

KALENDARIUM SPOTKAŃ SŁUŻB AA W REGIONIE WARSZAWA

INTERGRUPA AA „ATLAS” – trzecia niedziela godz. 14⁰⁰ spotkania w terenie

adres koresp. 08-110 SIEDLCE ul. PONIATOWSKIEGO 26 SZPITAL WOJEWÓDZKI

INTERGRUPA AA „MOKOTÓW” – ostatni poniedziałek godz. 18⁰⁰

02-672 WARSZAWA ul. DERENIOWA 12 DOM PARAFIALNY

INTERGRUPA AA „NAREW” – pierwsza niedziela godz. 17⁰⁰

07-400 OSTROŁĘKA ul. GOWOROWSKA 8a KLUB ABSTYNENTA

INTERGRUPA AA „PÓLNOC” – pierwszy czwartek godz. 18⁰⁰

01-188 WARSZAWA ul. KAROLKOWA 49a

INTERGRUPA AA „SAWA” – ostatnia sobota godz. 17⁰⁰

03-416 WARSZAWA ul. BEREZYŃSKA 17

INTERGRUPA AA „WARS” – pierwszy piątek godz. 18⁰⁰

02-532 WARSZAWA ul. RAKOWIECKA 61 KOŚCIÓŁ A. BOBOLI

INTERGRUPA AA „WSCHÓD” – trzecia środa godz. 18⁰⁰ WARSZAWA ul. BEREZYŃSKA 17

ZESPOŁY SŁUŻB AA REGIONU WARSZAWA

Spotykają się w PIK, Warszawa ul. Berezyńska 17, lokal nr 10.

ds. FINANSÓW czwarty czwartek m-ca godz. 18⁰⁰.

ds. INFORMACJI PUBLICZNEJ I WSPÓŁPRACY Z PROFESJONALISTAMI

oraz ds. INTERNETU pierwszy czwartek m-ca godz. 18⁰⁰

ds. LITERATURY drugi czwartek m-ca godz. 18⁰⁰

ds. ORGANIZACJI trzeci czwartek m-ca godz. 18⁰⁰

ds. ZAKŁADÓW KARNYCH czwarty czwartek m-ca godz. 18⁰⁰

Spotkania **KOLPORTERÓW LITERATURY** drugi czwartek m-ca godz. 17³⁰

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. 16⁰⁰

03-904 WARSZAWA ul. BEREZYŃSKA 17.

NAJBLIŻSZE SPOTKANIE ODBĘDZIE SIĘ 17.07.2004

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

mit yng @ o p . p l

lub dostarczajcie je do Zespołu ds. Literatury

w każdy wtorek i czwartek w godz. 17⁰⁰ - 20⁰⁰ ul. Berezyńska 17.

PUNKT INFORMACYJNO KONTAKTOWY

Od pon. do pt. godz. 16⁰⁰-21⁰⁰ Warszawa ul. Berezyńska 17 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**

Piątki - dyżury pełni Intergrupa **PÓLNOC**



MITYNG

Biuletyn Regionu Warszawa

NUMER 06/84/2004

CZERWIEC 2004

ZNASZYCH ARCHIWOW

Mój pierwszy mityng

Przychodzę na swój pierwszy mityng. Słucham ale niewiele rozumiem. Zadano mi jakieś pytanie i przyjęto do AA oklaskami. Zrozumiałem na tyle, że zostałem AA i mam teraz nieść posłanie. Na następnym mityngu czułem się więc upoważniony aby zabrać głos ale już jako AA. Przypomniałem sobie to, co poprzednio usłyszałem - choć nie rozumiałem - i pomieszałem ze swoim poplątaniem, a następnie dumnie się wypowiedziałem. Nie byłoby to wcale tragiczne, gdyby na kolejnym mityngu poprzednio przyjmowany AA nie powtórzył tym razem moich słów, tylko,

że jeszcze bardziej wszystko zagmatwał, a później na kolejnym mityngu następny, następny itd... aż któregoś dnia znalazłem się na mityngu, gdzie wszyscy powtarzają chaotyczne, niezrozumiane słowa i ja zacynam sobie zdawać sprawę, że jeśli wartość przedstawianych doświadczeń jest taka, jak moje pierwsze własne słowa, to możliwe, że moja trzeźwość jest zagrożona. Na tym mityngu nikt nie mówił o programie AA, o tym co działa i jak działa, liczyło się tylko to, co ja mam do powiedzenia.



1. Dziś nie pij
2. Idź na mityng
3. Czytaj literaturę AA
4. Rozmawiaj ze sponsorem

A odnajdziesz drogę do Boga, który Ci pomoże

Barmin

- Kącik weteranów, trochę historii AA, z naszych archiwów. -

„MÓWIĆ MĄDRZE, TO NIE ZNACZY DUŻO”

Zostałem poproszony, abym na bazie własnych doświadczeń i rozmów, jakie prowadzę z przyjaciółmi, którzy już parę ładnych lat nie piją, znają i stosują na co dzień program 12 Kroków, napisał na temat „co chciałbyś powiedzieć człowiekowi, który przychodzi na swój pierwszy w życiu mityng i stoi gdzieś samotny w kącie korytarza. On jeszcze nie bardzo wie, po co tu przyszedł, nie bardzo pamięta jak się nazywa, trzęsie się jak barani ogon, najchętniej by uciekł, ale nie ma na to siły.” Zadanie było o tyle skomplikowane, że od pomysłodawcy dostałem jeszcze jedną ważną wytyczną – miałbyś do dyspozycji JEDYNNIE 3, maksimum 4 zdania. W pierwszej chwili pomysł wydał mi się niedorzeczny, ale po zastanowieniu doszedłem do wniosku, że warto się nad tym zastanowić. Wróciłem myślami do swojego pierwszego mityngu, do ludzi, których na tym mityngu spotkałem i nagle skojarzyłem sobie, że ludzie pamiętam, ale tego co do mnie mówili – NIE. A przecież wierzę głęboko w to, że na tym pierwszym mityngu i na kolejnych, kiedy przed mityngiem i w przerwie stawałem zawsze z boku, samotnie – **STARALI SIĘ PRZEKAZAĆ MI JAKIEŚ WAŻNE DOŚWIADCZENIA**. Dlaczego tego nie słyszałem ??? Wiem - nie potrafiłem wtedy słuchać – to jest prawda, a właściwie część tej prawdy. Dziś wiem, że w tamtym okresie nie byłem w stanie przyjąć ich doświadczeń w takiej ilości, jaką w dobrej wierze starali mi się przekazać. Miałem łeb pusty jak sagan, pod czaszką pracował mi kombajn „Bizon”, albo inna sieczkarnia, moje uszy nie rozróżniły żadnych dźwięków, a w środku byłem jak galareta. A przecież jest tak, że i dziś, kiedy na mityngu zjawia się ktoś „nowy”, prowadzący prosi, aby „podzielić się z nim swoim doświadczeniem”. (kiedyś był taki dyżurny temat dla „nowych” – „co mi dało AA”). A jeżeli tym „nowym” okaże się dziewczyna i to niebrzydka, to zawsze się znajdzie taki zuch [**bardzo często byłem to ja sam !!!**], który zacznie „rzeźbić” o swojej drodze we Wspólnocie, o swoim pierwszym mityngu i trwa to czasami pół mityngu. Ostatnio, kiedy już przymierzałem się do napisania tego tekstu, obserwowałem na „swoim” mityngu taki wypadek, kiedy jeden z przyjaciół przez 32 minuty [z zegarkiem w ręku] „dzielił się doświadczeniem” z dziewczyną, która była na swoim pierwszym mityngu. Jestem ciekaw, czy cokolwiek do niej dotarło, mimo, że jak sama powiedziała, już kilka miesięcy nie pije. Zastanawiam się jaki sens ma przy takich okazjach „wrzucanie” „nowemu” tych wszystkich hasel aowskich, których delikwent” i tak nasłucha się, jeżeli tylko będzie chodził na spotkania? Nie mnie to oceniać. Poprosiłem o „odrobienie tych lekcji” kilku swoich przyjaciół, od których sam przez lata wiele się nauczyłem i z doświadczeń których czerpię nadal. A oto ich wypowiedzi: **Tadeusz-Kraków [16 lat trzeźwy]** „Cześć - ja mam na imię Tadeusz - jestem alkoholikiem! Przedtem piłem przez ponad 20 lat. Chodzę na spotkania AA od 16 lat i nie pije. Nic lepszego od AA nie znalazłem, więc tu jestem i nie boję się żyć.” **Elżbieta -Warszawa [5 lat trzeźwa]** "Dobrze, że jesteś. Nie jesteś już sam; razem łatwiej jest sobie radzić z tą chorobą. Można nie pić i żyć - skoro mi się udaje, dlaczego nie miałoby się udać i Tobie? Spróbuj nie pić dzisiaj, a jutro - znowu przyjdź na mityng". **Antek - Bolesławiec [16 lat trzeźwy]** „W AA nic nie musisz. Weź to co ci pasuje, a resztę olej. Przyjdź przynajmniej 5 razy zanim powiesz ”to nie dla mnie”. Nawet jeżeli po wyjściu stąd napiszesz się, to i tak przyjdź”. **Wacek - Kraków [19 lat trzeźwy]** „To jest recepta znana od prawie 70 lat i działa w moim przypadku już 19 lat. Nie piję, chodzę 3 razy w tygodniu na mityngi, mam sponsora i wierzę, że wszystko będzie dobrze”. **Felek - Warszawa [25 lat trzeźwy]** „Jesteś w najlepszym

480 zł na literaturę, a pozostałą kwotę równomiernie na BSK, Region i Kraków. **Kazimierz i Janusz** przekazali informacje o współpracy z ZK. Na Mokotowie i w Grodzisku mityngi odbywają się normalnie - w Grodzisku mityngi prowadzi więzień. Na Kłobuckiej brakuje chętnych przyjaciół z zewnątrz do brania udziału w mityngach - prośba o wsparcie. **Elżbieta** poinformowała, że mityngi w spikerskie (grupa Wisła) mają zapewnionych spikerów do końca czerwca. Spotkanie zakończono modlitwą "Pogodę ducha". Sekretarz Intergrupy WARS Bogdan

OGŁOSZENIA I INFORMACJE

Powstała nowa grupa MOST

Mityngi w soboty o godz. 12.00 przy ul. Waliców 25 (kościół Baptystów)

Zmiana adresu Grup **STRZAŁKA** i **TECZA** w Grodzisku Mazowieckim z Limanowskiego 6 na Kościuszki 11 (godziny i dni mityngów bez zmian)

MITYNG KOBIECY w Sochaczewie (Boryszew)

ul. 15 Sierpnia przy plebani Kościoła NMP, w pon. o godz. 18:30

Okiem redaktora MITYNGU

Na spotkaniu Rady Regionu Warszawa w dniu 15 maja br. wybrano osoby do prowadzenia warsztatów 12 Kroku i 12 Tradycji oraz spikerów na Złocie Radości w Krakowie. Wnioski z ostatniej Konferencji Regionalnej zostały przekazane do rozpatrzenia przez zespół organizacyjny. Rozpatrywano propozycję miejsca najbliższej Konferencji Regionalnej - sala konferencyjna parafii ul. Dereńniowa, sprawa parkingu i czasu do dyspozycji. W związku z powodzią w PIKu część literatury została zalana i zniszczona. RR podjęła decyzję pokrycia strat. Będą potrzebne siły fachowe do przeprowadzenia remontu. Oczekiwane jest zaproponowanie tematu Konferencji Krajowej. Prośba do Regionu o osoby do pomocy np. liczenia głosów na KSK. Znacznie spadły wpływy do kasy Regionu. Może być więcej kolporterów, ale muszą się cieszyć zaufaniem grup. Archiwum jest w stadium opracowywania posiadanych dokumentów/artykułów w MITYNGU/. Do PIKu dociera więcej pytań o bank sponsorów. Internetowcy szykują spotkanie w Iłży. Literaci zwrócili uwagę na wydanie ulotki adresowej, szykują specjalne wydanie MITYNGU dla ZK, archiwum w internecie. Zakłady Karne bez zmian, choć kłopoty z opieką na Służewcu. Później wysłuchaliśmy informacji z intergrup. ATLAS ma dużo chętnych na warsztaty sponsorowania NAREW chce zmienić formułę pracy i przeprowadzić mityngi informacyjne w ZK. Intergrupa PÓŁNOC chce ponownie urządzić warsztaty tradycji AA 3 lipca. Wywiązała się dyskusja o aktualizacji Karty Konferencji, zapis przygotowuje archiwista.

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

Jeżeli chcesz otrzymywać drogą mailową artykuły z biuletynu MITYNG, napisz na nasz adres:
mit yng @ op . pl



PROTOKÓŁ z spotkania Intergrupy AA „SAWA” w dniu 24.04.2004r Berezynska 17

Przywitanie tekstem „Jestem odpowiedzialny”. Spotkanie poprowadziła rzeczniczka intergrupy – Beata Wspólne odczytanie Tradycji AA. W spotkaniu uczestniczyło 21 przedstawicieli z grup. Odczytano sprawozdanie z poprzedniego spotkania intergrupy, oraz sprawozdanie z XXI Konferencji Służb Regionu Warszawa, która miała miejsce 17 kwietnia Br. w Otwocku. Warsztaty odbyły się na temat: „Dobrze zorganizowana, ale Wspólnota”. Sprawozdanie służb intergrupy: Skarbnik – Teresa wpłaty z grup 24.04.2004r. 250 zł; Kolporter literatury – Eryk; zakupił 60 MITYNG-ów, Skrytki 35 szt., Książeczki Adresowej 150 szt. Poinformował, że podniesiono ceny niektórych pozycji literatury AA (od prawie 3 lat ceny nie ulegały zmianie); Koordynator PIK – Andrzej: dyżury były pełnione lecz nie obyło się bez drobnych kłopotów. Przypomniał, że intergrupa zobowiązała się „obsadzać” wszystkie wtorki. I tak I wtorek dyżur pełni grupa LOURD, II grupa LEGIONOWO, III Leszek, IV grupa WOŁOMIN. Łącznik internetowy intergrupy – Jola nieobecna Andrzej poinformował, że może ściągnąć z internetu wszystkie spływające informacje; Łącznik ds. ZK – Piotr nieobecny. Wieści z grup: mandatariusze zdali relacje z pracy grup i podzielili się refleksjami na temat Konferencji w Otwocku. Grupa NARESZCIE służby obsadzone, brak mandatariusza; PRZEMIENIENIE (Szpital Prąski) środa godz. 18.30 **prośba o wsparcie**, przychodzi 3-4 osoby, działa tu detox; ECHA LEŚNE służby obsadzone, dobra frekwencja; EFFATHA 15-30 osób, praca w oparciu o literaturę AA i Refleksje oraz Kroki i Tradycje; REMBERTÓW praca na Refleksjach i Wielkiej Księdze; OLSZYŃKA praca na literaturze AA; OSTROBRAMSKA grupa działa; LOURD służby obsadzone, I śródmięsiąca omawiane są Tradycje, **stały kolporter literatury**; NADZIEJA (Legionowo) dość liczna, służby – większość obsadzona, 1 h Refleksje 2 praca nad programem AA; LICZYDEŁKO (Ząbki) literatura w sprzedaży, niosą posłanie do Drewnicy, wybrano skarbnika, obsadzone wszystkie służby; ISKIERKA (Wołomin) praca na programie i literaturze AA, frekwencja dobra, służby obsadzone; NIMB służby obsadzone, kolporter literatury, praca oparta o literaturę AA, czytanie treści całych rozdziałów w ciągu miesiąca z książki „Dwanaście Kroków i Dwanaście Tradycji”, Refleksje, ostatni mityng miesiąca – spikerski, frekwencja dobra; BRÓDNO służby obsadzone, praca – Refleksje, Kroki, dobra frekwencja; ALBERT (Pułtusk) gr. prężna, służby obsadzone, praca na programie AA. Andrzej – przewodniczący zesp. ds. internetu podał swój adres e-mail – **jedrek464@wp.pl**. Omówiono IV Tradycję. Prośba o uaktualnianie wykazu grup z intergrupy SAWA, podanie dokładnych danych o działaniu grupy do książeczki adresowej i internetu. Spotkanie zakończono tekstem „Jestem odpowiedzialny”.

Sekretarz Elżbieta

SPRAWOZDANIE ZE SPOTKANIA INTERGRUPY WARS W DNIU 7 maja 2004r.

Spotkanie rozpoczęto tekstem "Jestem odpowiedzialny". W spotkaniu wzięło udział 40 przedstawicieli grup. **1.** Dyżury w Punkcie Informacyjno-Kontaktowym - ŚRODY w godz. 16.00- 21.00 2.06 - Kolska; 9.06 - Foksal; 16.06 - Jakub; 23.06 - Dziesiątka; 30.06 - Klemens. **2.** Sprawozdania ze służb Intergrupy złożyli Jacek, Mirek, Bogdan, Kazimierz i Danusia. **Jacek** rzeczniczka Intergrupy - podziękował mandatariuszom za udział w 21 Konferencji Regionu. **Mirek** poinformował o przygotowaniach do mityngu informacyjnym dla duchowieństwa Poinformował również, że Zespół ds. Informacji Publicznej sprawdzi czy w prasie lokalnej są właściwe informacje o telefonach i adresach. **Bogdan** poinformował, że Zespół ds. Internetu ma zamiar zorganizować spotkanie wszystkich łączników internetowych aby wypracować zasady pracy tej służby. **Kazimierz** poinformował o podniesieniu cen na literaturę - szczegółowe informacje można znaleźć w Skrytce. **Danusia** skarbnik - poinformowała, że suma zebranych składek z grup w dniu 7.05.04 wynosi 1185 zł w tym na Złot w Krakowie 85 zł i literaturę 10 zł. Mandatariusze postanowili przeznaczyć

miejscu dla alkoholika. Teraz tylko codziennie rano przyrzeknij sobie, że dzisiaj się nie napijesz, chodź na mityngi i słuchaj aż usłyszysz”. **Michał – Rabka [18 lat trzeźwy]** „Niewiele na początku rozumiałem, ale czułem, że to może być moje miejsce. I tak się stało. Trzymaj się tego przez jakiś czas, pobądź z nami przez kilka miesięcy, a potem zadecydujesz – czy zostać z nami, czywrócić do swojego nieszczęścia”. **Wiktor – Warszawa [20 lat trzeźwy]** „Nie lękaj się, słuchaj uważnie. Nie musisz we wszystko, co tu usłyszysz, wierzyć ani wszystkiego rozumieć: wiele słów wyda ci się niezrozumiałe, sprzeczne z tym, w co wierzysz, albo wręcz bez sensu. Nie koncentruj się jednak na nich, lecz na tym, z czym się utożsamiasz, na przeżyciach i odczuciach, które są podobne do twoich. Pamiętaj tylko o jednym: ludzie tu zgromadzeni wiedzą jedną rzecz lepiej od ciebie: jak nie pić - i tego próbuj się od nich dowiedzieć”.

A co sam chciałbym powiedzieć naszemu nowemu przyjacielowi?

Chyba tylko: „Wiem dobrze jak jest Ci ciężko i parszywie, bo kiedyś też stałem tak samotnie i nie wierzyłem, że w moim życiu jeszcze coś się zmieni. Ale chciałbym abyś TY UWIERZYŁ, ŻE BĘDZIE DOBRZE. Bo źle – już było.”

**Krzysztof, zwany Napoleonem
Warszawa, kwiecień 2004.**

Z życia Regionu - nasze archiwa

W biuletynie Mityng kilkakrotnie ukazywała się „Historia warszawskich grup Anonimowych Alkoholików”. Zaczyna się ona w maju [23 lub 30] 1980r – w pomieszczeniach ZLO odbyło się pierwsze w Warszawie spotkanie grupy AA, która przyjęła nazwę „Odrodzenie” i była czwartą grupą AA w Polsce. W spotkaniu tym udział wzięli Ryszard Ż., Marian G., Kazik J., oraz dr Bohdan Woronowicz. W październiku 1992r. ukazał się Nr. 1. biuletynu MITYNG i jest to pierwszy dokument zachowany w archiwum naszego Regionu. Po nim idą następne: List do Jego Ekscelencji Ks. Biskupa Romaniuka od wspólnoty AA Pragi-Południe z 18.03.1993r. Protokół ze spotkania na którym utworzono drugą po Warsie intergrupę Sawa z 15.05.1993r. Protokół ze spotkania w celu powołania Regionu Warszawa z 18.12.1993r. Protokół z I Konferencji Regionu Warszawa z 27.05.1994r. Dzisiaj zasoby archiwum mieszczą się jeszcze w szafie na Berezynskiej, ale już trzecia półka jest mocno pełna. Od jesieni ubiegłego roku pełnię służbie archiwisty Regionu i dzięki temu mogłem zapoznać się dużo lepiej z jego historią. Grzebiąc się w tych papierach, zatrzymuję często myśli na latach 1980 – 1992. Leży obok mnie wspomniana wyżej „Historia warszawskich grup AA”. Liczy sobie 8 stron suchych dat i faktów, z tego 2 strony zajmuje okres 1980 – 1992. W archiwum jest to jednak biała plama. Ubarwiają ją jedynie trzy wywiady: z Felkiem w Mityngach 36-37, Kaziem – Mityngi 38-40 i z Jankiem „Szamponem” – Mityng 52. Czytałem te teksty z zainteresowaniem, czekając z niecierpliwością na dalszy ciąg, mimo, czy też raczej dlatego - że lata 80-92 to dla mnie czysta historia – piłem wtedy jeszcze tego. Ciesząc się z tego że są, mam nadzieję, że czas zadziała na naszą korzyść i biała plama zacznie nabierać coraz żywszych barw. Historia wspólnoty, którą poznaję dzięki archiwum, zbliża mnie do tych wszystkich, którzy ją w przeszłości tworzyli. To uczucie wdzięczności i bliskości, tak wyraźne, pojawiło się niedawno, ale jak się przekonałem zadomawia się we mnie na dobre.

archiwista Regionu Warszawa

DOSTAŁEM SZANSĘ - TERAZ MAM MOŻLIWOŚĆ PRZEKAZAĆ JĄ MOJEJ ŻONIE.

Może ten tytuł brzmi przewrotnie, lecz oddaje całkowicie to, co czuję. Nie ma nic wspólnego z poczuciem winy, litości czy wreszcie mojego egocentryzmu, ale wynika z wdzięczności i miłości. Wielokrotnie na mityngach słyszę jak inni sobie radzą z problemami rodzinnymi, jak je rozwiązują. Czasami przez rozstanie. Mnie również ten problem nie ominął. Start w trzeźwe życie był wynikiem porzucenia mnie przez żonę, która na dodatek zabrała ze sobą naszą córkę. To był dla mnie koniec wszystkiego. Tak wtedy pojmowałem. Na początek przestałem pić. W naszej literaturze wyczytałem, że otrzymałem ogromną łaskę i szansę na nowe lepsze życie. Łapałem je całymi garściami. Po jakimś czasie moje dziewczyny, widząc że wydarzyło się coś niezwykłego, powróciły do mnie. Przez wiele lat mojego picia nie spotkały się z taką odmianą z mojej strony. Mogłem rozpocząć odbudowanie więzi rodzinnych. Moje życie ulegało zmianie za sprawą sponsora, terapii, mityngów, służb. Program AA stał się dla mnie programem rozwoju. Nie musiałem długo czekać na pierwsze efekty. Musiałem tylko nauczyć się je zauważać i cieszyć z nich. Wszystko było fajnie. Pozwraçałem długi, a listonosz przestał przynosić wezwania. Jednak w domu nie mogłem przekroczyć pewnej bariery. Cały czas oczekiwałem, że żona będzie zmieniała się razem ze mną. Zapominałem, że wiele lat mojego nałogu wyryło w jej psychice niezatarte do tej pory rysy. Wątpliwości do mojego postępowania zniknęły dopiero po kilku latach trzeźwości. Musiałem nauczyć się, by to co mówię i to co robię nie odbiegało daleko od siebie. Przez lata alkohol znacznie wypaczył nasze życie i zachowania. Ciągłe próbowaliśmy zgadywać, co które sobie myśli, co chciało powiedzieć przez..., albo co miało na myśli mówiąc... Zszarpał reakcje i sposób odczuwania. Wtedy, podczas terapii, dostałem szansę. Nauczyłem się mówić tylko o sobie bez przekazywania żadnych podtekstów czy docinków, ale żona cały czas funkcjonowała według starych zasad. Coraz częściej miałem tego dosyć. Starałem się postępować uczciwie a spotykałem się z niedowierzaniem. Starałem się pomagać i robić coś z wdzięczności a słyszałem: “pewnie będziesz coś chciał”. Nastawiłem uszu. Słuchałem uważnie wszystkich wypowiedzi na temat rodziny. Byłem całkowicie zdeorientowany. Myślałem, że wszystko jest proste, że wiele rzeczy zależy tylko ode mnie. Pewnie i zależało, ale na żonę nie miało wpływu. Przez wiele lat nie dopuszczałem myśli, że mogę być chory. Prawie ocierałem się o śmierć. A teraz mam zostawić żonę, czy nadal przeżywać te męczarnie. Przecież swoje już wycierpiałem. Zamęczałem wątpliwościami sponsora i przyjaciół. Wielu miało mnie już dość. Co miałem robić? Najpierw przestałem pić bo mnie rodzina opuściła, a teraz ja sam mam ją zostawić? Klóciło się to z moimi zasadami. Ja dostałem szansę a żona nie? Olsnienie!!! No właśnie, oczekiwałem jak zwykle prostej recepty a dostałem informację, że jest to proces, w którym wiele zależy od mojej wytrwałości i determinacji. Jej szansą na normalne życie jestem ja. Zmienianie się zabrało kilka lat i proces ten trwa nadal. Nie mogłem oczekiwać, że jednego dnia świat się zmieni. Przestałem zastanawiać się, co ja mam z tego związku, by sobie uświadomić co wnoszę w nasze życie. Wyszło mi, że dużo oczekiwania. Rozstanie pozbawiłoby moją żonę szansy nowego funkcjonowania. Czy w przyszłości potrafi być szczęśliwa? Czy uwalniając ją od siebie uwolniłbym ją od jej doświadczeń? A ja i moja miłość? Czy stoi coś na prze-

dla innej koleżanki. Stała się bardziej wycofana a nie raptus z poczuciem winy. Cieszy się, że jest na warsztatach. Trochę stoi, trochę siedzi. Widzi przed sobą większe zaangażowanie. Jeden z weteranów przyznał, że ma dobre kontakty z rodziną. Kiedyś autorytetem był drugi alkoholik, dzisiaj jest nim Bóg. Bierze udział w pracy zespołowej regionalnych. Bagaż przeszłości odszedł. Program działa. Ktoś inny pomalutku się zmienia ale jeszcze dużo przed nim by przerobić tradycje. Następny przypomniał, że trzeba upaść aby się podnosić. Ma lepsze relacje z siostrą i córką. Inaczej dziś postępuje dzięki 12 Krokom i 12 Tradycjom. Ufa ludziom. Któryś z mandatariuszy wspominał, że nie uczestniczył w warsztatach na Berezyńskiej ale był na Konferencji Regionalnej w Otwocku. Miało to wiele wspólnego. Choć jeszcze miesza kroki i tradycje, to gdy się bardziej zaangażował w życie wspólnoty stały się daleko ważniejsze. Kocha córkę. Spotkanie zakończono Modlitwą o Pogodę Ducha.

Dla obecnych i nieobecnych relacje spisał redaktor MITYNGU

PROTOKÓŁ ze spotkania Intergrupy AA „Atlas” w dniu 18.04.04r w Siedlcach

Spotkanie prowadził rzecznik Intergrupy Jurek. Przed spotkaniem rozmawiano na temat jednej z podstawowych służb tj. Służby Mandatariusza 1. W dniu 17.04.2004 r odbyła się XXI Konferencja Regionalna w Otwocku. Była słaba frekwencja mandatariuszy z Grup Intergrupy Atlas. Zbyszek z Siedlec został wybrany do służby Delegata do Komisji Organizacyjnej Służby Krajowej AA. Ze względu na to, iż nie było chętnych do pełnienia tych służb, wiele służb pozostało nieobsadzonych. 2. Trwają przygotowania do rocznicy powstania Grupy AA Szansa w Zakładzie Karnym, która odbędzie się w dniu 25.04.2004r. 3. W dniach 28-30 maja 2004r odbędą się warsztaty w Serpelicach. Informacja w załączeniu. 4. Sprawa regularnego publikowania miejsc i terminów odbywania się mityngów Grup Intergrupy Atlas w Tygodniku Siedleckim jest w trakcie załatwiania. Wszystko jest na dobrej drodze. 5. W związku z upływem dwuletniej kadencji Jurka jako Rzecznika Intergrupy przeprowadzone zostały wybory. Większością głosów do pełnienia tej służby wybrany został Artur z Siedlec. Jurkowi podziękowano za wysiłek wniesiony w pełnienie służby. 6. Intergrupa zdecydowała o przekazaniu 100 zł na obchody XXX lecia AA w Polsce, które odbędą się w Krakowie. 7. Informacje z grup i służb -Szarotka Siedlce- w pierwszy czwatek maja odbędą się wybory do służb Skarbnika, Rzecznika i Mandatariusza -Ankra Siedlce- zrezygnował Skarbnik i poszukuje się chętnego do pełnienia tej służby -Wyzwolenie Skórzec- trwają przygotowania do rocznicy, która odbędzie się 25.04.04. -Metamorfoza Siedlce- Marek z Siedlec został wybrany Rzecznikiem tej grupy -Odrodzenie Mordy- utrzymuje się stała frekwencja namityngach Szah Sarnaki- jest słaba frekwencja, ale w ostatni czwatek było pięć osób -Rycerz Siemiatycze- pojawiają się nowi namityngach, jednak wielu przychodzi tylko raz -Świt Siedlce- Służby są długą kadencję te same gdyż nie ma chętnych do zmiany -Nadzieja Kotuń- trwają przygotowania do rocznicy, która odbędzie się w dniu 22.05.04. -1-szy krok Siedlce- nie obsadzona jest służba Skarbnika gdyż brak chętnych do tej służby Kolporter Intergrupy Andrzej- jest nowy cennik literatury i ukaże się nowa broszura o sponsorowaniu Skarbnik Intergrupy Heniek- w kasie jest obecnie 926 zł. Po przekazaniu na XXX lecie 100 zł, będzie 826 zł. W spotkaniu wzięło udział 20 osób z następujących grup: Otwarte drzwi Siedlce, Ankra Siedlce, Szarotka Siedlce, Janka Węgrów, Wyzwolenie Skórzec, Metamorfoza Siedlce, Odrodzenie Mordy, Szah Sarnaki, Rycerz Siemiatycze, Świt Siedlce, 1-szy Krok Siedlce, Nadzieja Kotuń. Następne spotkanie Intergrupy odbędzie się w dniu 16 maja 2004 o godz 14 00 w Sarnakach przy ul. Kilińskiego 1A. Poprzedzi je dzielenie się doświadczeniem na temat kolejnej ze służb, które rozpocznie się o godz 13 00.

Sekretarz Intergrupy Darek

ciom. Przy anonimowości podkreślono, że czasami rodzina nie jest zadowolona, gdy członek rodziny chełpi się swoim alkoholizmem. Rodzina to nie mały w ZOO. Trzeźwość jest jak rower, przewraca się, gdy przestajemy pedałowac. Usłyszeliśmy dwuwiersz: Nie ma w grzechu szczęścia, w przewinie - gwiazdy szczęśliwej. Inny uczestnik początkowo anonimowość traktował jako ochronę swojej osoby. Dzisiaj odnajduje jej głęboki sens jako pokorę w działaniu. Niestety, nie wszystkie wypowiedzi udało się zanotować. Proszę mi wybaczyć, jeśli ktoś swojej nie odszuka. Jeden z kolegów opowiadał, jak został wyrzucony z pracy za uczciwość, Zapytany - co umie? odpowiedział, że wszystko. Dla pracodawcy znaczyło, że nic. Chciał wyjechać do Minneapolis z grupą AA aby odłączyć się i podjąć pracę. Zorientował się, że chciał uczynić zły obraz AA. Ma dom, ale nikt nie chce tam mieszkać. Nie umie przyjąć pomocy. Matka narkomana dopiero zaczyna swoją drogę. Nie czuje się już sama. Chciała koniecznie obdarować syna pączkami, ale gdy się nie udały, to i tak rozmowy były ciekawe. Zastanawia się nad tajemniczą formułą - Jak to działa? Kolejny przyjaciel opowiadał jak sobie pomagają w rodzinie, w zimie chodził nawet na łyżwy na stawie. Oglądał program w telewizji o alkoholikach i zastanawia się, czy to możliwe, że wszyscy są tak porabani? Mokra z wrażenia alanonka wyznała, że jest na początku swej drogi. Ma pretensje do Boga. Nie pamięta zdrowych rodziców. Kobiety podzieliła na księżniczki i męczennice. Jeśli Bóg kocha to doświadcza, czasami zbyt mocno. Inny przyjaciel już żony nie ma ale z dziećmi ma dobry kontakt. Gdy przestał pić czuł się wyalienowany. Kiedyś podobnie to przeżył jako "kot" wobec "fali" w wojsku. W jedności czuje siłę, choć wie, że nie kala się swojego gniazda. Nie udaje mądrali i nie robi sobie wrogów wśród ludzi. Po przerwie poświęconej na indywidualne pogaduszki, grill itp jedna z koleżanek mówiła, że ma czas na zmiany. Wie, że musi się liczyć z drugą osobą. Potrzeba pokory. Kolejny mówca, pierwszy raz na warsztatach, miał inne do nich oczekiwania. Do tej pory nie zwracał uwagi na tradycje. Usłyszał, że warto je stosować w normalnym życiu. Nie utrudnia życia innym. Następny kolega przyznał się do zaniedbywania tradycji choć zawsze są czytane na mityngach. Często stosował obelgi, kłótnie. Koleżanka założyła grupę. Choć do tej pory nie była na warsztatach tradycji to stara się je stosować. Są jakby przykazania. A inna nie wszystko rozumie z tradycji. Była męczennicą, ale gdy żył mąż to była królową. Krzywdziła dzieci. Na przykład tak ciągle narzekała, że dziecko nie zawiadomiło jej o wycieczce bo myślało, że nie ma w domu pieniędzy. Potrafi jednak zapominać przykrości. Następna osoba na nowo uczy się żyć. Szuka co łączy a nie dzieli. Ma spełniać obowiązki finansowe wobec dzieci, z którymi ma dobry kontakt. Podejmując służby uczy się pokory i sposobu radzenia z niedojrzałymi emocjami. Bał się ocen a dzisiaj broni swoich racji. Ma zgodę na zasady i chodzi często na mityngi.. Koleżanka przeżywa kolejny zakręt, gdy po 8 latach małżeństwa wytrzymała bez słowa 20 minut wyzwick. Są daleko od siebie ale nie podłączy się pod teściową. Stara się nie ranić i uczy się słuchać. Ma trochę pretensji do siebie. Inny przyjaciel myślał, że jest królem choć żona denerwowała się za jego egoizm. Zaczyna coś rozumieć. Dla kolejnego kolegi dotychczas punktem odniesienia był sponsor. Dopiero zaczął zwracać uwagę na to co się czyta na mityngu i zaczął rozumieć znaczenie i przydatność. Tak 4 tradycja jawi się jako drogowskaz życia. Jest spokojniejszy, nie walczy z żoną, z którą jest w separacji. Stał się tolerancyjny. Ma dawać dla wspólnoty, której machinerii jest częścią. To też fragment 7 tradycji. Następnej koleżance Bóg uświadomił aby dawała to co chce otrzymać. Bez agresji spotyka się z byłym mężem. Nie potrafi wybaczyć sobie palenia papierosów. Pomaga alkoholikom, ale ich tradycje i kroki pomagają nie tylko uzależnionym. Dopiero niedawno tradycje stały się ważne

szkodzie, aby pomagając innym, pomóc i mojej żonie? Opadły emocje, które towarzyszyły mi od dłuższego czasu. Dostałem szansę, a teraz chcę ją przekazać mojej żonie. Szczerze muszę się przyznać, że nigdy jej tak bardzo nie kochałem jak teraz. Być może staje się w końcu dojrzały i odpowiedzialny. A być może teraz dopiero dorosłem by w naszym związku dać trochę ciepła, powiedzieć o swoich uczuciach. Nigdy się nie zdarzyło, by na mnie krzyczała, gdy zapewniałem o swych uczuciach. Wielokrotnie spokojne zachowanie i zapewnienie o miłości kończyło kilkunastominutowe wyliczanie moich błędów i niedoskonałości. Żona nieraz żartuje przygadując, że teraz to ze mną nie można się nawet porządnie pokłócić. Dawniej, urażony potrafiłem pielęgnować złości całymi tygodniami, a przecież być we dwoje jest dużo przyjemniej niż w pojedynkę. Nasze życie zyskało nową jakość. Pomagamy sobie wzajemnie przetrwać trudne chwile. I choć pewnie nadal jestem egoistą, lecz teraz prawdę o mnie osładza szczęście rodziny. AA

ŻYCIE MOJE

Pierwszy kieliszek wypilem w wieku 14 lat, gdy na zimowisku, w noc sylwestrową, zeszedliśmy z kolegami do piwnicy. Myślałem, że jak dotąd, wypalimy sobie po papierosku, gdy nagle przede mną pojawiła się szklanka z gorzałą. Koledzy patrzyli nagłaco i czekali na wolną szklankę. Z wielkimi oporami wypilem i już tego wieczoru zaczęły się sensacje. Torsje, nieprzystojne przyspiewki, a później bolesny kac. Niewiele brakowało, aby mnie wyrzucono ze szkoły. Na kilka lat miałem z alkoholem spokój. Dopiero pod koniec okresu szkolnego ponownie pojawia się alkohol towarzysząc zabawom. Wcale nie był potrzebny, a jednak często ktoś przyniósł butelkę wina. Nie protestowałem. Piwa raczej nie piłem, skutecznie zniechęcali mnie pijacy spod budki. Nie umiałem się znaleźć wśród nich i chyba dobrze. Okres wczesnomalżeński obfitował w okazje do wypicia. Ale teraz była to wódka. Wesela, chrzciny, prywatki itp. To czas, kiedy zabawie musiał towarzyszyć alkohol. Taka moda. Nie wiem, kiedy pojawiła się we mnie ambicja, aby wypijać więcej niż inni i sprawiać wrażenie trzeźwego. Coraz więcej alkoholu wędrowało na stół. Żona protestowała. Zaczęły się pierwsze nieporozumienia domowe, kłopoty w pracy. Mówiłem kolegom: jak żona nie daje pić w domu, to będę pił poza domem. W końcu zostałem wyrzucony z pracy za niedopełnienie obowiązków służbowych. Kilka następnych lat to czas, kiedy piłem coraz więcej. Właściwie nie było okazji bez alkoholu. Tygodniami piłem codziennie wynajdując żonie kolejne kwieciste wykręty. W końcu przestałem cokolwiek wyjaśniać. Był alkohol, ale już nie było zabawy, odprężenia. Piłem, bo rodzina rozpadała się, a rozpadała się, bo piłem. Obłąd. Szukałem ciepła, którego niedosyt odczuwałem od dziecka, oczekiwałem aprobaty i bezpieczeństwa, a co się stało? Nawet blaha rozmowa stawała się wymianą argumentów, temperatura wypowiedzi wzrastała, a atmosfera w domu robiła się nie do wytrzymania. Doszło do tego, że wszędzie było lepiej niż w domu. Ale poza domem umierałem. A przecież latami marzyłem o domu, dzieciach, a gdy żonie zaglądałem w oczy, widziłem te same pragnienia. Miałem świadomość, że się w życiu zagubiłem, ale nie potrafiłem sobie poradzić. Czuję, że muszę ograniczyć picie, ale przeszkodą było bujne życie towarzyskie w pracy, gdzie do tradycji należało "wypijanie śniadanka", podczas którego dokonywało się zdecydowanej większości dziennych transakcji. Rezygnacja oznaczała spadek dochodów. Tak naprawdę koledzy zorientowali się, że moje "śniadanka" często są przedłużane. Więc przestali mnie zapraszać. I tak odkryłem, że można pić samotnie. Znajomi wypominali mi moje zacho-

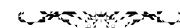
wanie, lecz traktowałem to jako przyczepianie się, choć w duszy powoli powstawały wątpliwości. Chciałem przestać pić, ale bałem się, bo nie wyobrażałem sobie trzeźwego życia. Zdesperowany, któregoś dnia poszedłem na pobliski cmentarz na grób matki i tam przysiągłem, że już nie sięgnę po kieliszek.... I co? Nie minął nawet dzień, gdy rozpocząłem kolejny ciąg pijacki. Nie muszę chyba tłumaczyć jak się czułem, gdy sobie uświadomiłem, co zrobiłem. Sumienia jeszcze nie przepięłem całkowicie, ale już niewiele mi brakowało, aby zło stało się sposobem na życie. Żona i dzieci próbowały mi pomóc. Bez rezultatu. Mimo przyrzeczeń, piłem; piłem i cierpiałem; pogrążałem się w ilości nad sobą i znów piłem, ignorując staczenie się w przyszłowiowy rynsztok. Po kolejnym dwutygodniowym ciągu złamałem się. Poprosiłem żonę o pomoc. Zadzwoiła gdzieś i telefonicznie uzyskała informacje, gdzie spotykają się Anonimowi Alkoholicy. Prosiła tylko, abym poszedł daleko od domu, najlepiej tam gdzie piłem. Nie chciała bym przynosić wstyd w okolicy, gdzie jest szanowana. Pierwsze spotkanie ze wspólnotą AA było wielkim rozczarowaniem, ale sprawiło, że poczułem się lepiej. Mityng się skończył, ale żaden z moich problemów nie został rozwiązany, nikt nie dał mi rady jak żyć. Mówiono tylko by dziś nie pić, a jeśli mogę, to mam zaangażować się w życie wspólnoty. Dopiero po jakimś czasie uświadomiłem sobie, że na mityngu, gdzie spotykają się alkoholicy, by dzielić się swym doświadczeniem, wiarą i nadzieją lub chociażby tylko wyznać obawy, nie można dłużej swego cierpienia uważać za wyjątkowe lub nie do udźwignięcia. Takie odkrycie przynosiło pociechę. Zobowiązywało do zmian. Wiele zawdzięczam trzeźwiejącym alkoholikom. Nasze związki z każdym dniem stawały się ściślejsze. Podjąłem się drobnych prac pomocniczych przy przygotowaniu mityngu. W miarę jak coraz częściej zabierałem głos, zacząłem się utożsamiać z innymi. Zaczynałem rozumieć, że to mi pomaga w przeżywaniu własnej sytuacji. Słowa, choć z trudem, torowały sobie drogę do świadomości. Obok siedzieli ludzie, którzy przeżyli klęski nieraz gorsze niż moje, a jednak ich wypowiedzi pokazywały, że jest sposób na wydostanie się z kłopotów. Powstawała między nami więź, czułem jak staję się jednym z nich, a wciąż dołączali nowi, i chociaż otaczaliśmy się mgłą anonimowości, wiedziałem, że łączy nas jedno – koszmar alkoholizmu. Gdzieś na dnie piekła, które każdy z nas przeżył, wytworzyły się silne więzy wzajemnego współczucia. Niejednokrotnie miałem wrażenie, że ktoś opowiada moją historię. Tak czy inaczej podziwiałem pogodę ducha trzeźwych alkoholików. Wiedziałem już, że chcąc utrzymać z takim trudem uzyskaną trzeźwość, muszę podjąć pracę nad realizowaniem sugestii AA. W ten sposób zostałem zmuszony do wykazania wielkiej odwagi moralnej i odkrycia siły o mocy, której nie może naruszyć żadne zdarzenie. Wielka Księga nazywa ją bardzo lakonicznie: *Tym Kimś jest Bóg.* (str. 49) Byłem człowiekiem dosyć wcześniej boleśnie zranionym. Jeszcze w dzieciństwie zaczęło się budowanie pancerza ochronnego. Po kłótni z księdzem stwierdziłem, że Boga nie ma ... i przez wiele lat obywałem się. Zaś skutecznym sposobem uchronienia przed bólem okazała się ucieczka; nie dać się zranić, niczego nie zauważać, nie odczuwać. Zwyczajnie ludzkie uczucia to luksus, na który nie potrafiłem sobie pozwolić. A teraz miałem stawić czoła faktom niczego nie ukrywając, nie wylbrzymiając ani umniejszając. Ale jak wyznać istotę swoich błędów Bogu, o którym nie chciałem słyszeć? Interesowały mnie tylko sprawy trzeźwości a nie Boga. Jeszcze nie wiedziałem, jak bardzo - w moim przypadku - te dziedziny świadomości były ze sobą powiązane. Na początek musiałem zmienić sposób myślenia. Co warte było dawne myślenie dowodził fakt, że choć robiłem w życiu to, co

Z życia Regionu Warszawa

Warsztaty w Pułtusku 1 05 2004

Z tradycjami spotkałem się na mityngu. Miałem świadomość, że w każdym środowisku obowiązują jakieś reguły, zasady prawa - pisane lub nie. Ale znane było mi też powiedzenie – prawo jest po to, aby je omijać. Kiedyś w rozmowie z przyjaciółmi wymyśliłem nawet taką perełkę - mam relatywny system wartości, czy też stosunek do prawa i wartości. Na szczęście nigdy nie musiałem konfrontować tej filozofii z tradycjami, chociaż na co dzień ten relatywizm był. Weźmy choćby pierwszą tradycję Nasze wspólne dobro powinno być najważniejsze..., owszem uznawałem wyższość wspólnego dobra nad jednostkowym, ale żeby dla mnie było najważniejsze? Przecież miałem i mam tyle spraw ważnych i dla mnie najważniejszych. Zostałem mandatariuszem. Na spotkaniach intergrupy nieraz byłem świadkiem dyskusji, komentarzy na temat łamania tradycji. Byłem już wtedy jakby bardziej praworządny, skłonniejszy do podporządkowania swoich chciejstw, wyobrażeń woli grupy. Ale ciągle była to postawa rezygnacji z własnych praw w „szlachetnym” rozumieniu wspólnego dobra. Na tegorocznych warsztatach Tradycji mój sponsor z uporem maniaka na temat każdej tradycji mówił w kontekście postawy w życiu codziennym, domu, pracy. To co mówił, zmuszało do zastanowienia. Trudno na co dzień żyć według regulaminu. Ale ciągle stosujemy jakieś reguły, wcale tego nie czując. Zacząłem je przymierzać do codzienności, wcale nie wydawały się niedorzeczne, jeśli już, to trudne do stosowania – trudne dla mnie. Przyszło mi do głowy pojęcie o „duchu i literze prawa”. Trudno się trzymać ściśle litery prawa jeśli nie czuje się jego ducha. W Refleksjach na dzień 28 04 znalazłem cytat z „Jak to widzi Bill” – *Wszelki postęp dokonujący się w AA można wyrazić dwoma słowami: Pokora i Odpowiedzialność. Probieżem naszego rozwoju duchowego jest stopień w jakim dorastamy do tych dwóch ideałów.* - Dalej jest tekst, którego fragment przytoczę: *Moja droga do pokory prowadzi mnie przez uznanie i uszanowanie poglądów, osiągnięć, praw i przywilejów innych ludzi oraz przez zaakceptowanie własnej omylności. Odpowiedzialności zaś uczy mnie stosowanie zasad AA we wszystkich moich poczynaniach.* - Te dwa ideały – jak w tytule nazwano Pokorę i Odpowiedzialność - rodzą się w nas i rozwijają dzięki stosowaniu Kroków, a owocują w postawie, którą obrazują Tradycje.

1 05 2004 Pułtusk



Pierwszy dzień maja 2004 roku zapisał się szczególnie w życiu grup z Pułtuska, które zaprosiły na warsztaty poświęcone roli Tradycji AA dla poprawy naszego życia rodzinnego. Spotkanie odbyło się w przytulnej atmosferze w budyńeczku położonym w parku nad rzeką Narwią. W pierwszym kwartale br. w trzech sesjach Region Warszawa organizował omawianie Tradycji w PIK-u na ul. Berezynskiej 17 w Warszawie. Obecne spotkanie miało na celu podsumowanie tamtych spotkań oraz podjęcie dyskusji na temat roli Tradycji w życiu każdego z nas. Duża przerwa zachęcała do bardziej indywidualnych rozmów przy bigosie, kielbaskach, itp. Poniżej przedstawiam kilka migawek z tego spotkania. Jedna z uczestniczek stwierdziła, że tradycje AA pomagają jej lepiej porozumieć w rodzinie i wśród innych ludzi. Jest bardziej przyjazna. Usłyszeliśmy, że w związkach ludzkich wystarczy, że jedna osoba jest mniej uczciwa i zaczyna się katastrofa. Budzi się rywalizacja "kto tu rządzi" a nie współpraca, postępuje osamotnienie. Druga osoba służy jedynie do osiągania własnych celów a nie jest podmiotem miłości. Trudno wytrzymać w piekle wagiagnymch pretensji. Jest ważne, czy możemy na siebie liczyć. Czwarta Tradycja wyraziła się w powiedzeniu, że "nie wnosi się swojego Boga do cudzego kościoła". Radość sprawia przekazywanie dobrych tradycji rodzinnych swoim dzie-

ANONIMOWOŚĆ NA MITYNGACH INTERNETOWYCH.

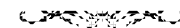
Opracowanie redakcji MITYNG na podstawie “Anonymity at Online meetings”
BOX 459 Vol. 50 No 1, Feb-March 2004!

Się internetu jest wymarzoną miejscem dla aowców, ale jak w niej wygląda sprawa osobistej anonimowości? Indywidualni członkowie AA, gdy siedzą przed komputerami i dzielą się swoim doświadczeniem, mogą łatwo poczuć się niczym na realnych mityngach. Niezależnie od „prawa sprzeciwu”, doświadczenie AA sugeruje: internet jest międzynarodowym systemem komunikacji i nie każdy internauta posiada ten sam poziom wiedzy o tym, czym AA jest a czym nie, dlatego czasami potrzebujemy przypomnieć sobie, jak i naszym przyjaciołom ze wspólnoty, **aby nieść posłanie AA, a nie swoje własne**. Większość członków AA, doświadczonych lekcją ze swojej własnej historii życia, mogłoby się zgodzić, że między innymi rzeczami anonimowość służy dwóm istotnym celom: bezpieczeństwu i duchowości. To pozwala członkom swobodnie udzielać się na mityngach AA, wiedząc jednocześnie, że zostanie uszanowana ich prywatność, przypominają nam to słowa 12 tradycji „o pierwszeństwie zasad przed osobistymi ambicjami”. Przeniesienie zasad anonimowości do sieci jest zadaniem, nad którym pracuje wielu aowców, szukając pomocy rozwiązaniu tego problemu w GSO. Pisze jeden z członków AA: „Czy jest stosowne dla członka AA użycie pełnego nazwiska w korespondencji mailowej?” GSO odpowiada: „doświadczenie pokazuje, że większość członków używa swojego imienia i nazwiska kiedy pisze do naszego biura, wiedząc, że anonimowość jest przez nas przestrzegana, my zaś prosimy, aby nie tylko pisali swoje imię i nazwisko, ale także dostarczyli informacji z jakiego regionu lub obszaru piszą. Istnieje oczywiście możliwość, że jakaś wiadomość, e-mail lub zwykła poczta mogą zostać przechwycone. I ten, kto martwi się o to, może nie ujawniać swoich danych osobowych - wybór należy do niego”. W swoim serwisie „najczęściej zadawane pytania na temat stron internetowych AA” GSO stwierdza, że na jego własnej stronie (www.aa.org) którą odwiedza blisko 5000 internautów na dzień, biuro „przestrzega wszystkich wszystkich aowskich zasad i tradycji”. Odnośnie anonimowości serwis odnotowuje, że doświadczenie wspólnoty pokazuje, że „strona internetowa AA jest medium publicznym o potencjalnie najszerszym zasięgu odbiorców, dlatego też wymagane są te same zasady bezpieczeństwa, co wobec prasy, radia i telewizji”. Grupa internetowa Lamplighters (www.aalamp-lighters.org) założona w 1991 roku i obecnie licząca blisko 700 członków z ponad 30 krajów, opiera swoją pozycję na anonimowości: „Grupa Lamplighters wynajmuje serwer elektroniczny, podobnie jak wielu wynajmuje pomieszczenia kościelne. Dzięki temu panujemy nad wejściami na nasze mityngi wymagając od nowych członków jedynie deklaracji w myśl 3 tradycji (Jedynym warunkiem przynależności do AA jest pragnienie zaprzestania picia). Przypadkowe osoby surfujące po internecie nie mogą natknąć się na nasze mityngi. Każdy może być członkiem Lamplighters’ów dzięki wpisaniu się na listę, jest to nieodpłatne. Grupa Lamplighters wyjaśnia, że „w rezultacie konfiguracji elektronicznej naszego serwera anonimowość jest generalnie lepiej chroniona na mityngach internetowych niż na mityngach AA w rzeczywistości. Wielu z nas zauważa, że nieznaną rasy, wieku, cech fizycznych, akcentu, ubrania, czasem nawet płci naszych uczestników powoduje, że łatwiej przedkładać zasady przed osobistymi ambicjami. Oczywiście wciąż prosimy naszych członków, aby uszanowali anonimowość innych. Alkoholicy, którzy dla własnych powodów potrzebują dodatkowej gwarancji ochrony anonimowości, mają możliwość pisania pod pseudonimem”.

chciałem, to jednak byłem pokonany, rozgoryczony, bez widoku na przyszłość i musiałem poprosić wspólnotę AA o pomoc. Tylko bezsilny prosi o pomoc, a ja sam nigdy nie potrafiłem zachować trzeźwości, nawet gdy chciałem. W miarę zaangażowania w życie wspólnoty miałem okazję uczestniczyć w spotkaniach, gdzie na różnych poziomach służby podejmowaliśmy decyzje dotyczące wspólnoty. Niektóre kończyły się wyraźną jednomyślnością. Miałem wtedy szczególnie poczucie podniosłości chwili. Ktoś z boku powiedział słowa, które zapadły mi głęboko w sercu. - *Czuliśmy jedność, bo Bóg był z nami*. Uświadomiłem sobie, że poszukiwanie porozumienia z innymi stało się początkiem mojej drogi do Boga. Zobaczyłem, jak wielkim moim problemem było odrzucanie jakiegokolwiek przewodnictwa. Okazało się, że szukając szczęścia bez Boga znalazłem jedynie rozpacz i niezrozumienie. Nie pomogły kolejne bariery ochronne. Pieniądze, prestiż, popularność okazały się tylko szukaniem sposobu by uniezależnić się od Boga i nie przynosiły oczekiwanego spokoju ducha. Mogę tak powiedzieć. Miałem dom, żonę, dwoje dzieci i czułem się najbardziej nieszczęśliwym człowiekiem na świecie. Piłem, niszcząc wszystko wokół siebie.... Przystałem pić. A za jakiś czas.... Dziś znów mam dom, tę samą żonę i dzieci. Jednak coś jeszcze się zmieniło. Nigdy przedtem nie czułem się w swoim własnym domu tak dobrze, jak teraz, gdy zniknęła obsesja picia. Patrzę przez okno i widzę na podwórku bawiące się dzieci, wokół drzewa i zieleń, żona krząta się w kuchni. Mam wszystko co mi potrzeba. Polubiłem trzeźwe życie!!! Mogę się cieszyć każdą przeżytą chwilą i widzieć w niej głęboki sens.

Boże!!! Dziękuję za nie do końca zabałaganione życie. Już nie muszę poszukiwać Utopii.

Maj 2004



Z historii AA

Siostra Ignacja, zakonnica, jest jedną z legendarnych postaci AA. Jako pielęgniarka w Szpitalu Św. Tomasza w Akron współpracowała z dr Bobem przy tworzeniu tam pionierskiego oddziału dla alkoholików, łączącego pomoc medyczną z wprowadzeniem w świeżo odkryty program AA. Poniższy tekst powstał na podstawie wywiadu jaki siostra udzieliła w 1951 roku na potrzeby Stowarzyszenia Szpitali Katolickich USA i Kanady i po raz pierwszy został opublikowany w Grapevine, czerwiec 1969 r.

Blisko dwanaście lat temu jeden z współzałożycieli Anonimowych Alkoholików, dr Bob, należał do personelu naszego szpitala. Otwarcie przyznawał się, że ma problem z piciem. Często rozmawiał z nami o alkoholizmie w związku z wypadkami samochodowymi i innymi tragediami nim spowodowanymi. Do szpitala przyjmowano wiele ofiar takich wypadków, nawet jeżeli były pijane. Rozmawiając z rodzinami tych kompulsywnych pijaków uświadamialiśmy sobie rozmiar nieszczęścia, cierpienia i smutku jaki picie wносиło do ich domów, do ich życia. Dlatego bardzo zainteresował nas plan, jaki nam dr Bob przedstawił. To było w 1939 roku, w czasie gdy Ameryka próbowała przezwyciężyć kryzys. Łóżka szpitalne były na wagę złota, żadnych szans na zwiększenie ich ilości. Pomysł by przyjmować takich, co popijają za wiele nie wzbudził w szpitalu zbytniego entuzjazmu. A jednak, dzięki łasce Boga, z wielką ostrożnością przyjęliśmy jednego, który z diagnozą zapalenia żołądka trafił pod opiekę dra Boba. Umieszczono go w

salce z dwoma łózkami. Następnego ranka dr Bob poszedł na izbę przyjęć i bardzo spokojnie poprosił, by owego pacjenta przeniesiono na inne miejsce, takie, w którym odwiedzający go przyjaciele mogli z nim dyskretnie porozmawiać. Jedyne miejsce jakie zdołaliśmy wymyśleć to mały pokój naprzeciw tzw. „pokoju, kwiatowego”, w którym zajmowano się kwiatami pacjentów. Przetawiliśmy tam jego łóżko. I tam właśnie odwiedzili go pierwsi goście z AA. Panowie, którzy przyszli wyglądali tak szacownie i dystyngowanie, że trudno było uwierzyć w ich uzależnienie od alkoholu. Później znaleźliśmy pokoje z dwoma, czterema i wreszcie sześcioma łózkami. Dziś oddział AA dysponuje ośmioma łózkami. Jest to wielka sala, której jeden koniec wypełniają łóżka. Na drugim końcu sali znajduje się mały salonik z wygodnymi fotelami, kanapą „barkiem”, dużym termosem na kawę i lodówką. Za salonikiem jest łazienka i prysznic; nowoprzybyli są prowadzeni tam przed przyjęciem na oddział. Ważną zasadą tu obowiązującą jest, by nowy pacjent był rozbierany z własnej odzieży i ubierany w strój szpitalny przez innych pacjentów oddziału. Przede wszystkim jest w ten sposób oddawany pod opiekę rozumiejących go przyjaciół. A starsi stażem pacjenci, którzy mu pomagają, mogą zobaczyć jeszcze raz, w jakim stanie sami zostali przyjęci. Na wprost drzwi do saloniku, po drugiej stronie korytarza, znajduje się wejście na galerię chóru szpitalnej kaplicy. Pozwala to pacjentom odwiedzać kaplicę w szpitalnej odzieży, zawsze, kiedy mają takie pragnienie, i z zachowaniem całkowitej dyskrecji. Pamiętając, że alkoholik to człowiek chory równie duchowo jak fizycznie, wierzymy, że swobodny dostęp do źródeł duchowej odnowy może być ważnym czynnikiem w jego zdrowieniu. Oddział jest niemal całkowicie „samoobsługowy”. Siostry przychodzą słać łóżka, członkowie AA pomagają w cięższych pracach porządkowych; ale opróżnianie popielniczek, parzenie kawy (kawa dostępna jest przez całą dobę), mycie naczyń – to wszystko wykonują sami pacjenci. Nigdy nie ma tej pracy wiele ale działanie pomaga pacjentom oderwać się od własnych myśli. Salonik służy jako miejsce, gdzie pacjent może wysłuchać gości z AA i porozmawiać z nimi. Ale dużo ważniejsze znaczenie ma on dla byłych pacjentów, którzy przychodząc tu z postępnym mogą rozwijać swą własną trzeźwość. Lodówka jest cały czas pełna żywności, szczególnie mleka i soków cytrusowych, gdyż alkoholicy są najczęściej niedożywieni. Pacjenci są zachęceni, by jeść i pić do woli. Kawa i „barek” mają być zamiennikiem barowego szynkwasu z rzędem butelek.

Dzień pierwszy – zaczyna się rzeczywistość.

Rzeczywistością alkoholika jest picie. Jest więc ważne, by pierwszy kontakt dokonywany był przez drugiego alkoholika, nazwijmy go sponsorem. Sponsor jest w stanie mówić językiem alkoholika i zna z własnego doświadczenia wszystkie pijackie sztuczki. Ci z nas, którzy przyjmują pacjentów powinni opierać się na ocenie sponsora czy pacjent jest gotów na program AA, gdyż nie przyjmujemy powtórnie. Sponsory wiedzą o tym; więc są bardzo ostrożni zanim przyprowadzą pacjenta do szpitala. Przede wszystkim, on sam musi mieć pragnienie zaprzestania picia. Żony, rodzina, przyjaciele i pracodawcy mogą wywierać olbrzymią presję na alkoholika by zaakceptował program. Ktoś może nawet nakłonić lekarza domowego, by użył swych wpływów w szpitalu w celu przyjęcia na nasz oddział. Rola sponsora jest niełatwa. Próbuje on uspokoić rozwścieżoną żonę; rozmawia z pracodawcą, właścicielem mieszkania, wierzycielami i wieloma innymi. Tłumaczy, że tym razem nie jest to chwilowa przerwa w picciu. Zapewnia, że z ich współpracą i z pomocą przyjaciół z AA jego podopiecznemu będzie dana prawdziwa szansa komplet-

nego wyzdrowienia. Po zarejestrowaniu sponsor odprowadza swego pacjenta na oddział. Dwóch lub trzech starszych stażem pacjentów wychodzi naprzeciw i wita nowo przyjętego. Nie zaniedbuje się niczego, by mógł poczuć się jak w domu, by w jego sercu pojawiła się iskra nadziei.

Dzień drugi – uświadomienie

Na drugi dzień kondycja fizyczna pacjenta ulega zwykle znacznej poprawie. Jego umysł staje się jaśniejszy. Czuje się ośmielony, gdyż wszyscy się nim interesują. Przychodzą odwiedzający, opowiadając jak oni przestawali pić. Zdarza się, że pacjent pił z niektórymi z nich. Siła przykładów jest dla niego najlepszą zachętą. Zaczyna myśleć: „Jeżeli on mógł – czemu nie ja? Ale jak mam to zrobić?”. Na tym etapie zwykle dochodzi do szczerzej rozmowy ze sponsorem. Pacjent zaczyna uznawać całkowitą bezsilność wobec alkoholu, przyznaje uczciwie, że niezliczoną ilość razy próbował pić normalnie i nigdy mu się nie udało. Na koniec jest gotów uczciwie i pokornie przyznać się do porażki. Sponsor z radością spostrzega, że jego podopieczny zaczyna podchodzić naprawdę uczciwie do swojego picia. Być może po raz pierwszy w życiu pacjent przyznaje się, że nie jest w stanie sam sobie pomóc. Następnym krokiem jest pokorne zwrócenie się do Boga. „Proście, a otrzymacie”. Pacjenci często mówią, że jest to ich pierwsza prawdziwa modlitwa. Słowa „Ojcze nasz” nabierają w tym momencie nowego znaczenia. Pojawia się poczucie przynależności.

Dzień trzeci – obrachunek moralny

Pacjent dokonuje gruntownego i odważnego obrachunku moralnego. Uczciwie spogląda w przeszłość i wyznaje Bogu, sobie i drugiemu człowiekowi prawdziwą naturę swoich błędów, bez usprawiedliwień i zastrzeżeń. „Jestem alkoholikiem. Jaka to radość być uczciwym! Prawda was wyzwoli.”. Teraz może prosić Boga i przyjaciół o pomoc.

Dzień czwarty – decyzja

„Chleba naszego powszedniego daj nam dzisiaj”. W interpretacji alkoholika brzmi to „Naprawdę mogę pozostać dziś trzeźwy”. Przeszłość została zamknięta. Teraz, z pomocą Boga i przyjaciół z AA, z oczyszczonym umysłem, jest w stanie zapanować nad uczuciami i emocjami. Ze szczególnym naciskiem uświadamia się mu dlaczego nie może wypić pierwszego kieliszka. Przyjaciele z AA uczą go, że jest więcej szczęścia w dawaniu niż w braniu i że możliwość pomagania innym jest przywilejem. Cóż za kolejna radość! Alkoholik jest tak zajęty pomaganiem innym, że nie ma nawet czasu pomyśleć o picciu. Cóż za zmiana zachodzi w życiu tych mężczyzn i kobiet!

Dzień piąty – plany na przyszłość

Po wyjściu ze szpitala pacjent musi zmierzyć się ze swoimi problemami. Drogę przeciera mu sponsor. Przyszłość jest w rękach Boga. Alkoholik uczy się mówić „Boże, użycz mi pogody ducha, abym godził się z tym, czego nie mogę zmienić, odwagi, abym zmienił to, co mogę zmienić i mądrości, abym odróżniał jedno od drugiego”. Uświadamia się go, że musi walczyć z pychą, uzalaniem się, urazami, nietolerancją i krytycyzmem, brać udział w mityngach i nieść posłanie AA. W szpitalu św. Tomasza hospitalizowaliśmy dobrze ponad 4000 alkoholików. Przyjeżdżali do Akron z Alabamy, Karoliny południowej, Michigan, Marylandu i innych odległych miejsc. Nie musieliby podróżować, gdyby miejscowe szpitale stworzyły możliwości przekazywania programu bliżej ich domu. Może więc, na koniec wyrażę nadzieję, że łaska Boża przez te moje nieudolne słowa dotknie serc tych, którzy mają odpowiednie środki, aby ten wielki apostołat rozszerzyć na inne szpitale.