski uwolnienia od obsesji picia. To za tą obsesją ukazał mi się inny, piękny, kolorowy świat, tylko że ja nie potrafiłem się w nim odnaleźć. Musiało minąć kilka lat bez alkoholu abym nauczył się w tym świecie poruszać, abym poczuł się w tym nowym świecie szczęśliwy. Konieczna była do tego pokora i determinacja właśnie w dążeniu do obranego celu. Dzięki Wspólnocie i pomocy sponsora obrałem swój życiowy cel i do niego ciągle dążę. Tym celem jest Szczęśliwa Rodzina i poza moją trzeźwością jest to najważniejsza wartość w moim życiu. Wszystkie sprawy, na które mam wpływ staram się ułożyć pod kątem moich najbliższych. Podstawową zasadą jest zasada równości. Każdy w rodzinie ma te same prawa, nie ma lepszych i gorszych, mądrych i mądrzejszych. Zrozumiałem, że na wszystko w życiu trzeba zapracować i że aby móc zebrać owoce trzeba najpierw zasiać ziarno i je sumiennie pielęgnować. Wymaga to ode mnie wiele pracy, poświęceń, wyrzeczeń a przede wszystkim pokory. Im więcej pracy w to wkładam, tym większa jest radość z efektów, a gdy są jakieś niepowodzenia, to dopingują mnie one do jeszcze większego wysiłku. Nie potrafię opisać ile jest radości w zwykłym dniu, cieszę się z prostych rzeczy, których to do niedawna wcale nie zauważałem. Jaka jest frajda ze wspólnie podejmowanych decyzji, z zaplanowanego razem weekendu. Ile radości może dać wspólna zabawa z dziećmi, a satysfakcja ze wspólnej nauki i poznawania świata? Powoli zaczynam się przeistaczać z człowieka zdążającego do nikąd w osobę odpowiedzialną. Wreszcie zaczynam być dorosły, staję się powoli mężem i ojcem nie tylko na papierze. A wystarczyło „tylko” znaleźć cel w życiu i konsekwentnie, stale do niego dążyć.

Sukcesów w poszukiwaniach życzy Romek AA.



**Uwaga !!! SPOTKANIA w WESOŁEJ  
RUSZAMY 8 MAJA**

## TERAPIA III

Psycholog to doskonały kumpel. Nie wymądrzał się, był szczerzy i uczciwy. Mówił przekonująco i dobitnie a przy tym łatwo przyznawał się do niewiedzy. Był okazem, który trzeba chyba wziąć pod ochronę. Nie musiał czegoś udawać ukrywając się pod kolejną maską. Był sobą i to było najważniejsze. Nie skreślił mnie, jak inni z listy żywych. Na początku było ciężko, ale po pewnym czasie przyzwyczałem się do pustki wokół siebie. Wchodziłem do wanny, pełnej ożywczego płynu i emocjonalnego ciepła. Dobry szampon lub mydło oczyszczało z życiowego brudu, hipokryzji, ludzkiej obłudzie, złych, podłych ludzi, których miałem wokół siebie. Po kilku minutach opadał brud całego świata a jeszcze potem zimny prysznic studził poglądy Psycholog / czy nie genialny facet? / mówił do mnie jakby z wysokości żyrafy. Na początku próbowałem się odgryzać językiem szakala, ale i tak byłem bez szans. Są ludzie, którzy potrafią mówić szczerze, pamiętając o tym, że nie mają monopolu na prawdę. Właściwie to do kościoła zacząłem chodzić gdy był cichy i pusty. Łatwiej było rozmawiać z Bogiem. Po kilku tygodniach rekonwalescencji raczej moralnej niż zdrowotnej, zadzwonił do mnie szef. - *Kolego, nie mogę zaproponować wykładów, ale jest 1/2 etatu w jednym z gimnazjów. Młodzież zdolna, ale i skomplikowana, potrzebuje faceta, który nie boi się trudnych pytań.* Z jednej strony propozycja pracy była błogosławieństwem. Z drugiej obawiałem się Waterloo. Porównanie z Napoleonem jest o tyle sensowne, iż podobnie jak on, miałem swoją wyspę św. Heleny. Moim azylem było mieszkanie pełne książek, płyt i dobrej herbaty. Zrezygnowałem z kawy, a wszystkie soczki znalazły swój koniec w śmietniku. Miałem kilka dni do namysłu, lecz rachunki do zapłaty wyraźnie ograniczały pole manewru. Dyrektor szkoły to gość żywcem wzięty z książki Frankla - „Nieuświadomiony Bóg”. Powiedział, że czasami trzeba być na dnie, aby potem zmądrzeć na resztę życia. Tylko głupiec wchodzi dwa razy do tej samej rzeki – dodał na końcu. Rozpoczynam pracę. Dziewięć godzin, to może nie za dużo, ale zawsze szansa na rozpoczęcie nowego życia. Czułem się znów jak Napoleon wyruszający na Moskwę. Pamiętam jednak, że powrót Napoleona był jedną wielką klęską. Zdecydowanie muszę się okazać lepszym strategiem. Dzisiejsza strategia polega na uczciwości. Zadzwonił telefon. To pozdrowienia od dawnych przyjaciół. Byłem szczęśliwy...

KS



*Czy alkoholik to czasem nie taki.  
I cacusęco, co to aby żyć, musi  
mieć problemy, a jak ich nie ma,  
to je sobie wymyśli, a jak  
wymyśli, to musi je rozwiązywać,  
a jak nie może,  
to się uśala nad sobą?*

