

MITYNG

KALENDARIUM SPOTKAŃ SŁUŻB AA W REGIONIE WARSZAWA

INTERGRUPA AA „ATLAS” – trzecia niedziela godz. 14⁰⁰ spotkania w terenie
adres koresp. 08-110 SIEDLCE 2, skrytka pocztowa 24

INTERGRUPA AA „MAZOWIECKA” – pierwsza sobota godz. 15⁰⁰
05-101 NOWY DWÓR MAZ. OSIEDLE MŁODYCH DOM PARAFIALNY

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 49, KOŚCIÓŁ „ZBAWICIELA ŚWIATA” (HARCÓWKA)

INTERGRUPA AA „PÓLNOC” – druga środa godz. 18⁰⁰
01-188 WARSZAWA ul. KAROLKOWA 49a

INTERGRUPA AA „SAWA” – ostatnia sobota godz. 17⁰⁰
03-416 WARSZAWA ul. BRAZYLIJSKA 10

INTERGRUPA AA „WARS” – pierwszy piątek godz. 18⁰⁰
02-532 WARSZAWA ul. RAKOWIECKA 61 KOŚCIÓŁ A. BOBOLI

INTERGRUPA AA „WSCHÓD” – ostatnia środa godz. 18⁰⁰ WARSZAWA ul. BRAZYLIJSKA 10

ZESPOŁY SŁUŻB AA REGIONU WARSZAWA

Spotykają się w PIK, Warszawa ul. BRAZYLIJSKA 10.

ds. FINANSÓW pierwszy poniedziałek m-ca godz. 18⁰⁰.

ds. INFORMACJI PUBLICZNEJ I WSPÓŁPRACY Z PROFESJONALISTAMI
pierwszy czwartek m-ca godz. 18⁰⁰

ds. INTERNETU ostatnia sobota m-ca godz. 15⁰⁰

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

Sprzedaż Literatury w PIK: każdy **Poniedziałek, Wtorek, Czwartek od 16-00**

RADA REGIONU AA WARSZAWA

Spotkania odbywają się w trzecią Sobotę – miesiące nieparzyste godz. 16⁰⁰

03-946 WARSZAWA ul. BRAZYLIJSKA 10

Najbliższe spotkanie odbędzie się **15.09.2007 g. 16-00**

email: warszawa@aa.org.pl

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

KONFERENCJA AA REGIONU WARSZAWA

Odbędzie się **20.10.2007r.**

Redakcja Regionalnego Biuletynu Informacyjnego: www.mityng.org

Aby wysłać informacje o rocznicach Grup AA, Intergrup lub innych wydarzeniach:

redakcja@mityng.org

lub dostarcz je do Zespołu ds. Literatury, 2 czwartek w godz. 18⁰⁰ - 20⁰⁰ w PIK.

PUNKT INFORMACYJNO KONTAKTOWY

Od pon. do pt. godz. 16⁰⁰ - 21⁰⁰ W-wa ul. BRAZYLIJSKA 10 tel. 022616-05-68

Poniedziałki - dyżury pełni Intergrupa **WSCHÓD**

Wtorki - dyżury pełni Intergrupa **SAWA/MAZOWIECKA - II wt.**

Środy - dyżury pełni Intergrupa **WARS**

Czwartki - dyżury pełni Intergrupa **MOKOTÓW**

Piątki - dyżury pełni Intergrupa **PÓLNOC**



NUMER 08/122/2007/ *Ukazuje się od października 1992/* Sierpień 2007

„Akceptacja choroby początkiem zdrowienia”

Za miesiąc: „Wiara, nadzieja, miłość - Iluzja czy rzeczywistość?”

Ludzie dzielą się na głupich i mądrych, nie dlatego że jedni są wykształceni bardziej a drudzy mniej. Ci mądrzy potrafią uczyć się na własnych błędach, a głupi popełniają ciągle te same - powiedział mi kiedyś przyjaciel. Podobne zdanie można znaleźć w książce „Anonimowi Alkoholicy”: alkoholik przypomina w pewnym sensie szaleńca... Również wśród niealkoholików spotykałem podobnych szaleńców. Widziałem błędy innych ludzi, lecz znacznie mniej jasno własne. Teraz patrząc wstecz nie mogę pojąć jak to było możliwe, że byłem głupcem. Z jakiegoś powodu nie widziałem tego co dziś.

Akceptacja alkoholizmu nie przyszła do mnie z mojego wyboru. Po prostu nie miałem innego wyjścia, zostałem zmuszony do przyznania się otoczony beznadzieją, samotnością, niechęcią do życia, ogromem kłopotów i klęsk własnego autorstwa. Nikt mi na siłę nie wlewał!

Nie odżył bym bez pomocy wielu życzliwych ludzi: lekarzy, psychologów, terapeutów, sponsora AA, wspólnoty i Bóg tylko jeden wie dzięki komu jeszcze jestem trzeźwy od kilku lat. Wykrztuszę to wreszcie: *jestem szczęśliwym alkoholikiem*, mimo wszystko.

Recepta AA, ta prosta metoda zdrowienia, codziennie powtarzana działa!

**Dziś nie pij
Idź na mityng AA
Czytaj literaturę AA
Rozmawiaj ze sponsorem
A odnajdziesz drogę do Boga, który ci pomoże.**

Wakacje to również okazja do niesienia posłania AA, tam gdzie wypoczywacie. W wielu, nawet małych miejscowościach odbywają się nasze spotkania AA. Zanim odkręcisz czy odkapslujesz - zadzwoń do przyjaciela, zanim wyjedziesz, sprawdź gdzie są mityngi, weź literaturę, nie pozostawaj sam wśród pijących. Każde pomieszczenie ma drzwi. Od ciebie zależy wybór.

Zapamiętałem te zasady i stosuję z dobrym skutkiem.

Acha, jest jeszcze modlitwa! **P o g o d y D u c h a !**

lechu02

Spis treści:

Str. 1 WAKACYJNE PRZYPOMNIENIA

Str. 2 OGŁOSZENIA, KOMUNIKATY

Str. 3 CEL I SENS

Str. 4 AKCEPTACJA

Str. 5 DLACZEGO NIE

Str. 6 MŁODY OTRZEŻWIENIEC

Str. 7 URODZINOWE PRZYJĘCIE

Str. 8. ZBYT WIELE ŚWIATŁA

Str.9. KIEDY ZACZYNA SIĘ AA

Str. 11 NIE SKACZ W OGIENI

Str. 12 POKORA POMAGA

Str. 14 SZCZĘŚCIE PRZYCHODZI NIEPOSTRZEŻENIE

Str. 16 TAKIE SOBIE SPRAWY

Str. 18 MÓJ PIERWSZY RAZ

Str. 19 ARCHIWISTY ZŁUŻBA

Str. 21 Z WOLNEJ HARCERSKIEJ KORESPONDENCJI MEIŁOWEJ

Str. 23 TEN CZAR NAE DEMNĄ TRWA



Jeśli chcecie zamieszczać w MITYNGU daty rocznic rozpoczęcia niesienia posłania przez grupy AA, to zaplanujcie je na 2 miesiące wcześniej i napiszcie do nas o tym.. Z okazji rocznic waszych grup możemy zamieścić skrócone historie powstania ich oraz anegdoty i ciekawsze zdarzenia z tym związane. Należy je wysłać do redakcji.

Ktokolwiek z przyjaciół AA ma ochotę przedstawić w formie rysunków, odniesienia do literatury AA lub w związku z AA, również chętnie je zamieścimy w naszym Biuletynie. Forma i wartość artystyczna nie ma znaczenia. Liczy się chęć szczerą.

Przypominam, że nadal czekamy na kandydatury do pełnienia służby Redaktora MITYNGU. Przyjęto formę zgłaszania po rekomendacji przez Intergrupe.

Wszelkie pomysły, uwagi, bądź inicjatywy dotyczące redagowania MITYNGU można zgłaszać podczas Zespołu Literatury - termin spotkań na okładce.



„PÓLNOC” DYŻURY TELEFONICZNE

03.08 - PRZEDWIOŚNIE

10.08 - PIOTR

17.08 - STRZYŻYNA

24.08 - SŁUŻBY INTERGRUPY

31.08 - PRZY REDUCIE

„SAWA” DYŻURY TELEFONICZNE

07.08 - TARGÓWEK

14.08 - MAZOWIECKA

21.08 - OLSZYŃKA

28.08 - KONTAKT

„WARS” DYŻURY TELEFONICZNE

01.08 - TU I TERAZ

08.08 - DZIESIĄTKA

22.08 - KOLSKA

29.08 - WALENTY

Mija kolejne 10 lat

„Ten czar nade mną trwa”

Szanowny Redaktorze Mareczku,

Wygląda na to, że jest to pierwszy mój ważny list od bardzo dawna, może nigdy nie napisałam takiego listu. Urodziny MITYNGU to dzisiejszy dzień, ale myślami przy tych urodzinach jestem od pewnego czasu. Motto tego listu przyszło do mnie ot tak, nie wiem skąd. Ale wyraża to co czuję. Nie będę wyrażała wdzięczności używając tego słowa (choć uczyłam się tego od Ciebie na schodkach w Strzyżynie - bardzo ładnie to robiłeś). Wdzięczność wyłazi z całego tego listu.

Ten mały kawałek życia spędzony z MITYNGIEM dał mi wiele i wiele mnie nauczył. Zaczynałam z ciekawości i co tu dużo gadać, aby pomóc Mirkowi. Okres przed poznaniem Ciebie był oswojeniem się z Al-Anonem. Nie mogę powiedzieć, że był to okres bytności we wspólnocie. AA znałam tylko z nazwy i programu. Nie wiedziałam, że to, w co wkładam ręce to służba. Ale czułam, że jeżeli przyłożę rękę do wspólnoty to może stanie się ona "moją wspólnotą". I tak się stało, obie wspólnoty są "moje". Wielka frajda i zabawa jaką był "Mityng" pozwoliły mi się nie tylko bawić, ciekawić tym co się dzieje z nim, ale przede wszystkim pozwoliło mi się rozwijać. I to w jakiej atmosferze i towarzysztwie! Wiele się zdarzyło ze mną w tym czasie i nie mam ochoty myśleć, co by było ze mną, gdyby to się nie zdarzyło. W czasie naszej roboty poznałam, że zmęczenie dla takiego celu jest zmęczeniem ale nie zniechęceniem. Że popełniam błędy, i co - i nic. Często myślę o tym jak z niektórymi z nich się borykałam. I jeszcze to, że bardzo chciałam, żeby ludzie widzieli "Zobaczcie, ja to robię, robię to dla Was i dla siebie". Dziś mi to już nie jest potrzebne. Dziś tylko bym chciała, żeby MITYNG był. Zobaczyłam, że mogę mieć głupie pomysły, i co - i nic. Ciepło i cierpliwie mi je tłumaczyłeś. I zawsze się mogłam przytulić do flanelowej koszuli. Sopol lodu, którym byłam topniał powoli w tej robocie. Ten "czar" z motta jest przeze mnie odczuwany jako atmosfera ale i jako czary, w wyniku których się zmieniałam. Zaczynając nie przypuszczałam, że to tak działa. W takiej cieplej atmosferze odważyłam się na otwartość. Najpierw małą, potem większą - staram się tego nie zgubić. Mówiłeś, że czasami były takie sytuacje, w których byliśmy na pograniczu rzucenia tego wszystkiego - ja z trudem sobie je przypominam i nie przypominam sobie tego napięcia. Przypominam sobie natomiast swoją nieświadomość na temat tego jak działają wspólnoty, z rozbawieniem i z ciepłą zadumą przypominam sobie "Wesołe", "Aniny" i to jak zmieniło się moje samopoczucie tam. Bez wątpliwości to był czarujący okres w moim życiu, który trwa pomimo tego, że mój związek z MITYNGIEM jest związkiem czytelnika z pismem. Jedno mi w tym wszystkim dokuczało i dokucza, że "buda nr 17" nie znajduje się w okolicy Dworca Centralnego. I jednego się nie nauczyłam w tym czasie - wyrażać swoją złość. Widać nie było na czym poćwiczyć. Jesteś jednym z tych ludzi, którym mogę powiedzieć "Jeżeli na Twój widok się nie uśmiecham, tak szeroko od serca, to znaczy, że już nie żyję."

Jak są urodziny, to zazwyczaj jest tort i potańcówka. Nie muszę tego mieć. Czuję się tak słodko jakbym już ten tort zjadła, a w środku od rana śpiewam sobie Psalm Agnieszki Osieckiej. Dzięki Ci Panie za ten świat, dzięki Ci Panie.

... Grajmy Panu na harfie, grajmy Panu na cytrze, Chwalmy śpiewem i tańcem cuda te fantastyczne. I nie musi być potańcówki.

Wdzięczna Ci jestem za to, że jesteś.

Mam nadzieję, że jesteś w koszulce flanelowej i mogę się do niej przytulić.

Elunia. Warszawa, 25.10.97

nym skosie. Na bok. Nagle pies zeskakuje z łóżka i niszczy łapami całą misterną konstrukcją i merda ogonem. Co za głupi pies!

Żona znowu pomaga i znowu. W końcu pyta mnie spokojnie:

- a po co ty rolujesz ten koc?

- Po co? - spytałem baraniejąc.

No jak rzesz po co - kobita głupia chyba, że nie rozumie. Ale.. właśnie...Hm... ..

Po co? Właściwie... po nic.

To rolowanie jest bez sensu. Te zrolowane koce pasowały kiedyś do niewielkich plecaków harcerskich, a do tego nowoczesnego "komina"? Nonsens... ..

Faktycznie. Nagle stwierdziłem, że... że można go po prostu złożyć w kostkę i włożyć do plecaka. Jest miejsce. Kilkanaście minut nerwowo i spoconych ruchów bez sensu. Hm... ..A to takie proste. Jak z Programem AA - najprostszą drogę, tak jak jest opisane w księgach znaleźć jest najtrudniej. A najfajniej to pokombinować po swojemu, pozwolić jeszcze zadziałać wadom charakteru (pycha, chęć błyszczenia, gniew)... ..

Ale to nie koniec. Na koniec pakowania, na koniec tych menażek, latarek, skarpetek, porad jak prać brudne rzeczy, jak wydawać pieniądze padłem zmęczony na łóżko w sypialni, z nadzieją, że zasnę i wtedy... ..

W drzwiach pojawiła się żona i syn. W rekach trzymali jego mundur. - Hm... .., trzeba przyszyć do rękawa logo drużyny

- Ja???? - otworzyłem szeroko oczy - a dlaczego nie ty? Przecież to kobiety szyją zawsze.

I gotują. - Bo jest za twarde, nie dam rady przebić, bolą mnie palce.

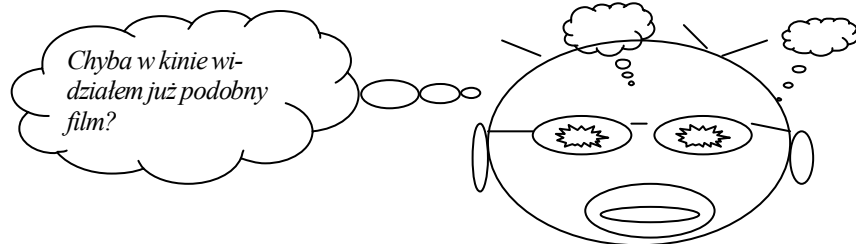
- O nie, nic nie będę przyszywał. Niech on sam przyszywa, jest duży, chce być harcerzem, powinien być odpowiedzialny. Niech sam szyje! - burknąłem bardzo zły. Wyszedł. Głupio mi się zaczęło robić. To cholerne, ukształtowane na mityngach sumienie zaczęło się odzywać - "hej, czy kto tu nie zachowuje się, jak pijany? hej - kto ma pomagać rodzinie? hej - naprawdę się dobrze z tym czujesz?"

Wstałem, poszedłem po ten mundur, po te grubą naszywkę z logo drużyny, nawlokłem igłę, usiadłem i zacząłem szyć. A jaka złość była we mnie dalej. Ale szyłem. Ciężko było, jak cholera - ta naszywka faktycznie taka gruba, że się igła nie chciała przebić, w dodatku na rękawie - niewygodnie. Szyć nie umiem, to idzie ciężko. Ale idzie. I tak siedziałem i szyłem. Ze dwa razy zakląłem nawet (hmm, na k...), co przy mundurze symbolizującym harcerskie wartości nie było zbyt ładne, ale na szczęście tych moich "k..." pod nosem nikt nie słyszał. I szyłem dalej i szyłem. Mijały minuty. Syn zaglądał, pytał, czy coś pomóc. Potem żona. A ja robiłem się coraz spokojniejszy, coraz spokojniejszy. Potem załapałem w które miejsca się wkluwać, żeby igła łatwiej przechodziła, zaczęło iść szybciej. I w końcu, po długich mozolach... Przyszyłem. Przyszyłem.

I nagle - poczułem się szczęśliwy i spokojny. Syn mi bardzo podziękował.

Fajnie, że mu przyszyłem te plakietkę.

Pogody Ducha - Tomek AA



Cel i sens

czyli nigdy za późno by zacząć godnie żyć.

Ileokro ten temat pojawia się na mityngach, wtedy moje myśli często kierują się do zdarzeń sprzed kilku lat. Pracowałem w antykwariacie. Wakacje, kanikuła. Klienci nie przeszkadzali w nudzie. W pewnym momencie sięgnąłem po jakąś książkę, zacząłem kartkować, a po chwili zapomniałem o całym świecie. Książka niepostrzeżenie wciągnęła mnie w historię, która wiele odmieniła w moim myśleniu. Była to historia przestępcy / *Jacques Fesch, jeśli dobrze pamiętam!*, który zabił policjanta. Za takie przestępstwo we Francji kodeks przewiduje tylko jedno - kara śmierci. W celi, oczekując na wykonanie wyroku bohater przeżywa duchowe przebudzenie. Postanawia ten czas, który mu pozostał powierzyć Bogu i poddać się Jego woli. Pisze właśnie wspomnianą przeze mnie książkę. Zamiast głupio umrzeć co i tak jest postanowione, ofiaruje swoją śmierć i cierpienie Bogu. Odrzuca wszelką nienawiść; w pojednaniu ze śmiercią odnajduje pokój.

Dużo rozmawia z zakonnikami, spisuje swoje myśli, a szczerość wyznania poraża nawet mnie, który już kilka lat uczestniczy w mityngach AA i wysłuchał niejednej historii. To było zastanawiające. Ten człowiek wcale nie prosi o zmianę wyroku, raczej pragnie by każdej chwili życia nadać sens. Tu nie ma powtórki. Dzieli się swoimi najskrytszymi myślami. O ile koledze czasami zdarza się ofiarować coś mniej wartościowego, to Bogu nie wypada. Dar, który chce złożyć musi być najczystszy, bez odrobiny egoizmu.

Pisze:

Pycha!!! Trzeba się jej strzec jak najgroźniejszej kłeski. Gdy wszystkie inne wady są ujarzmione, ona jedna pozostaje i niepostrzeżenie przenika nasze myśli. Jest uparta, przebiegła, oplata naszą duszę jak powój roślinę. Rozwija się w nienawiści, towarzyszy szukaniu doskonałości. Gdy inne wady, choćby równie niebezpieczne, mają wytyczone granice, a zatem łatwo stawić im czoło, pycha wślizguje się i tak dogłębnie opanowuje duszę, że nie wiem już co myśleć.

A gdzie indziej dodaje: *Jak trudno wytrwać w pokorze gdy chwast pychy miesza się z ziarnem modlitwy. (...) Istnieje tylko jedna pieśń, jaka winna płynąć z naszych piersi, to pieśń wdzięczności.*

Możliwe, że w tym momencie ktoś zapyta, po co opowiadam tę historię. Odpowiedź może być jedna. Ważne jest aby mieć cel w życiu; on nadaje sens a nawet zadowolenie. A czy może być coś piękniejszego niż pomaganie cierpiącym? Nie wiem, ile życia mi jeszcze pozostało a wiem, że umrę na pewno. Mogę pomagając innym przeżyć je w naszej wspólnotie pożytecznie i sensownie, choć również obdarzony wolną wolą mogę je roztrwonić na pijaństwo, jak to dawniej bywało albo w goryczy poszukiwać niespełnienia w Utopii. Jacques Fesch odkrył dla mnie niesamowicie ważną rzecz. Warto nadawać sens nawet najmniejszej chwili. Wyrok został wykonany, żywot przestępcy się skończył. Lecz o ile pamięć o innych wyrokach dawno została zapomniana to historia Fescha nadal żyje. Trud tego człowieka nie poszedł na marne, jeśli dziś go przypominam. Jego życie na pewno nie było przykładem do naśladowania w odróżnieniu od końcówki; wiem co mówię, bo z wielu lat mego życia sam nie jestem dumny. Jednak nie to się liczy. Liczy

się jego pragnienie, aby zostawić to wszystko co w nim dobre i szczerzy żal za zło, które wyrządził. I jeszcze coś. Wdzięczność do Boga za każdą na nowo przeżyty chwilę, którą może podzielić się z innymi.

Wydawałoby się, że to już koniec opowieści. Nic podobnego.

Miałem taki zwyczaj, że często rozmawiałem z klientami o bardzo różnych sprawach. Kiedyś tak rozmawiałem o szczęściu jakie mamy, kiedy mamy komu przekazać swój dorobek życia, choćby dzieciom; że zawsze jest sens, gdy mamy cel poza sobą samym. Kiedy wspomniałem opowiadaną historię weszła akurat kobieta, znana z widzenia od lat i dopowiedziała dalsze dzieje. Okazało się, że nie ja jeden przeżyłem spotkanie z tą książką. Jest wielu ludzi, w oczach których postawa Fescha jest godna podziwu. W środowiskach katolickich powstały nawet propozycje aby jego postać powołać na ołtarze jako błogosławiony. Dzięki tej kobiecie jeszcze raz sprawdziło się powiedzenie, że gdy ktoś potrzebuje wiadomości, znajdzie się ktoś, kto jej udzieli, a dla mnie, że nigdy za późno by zacząć godnie żyć.

Pozdrawiam pogodnie Marek Warszawa 16 07 2007

Akceptacja

Miałem zły dzień a właściwie tydzień. Stałem wściekły na przystanku autobusowym przy dworcu kolejowym. Palilem już chyba drugiego. Oczywiście autobusu nie było. Pewnie będzie tłok - projektowałem. Wszystko było w poprzek, bo nie naprawili mi samochodu w kolejnym już warsztacie, a koszty rosły jak szalone.

Stałem tak obserwując ludzi, zastanawiałem się czy oni mają podobne problemy jak ja. W pewnej chwili spostrzegłem nadjeżdżającego na wózku inwalidę. Poruszał się z trudem, zagarniając pokrzywionymi nogami chodnik pod wózek. Całe jego ciało było powykrzywiane w tragiczny sposób. Ręce przypominały raczej znaki zapytania niż narządy chwytu. Jakimś nadludzkim sposobem obejmował znacznych rozmiarów torbę podróżną. Pewnie „wysiadł” z pociągu i też „przyszedł” na przystanek. Musiał podróżować sam, bo nikogo nie widziałem obok niego. Głupio mi było gapić się, ale kątem oka zerkałem na niego. Do głowy przyszła mi myśl - któremu z nas dwóch dzisiaj trudniej?

Mnie pewnie kiedyś samochód naprawią, kasę pewnie też uda mi się zebrać. A on?

Jeszcze przez chwilę próbowałem sobie wyobrazić jak on sobie radzi w tej podróży?

Zerkałem na wysokie schody dworca od strony z której przyjechał na swoim wózku.

Dalej już nic nie umiałem sobie wyobrazić, zatłoczonego autobusu, potrzeby skorzystania z toalety i właściwie niczego co musiałbym pokonać będąc na jego miejscu.

A mimo to nie miał na twarzy złości czy zmęczenia. Wydawało mi się że jest dumny z siebie i bardzo naturalny. Podziwiałem go. Ech te moje problemy - mój alkoholizm wydał mi się maleńką opryszczką na końcu pleców.

AA.

Z WOLNEJ, HARCERSKIEJ KORESPONDENCJI MEILOWEJ

Jako ojciec i trzeźwy alkoholik stanąłem dzisiaj przed zadaniem spakowania syna na obóz harcerski (pierwszy w życiu). Pakowanie syna na obóz harcerski dla osoby nie będącej alkoholikiem nie stanowi wyzwania emocjonalnego - pomaga się synowi upchnąć rzeczy w plecaku, potem życzy dobrej drogi i wyraża radość. W wypadku alkoholika, trzeźwego, rzecz wygląda na bardziej skomplikowaną od strony emocjonalnej.

Pierwszym utrudnieniem dla pełnego wad alkoholika (czyli mnie) są dwa plecaki. Gdyby był jeden plecak, nie miałbym problemu, po prostu, z braku wyboru, spakowałibyśmy się w ten jeden. Niestety, ambaras de richesse, plecaki pojawiły się w domu dwa, przy czym oba pożyczone. Jeden był od męża przyjaciółki żony i śmierdział kurzem z lat osiemnastu, a wyglądał, jakby 100 razy przejechał trasę Warszawa - Zakopane na podłodze w kiblu wagonu 2 klasy i spalono na nim 100 spoconych ludzkich ciał. Drugi był od cioci Oli - bardziej nowoczesny, ale za to cuchnący tytoniem tak strasznie, że na pewno syn dostałby na obozie od razu sprawność "fajka pokoju". Jako alkoholik wpadłem w rozpacz niemożności dokonania wyboru. Najpierw spakowałem wszystko w jeden plecak, ale ciągle się coś nie mieściło: buty na dole, saperka nad nimi, saperkę owinałem w ręcznik, żeby nic nie przedziurawiła, na to spodnie i reszta, śpiwór na górę, pod spód ręczniki i majtki. Źle. Wywalam wszystko z powrotem. Kurz wali na potęgę. Pakuję jeszcze raz. Tym razem śpiwór na dole, razem z butami i do tego saperka. Źle. jeszcze raz. Potem kolejny. I dalej źle. To w drugi plecak. Na szczęście, przede mną alkoholikiem, były dwa plecaki, a jak wiadomo dać alkoholikowi drzewo, a zrobi z niego las - to ja tak samo, popadłem w szaleństwo plecaków.

Potem, kierowany wszystkimi rozbuchanymi instynktami i wadami nie usuniętymi jakoś wcale do tej pory, zacząłem pouczać syna, jak należy się pakować, żonę jak należy się pakować, a nawet młodszego syna, jak należy się pakować, jak dorosnie. Następnie zacząłem rolować koc. Koc pojawił się, bo kazałem dzwonić do druha i zapytać, czy koc jest w ogóle potrzebny. Jest. Sanepid wymaga. Koc postanowiłem zrolować, bo wiem, że się roluje, sam byłem kiedyś harcerzem i rolowałem. Rozłożyłem koc. Zaczęłem wysilać pamięć - jak się "fachowo", bajerancko roluje koc? Tak po wojskowemu? Pamiętałem, że jakby w kopertkę, coś na krzyż i boki szersze zostawić, jakby naleśnik, a potem końce wchodzi w te boki. I dawaj. Raz rozkładał. Nie tak. Drugi raz, znowu coś nie tak. Trzeci, czwarty, piąty raz. Żona mówi - daj spokój, nie roluj koca, już wieczór, po prostu go złożymy. Nie. Żona się nie zna. Syn musi mieć wspaniale zrolowany koc. Najlepszy koc. Taki koc, że jak go wyjmie na obozie, to wszyscy staną zadziwieni i gęby rozdziawią i krzykną - ach, patrzcie na tego młodego harcerza, ach skądże, skądże, ona ma tak pięknie zrolowany koc? A syn popatrzy dumnie i odrzeknie - ach, ojciec mój, ojciec kochany, tatko mój wspaniały nauczył mnie rolować i złożył go tak pięknie, bo sam był kiedyś harcerzem i nauczył się pięknie rolować koc. Rolowałem koc w pokoju dzieci z kilkanaście razy. Bez skutku. Nie chciało wyjść, tak jak to robiłem te dwadzieścia kilka lat temu. Parę razy podenerwowany rzuciłem do żony - no nie stój, weź złap z tamtej i zroluj. Żona na kolana, jak przed świętym obrazem i dalej roluje. I nic. Znowu źle.. Koc jak bałda, naleśnik nierówny, końce nijak się nie chcą chować do kopertki. Bez sensu. Ale dalej się staram, rozkładał. Po skosie. Po nierów-

kolorami, gabarytami a najważniejsze mam wolną rękę do tworzenia. Andrzej – Rzecznik Regionu przekazał mi klucze do szafy, gablot i PIK-u. przy ul. Brazylijskiej 10. Zamierzam zrobić w gablotach część muzealno – pamiątkową. Są okolicznościowe stemple AA, medal ze zjazdu Światowego AA, a najpiękniejsze jest to, iż są książki oraz ulotki w języku angielskim „pierwowzory” przetłumaczone na język polski i dokładnie odwzorowane. Są też pierwsze jakie ukazały się w Polsce czasopisma AA z kilku krajów jak i pierwsze MITYNGI (hehehe) w formacie A4. Zamierzam też zbierać wszystkie dokumenty i pamiątki, książeczki i mityngi, źródła i pocztówki, rysunki i zdjęcia, medale i znaczki związane z Regionem Warszawskim AA i te stare i te nowe w końcu to nasze WSPÓLNE dziedzictwo. Tworzyć dokumentację, gdy tylko ktoś będzie potrzebował, sprawdzić, potwierdzić przypuszczenia lub zaprzeczyć co było wcześniej uchwalone lub przegłosowane i kiedy. Przeprosiłem rower i przyjeżdżam do PIK-u segregować dokumentację czytając ją. Serdeczne podziękowania dla Tomka, który po mojej prośbie wypowiedzianej na mityngu (niedziela godz. 11.00 przy ul. Brazylijskiej 10) o brak segregatorów, przywiózł ich aż 32 szt. w poniedziałek. Postanowiłem w ramach służby odwiedzić wszystkie mityngi jakie znalazłem w książeczce adresowej i informować organizacyjnych części dotyczącej spraw organizacyjnych o powstawaniu i zamiarach archiwum. O, i dopiero usłyszałem parę „ciepłych” zdań – „Ale trafiła Ci się fucha”, „No to żeś się wkrcił”, „Region to już coś”, „Awansowałeś” jednak mam tekst, który wszystkie bije na głowę – „ Jesteś z IPN-u. ?” Po powrocie do domu zaznaczam zielonym flamastrem gdzie już byłem i tak mało jest zakreśleń. Jako osoba skora do uzależnienia najchętniej to bym odwiedził ile się tylko da w ciągu dnia mityngów. Zadaje sobie pytanie - Po co ja idę na ten mityng ? Czy ja idę na mityng czy tylko wpadnę na pierwszą część gdzie są sprawy organizacyjne ? Przypominam sobie za każdym razem zastyszane kiedyś słowa na spotkaniu AA „Chodząc na dwie części mityngu trzeźwieje w całości, chodząc na jedną część trzeźwieje w połowie”. W tym samym czasie znalazłem prace i dostałem z niej wymówienie, popadłem w stan przygnębienia i chodząc na mityng odnoszę wrażenie, że trzeźwieję w połowie więc nie chcę ryzykować i zostaję na drugą część. Marek – „Walizeczka” poprosił mnie o napisanie kilku słów, krótkiej informacji na temat służby i tego co się dzieje w archiwum. NO JAK MI SIĘ NIE CHCE. I zapomniałem ! Tydzień minął, jak bumerang wróciło na Zespole Ds. Literatury. Zawstydzilem się i poczułem nieswojo w końcu obiecałem, dobra napisze parę słów, a „Walizeczka” to nie może napisać podyktuję jemu, NO JAK MI SIĘ NIE CHCE. I chodzi mi to po głowie! Z poszukiwaniem, rozmowami i myśleniem o pracy popadłem w stan depresji, pijanych zachowań, zamiany nocy na dzień, znanego mi spania, zasłaniania zasłon, braku celu i wiary, porannego kaca i obwiniania do czego się nadaje, złości i niechęci, planowania pójścia na mityng rano na 10.00 a ledwo wyrabiam się na 17.00. Mam w pamięci obraz jak w takim stanie na kacu nie mogłem się ogolić, gdy przestałem pić i byłem w AA to goliłem się a dziś wychodzę chociaż raz dziennie na mityng. I kto by pomyślał – szczęście w nieszczęściu – zgłaszając się do służby mam zajęcie, mam gdzie pojechać, mam co robić, mam po co chodzić na mityngi, mam sposób na nie izolowanie odejście od uciekania w samotność, mam z kim pogadać, mam możliwość wysłuchania wielu podobnych do mojej historii. Myślę, że to jest ta uzdrawiająca moc SŁUŻENIA.

Hehehehe, a miało być krótko i tak mi się nie chciało. Odczułem ulgę po napisaniu. Jednak z drugiej strony łaskocze mnie wewnątrz lęk, przeczyta to wiele osób a tu napisałem całą prawdę o sobie, odsłoniłem miękki brzuszek. Z wyrazami szacunku – Paweł AA.

Dlaczego nie ?

Mam na imię Piotr i jestem Alkoholikiem

Na jednym z mityngów usłyszałem jak jeden z przyjaciół opowiadał o swoich wrażeniach z pierwszego mityngu. Pamiętam, że moje były podobne. Na stole leży kapelus, więc pewnie trzeba wrzucić tam jakąś kasę ciekawe tylko czy określoną składkę czy dobrowolną. Jeden gość siedzi na środku przy tym stole i wyznacza tego kto akurat ma coś powiedzieć pewnie jest największym udziałowcem w tym kapeluszu. Do wypowiedzi zgłaszają się tacy co to już lata nie piją (tak twierdzą ale ja im nie wierze, oni po prostu też mają udział w kapeluszu i tylko wygłaszają wyuczone teksty) reszta siedzi i słucha i za to słuchanie wrzuca do kapelusza pieniądze. Tak widziałem zdrowienie w AA. Uczęszczając na mityngi dowiedziałem się z biegiem czasu jak mylny był mój osąd, i jak się okazuje nie tylko mój.

Czytając ósmą tradycję zacząłem się zastanawiać dlaczego Wspólnota AA właściwie nie stara się zarobić na swojej działalności. Jej członkowie są przecież najlepszymi specjalistami od alkoholu, i wiedza jak przestać pić. Często nie pija przez wiele lat. Dlaczego nie sprzedać tej wiedzy innym ludziom, którzy nie mogą poradzić sobie z własnym piciem. Przecież oni byli by skłonni zapłacić duże pieniądze za sprzedanie tajemnicy niepicia. Ja zrobiłby z tego dochodowy interes, tak sobie pomyślałem.

Na ostatnim mityngu naszej grupy pojawił się młody człowiek, powiedział, że jest po raz pierwszy na mityngu. Podziwiałem jego odwagę, sam pamiętam jak to było za pierwszym razem. Po mityngu jeden z przyjaciół podszedł do mnie i powiedział „zaopiekuj się nim” i wskazał dyskretnie na nowicjusza. Podszedłem do chłopaka i zacząłem z nim rozmawiać, wymieniliśmy kilka uwag o mityngu, i takie tam różne gatki, niby nic wielkiego ale poczułem coś dziwnego w swoim sercu. Poczułem się potrzebny temu młodemu człowiekowi, rozmowa z nim sprawiła mi wielką radość, wiem, że będę z niecierpliwością wypatrywał go na następnym mityngu naszej grupy.

W trakcie naszej krótkiej rozmowy ani razu nie pomyślałem o sprzedawaniu wiedzy na temat nie picia. Z mojego dochodowego interesu nici, ale mam coś znacznie cenniejszego, radość w sercu bo byłem komuś w tym dniu potrzebny i ten ktoś potrzebny był mi. To uczucie jest dla mnie cenniejsze niż wszystkie pieniądze świata.

Dziś wiem, że Wspólnota AA to nie tylko ten jeden mityng na którym akurat byłem, ale że jest to wielka światowa organizacja utrzymująca się z dobrowolnych datków swoich uczestników.

Pozdrawiam Piotr AA

Młody "otrzeźwienie",*czyli jak włączyć się w nurt życia*

Mam na imię George i jestem alkoholikiem. Dzięki łasce Boga i pomocy Wspólnoty AA od 24 grudnia 1978 roku zachowuję trzeźwość. I za fakt ten odczuwam autentyczną wdzięczność. Przestałem pić jako „dojrzały młody człowiek” - w wieku dziewiętnastu lat. Miało to miejsce w San Diego w Kalifornii. W owym czasie we Wspólnocie było bardzo niewielu członków poniżej dwudziestego piątego roku życia - większość mieściła się w przedziale między trzydziestką a pięćdziesiątką („stare ramole”). Toteż nijak nie mogłem utożsamiać się z ich przeżyciami i doświadczeniami - nie siedziałem w więzieniu, nie wyrzucono mnie z pracy, nie utraciłem miłości żony itd. Z podobnych powodów nie byłem też w stanie odnieść do siebie wielu treści zawartych w Wielkiej Księdze. To naprawdę był nie lada problem - czułem się „inny i wyjątkowy”. Któregoś dnia pewien doświadczony członek Wspólnoty zasugerował mi, żebym próbował doszukiwać się raczej podobieństw, a nie różnic. Mądrość tego zalecenia i płynące z niego korzyści uzmysłowiłem sobie w pełni dopiero w czwartym czy piątym roku mojego niepicia. Bo widzicie, cała rzecz w tym, że ja trzymałem się tylko tego, co mi pasowało i było niezbyt uciążliwe. Próbowałem zmienić Program „na swoją modłę”; zamiast się do niego stosować, chciałem, żeby to on dostosował się do moich potrzeb i wymagań. Rezultat takiego podejścia do sprawy - i wynikających zeń działań - był taki, że mimo ciągłego zachowywania abstinencji coraz dotkliwiej pogrążałem się w chorobie i często czułem się nawet gorzej niż wtedy gdy piłem. Tuż przed zbliżającą się czwartą rocznicą abstinencji wyszedłem z domu z zamiarem upicia się. Ból istnienia, poczucie winy i wyrzuty sumienia osiągnęły wówczas taki stopień intensywności, że nie widziałem dla siebie innego rozwiązania. Wtedy wierzyłem, że zrobiłem wszystko, co było w mojej mocy - tyle, że pod swoim własnym przewodnictwem i kierownictwem (a przecież nieraz mówiono mi, że kiedy samemu jest się dla siebie sponsorem, to jest się sponsorowanym przez idiotę). Łaska Boża sprawiła, że zanim sięgnąłem po kieliszek, na swojej drodze spotkałem anioła, który do tego nie dopuścił. Opowiadam Wam to wszystko po to, żeby podkreślić, że to nie z AA, tylko ze mną coś było nie w porządku. AA nie ma obowiązku nawracać się na mój punkt widzenia - to ja mam przyjąć taki sposób myślenia, jaki proponuje Wspólnota: jeśli chcę żyć w zdrowiu, w szczęściu i w trzeźwości. To samo dotyczy Wielkiej Księgi: nie wszystko, co w niej napisano, odpowiada zachciankom mego rozbuchanego ego; lecz winienem zgłębiać ją tak długo, aż się w niej (gdzieś, kiedyś) odnajdę - bo to dopomoże mi znaleźć również rozwiązanie. Powiada się u nas, że w Wielkiej Księdze każdy może znaleźć coś dla siebie (różne „odchyłki” dla rozmaitych „świrów”). Moje doświadczenia - i jako sponsora, i jako podopiecznego - całkowicie tę prawdę potwierdzają. Skupiając się na różnicach i przeszkodach, izolowałem się od ludzi, odsuwałem się od Boga i Programu. Dziś wiem, że nie mogę sobie pozwolić na małostkowość wobec Wielkiej Księgi i Dwunastu Kroków. Zarówno mój problem (czyli alkoholizm), jak i jego rozwiązanie (czyli Kroki i Tradycje) mają bardzo konkretnego adresata, nawet jeśli nie czyni się klasyfikacji na grupy podług specyficznych kryteriów. Teraz, z ponad piętnastoletnim stażem trzeźwości „na karku”, muszę przyznać, iż bardzo cieszę się z tego, że zamiast życia „osobno” wybrałem bycie oddzielną częścią składową Wspólnoty. Nareszcie lubię i aprobuję swój los, a swoją trzeźwość wysoko sobie cenię. Posiadam też wszystko, czego kiedyś, na początku, nie zdążyłem - na szczęście! - stracić: Kochającą żonę (która spo-

ZMIANY !!!”. A jeśli chodzi o chęć Służenia we Wspólnocie, to cenię sobie powiedzenie o odróżnieniu samowoli od wolności (i to będzie o mnie): - jako samolub robiłem to, co chciałem; jako człowiek dążący do Wolności robię to, co POWINIENEM !!! I jak już wyżej napisałem: „gęba mi się nie zamyka”. Jak już zaczęło to nie mogę wyhamować. To tak, jak z tą moją jazdą. Ale cieszę się, że w końcu napisałem. Brałem się do tego pisania od kilku miesięcy. Dopiero dzisiaj, w PIK-u na Brazylijskiej, usłyszałem, że w ten sposób mam możliwość przełamać swoją kolejną barierę na drodze do trzeźwości, z której może już sobie zdaję sprawę ale ciągle boję się coś z tym zrobić - bo " co ludzie powiedzą lub pomyślą". A ja nie chcę się bać, przede wszystkim - ludzi. Także dziękuję całemu Zespołowi za dzisiejsze sugestie. Oto ich efekt.

*Pozdrawiam Robert AA***ŚLUŻBA ARCHIWISTY**

Jestem alkoholikiem i mam na imię Paweł. Jakiś czas temu na mityngu „Krok trzeci” w części dotyczącej spraw organizacyjnych od Małgorzaty dowiedziałem się, iż jest wolna służba archiwisty w regionie i w dodatku od kilku lat nie obsadzona. Wystarczy uzyskać rekomendację intergrupy. Coś pięknego dla mnie, no i jaka szansa na pokazanie co potrafię, pomyślałem sobie „ARCHIWISTA” – jakaś piwnica z rzędem regałów, stertami papierów, teczkami zakurzonymi, przy mdłym i niezbyt jasnym świetle sączącym się ze starych żarówek. Cisza, spokój - IZOLACJA, SAMOTNOŚĆ, UCIECZKA W STARE MYŚLENIE. Od dłuższego czasu zmagam się ze sobą i pytaniami – Kim chcę być? Czym się zająć zawodowo u kogoś czy u siebie? Co chcę robić w swoim życiu? Mam tyle umiejętności jak je wykorzystać? No i wpadłem na pomysł, że wykorzystam moje umiejętności w służbie archiwisty (systematyczność, dokładność, upór). Lekko się zaniepokoiłem gdy usłyszałem, iż wypadło by abym w ramach pełnionej służby był na Radzie Regionu i Zespołach. Jakoś to przełknąłem i udaje mi się przychodzić w czwartki na Zespoły Ds. Literatury i Organizacyjny, oraz drugi raz będę na Radzie Regionu. W brew pozorom znajduję czas, choć „jestem tak bardzo zajęty”. Doznałem szoku jak poinformowano mnie, iż wypadło abym znał Kartę Konferencji i w ogóle znał to co jest napisane w materiałach AA a gwoździem do trumny okazało się, że owszem pełnię służbę archiwisty jednak przy okazji również pełnię służbę Zastępcy Rzecznika Regionu. Noooooo i szczena mi opadła, dotarło do mnie – ależ JA się wrobiłem, chciałem się ukryć a tak jestem na świeczniku !! Tak nie miało być - A gdzie Moje lochy, Moja piwnica, Moja izolacja i samotnia !!!! GDZIE MOJE KAZAMATY !!! Zaczynają się Konferencje, Regiony, Warsztaty, Złoty itp. AAAAAAAAAAAAAA !! - I spotkania z ludźmi! Więc cóż, powiedziałem A to trzeba powiedzieć B, za dużo już osób wie, no i co im powiem, że mi się nie chce, że nie po mojej myśli, że ja tak nie chce, zresztą to wstyd i cyfra już zobowiązuje. Zrobiłem szybkie „za i przeciw” i rachunek wyszedł, iż nie chce mi się dyrektorować więc zajmę się tym co lubię - że lubię grzebać w starociach, lubię układać, segregować, katalogować, porządkować, równo ustawiać

Mój pierwszy raz

Witajcie!

Wróciłem właśnie z Warszawy, z PIK-u na Brazylijskiej i zasiadłem do kompa by w końcu coś napisać. Jechało mi się ciężko, mocno padało, a ja czuje się w taką pogodę mało bezpiecznie. Jednak mimo tego nie przejechałem tej trasy "zgodnie z przepisami" - ciągle jeżdżę za szybko, jak na swoje możliwości. Mam do przejechania jakieś 80 "kilosów" w jedną stronę. Ręce mocniej zaciskam na kierownicy (jakby to miało coś dać) a nogą cisnę pedał gazu, tak, jak zawsze. Czasami już zastanawiam się - co ja robię..? i wtedy na trochę zwalniam, a za jakiś czas znowu robię po staremu. Tłumaczę sobie, że już jest późno a ja spieszę się do domu, do dzieci, bo żona pracuje na noc - i ..."rura"!!! Może dzięki temu, że teraz to piszę zechcę, w końcu, wziąć pod uwagę - że czas robić!!! a nie tylko gadać!!!, nawet gdy gadam tylko do samego siebie. Przecież ja już to dawno wiem, że lepiej będzie jeśli przyjadę 15 -20 min później ale "w całości", niż gdy się tak narażam, ciągle ryzykuję i "kuszę los". No właśnie - ale ja w tym przypadku, do tej pory, tylko gadam - a nic z tym nie robię!!!

Ale nie o tym miałem pisać. Byłem kolejny raz w PIK-u. Moja Intergrupa ma dziś dyżur przy telefonie kontaktowym, więc byłem zobaczyć się ze "swoimi" i kolejny raz trochę poduczyć się od nich tej Służby. Ponadto, odbywało się spotkanie Zespołu ds. Literatury i tu też chciałem być. Jestem mandatariuszem a także kolporterem Literatury AA, więc to też jest "moje miejsce". I chociaż "gęba mi się nie zamyka" to tak naprawdę, od jakiegoś czasu czuję potrzebę, po prostu - bycia. Przebywania z ludźmi, poznawania ich i życia życiem Całej Wspólnoty. Żebym się spotkał z innymi alkoholikami ruszam swój tyłek. Tak, jak na mityng. Przecież nie muszę wszystkiego rozumieć, nie muszę się na wszystkim znać, zgodnie z powiedzeniem: "...przyniesie ciało a ..." Ważne dla mnie jest, że jestem, że kolejny raz, tak naprawdę "robię coś dla siebie". To, że "wchodzę" w coś nowego daje mi dużo satysfakcji, a "moja nieznajomość zagadnień" powoduje, że nie mam oczekiwań!!! co do takich spotkań. A dla mnie to ważne! I ważne, że jestem. Widzę, że dopiero wtedy, gdy wystawiłem nosa poza swoją "jedyną grupę", moje podejście do Wspólnoty i trzeźwienia zmieniło się, zmieniła się jakość. Najpierw zacząłem chodzić i jeździć na mityngi po innych grupach AA. Dziś jeżdżę po całej Polsce od momentu, gdy zauważyłem, że mam takie możliwości i wystarczy je tylko wykorzystać. Znowu coś zrobiłem dla własnego zdrowienia. Spotkania z wieloma innymi alkoholikami, z różnymi mityngami, z wynikającymi z tego różnymi doświadczeniami spowodowało, że stałem się dużo bardziej otwarty na ludzi i to nie tylko w AA. Także stałem się mniej bojaźliwy i podejrzliwy wobec ludzi, także tych z AA. To spowodowało, że z chęcią i radością przyjąłem służbę mandatariusza - znowu nowi ludzie, nowe doświadczenia a nawet nowe przyjaźnie. Pragnąc jak najlepiej służyć przyszło mi, ale już dużo łatwiej, ruszyć "w dalszą drogę", która zaprowadziła mnie właśnie do PIK-u. Znowu ludzie, znowu doświadczenia i nowa Służba - kolportera. Poczuję, że robię najlepiej, jak potrafię, czuję, że przynosi mi to radość. Aha!... i ciągle jestem trzeźwy!!! (no, przynajmniej nie czuję się pijany). I takie mam teraz, na tą chwilę, spostrzeżenia: - czym więcej ludzi wokół mnie - czuję się mniej samotny w tej chorobie; poznaję więcej ludzi - dostaję i mogę bardziej akceptować Ich i samego siebie; cieszę się, bo przestaję się bać drugiego człowieka; i gęba mi się cieszy, że ciągle mogę się uczyć i uczyć nowych rzeczy. I że "wyrywając" swój tyłek z jednego miejsca, z jednej miejscowości, z jednej Służby, czuję - że się zmieniam!!! A takie właśnie, kiedyś powiedzenie wzięłem sobie do serca: "Trzeźwienie - to

dzieła się dziecka), własny dom, dobrą posadę, oddanych przyjaciół i rodzinę. Mimo wszelkich różnic i rozróżnień, niechaj dane nam będzie kroczyć razem w przewodnim Świecie Ducha - w pokoju i harmonii.

G.S., Columbia, S.C. nieautoryzowany przekład z GRAPEVINE

Urodzinowe przyjęcie grupy Manhattan różni się od pozostałych.

W zachodniej części Nowego Yorku, w rejonie Manhattan, której struktura etniczna sama w sobie odzwierciedla ideę Narodów Zjednoczonych, działa grupa AA na dobre zakorzeniona w lokalnym środowisku

Obecnie jej członkowie starali się w specjalny sposób uczcić czwartą rocznicę niesienia posłania cierpiącym alkoholikom. Pomysł, na który wpadli, był to mityng poświęcony czwartej rocznicy istnienia grupy, który jednocześnie informowałby społeczność hiszpańskojęzyczną o dostępności AA i dwunastu krokach. Poświęcono 6 miesięcy na przygotowanie przyjęcia urodzinowego. Członkowie dotarli z zaproszeniami do jak największej liczby profesjonalistów, szkół, instytucji, w miarę swych możliwości, poprzez korespondencję, osobiste wizyty, szerzenie literatury w rejonowych kościołach, więzieniach itd. W końcu nastał wielki dzień. Urodzinowy mityng odbył się w szkole, gdzie grupa wydzierżawiła salę gimnastyczną, spodziewając się około 150 AA, ich rodzin, przyjaciół i profesjonalistów ze swej społeczności. Jeden z członków rzekł: „Być może przyszli spróbować poczęstunku. Ale przyszli!" Grupie udało się zainteresować lokalny policyjny okręg wyborczy, reprezentowany przez oficera mówiącego po hiszpańsku i angielsku. Mówił on do zebranych o zwiększającej się współpracy pomiędzy departamentem policji a AA i dobroczynnych skutkach, jakie mogą wynikać z tego dla alkoholików z naszej społeczności. Inny mówca, znany jako dr G. pracował 25 lat z alkoholikami w dziedzinie terapii i leczenia. Oświadczył on, że AA pomogło profesjonalistom lepiej zrozumieć alkoholika i że leczenie było możliwe tylko wtedy, kiedy pacjent był leczony w połączeniu ze współpracą z AA. Dr G. mówił nostalgicznie o pionierach AA, niektórych pochodzących z kręgów medycyny. Zaznaczył, że aż do dzisiejszego dnia wielu lekarzy, łącznie z psychiatrami, było przyjaciółmi AA, wielu z nich służąc jako członkowie Generalnej Rady AA. Dr G. oświadczył też, iż teraz częściej niż kiedykolwiek przedtem, instytucje zajmujące się problemem alkoholizmu uznają grupy AA jako najlepiej i najskuteczniej prowadzące do wyleczenia. Byli też inni mówcy. Np. Karen - administratorka, prowadząca schronisko dla miasta New York, przeznaczonego dla osób powyżej 50 lat. Mówiła ona, że przez cztery lata członkowie tej grupy AA „nieśli posłannictwo" o w jej ośrodku każdej soboty, w wyniku, czego wiele osób zostało uratowanych". Frank - pracownik socjalny, dobrze znany w społeczności dzięki swej współpracy z AA, szczególnie z

członkami grupy wprowadzającej 12 kroków wśród miejscowych pijaków. Frank opisywał oddział odtruwający i inne rodzaje terapii w Szpitalu Św. Łukasz-Roosevelt. Mówił też duchowny z odległej części Puszczy Amazońskiej na terenie Kolumbii, gdzie jak powiedział: „jest tam tylko jeden mały kościół”. Jest on jednak domem dla kwitnącej grupy AA, świadectwem, że AA może pracować wszędzie. Mówili też dwaj członkowie Al-Anon i Al-Ateen, którzy podzielali wiarę w posłannictwo i nadzieję, twierdząc, że każda rodzina alkoholika także powinna uczestniczyć w tym programie. Następnie był poczęstunek, przygotowany przez członków grupy. Każdy znalazł coś dla siebie; od ryżu i grochu, poprzez sałatę do kanapek i ciast. Jeden z członków oświadczył: „Wszystkie uśmiechnięte twarze dały wyraz wdzięczności za ten wieczór członkom grupy i tym, którzy znaleźli to, po co przyszli”. Jest to informacja i zrozumienie, co do możliwości wyleczenia z alkoholizmu we wspólnocie, jaką jest AA. Box459

Zbyt wiele światła

Wychodzimy z mroku. Nie mam tu na myśli jakiegoś zamroczenia spowodowanego wódką, ale mroku nieporozumienia i obojętności otaczającego problemy związane z alkoholizmem.

Filmy, radio, telewizja, gazety i czasopisma - wszystkie opowiadają historię alkoholików. Prawie zawsze punktem kulminacyjnym tych opowieści jest ocena i docenienie roli, jaką pełni wspólnota AA. Jednak w samym tym procesie ożywionego, publicznego zainteresowania drzemie niebezpieczeństwo dla AA zarówno jako wspólnoty, jak i dla pojedynczych anonimowych alkoholików. Można by to określić jako ryzyko wliczone w koszty, ale lepiej być pewnym i w pełni świadomym takich kalkulacji. Nie chcemy bynajmniej robić nic, aby powstrzymać tę narastającą falę powszechnego zainteresowania problemami alkoholowymi nie moglibyśmy, nawet gdybyśmy chcieli. Ogólnie rzecz biorąc, dobrze to nam wróży na przyszłość i może tylko pomóc w znalezieniu lepszych rozwiązań dla naszych problemów oraz wzmocnić społeczną akceptację dla nas. Pamiętajmy jednak, że będąc alkoholikiem nie jest się primadonną. Kochamy być w centrum uwagi.

Ego każdego z nas karmi się powszechnym zainteresowaniem, lecz fakt, że alkoholizm staje się „modny” nie zmienia naszej sytuacji ani o jotę. Potrzebujemy wspólnoty AA w takiej samej formie jak zawsze potrzebowaliśmy i będziemy potrzebować w przyszłości. Nie zapomnijmy też, że nasza nazwa składa się z dwóch części Anonimowi Alkoholicy. Anonimowość jest nieodłączną cechą naszego programu. Buduje naszą pokorę i wzmacnia więzi, dzięki którym trzymamy się razem. Dla wielu z nas anonimowość jest niezbędna, aby sukces wyznaczał nasze zwykłe codzienne życie. Dla innych anonimowość jest mniej ważna. Jednym z najpoważniejszych rodzajów odpowiedzialności, jaki może sobie wyobrazić członek AA jest wyłamanie się anonimowości. Decyzja taka, oczywiście każdemu indywidualnie przychodzi z łatwością, ale jak można być pewnym, że przez pewne skojarzenia, nie naruszy ona anonimowości innego

na swoją korzyść, specjalnych przywileji. Rośnie egoizm, pogłębia izolacja, następuje zerwanie wspólnotowej więzi a stąd tylko krok do złudzeń na temat możliwości własnej osoby. Kiedy kontakty ograniczają się zaledwie do konwencjonalnej grzeczności wtedy nawet z zupełnie dobrą wolą przeprowadzony obrachunek moralny nie wykryje tego, co wszyscy naokoło dostrzegają codziennie. Człowiek staje się bezkrytyczny i nikt nie jest w stanie wyprowadzić go z błędu.

Zbyt wiele oglądałem wysiłków samotnego trzeźwienia zakończonych porażką. Może dlatego poświęcam trochę czasu aby pomóc nowym przekonać się, że życie w trzeźwości pomaga osiągnąć to, co jest najcenniejsze – przyjaźń, miłość, odpowiedzialność. Do tego samo w sobie jest źródłem zadowolenia.

Niesienie posłania cierpiącym alkoholikom, pomaganie w początkowym okresie trzeźwości jest zajęciem przynoszącym wiele blasków ale równocześnie nie pozbawione cieni. Potrzebujący pomocy alkoholicy najczęściej daleko odbiegają od tych ze świętych obrazków. Choroba alkoholowa zawęza ich zainteresowania do elementarnych potrzeb, wyzwała egoizm i egocentryzm. W rzeczywistości alkoholicy przenoszą swe żale i pretensje na tych, którzy swą służbą pragną im pomóc. Oni trzeźwieją, więc wszystko „im się należy”. Na mityngu ciągle słyszymy żądanie wobec osób służebnych. Niedawno miałem okazję uczestniczyć w spotkaniu sąsiedniej intergrupy, na której wysłuchałem wielu żądań dotyczących rozliczeń finansowych. Ciekawe, że nie usłyszałem żadnego głosu deklarującego pomoc przy opracowaniu bardziej przejrzystego raportu. Czy program AA dla nich działa? Może sami niech odpowiedzą.

Nie sposób przedstawić dynamikę przemian emocjonalnych w trakcie służby, która nie szczędzi zaangażowanym trudnych zdarzeń. Początkowy entuzjazm wyczerpuje się, zostaje zduszony narastającym rozczarowaniem. Mimo wszystkich naszych zabiegów nowi odchodzą. Do tego zaczynamy dostrzegać własne zniecierpliwienie, reakcje gniewu wobec niepowodzenia inicjatyw, a także narastającego poczucia bezradności. Wtedy dochodzą do głosu podszepty: „Co mogę z tej pracy uzyskać? Czy warto się dla nich poświęcać?” Tymczasem to rozczarowanie jest właśnie kolejnym etapem rozwoju nowej osobowości. Bo kiedy ta postawa zostaje przezwyciężona, rodzi się nowa - „**życliwości mi-mo wszystko**” - dodatkowo rozświetlana rosnącą wiarą.

Przypominam sobie pytanie, które zadałem w pierwszych miesiącach trzeźwości. - **Na ile mam pomagać innym?** Odpowiedź była ciekawa. - **Pomagaj, ile potrafisz, ... a potem zrób jeszcze jeden krok.** Ta zasada obowiązuje mnie do dziś. Ale jest pewien problem. Aby zrobić kolejny krok potrzebuję pomocy. Pamiętam słowa: (Mt,18.19) ... **gdy dwaj zgodnie o coś prosić będziecie...** W nich znajduję wskazówkę, że w swojej aktywności potrzebuję zwolenników. Bez współpracy nie ma kołaczy. Potrzebuję ludzi by mi pomogli odnaleźć sens życia. Życia w trzeźwości. Bym nigdy nie wracał do koszmaru pijanych dni.

Pozdrawiam serdecznie Marek Warszawa 04 07 2007

Takie sobie sprawy

Już dawno nie pisałem specjalnie do MITYNGU. Spróbuję tę lukę wypełnić, zresztą kilka spraw zebrało się, i chyba warto o nich porozmawiać.

Po pierwsze chcę sobie przypomnieć, że jestem członkiem AA. Nie uczestnikiem, jak mi ostatnio dwukrotnie sugerowano, ale członkiem, świadomym członkiem wspólnoty AA i to mimo, iż nie podpisywałem żadnej deklaracji członkowskiej. To dla mnie jest absolutnie zbyteczne. W swoim życiu podpisywałem kilka deklaracji i do tej pory pozostały tylko deklaracjami. Teoretycznie nadal jestem członkiem pewnej partii, ale partii już nie ma i nie ją rozwiązałem. Jednak jej ideały nadal funkcjonują w moim sercu. Równocześnie na naszych mityngach ciągle wysłuchuję historii małżeńskich rozpoczynanych uroczystym podpisaniem odpowiedniego aktu; i co? Jeśli brakuje chęci, to nie ma siły aby zmusić kogoś do rzetelnego traktowania własnych słów. Nie zawsze w podpisie zawarta jest siła miłości.

Z każdym dniem pogłębia się дума, że mogę korzystać z dobrodziejstwa wspólnoty AA, z jej Programu, a równocześnie ujawnia bezprecedensowe zadanie – **zachować wspólnotę AA w niezmiennym stanie** dla przyszłych pokoleń, aby następni mieli taką samą szansę zdrowienia, jaką ja dostałem. Na moich oczach powstają i rozpadają się placówki pomocy, różne kluby, stowarzyszenia, które swą egzystencję związały z dotacjami zewnętrznymi. W przeciwieństwie do nich Wspólnota AA nauczyła się funkcjonować niezależnie od takich funduszy i chyba to jest najważniejsza idea do przekazania następnym pokoleniom. **Wzajemna pomoc nie wymaga dotacji**, bardziej potrzebuje serca, dobrej woli, rezygnacji – przynajmniej częściowo – z niedorzecznego egoizmu. Mam nadzieję, że tych cech nigdy nie zabraknie w AA. Już dzisiaj mogę cieszyć się faktem jak bardzo moje życie zostało wzbogacone przyjaźnią ludzi, o których jeszcze nie tak dawno nawet nie słyszałem. Koszmar samotności cierpiącego alkoholika odchodzi gdzieś do przeszłości.

Tak chciałbym powiedzieć, że z chwilą wstąpienia do wspólnoty problem samotności ulega rozwiązaniu, ale to nie jest cała prawda. Przed chwilą pisałem o odchodzeniu samotności bo miałem na myśli cudowną aktywność pierwszych mityngów. Gdy pełna akceptacja, zainteresowanie, nowe środowisko, wyzwalają potrzebę przebywania wśród ludzi, przyjaciół. O ile wokół świat się zawalił, to na mityngu nie jestem sam, pojawiają się pierwsze sukcesy trzeźwości, tu zbieram siły aby poradzić sobie z przeciwnościami losu. To piękny i jednocześnie trudny okres.

Najgorsze są chwile, gdy po pierwszych dniach euforii nowy przyjaciel **pozostaje jeszcze albo znowu samotny**. Przebywanie w samotności grozi powrotem do alkoholu. Życie nie jest prostym trwaniem, rozgrywa się w stałym napięciu między rozwojem a regresem. Bez pomocy przychylnego środowiska zaczynamy o wszystko starać się sami. Zrozumiałe, że wtedy na pierwszym miejscu stawiamy własne potrzeby. Wydaje się, że nikt przed nami nie znalazł się w tak trudnej sytuacji. Pojawiają się konflikty. Nie zdajemy sobie sprawy, że przebywanie wyłącznie w zasięgu własnych spraw, obojętność wobec potrzeb innych ludzi skłania do przesadnej troski o własne dobro. Oczekujemy ustępstw

członka wspólnoty? Miałem styczność z przypadkami, gdy oddani członkowie AA tak mało szanowali anonimowość swoich współtowarzyszy, że w końcu ich nazwiska wykrzykiwały dzieci z miejscowej szkoły. Innym razem, w trakcie podróży w interesach, pewien mężczyzna wraz z żoną uczestniczył w spotkaniu AA w jednym z większych miast na zachodzie USA. Nazajutrz, miejscowa prasa wymieniła ich nazwiska jako uczestników mityngu. Tak być nie powinno. Wiemy w AA, że nie można wtrącać się w czyjś sposób pojmowania Siły Wyższej. Wiemy, że nie można nikomu pomóc na siłę. Musimy się nauczyć przywiązywać równą wagę do anonimowości innych członków. Z pewnością największym obciążeniem dla członka AA jest świadomość, że spowodował lub przyłożył rękę do tego, że ktoś wyłamał się z programu. Twierdzę, że należy zwrócić powszechną uwagę na problemy związane z alkoholizmem. Skierować wszelką uwagę na skuteczność wspólnoty w zwalczaniu tych problemów.

TRZEBA JEDNAK POZWOLIĆ POSZCZEGÓLNYM CZŁONKOM AA TRWAĆ W BEZPIECZNYM PŁASZCZU ANONIMOWOŚCI.

Anonimowy S wg GRAPEVINE

Kiedy zaczyna się AA?

Czyli... sponsoring i tradycje.

Nie piję od 74976 godzin. Przez cały ten czas Wspólnota była blisko mnie, choć ja nie zawsze tak samo blisko Wspólnoty. Może właśnie dlatego moje odpowiedzi na pytanie „Kiedy zaczyna się AA?” ewoluowały, zmieniały się, mam nadzieję... dojrzewały. Początkowo - i to nawet dość długo - uważałem, że Wspólnota AA zaczęła się dla mnie w dniu mojego pierwszego mityngu. Pozornie jest w tym sporo racji, był to niewątpliwie warunek konieczny, bez niego nie wydarzyłyby się przecież nic więcej, tym niemniej racja ta jest czysto formalna. Przecież sam fakt zapisania się do biblioteki nie świadczy jeszcze o zdobyciu mądrości zawartych w jej tomach, a tym bardziej o wykorzystaniu jej w życiu. Poza tym do biblioteki zapisujemy się zwykle w określonym celu, a ja do AA poszedłem w zasadzie nie bardzo wiedząc, czego oczekiwać i głównie dlatego, że tak kazali na terapii. Nieco później wydawało mi się, że AA zaczęła się dla mnie, kiedy pierwszy raz poprosiłem pewnego aowca o sponsorowanie. Jest to przecież, a przynajmniej powinien być, moment bardzo ważny, przełomowy. Tak... ładnie to brzmi, ale w rzeczywistości były to kolejne pozory i formalizm.

Znalezienie sponsora sugerowała terapeutka, a ja, konformista z natury, po prostu to zrobiłem – ot, zadanie do wykonania. Nie wiedziałem zupełnie, do czego mi ten sponsor ma być potrzebny, ani co to znaczy być sponsorowanym.

W praktyce okazało się, że mój sponsor, choć miał pewnie dużo dobrej woli, też nie orientował się za bardzo, co to znaczy być sponsorem. To wszystko widzę jednak i rozumiem dopiero teraz. Wówczas trwało to kilka miesięcy i skończyło się tak, jak chyba musiało – wróciłem do picia. To może Wspólnota zaczęła się dla mnie tak naprawdę wtedy, gdy po terapii odwykowej w ośrodku zamkniętym wróciłem na łono AA? W końcu był to czas, w którym zacząłem nareszcie słyszeć przynajmniej niektóre Kroki. Z rozumieniem ich nadal miałem kłopot, ale coś przecież drgnęło.

Tak, drgnęło... udawało mi się utrzymywać abstynencję, ale w zasadzie nic poza tym. W tym czasie często można było w naszym środowisku słyszeć określenie „zdrowy egoizm”. Ma ono mniej więcej tyle samo sensu, co „prawdziwe kłamstwa” lub „uczciwe złodziejstwo”, ale wtedy żyłem w ten właśnie sposób. Znów, a może nadal i w dalszym ciągu, liczyłem się tylko ja, moje potrzeby i zachcianki, kiedyś związane z pićciem, teraz niby usprawiedliwione trzeźwieniem. Nadal krzywdziłem innych, nadal nikomu nie byłem w stanie pomóc, nadal byłem bogiem swojego świata i wszystko miało się kręcić wokół mnie – w końcu ja, alkoholik, nie piję.

Taka postawa nie ma nic wspólnego z postaniem i filozofią Wspólnoty AA, nie może więc być jej początkiem.

Czy Wspólnota zaczęła się dla mnie, kiedy wraz z kolegą założyłem grupę AA? To ważne wydarzenie świadczy przecież niezbicie o moim istotnym udziale w ruchu aowski, w jego rozbudowę i rozwój.

Tak? Naprawdę? A może to ważne doświadczenie pokazało mi tylko (po czasie) ogrom mojej pychy, bezkrytyczne przekonanie o własnych racjach, niezdolność do podporządkowania się zbiorowej mądrości i zwykłą samowolę? Bo przecież pamiętam, że nawet do głowy mi nie wpadło konsultować pomysł utworzenia nowej grupy z Intergrupą.

Mijały dni i godziny, zmieniały się moje koncepcje na ten temat, ale coraz bliżej byłem sensownej odpowiedzi na pytania: kiedy AA stała się częścią mojego życia? Kiedy przestałem być jedynie konsumentem i traktować mityng AA jako poprawiacz nastroju i samopoczucia? Kiedy naprawdę zaczęła się dla mnie Wspólnota AA i jej Program, jako jasno sprecyzowany pomysł na życie?

A może pytanie powinno brzmieć: kiedy zacząłem trzeźwieć, a nie tylko utrzymywać abstynencję? Dziś niezwykle ważne wydają mi się tu dwa elementy: sponsor z prawdziwego zdarzenia i Tradycje AA. Wśród mądrości Wschodu podoba mi się zwłaszcza jedna: „Kiedy uczeń jest gotów – pojawia się nauczyciel”.

Kiedy wreszcie byłem gotów stanąć w postawie pokory przed drugim człowiekiem przyznając, że ja nie potrafię z czymś sobie poradzić, że mi nie wychodzi, że nie wiem, nie umiem, nie rozumiem, kiedy pierwszy raz w życiu gotów byłem uczciwie poprosić kogoś o pomoc - znalazłem sponsora przez duże S.

Z moim pierwszym sponsorem spotykaliśmy się dość przypadkowo, zwykle przed mityngami i rozmawialiśmy na równie przypadkowe tematy przez kilka-kilkanaście minut, jak wypadło.

Praca z drugim sponsorem zaczęła się dla mnie od precyzyjnego określenia zasad naszej współpracy, wzajemnych oczekiwań, po prostu od ustalenia „reguł gry”. I teraz jakoś nie dziwiło mnie, że mamy się spotykać regularnie, raz w tygodniu o wyznaczonej godzinie, a ja będę otrzymywał swego rodzaju zadania do wykonania, z których będę się musiał rozliczyć. Wtedy też dowiedziałem się, że sponsor to nie tylko kumpelstwo i pogaduchy na różne tematy, ale głównie i przede wszystkim konkretny, poparty własnym doświadczeniem i wypróbowany w praktyce sposób na zapoznanie podopiecznego z Programem AA, ułatwienie jego zrozumienia i wdrożenia we własnym życiu.

Mniej więcej wtedy dowiedziałem się też, że Program Wspólnoty Anonimowych Alkoholików to nie tylko Dwanaście Kroków – jak początkowo sądziłem. Program AA to trzy legaty: dziedzictwo zdrowienia (Kroki), dziedzictwo służby (Tradycje) i dziedzictwo jedności (Koncepcje). A jeśli ja nadal będę wybierał z tej całości tylko pojedyncze, pasujące mi elementy, to... „Stosowanie półśrodków nic nam nie dało. Znajdowaliśmy się ciągle w punkcie wyjściowym”.

numery. Tears zaczęliśmy szukać miejsca na mityng. Koszty oczywiście były bardzo ważne – jest nas przecież na razie tylko dwóch. I tu z pomocą przyszli nam nasi angielscy przyjaciele z AA. Po prostu nawet nie przyszło im do głowy, że mityng w języku polskim będzie w innym miejscu niż wszystkie (oprócz szpitala) herefordzkie mityngi. Dali nam również rekomendacje (to bardzo ważne w Anglii) dla właściciela pomieszczeń. Tears pozostało nam tylko zadbać o rozpowszechnienie informacji o mityngach. I w tym miejscu należą się nasze ogromne podziękowania dla Andrzeja – łącznika internetowego regionu Warszawa, naszego „zielonego anioła”, który przysłał nam regularnie od stycznia potrzebne aowskie materiały (plakaty A4 z III Tradycją, i znakiem zapytania, broszurki i ulotki informacyjne, Źródła i Mityngi. Do dziś wraz z angielskimi AA ze służb PI „rozprowadziliśmy” ponad 500 sztuk niebieskich ulotek i ponad 100 sztuk plakatów. Materiały te trafiły do angielskich grup, a przez nie dalej do tych wszystkich miejsc, gdzie dostępne są również angielskie - policja, przychodnie zdrowia, szpitale, pogotowie ratunkowe.. itp na terenie Walii i graniczących z nią terenów angielskich. Potrzebujemy tych materiałów więcej. Być może ktoś (grupa, intergrupa czy region) zechce pomóc Andrzejowi w wspieraniu nas. Potrzebujemy również inne broszurki AA na pakiety dla nowoprzybytych oraz książki. Jeżeli ktoś zechce nam pomóc, to proszę o kontakt z Andrzejem warszawa@aa.org.pl. W najbliższych dniach i tygodniach planujemy objechać okoliczne większe miasta, w których mieszkają Polacy i przekazać informacje o mityngach w parafiach katolickich, organizacjach pomocowych dla cudzoziemców, punktach informacyjnych i komitetach samorządowych pomocy społecznej, lokalnej policji, polskich sklepach itp. Wszystkie te działania staramy się wykonywać w zgodzie z Tradycjami, Koncepcjami oraz zasadami AA, tak jak je rozumiemy w naszym sumieniu. Mamy niewielkie doświadczenie, ja z Polski, Grzegorz z Anglii (nieistniejący już mityng w Swansea). Pragniemy, aby mityng AA w Hereford nie był „podziemny”, znany tylko aowcom, abyśmy mogli trafić z posłaniem AA do tych, którzy AA nie znają i do niego jeszcze nie trafili. Wszystko to co robimy jest oczywiście potrzebne i pomaga nam – naszemu trwaniu w trzeźwości. Jeżeli trafi na mityng w Hereford choć jeden cierpiący i szukający pomocy alkoholik i zostanie z nami choć na jakiś czas, będziemy bardzo zadowoleni.

Tak jak czytamy w „Codziennych refleksjach” (17 stycznia, str 27)

“Prostota programu AA uczy mnie, że szczęście nie jest czymś czego mogę “żądać” lub “domagać się”. Przychodzi ono do mnie po cichutku, gdy służę sobą innym. Kiedy wyciągam pomocną dłoń do nowicjusza lub kogoś, kto wrócił do Wspólnoty po zapiciu, z nieopisaną wdzięcznością i szczęściem odkrywam, że umacniam tym samym swoją własną trzeźwość.”

Pogody Ducha

oraz jak tu piszą L.I.F. (Love In Fellowship)

Włodek - Sobotni mityng AA w języku polskim w Hereford

PS Nie cały pierwszy mityng odbył się w języku angielskim. Na koniec spotkania Evie postanowiła nauczyć się Modlitwy o Pogodę Ducha po polsku. Nieźle jej poszło.

14 jeśli ma się osiągnąć łaskę. W Nowym Testamencie, Mateusz (18,3) cytuje Chrystusa słowami " Zaprawdę powiadam wam, jeśli się nie nawrócicie i nie staniecie jak dzieci, nigdy nie wejdzicie do Królestwa Niebios. Kto się więc unieży jak to dziecko, jest największy w Królestwie Niebios." Zen naucza wyzwalania nicości. Słynna seria obrazów przeznaczona by pokazać rozwój w ludzkiej naturze kończy się kołem zamkniętym w kwadrat. Koło przedstawia człowieka w stanie nicości; kwadrat reprezentuje ramę ograniczeń wśród których człowiek musi umieć żyć. Zen także łączy nicość, skromność i łaskę. Anonimowość jest stanem umysłu o wielkiej wartości dla jednostki w utrzymywaniu trzeźwości. Chociaż ja uznaję jej ochronną funkcję, czuję że jakakolwiek dyskusja na jej temat byłaby jednostronna gdyby nie udało się podkreślić faktu, że zachowywanie uczucia anonimowości - poczucia " jestem nikim ważnym" - jest podstawowym zabezpieczeniem skromności i podstawowym strażnikiem przed dalszym problemem z alkoholem. Ten rodzaj anonimowości jest prawdziwie cennym dobytkiem.

Na podstawie GRAPEVINE

„Szczęście przychodzi niepostrzeżenie,,

Pierwszy mityng AA w języku polskim w Hereford.

Nasze plany - moje i Grzegorza - rozpoczęcia mityngów AA w języku polskim - w okolicy, gdzie teraz mieszkamy - po wielu tygodniach rozmów, planowania zostały zrealizowane. 16 czerwca nadszedł termin pierwszego mityngu AA w języku polskim w Hereford. Braliśmy pod uwagę różne miasta, przede wszystkim Kiddminster i Birmingham, ale ze względu na nasze ograniczenia czasowe i finansowe musieliśmy zrezygnować z tych miejscowości. Ogromne znaczenie przy wyborze miała również życzliwość, a właściwie entuzjazm naszych angielskich przyjaciół z AA z Hereford. Przeprowadziliśmy kilkutygodniową akcję informacyjną i o 18:00 w sobotę 16 czerwca czekałem w sali mityngowej. Jakież było moje zdziwienie, gdy okazało się, że już na pierwszy mityng przyszła jedna osoba. Przyszła Evie – węgierka, która chciała usłyszeć o naszych doświadczeniach. Evie chce pełnić służbę 12- go Kroku wśród swoich rodaków oraz Węgrów ze Słowacji i Rumunii.. I tak pierwszy mityng w języku polskim w Hereford zamienił się w warsztaty służby 12- go Kroku w języku angielskim. Przy herbacie i kawie (oczywiście z mlekiem, przecież to Anglia) i upieczonych przez Evie węgierskich ciasteczkach opowiedziałem o naszych dotychczasowych działaniach, o tym jak udało nam się doprowadzić do zorganizowania mityngów AA w języku polskim.

W styczniu dotarł do nas z Polski pakiet materiałów niezbędnych do prowadzenia mityngu. Nasze działania zaczęliśmy w lutym. Na spotkaniu Intergrupy Walsh Borders, na terenie działania której mieszkamy, Grzegorz opowiedział o naszych planach, podał numery telefonów dla angielskich służb 12- go Kroku. Ja “przegadałem” temat z powiemikiem Regionu Wales & Borders – Polly i zostałem zaproszony na mityng służb regionu. Byłem tam w marcu, poinformowałem o naszych planach, podałem numery telefonów dla służb 12- go Kroku regionu i telefonu krajowego. Przyniosło to kilka telefonów od Polaków na nasze

Jeśli wcześniej w ogóle myślałem o Tradycjach, to z przekonaniem, że to jakieś mętne teorie, dotyczące ewentualnie tylko „władz” Wspólnoty nazywanych nie wiem czemu obłudnie służbami. „Normalni” aowcy mieli Kroki i na tym powinni się koncentrować. Teraz powolutku zaczynałem odkrywać znaczenie Tradycji AA, a także korzyści płynące z pełnienia służb poza grupą. Potrzeba było jednak jeszcze wiele czasu i nieskończonej cierpliwości mojego trzeciego sponsora, żebym zrozumiał, że Tradycje nie ograniczają się tylko i wyłącznie do zamkniętego terenu Wspólnoty, że mogą być także elementem mojego sposobu na dobre życie również i poza mityngami czy spotkaniami Intergrupy, Regionu, itd. I jeszcze jedno – służby poza grupą, które traktowałem podejrzliwie, jeśli nie wrogo, okazały się być cudownym poligonem, na którym mogę skutecznie pracować nad Programem. W grupie obcych ludzi, z których kilku nie lubię, paru nie ufam, wielu nie znam, ale z którymi muszę współpracować i wypracowywać jakieś kompromisy dla wspólnego dobra, moje wady czy ograniczenia ujawniają się w sposób prosty i naturalny bez potrzeby stosowania jakichś wymyślnych programów terapeutycznych. A o to przecież, między innymi, chodzi. Tak więc, kiedy zaczyna się AA? Tak naprawdę? Sponsor. Tradycje. Służba poza grupą. Tylko tyle? A może aż tyle...

Witold (Meszuga) 01.07.2007

„Nie skacz w ogień”

Nie pije od dwóch lat moje życie zaczęło się układać pomyślnie, normalnie rozmawiam z żoną, córką i innymi ludźmi, wydawać by się mogło wiodę normalne życie. Któregoś dnia Sponsor powiedział „zastanów się nad IV krokiem.

Przyszedłem do domu po mityngu ale byłem zmęczony więc pomyślałem, że zabiorę się do tego następnego dnia. Następnego dnia też było coś do zrobienia, i tak minęło kilka tygodni. Zadana lektura leżała gdzieś w kącie a ja zawsze znalazłem dobry wykręt żeby jej nie znaleźć.

Wydawało się mi, że skoro już tak długo utrzymuję abstynencje to już jestem bezpieczny i nie grozi mi żadne niebezpieczeństwo ze strony alkoholu. Zaczęłem opuszczać mityngi, unikałem spotkań w Piku, zawsze były na pierwszym miejscu te ważniejsze sprawy. Dziś siedziałem na ławce przed swoim blokiem, jeden z kolegów kończył kolejne piwo drugi belkotał tak, że już nawet nie rozumiałem co mówi a ja opowiadałem o swoich wielkich planach zupełnie z kosmosu i delektowałem się ich zaciekawieniem. Miałem swoją „widownię”. Wróciłem do domu i zacząłem się zastanawiać co ja robie ze swoim życiem. Bóg dał mi szansę i pokazał inne życie niż wiodłem przy kielichu a ja wszystko olewam szukam wymówek wracam na własne życzenie do starych zachowań i starego postępowania. Żona po powrocie powiedziała „Wyszedłeś tak szybko, że nawet nie zdążyłam nic powiedzieć. Zupełnie jak kiedyś to robiłeś.”

Przestraszyłem się dotarło do mnie, że działam i zachowuję się tak jak wtedy kiedy piłem. Odnalazłem książkę „Dwanaście Kroków i Dwanaście Tradycji „, zacząłem czytać krok czwarty i od razu przykuło moją uwagę zdanie „**Hełkroć próbuje spojrzeć z odwagą na siebie pycha i strach zasłaniają mu oczy. Pycha mówi: „Obejdzie się bez tego, masz ważniejsze sprawy” a strach dodaje: „Nie skacz w ogień”**

Dziś siedząc na tej ławce poczułem się jakbym skakał w ogień, a przecież wcale nie mam na to ochoty. Książkę już znalazłem teraz poszukam swojego zeszytu.

Pozdrawiam Piotr AA Warszawa 02.07.2007

Pokora pomaga utrzymać ego na odpowiednim poziomie

Podstawa programu wspólnoty AA jest najbardziej widoczna w wyborze swojego imienia - Anonimowi Alkoholicy. Anonimowość ma oczywiście wielką wagę - szczególnie dla nowicjusza; ale moim obecnym zadaniem jest skupienie uwagi na znacznie ważniejszej sprawie, a mianowicie na tym, jak anonimowość powoduje stan pokory niezbędny do utrzymania trzeźwości powracającego do zdrowia alkoholika. Twierdzą, że anonimowość, poważnie traktowana, dostarcza ku temu dwóch zasadniczych czynników. Są one właściwie dwoma stronami tej samej monety; po pierwsze, ochrona osłabionego ego; po drugie, trwanie w pokorze i skromności. Jak zapisano w Dwunastu Tradycjach AA - *Anonimowość jest duchową podstawą wszystkich naszych Tradycji przypominając każdemu członkowi o pierwszeństwie zasad przed osobistymi ambicjami*. Wielu z Was będzie się zastanawiać co oznacza słowo ego. Ma ono tak wiele definicji, że moim pierwszym zadaniem jest jasne określenie natury ego, które wymaga zredukowania. Takie ego nie jest intelektualnym pojęciem, lecz stanem odczuwania, poczuciem bycia kimś specjalnym. Choć niewielu ludzi czuje w sobie takie potrzeby to jednak wielu z nas potrafi rozpoznać różne odmiany tej postawy i nadać im stosowną nazwę. Zilustruję to na przykładzie.

W pierwszym okresie pobytu w AA radzono się mnie w sprawie poważnego problemu nekającego lokalną grupę. Praktyka celebrowania rocznic trzeźwości specjalnym ciastem /tortem/ powodowała, że pewna liczba członków podejmowała picie w krótkim okresie po uroczystościach. Wyglądało na to, że niektórzy nie byli w stanie znieść powodzenia. Proszono bym rozstrzygnął za czym jestem, za tortem czy przeciwko. Byłem za rezygnacją z tortu, nie z nieśmiałości, lecz z ignorancji. Jakież 3-4 lata później wspólnota AA dostarczyła mi odpowiedzi. Grupa nie miała już takiego problemu, ponieważ jak jeden z członków powiedział - celebrowamy ciągle, lecz rocznej trzeźwości nikt już nie podkreśla / przynajmniej dziesiątka / stąd coraz mniej problemów. Spojrzenie na to co się wydarzyło ukazuje nasze **ego** - jak ja to widzę - przez zmiany. Początkowo osoba która była trzeźwa przez pełny rok była wyeksponowana jako ktoś, z kogo należy brać przykład. Jej **ego** naturalnie wzrasta, duma rozkwita; pamięć poprzednich upadków znika bez śladu. Z tak odnowionym zaufaniem do siebie sięga po kieliszek. Uwierzyła, że jest kimś specjalnym i zareagowała odpowiednio do swych wyobrażeń. Później, po uroczystościach **ego** nie było skore wrócić do zwykłego poziomu. Dzisiejszej wspólnoty są dobrze znane również niebezpieczeństwa podkreślania czyjegoś dorobku lub specjalnej pomocy. Rozpoznajemy niebezpieczeństwa rozdmuchiwania **ego**. Określenie zaufany sługa jest świadomym wysiłkiem utrzymania **ego** na niskim poziomie, chociaż trzeba przyznać, że niektórzy mają z tym problem. Teraz, przyjrzyjmy się bliżej temu **ego**, które sprawia kłopot. Uczucia towarzyszące temu stanowi umysłu mają podstawowe znaczenie w

zrozumieniu anonimowości dla jednostki - wartości plasującej ją wśród zwykłych ludzi. Nieraz pewne cechy sprawiają, że **ego** każe widzieć nam siebie jako kogoś specjalnego a przez to innego. Stawia specjalne wymagania wobec siebie i utrzymuje plany i cele na wysokim poziomie. Dystansuje się zarówno od tych, których postrzega jako nieudaczników wlokących się bez zapału, jak również od ludzi pobudzonych ideami i oferującymi obietnicę, że sprawy ułożą się lepiej. Często to samo **ego** działa w drugą stronę. Powoduje zwątpienie człowieka poprzez jego błędy i wady, rozwija cynizm i cierpkość duszy, a z jego posiadacza czyni nawiedzonego realistę, który nie znajduje niczego dobrego na tym padole łez. Życie nigdy nie spełnia całkowicie jego oczekiwań. Żyje on w rozgoryczonej egzystencji, chwytając nadarzające się okazje, **lecz nigdy realnej części z tego co dzieje się dookoła niego**. Szuka miłości i zrozumienia, pople nieskończenie na temat swojego odczucia wyobcowania z otoczenia. **Jest na wskroś rozczarowanym idealistą - zawsze celującym wysoko, a lądującym nisko**. Obydwa z tych **ego** myślą pokorę z upokorzeniem. Rozwijając dalej zwrot - "Myślę, że jestem kimś"- dokładnie odpowiada on poczuciu górowania ponad tłumem. Dzieci z łatwością zauważają tych, którzy myślą, że są "kims" i starają się jak potrafią zniszczyć tę iluzję. W zabawie potrafią ośmieszyć rówieśników próbujących się wyróżniać. Na swój własny sposób są dobrymi terapeutami w leczeniu z wywyższania się. Są zręcznymi przekłuwaczami rozdętego ego, mimo że ich zamiar jest niekoniecznie terapeutyczny. AA miała swój początek właśnie w takim doprowadzaniu do poziomu. Bill W zawsze wspomina swoje doświadczenie w Towns Hospital jako bardzo głębokie zranienie i czasami słyszało się go jak mówił, że jego ego przeszło "piekło pełzania". AA przeciwstawia się tak ostrej terapii i takiemu pełzaniu. Dla jasności, uczucie wyjątkowości, chęć bycia "kimś" to zagrożenie, które ma swoje ujemne strony dla alkoholika. Jednak przeciwieństwo, a mianowicie, że będzie się nikim, ma w sobie niestety mało powabu. Jednostka wydaje się stać wobec alternatywy; być kimś i pić lub być niczym i pić ze znużenia. Pozorny dylemat opiera się na fałszywym wrażeniu, jakoby perspektywa bycia nikim ważnym miała mało uroku. Postawa pokory nie jest prosta. Zaprzecza naszym wszystkim pełnym nadziei oczekiwaniom polepszenia egzystencji, osobistego rozwoju. "Być nikim" - wydaje się formą psychicznego samobójstwa. Podkreślamy swą ważność całą siłą naszych zasług. Myśl o byciu nikim jest po prostu nie do przyjęcia. Lecz faktem jest, że osoba, która nie umie być nikim, nie potrafi odczuć, iż jest tylko prostym, zwykłym, szarym osobnikiem rasy ludzkiej - i jako taki jest skromny, zagubiony w tłumie i w gruncie rzeczy anonimowy. Kiedy jednak tak się stanie jednostka ma dużo do zyskania. Ludzie ze spokojem w swoich umysłach potrafią odpoczywać, zajmować się swoimi sprawami z minimum paniki i trudu. Potrafią cieszyć się życiem takim, jakim ono jest. W AA jest to nazywane programem 24-godz. który dokładnie oznacza, że nasze myśli nie zajmują dzień jutrzejszy. Potrafimy żyć w teraźniejszości i w niej odnaleźć radość z bycia " tu i teraz". Bez jakiegokolwiek rozděcia. Spokój w umysłach pozwala otworzyć umysł. Wielkie religie są świadome potrzeby pokory