

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 09/123/2007/ Ukazuje się od października 1992/ Wrzesień 2007

„Wiara, nadzieja, miłość - iluzja czy rzeczywistość”
Za miesiąc: „...przyciąganie a nie reklamowanie”

Boże, użycz mi Pogody Ducha, abym godziła się z tym, czego nie mogę zmienić...

Na zewnątrz lato deszczowe, przygnębiające, dopada mnie w te dni żal przemijania i smutek bezpodstawny. Z małych problemów tworzą się w mojej chorej głowie najgorsze przewidywania względem przyszłości i zamartwiania się o moje dzieci i wnuki. Zamartwiam się o zdrowie, o pracę dla dzieci, o trzeźwość mego męża i trzeźwość dorastających wnuków. Jedynie na mityngu, gdy widzę uśmiechnięte twarze przyjaciół, czerpię od nich „Pogodę Ducha”, myśląc, że mają większe problemy a jednak są radośni. W pierwszych latach trzeźwości, chętnie pełniłam służby, niosłam posłanie z dużym skutkiem, wtedy czułam się potrzebna i doceniona. Obecnie czuję się stara, brzydka i gruba. Nie umiem wypowiadać się na podany temat. Nie jestem w stanie przyjąć do wiadomości słów: „Przyjmij pogodnie, to co lata niosą, bez goryczy wyrzekając się przymiotów młodości!”. W czasie uzalania się nad swoją starością, przypominam sobie Ś.P. Bożenkę z Wiatracznej (tych mityngów już tam nie ma). Ona często mówiła: „Jestem młoda i piękna, uśmiecham się do ludzi na ulicy, gdyż rozpięra mnie radość trzeźwienia.” Przepraszam, że powiem, iż Bożenka była wątpliwej urody i w moim wieku a ja słuchając jej z entuzjazmem przyznawałam Bożence piękność. Siebie nie umiem tak pocieszać. Jak piłam, gardziłam sobą, chciałam się zapaść pod ziemię ze wstydu. Byłam brudna, pobita. Czułam się odrzucona, niekochana i niegodna życia. Obecnie po wielu latach trzeźwości, gdy jestem zadbana, mam trzeźwy dom, dobrego drugiego męża, kochające dzieci, wnuki, to nadal uzalam się nad sobą. Ciągłe przesładuje mnie przeszłość, cierpienia jakich przysporzyłam rodzicom, mężowi, który odszedł, dzieciom i wnukom, to mnie przygnębia i pryska cała wypracowana przez lata Pogoda Ducha. Czuję mocno Opiekę Bożą, wdzięczność dla Wspólnoty AA oraz radość z trzeźwego domu. Czytam na bieżąco literaturę AA, rozumiem co do mnie piszą, że mają podobne doświadczenia. Brakuje mi pokory, aby uznać się szczęśliwą. Potrafię cieszyć się latem ale tylko, gdy świeci słońce i mam kontakt z przyrodą i przyjaciółmi. Nienawidzę słoty jesiennej, długiej zimy i już teraz zamartwiam się, jak to przeżyję w czterech ścianach. W zimie nie wychodzę z domu ze strachu, że na pewno przeziębę się. Paraliżuje mnie strach, czy córka znajdzie pracę? Czuwam w nocy, czy dorastający wnuczek wróci do domu cały i trzeźwy? Słowem zamartwiam się o wszystkich i o przyszłość, którą widzę czarno. Taka chwiejna jest ta moja Pogoda Ducha. Odpowiem sama sobie: „Zacznij znów zmywać szklanki! Chodź częściej na mityngi! A wróci równowaga zbolalej mojej duszy.

„Ciągle jeszcze ten świat jest PIĘKNY. Bądź uważna, staraj się być szczęśliwa!”
Pogody Ducha całej Wspólnoty AA życzy przyjazna STENIA.

Spis treści:

Str. 1 AA Źródłem życia

Str. 2

Str. 3

Str. 4

Str. 5

Str. 6

Str. 7

Str. 8

Str. 9

Str. 11

Str. 12

Str. 14

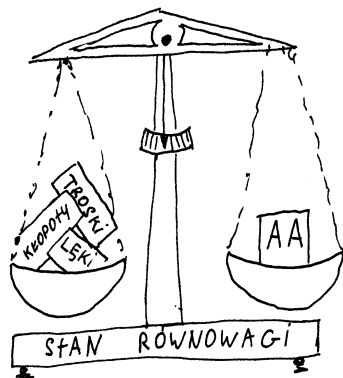
Str. 16

Str. 18

Str. 19

Str. 21

Str. 23



„**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

AA źródłem życia

Opowiadała mi kiedyś żona historyjkę znaną w kręgach AA-Anon.

W rodzinie aktywnych alkoholików wychowali się bliźniacy. Zapytano jednego z nich, który został profesorem uniwersytetu, co było podstawą jego osiągnięć? Odpowiedział prosto. Robiłem wszystko aby być jak najdalej od takiej rodziny. Zapytano również brata-bliźniaka, dlaczego jego życie toczy się jedynie w melinach pijackich? Gdybyście mieli taką rodzinę jak ja, też byście pili – wykształcił z siebie w pijackim amoku.

Znam wiele rodzin, do których można dopasować tę historyjkę, choć różnica postaw życiowych może nie jest aż tak drastyczna. Kto wie, czy sam nie byłbym dotąd przykładem „czarnej owcy” w rodzinie gdyby nie AA? Wszystko na to wskazywało, jednak nasuwa mi się pytanie, czy bym dziś żył? Wątpię.

Nieraz zastanawiam się nad tym, jak trudny do zrozumienia dla mnie jest ten nasz świat. Nieznaczna różnica w warunkach rodzinnych, a może nawet żadna, wywołuje zupełnie odmienne drogi życiowe. Stąd moje wątpliwości wobec wszystkich, którzy poszukują "mądrości życiowej"; jakiejś niezawodnej drogi życia, sądzących, że składa się ona z prostych recept mówiących jak działać, by zawsze i wszędzie osiągnąć spektakularny sukces. Póki nie wypróbujemy ich w praktyce, pozostaną jedynie świstkami papieru.

Na terapiach, naszych mityngach „walkujemy” Kroki, Tradycje, rozprawiamy na temat wszelkich niuansów programowych, często zapominając, że już współzałożyciele AA wskazywali, że nasz cały program zawarty jest w słowach – MIŁOŚĆ i ODPOWIEDZIALNOŚĆ. To szalenie ważna wskazówka. Oczywiście przydatne są wiadomości o chorobie alkoholowej i dyskusja krokowa. Właściwie nie wyobrażam sobie ich pominięcia, ale również mam świadomość, że na tym nie może kończyć się edukacja alkoholika, który coraz częściej zaczyna sprawiać wrażenie zadufanego eksperta od choroby alkoholowej. Konieczna jest praktyka, najlepiej w służbach we wspólnocie AA, które stają się poligonem doświadczeń poznanych w procesie trzeźwienia. Chodzi o to aby choć raz przeżyć osobiście to co się mówi, by słowa, myśli i działanie stanowiły jedność. I jeszcze coś. By wszyscy mogli to zobaczyć i uwierzyć. Często się mówi, że prawdziwą naturą alkoholizmu jest brak więzi - rozłączamy się od rodziny, przyjaciół i prawdziwego świata. Wraz z postępem naszego uzależnienia się przechodzimy do totalnej izolacji. Powrót do zdrowia to obok zaprzestania picia również przywrócenie więzi z ludźmi które przezwaliśmy. Byśmy z całą odpowiedzialnością kochali bliźnich pomagając sobie wzajemnie.

W życiu codziennym najczęściej nie zastanawiam się długo nad decyzjami bo nie mam czasu na skomplikowane analizy. Działam intuicyjnie a mimo to mam wrażenie, iż nie mogę postąpić inaczej, niż właśnie postępuję. Czuję taki przymus. Racjonalne argumenty są raczej usprawiedliwieniem decyzji niż przyczyną jej podjęcia. Właściwie nie mam wyboru. Po prostu całą swoją osobowością opowiadam się, kim jestem. Samowiedza jest tylko odpowiedzią na pytanie, jaki chcę być. Kiedy wspólnota funkcjonuje w mojej świadomości, myśleniu i uczuciach, kiedy jej Program "przenika" mnie, dopiero wtedy czuję, że jestem sobą. Powoli dociera do mnie istnienie Siły, której ulegam. Zdaję sobie sprawę, że wszechmocna natura rozstrzyga swoje sprawy nie pytając mnie o zgodę. Pozostaje mi tylko schylić głowę pokornie przed jej potęgą i przyjąć do świadomości, że nie ja jestem

Bogiem ani głównym reżyserem życia. Muszę teraz nauczyć się rozpoznawać i wypełniać wolę wobec siebie albo nadal cierpieć. I do tego dziwić się. Jak to się dzieje, że te same fakty i zdarzenia są dla wierzącego dowodem opieki Boga nad światem a dla ateisty są argumentem potwierdzającym jego przekonania? Tego nie będę rozstrzygał. Dla mnie jest ważne, że natura uczyniła z AA źródło życia dla tylu wspaniałych ludzi. Dziękuję wspólnocie za przyjaciół, dzięki którym moje życie się zmieniło i wzbogaciło. Za trzeźwe życie.

Pozdrawiam pogodnie Marek Warszawa 8 08 07

Z mojej korespondencji mailowej

Witaj Droga Przyjaciółko!

Lada moment wyjeżdżam na kilka dni z rodziną nad morze - nasze, polskie.

Nie byliśmy razem na wakacjach bardzo wiele, wiele lat. Jest to nasz pierwszy wspólny wyjazd w moim trzeźwym życiu. Jest to też dla mnie i wyzwanie nie byle jakie - nowe miejsce, obcy ludzie, podróż i... jak zwykle pojawił się lęk przed nieznanym. Wracają też wspomnienia - takie wyjazdy kojarzą mi się tylko z pićciem: Jeśli pierwszego dnia piłam do drugiej w nocy, to zaraz następnego do 4tej, a następnego do rana. Potem trochę odpoczynku na kaca i regenerację sił a potem znów to samo. To była udreka a nie odpoczynek. I wspomnienia fatalne. I wstyd przed dziećmi i znajomymi.

Ech...lęk jest olbrzymi no i te obrzydliwe skojarzenia.

Zanim jednak podjęłam ostateczną decyzję o wyjeździe i jego miejscu sprawdziłam w wykazie wszystkie okoliczne mityngi. Tak ustaliliśmy z mężem i synem marszrutę i zwiedzanie, abym mogła skorzystać ze spotkań AA. Dziś sobie nie wyobrażam samotności w zdrowieniu. Wiem - bo przerobiłam to na własnej skórze - SAMA POTRAFIĘ TYLKO JEDNO - WYKOMBINOWAĆ FLASZKĘ.

A takie wakacje są dla mnie zagrożeniem - przecież wokół będzie piwsko łało się strumieniami i tego nie zmienię. Siłować się sama z tymi emocjami nie mam zamiaru, więc spotkania AA są dla mnie bardzo ważne, wręcz niezbędne!

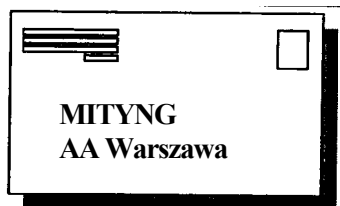
Zapytał mnie piętnastoletni syn : "Mamus, a czy Ty nie będziesz wstydziła się pójść na mityng w obcym mieście do obcych ludzi?"

Hmmmm...Zna mnie – pomyślałam – słucha, wie, że wciąż boję się nowych miejsc.

Zastanowiłam się troszkę ale zaraz potem odpowiedziałam: "Synus, pewnie dwa lata temu bym się wstydziła. Dziś wiem, że jest to dla mnie JEDYNE

lekarstwo. I dziś jest mi wszystko jedno jak wygląda i gdzie mieszka "pielęgniarka", która mi je podaje. Wiem, że to są ludzie z taką samą chorobą jak ja - alkoholicy i oni mogą mi pomóc, kiedy są lęki, strachy, niepewność itd."

A potem uśmiechnęłam się do swoich myśli. Dostrzegłam kolejne zmiany w mojej rodzinie:



z AA, na czym polega specyfika naszej organizacji, która nie jest organizacją (Dziewiąta Tradycja na pierwszy rzut oka wygląda na paradoks wymyślony przez nietrzeźwego marzyciela – robimy organizację, która nie jest organizacją).

Nie było łatwo – najpierw spróbowałem opowiedzieć o innych Tradycjach, w tym o tej, która mówi, że każda grupa ma jeden główny cel – nieść posłanie temu, kto wciąż cierpi. Że to ON jest w naszej organizacji PREZESEM, on jest głównym „KLIENTEM”, on stanowi treść naszych działań. Opowiedziałem o spotkaniu naszych „współzałożycieli” z Rockefellerem i o doświadczeniach milionera z pieniędzmi i z władzą. O tym, że władza i pieniądze mogą nas zniszczyć. I o tym, że przy pewnych cechach organizacji nigdy organizacją nie będziemy, w takim sensie, a jakim dzieje się to w całym zewnętrznym świecie. I że podstawowa różnica tkwi w tym, że u nas jest odwrócona „piramida władzy” – u nas nie rządzi „prezesi”. U nas ci „prezesi” (Powiernicy, Rzecznicy, Prowadzący, wszelkie służby regionalne, krajowe, itd.) nie rządzi, ale SŁUŻĄ. A to jest zasadnicza różnica.

Wystarczy przyjść na jakiś zespół w Regionie, żeby się o tym przekonać. Wystarczy usiąść i posłuchać, jak ze sobą rozmawiamy, jak słuchamy każdego, jaki żywimy szacunek do siebie nawzajem, by zauważyć, że nazwa „zespół”, „komisja”, „region”, „konferencja” stała się tylko nazwą roboczą, czymś co usprawnia zrozumienie zadań danego ciała. Najważniejsze jest jedno, jest jedna wspólna cecha – za każdym razem jest to SPOTKANIE PRZYJACIÓŁ, którzy wspólnie zastanawiają się, jak polepszyć działanie naszej Wspólnoty.

Przy jednym stole siadają przyjaciele złączeni jednym celem, przyjaciele trwający w trzeźwości i chcący zanieść ją innym, cierpiącym alkoholikom. Nie ma wielkiej różnicy – czy to jest spotkanie zespołu, czy jakiejś komisji, czy to jakaś konferencja, czy rada.

Najważniejszy jest ten sam wspaniały AKT PRZYJAŻNI – siadamy koło siebie, ściskamy dłonie, zmagamy modlitwę o Pogodę Ducha i czujemy, że to jest WAŻNE.

Tradycja Dziewiąta mówi, żebyśmy nigdy nie stali się organizacją, czyli mówi do mnie, żebym nie zapomniał tego co jest naprawdę WAŻNE – dlaczego jestem w AA i co mi daje służba. Tu rodzi się moja ODPOWIEDZIALNOŚĆ za sposób mojego uczestnictwa w AA.

Tu leży sedno naszej Wspólnoty, która nie jest organizacją, chociaż ma jej cechy. Wszelkie „komisje”, „zespoły”, „rady”, „konferencje” są nam potrzebne, bo bez nich nie daliśmy rady dobrze funkcjonować. Ich sens zawiera się jednak w tym, że zawsze są to grupy PRZYJACIÓŁ, którzy SŁUŻĄ.

Nie wiem, czy ten przyjaciel rzeczywiście zrozumiał moje wywody – nasz aowski świat ciężko zrozumieć, kiedy się go nie dotknęło, nie poczuło. W każdym razie powiedział na koniec, że to wszystko wygląda na ideał z bajki. Nie słyszał przecież żadnego z naszych gorących aowskich sporów, ha ha, ale ja wcale nie zamierzałem wyprowadzać go z błędu. Sam czasem się zastanawiam, że to wszystko jest za piękne, żeby było prawdziwe.

W każdym razie przy kolacji jedliśmy frykasy, patrzyliśmy na zachód słońca nad jeziorem, a ja już więcej nie trajkotałem jak nawiedzony o AA. Tylko po cichutku, patrząc na uśmiechniętą żonę i dzieci pomyślałem, że ta trzeźwość to całkiem miła rzecz.

Tomek AA

Mój komfort trzeźwienia poprawia się z dnia na dzień. Mogę rozmawiać z rodziną o wszystkim szczerze. Nie zawsze tak było. Kosztowało mnie to dużo pracy. Ale opłaciło się. Bo mimo tych lęków, mam wsparcie też u najbliższych. Nie zawsze rozumieją w całości, ale to tak widocznie ma być. Przecież mi też zrozumieć trudno osoby z innymi chorobami - mogę im współczuć, pomagać ale jak zrozumieć, poczuć na przykład ból chorego na nowotwór?

Piszesz, Droga Przyjaciółko, że zdrowie fizyczne Ci dokucza. Myślę, że warto teraz, gdy przestałaś pić, szczególnie o nie zadbać. Pamiętam jak wszystkie choroby ujawniały się we mnie po odstawieniu alkoholu. Przestał przecież działać. ZNIECZULACZ! A alkohol działa znieczulająco nie tylko na bóle fizyczne ale też i na świadomość, i podświadomość. Zakłamuje objawy, chowa je gdzieś głęboko w mózgu. Nie zauważałam więc, że coś złego dzieje się z moim ciałem.

Nazbierało się tego trochę. Doszły jeszcze objawy odstawienia i ból całego ciała zwiększał się. Aha... rozmawiałam ostatnio ze swoim lekarzem – po czasie, gdy w pełni zaakceptowałam swoją chorobę, zawsze teraz informuję lekarzy o swoim alkoholizmie. Dla swojego bezpieczeństwa - okazuje się, że niektóre leki potrafią wywoływać głód alkoholowy. A wtedy, by sięgnąć po pierwszy kieliszek - już tylko formalność. Tego nie chcę – nie chcę wrócić do picia.

A więc rozmawiałam ze swoim lekarzem o swoich silnych bólach wewnątrz jamy brzusznej. Zrobiłam wiele, wiele badań specjalistycznych. Co nieco wyszło ale też niektóre z nich są jakby "bezzasadne". I to te bóle okazały się właśnie bólami (WCIAŻ!!!! PO LATACH!) odstawiennymi. Powiedział mi lekarz, że mogą pojawiać się właściwie do końca życia. I powiedział, że powinnam nauczyć się je rozpoznawać, by nie bagatelizować tych, które zwiastują inną chorobę.

Warto więc, Moja Przyjaciółko pobiegać troszkę po lekarzach, porobić badania i być ostrożną. Zabrzmii to troszkę jak truizm ale przypomnę Ci (i sobie!) jeszcze raz - pamiętaj o 24 godzinach, nie zapominaj o PROGTAMIE HALT - nie bądź głodna, zła, samotna i ZMĘCZONA. Warto robić sobie plan dnia. Taki, by znaleźć dla siebie czas - przede wszystkim odpocząć. To jest do zrobienia jeśli tylko chcesz. Nie musisz być siłaczką.

Pozdrawiam radośnie, trzymam kciuki i życzę wytrwałości.

Gosiali

MOJE DRUGIE TRZEŻWE ŻYCIE – PEŁNE BŁEDÓW I WYPACZEŃ.

Z początkiem mojego trzeźwienia w 1997 r. Prognozowałam ile to profitów zbiorę. Ile będę miała radości z trzeźwości. Podreperuję upadłe zdrowie. Wynagrodzę wszystkim zadane zranienia mojego picia. Odłożę pieniądze. Pomogę innym. Oszczędzi kasy fizyczny i moralny. Pomagałam i pomagam najbliższym. Niosłam posłanie.

Rodzina odetchnęła, sąsiedzi też. Myślenie i zachowania po części pozostały pijane. Złoszczę się, krzyczę, gniewam, gdy coś nie idzie po mojej myśli. Zaprzęgam moje myśli czarnymi prognozami i źle się z tym czuję. Ciągłe drżenie na myśl, żeby moje wnuczki i wnuki nie popadli w moje uzależnienia od alkoholu i nikotyny. Nie umiem żyć dniem dzisiejszym tzn.: - TU I TERAZ –

Na mityngu słyszę jak przyjaciele ciężko pracują na utrzymanie rodziny. Wtedy włącza mi się poczucie winy, że robię wszystko szybko, niedokładnie, żeby mieć czas na odpoczynek. Czuję się jak „kura domowa” – jak służąca.

Wtedy postanawiam wziąć się solidnie do pracy w domu i nad swoim lenistwem. Jeden dzień się przyłożę a trzy dni odpoczywam. Kiedyś cieszyłam się z drobnostek a teraz ciągle jestem nieszczęśliwa. Jak na siłę łapię ster i rządę w domu, to mam z tego same niechęci, nieudomówienia oraz złość.

Modłę się i medytuję, na krótko otrzymuję wyciszenie. Ciągle czuję się nieszczęśliwa, głównie z powodu palenia papierosów. Zazdroścę przyjaciołom, którzy skutecznie rzucili ten nałóg. Nic nie robię w tym kierunku, czekam na cud odrzucenia nikotyny. Palenie wyniszcza resztę mojego zdrowia. Żeby odreagować poczucie winy oddaję się nie-realnym marzeniom. Marzę o podróżach, głównie w góry, do dalekiej, kochanej rodziny. Marzenia nie do spełnienia – nic nie mogę odłożyć, dużo wydaję na papierosy. Marzę o długim, zdrowym życiu i pomaganiu dzieciom i wnukom, które bardzo skrzywdziłam dawnym picciem.

Ślad pozostał. Są znerwicowane, niesystematyczne, marzyciele tak jak ja. Chcą mieć wszystko bez wysiłku. Ja te wady przypisuję sobie i gnębi mnie żal, że podałam tak okropny przykład życiowy. Oprócz trzeźwości i niewielkiej pomocy finansowej nic nie mogę zaoferować. No chyba to, że dzieci, męża, wnuki i wnuczki bardzo kocham i kupuję od nich każdą radość i każdy ból.

Serdecznie i cieplutko pozdrawiam – Trzeźwa Niedoskonała Anonimowa.

Koń ma jedną nogę.

Niedziela 5 sierpnia 2007r, poranna audycja programu IPolskiego Radia. Z okazji miesiąca trzeźwości, na antenie wypowiada się terapeuta z klubu „Goplańska” w Warszawie. Pada dużo informacji o tym, gdzie uzależnieni, szczególnie alkoholicy mogą otrzymać pomoc. Wymieniane są numery telefonów profesjonalnych ośrodków terapii. Między różnymi informacjami pojawia się też zachęta do korzystania z grup wsparcia Anonimowych Alkoholików. Ostatnia informacja poruszyła mnie. Poczuję się w tym momencie jakbym usłyszał, że koń ma jedną nogę.

Niby wszystko się zgadza. Koń ma jedną nogę, ale czy tylko? Czy to co usłyszałem jest jedynie informacją, czy może czymś innym, bardziej złożonym?

Często w początkowej fazie psychoterapii pacjent doświadcza bardzo silnego egocentryzmu, uznaje realizację wszelkich swoich potrzeb za największą wartość. Pewnie jest to zachowanie psychologicznie uzasadnione. Jeśli jednak taka postawa utrwała się, powstaje problem. Gdy autorytet, jakim jest dla pacjenta terapeuta, zaszczerpi informację, że **Anonimowi Alkoholicy są grupą wsparcia wtedy naturalne, że pacjent niczego innego w AA się nie spodziewa ani nie oczekuje.** Przychodzi na mityng w przekonaniu jakoby jedynym celem grupy było wspieranie jego (egocentrycznej) postawy. On przecież ze swoimi problemami jest najważniejszy.

WV?

Tradycja Dziewiąta w wydaniu mazurskim.

W czasie wakacji wybraliśmy się z przyjaciółmi na spacer po lesie. Wokół pachniało zielenią, przed nami szły „panie” z wózkami i z dziećmi, a my zamysłaliśmy pochód z najmłodszą latoroślą mojego przyjaciela, siedzącą mu na barana. Rozmowa szybko zeszała na tematy związane z AA – zacząłem odpowiadać na różne pytania i starałem się mówić tak, żeby nie popaść w zbytnią szczegółowość, a wyjaśnić komuś całkiem z zewnątrz mechanizmy działania naszego Programu i całej Wspólnoty. Opowiedziałem o tym, jak spotkali się Bill z Bobem, o tym na czym polegają nasze mityngi, i co w moim życiu zdziałał Program.

Co pewien czas tylko poprawiałem chusteczkę na głowie dziewczynki siedzącej „na barana” mojemu przyjacielowi, albo przystawałem wraz z nim łapiąc psa za obrozę, gdy przejeżdżał leśną szosą samochód, a potem wracaliśmy do rozmowy o naszej Wspólnocie i do spaceru.

Oczywiście, nie mogłem unikać pewnej emfazy, zauroczenia, stanu miłości, jaki drzemie w moim sercu w miejscu z wyrytym napisem AA i opowiadałem wszystko z werwą i błyskiem w oku.

Przyjaciel kiwał głową i był coraz bardziej zainteresowany. Co pewien czas wtrącał wykrzykniki w rodzaju: „to niesamowite”, „piękne”, „że też jest coś takiego w tym świecie”, itd.

Ja na to, czując jego ciepłe zainteresowanie, poszedłem dalej i zacząłem opowiadać o służbach. I mówiłem oczywiście, w typowym „mityngowym” stylu, o tym ile dała mi służba, i jak służba pomaga mi trwać w trzeźwości.

„Ale co ty konkretnie tam robisz w tych służbach?” – on zapytał.

No to ja z radością wysnułem opowieść o mojej drodze – o byciu kolporterem, prowadzącym mityng, mandatariuszem, łącznikiem do Zespołu, a jak obecnie jestem przewodniczącym zespołu literatury i że jeszcze ostatnio zacząłem chodzić na komisję krajową literatury, jako p.o. delegata regionu.

I tu zachwyty mojego kolegi zgasł, jak piękna pogoda przegnana z nieba przez burzowe chmury.

„Ależ to jakaś straszna organizacja” – powiedział – „komisje, zespoły, rady, jakiś Region... Wybacz, stary, ale brzmi to tak jakoś „biurokratycznie”, jak za komuny.”

I tu zgłupiałem. Faktycznie – jak rzuciłem tą naszą aowską nomenklaturą, intergrupami, regionami, zespołami, komisjami i konferencjami, to mogło to wyglądać strasznie.

Na szczęście była chwila na zebranie myśli, bo idące z przodu panie z wózkami stwierdziły, że to najlepszy czas, żeby zawrócić, tak żeby spokojnie dojść do hotelu przed kolacją. Chwilkę z nimi porozmawialiśmy i potem „peleton” wrócił do poprzedniego kształtu – przodem kobitki i dzieci, dookoła pies, a my na końcu. I wróciliśmy do rozmowy, a ja stanąłem przed zadaniem wyjaśnienia temu przyjacielowi, który nigdy nie miał kontaktu



czy prawdziwie, opowiadać o spłacaniu długu, ale w rzeczywistości sprawa jest banalna - ja lubię pomagać, robi mi to frajdę. :-)

No to staram się pomagać tam, gdzie mogę to zrobić, gdzie coś umiem, gdzie trochę się znam.

Podkreślam, że Twoja charyzma była mi ogromnie pomocna w stawianiu pierwszych kroków i miała bardzo duży wpływ na moje trzeźwienie.

Mimo, że teraz odszedłem troszeczkę na bok, to wcale nie wróciłem ani do starych przekonań ani nie towarzyszy mi wahanie... itd.

Ja absolutnie nie uważam, żebyś Ty czy ktokolwiek miał żyć tak, jak ja. Ja mam swoje życie, a Ty swoje. Być może i najprawdopodobniej, Twoje miejsce jest gdzieś indziej i inna jest Twoja droga. Nic w tym złego. Przecież to, że Ciebie nie interesuje 12 Kroków tak jak mnie, nie znaczy zaraz, że masz się iść napić.

Nie piję alkoholu, nie kontaktuję się ze sponsorem i nie czytam literatury AA. Życie jednak nabiera dla mnie wciąż nowych blasków i bardzo duża w tym zasługa AA, 12 Kroków, no i Twoja.

Dziękuję. Zawsze do usług. :-)

Może to wystarczające do poprawy samopoczucia, może dobre na początek, ale z Programem AA jeszcze niewiele ma wspólnego. Jeśli w ogóle.

Trudno więc uważać, że wszystkich uczestników naszej wspólnoty łączy jakaś wspólna, mistyczna właściwość wynikająca ze wspólnej choroby. Różne informacje powodują różne oczekiwania i postawy.

Wielu z nas, a wiem to z osobistych doświadczeń, ma tendencję do koncentrowania się na sobie, własnych przeżyciach, trudnościach, doświadczeniach. Często o nich dużo mówimy, chcemy, by nas wówczas słuchano, by się nami interesowano. Gdy tej tendencji nie ograniczymy, dorasta ona do rangi problemu utrudniającego kontakty z innymi ludźmi wokół nas – głównej przyczyny ucieczki w alkohol.

Kiedy świat gwałtownie kurczy się do przestrzeni własnych spraw, najskuteczniejszym antidotum na samotność alkoholika może okazać się zaangażowanie w życie Wspólnoty AA. W niej wielu doświadczyło, że wychodzenie poza własne sprawy przyczynia się do lepszego funkcjonowania. Problemy bliźnich pozwalają nabrać zdrowego dystansu do osobistych przeżyć, dają odetchnąć psychice. Lecz nie przeceniajmy samych siebie. Pozostawieni sobie samym nigdy nie zdobędziemy tyle samo świadomości, ile możemy uzyskać wśród ludzi złączonych celem niesienia posłania AA oraz wzajemnej pomocy.

Konsekwencją traktowania mityngów AA jako grupy wsparcia jest to, że trzeźwiejący alkoholicy rzadko poczuwają się do zasady przekazywania innym swojej trzeźwości, w czym ujawnia się czysto konsumencki stosunek do wspólnoty - chętnie korzystają z wysiłku służb, chwala za skuteczność lub narzekają na bylejakość, ale nawet przez chwilę nie pomyślą o tym, że powinni wziąć na siebie część ich trudu. Chętnie odcinają kupony wypracowane przez wspólnotę zapominając, że poza wspólnotą motywacja trzeźwości łatwo gaśnie. To tylko kwestia czasu. W ten sposób oddalają się od dobrodziejstw Programu AA.

Nie jest przedmiotem tego artykułu prezentacja Programu AA. Mam nadzieję, że zainteresowani sami znajdą dla siebie odpowiednią odpowiedź. Nie mam też zamiaru pozbawiać kogoś radości odnajdowania i przeżywania wskazówek AA lecz chciałbym zwrócić uwagę na jeszcze jedną sprawę. W kanonie literatury AA jest taka pozycja – „GRUPA AA ... gdzie wszystko się zaczyna”. Już z tytułu jasno wynika, że GRUPA AA to miejsce gdzie rozpoczynamy naszą trzeźwość, w której niczym w jakimś tyglu mieszają się wpływy różnych „szkół trzeźwienia”. Ale początek zawiera jedynie ułamek możliwości. Poza grupą istnieje jeszcze cały świat AA. Zamykanie oczu na części działań grupy jest chyba tylko nieporozumieniem.

Na zakończenie chciałbym przekazać kilka uwag:

1. Największym dla mnie zaskoczeniem było to, że nie ja stawiam wymagania Programowi AA ani ustanawiam warunki w jakich mogę trzeźwieć, lecz to, że aby skorzystać z niego musiałem przestać pić i to bezwzględnie.
2. Byłem przerażony wizją konieczności uczęszczania na mityngi AA a dzisiaj jestem zadowolony, że z mityngów mogę korzystać nawet do końca życia.
3. Sama wiedza, bez praktycznej odpowiedzialności za siebie i innych, jest we wspólnocie AA mało przydatna.

Pozdrawiam pogodnie Marek Warszawa 8 08 2007

Do NOWICJUSZA!

Pamiętam swój pierwszy mityng...Było to rok temu w niedzielę. Znalazłem się na nim dzięki zaproszeniu mojego niepijącego przyjaciela. O spotkaniach AA i programie leczenia słyszałem już od dawna, lecz nigdy nie miałem w sobie wystarczająco dużo siły i odwagi, by móc się przed samym sobą przyznać do bezsilności wobec alkoholu...

W domu nie układało mi się dobrze. Moje małżeństwo wisiało na włosku. Bardzo często się nad sobą użalałem, jaki to ja nieszczęśliwy. Chwilami nie chciało mi się żyć. Za mój stan samopoczucia obwiniałem ciągle najbliższych. Nie potrafiłem dostrzec winy w sobie i swoim zachowaniu. Próbowiałem wszystkimi wokół manipulować, chciałem by wszystko się działo po mojej myśli – bezskutecznie. Moja żona wraz z dziećmi nie zgadzała się z tym co mówię, i jak postępuję... Nadszedł moment, że sam zacząłem się brzydzić swoim zachowaniem. Kochałem ich i nie rozumiałem dlaczego ich tak ranię. Moja pycha i egoizm wzięły górę nad wszystkim. Nie piłem już kilka lat i uważałem, że to powinno wystarczyć. Nie ufałem nikomu - dlatego nie miałem przyjaciół, tylko znajomych. Odizolowałem się od ludzi...Żyłem w świecie, który sam sobie stworzyłem. Czulem się samotny i nieszczęśliwy w tym świecie... Wszystko zaczęło się zmieniać od momentu, gdy: Na mityngu zostałem powitany brawami, które mnie z początku onieśmieliły, aczkolwiek dodały otuchy i większej odwagi. Opowiedziałem o sobie kilka słów. Trudno mi było przyznać się, że jestem alkoholikiem i mam problem. Zostałem przyjęty do wspólnoty. Atmosfera była miła i serdeczna. Czulem się w tym miejscu bezpiecznie. Wiedziałem, że tu się nie napiję; poczułem dużo pozytywnej energii od ludzi, którzy siedzieli obok mnie. Na mityngu usłyszałem, że nikt nie ma prawa mnie stąd wyrzucić, mogę sam zdecydować o tym, w którym momencie chcę wyjść...Ja chciałem zostać i słuchać... Po mityngu rozmawialiśmy długo na temat trzeźwienia. Przyznam, że zazdrościłem tym ludziom, z którymi rozmawiałem pogody ducha, spokoju i optymizmu. Tak się wtedy czulem. Ktoś powiedział mi, że będzie mnie szukał wzrokiem na następnym mityngu. Zrobiło mi się miło, że kogoś obchodzę i nie jestem nikomu obojętny. Postanowiłem go nie zawieść. Na następnym mityngu widziałem radość w oczach i uśmiech na twarzy tych, którzy jakby na mnie czekali. Ucieszyłem się na ich widok. Na mityngu słuchałem wypowiedzi innych. Były to historie i doświadczenia z życia. Niektóre radośne, niektóre smutne, ale zaintrygowały mnie. Docierały do mnie. Zacząłem się powoli z tym utożsamiać. Nie byłem jeszcze gotowy na to wszystko, ale powoli zmieniałem stosunek do innych ludzi, szczególnie tych najbliższych. Program zdrowienia był prosty: 12 Kroków, 12 Tradycji, czytane Refleksje, w jakiś szczególny sposób wprowadzane w życie codzienne, zmieniały mnie w lepszego człowieka. Przełomowym momentem w moim trzeźwieniu było podjęcie służby zmywania szklanek. Bardzo było mi to potrzebne, bo poprzez to zbliżyłem się do przyjaciół z mityngu, nauczyłem się pokory, której wcześniej nie znałem. Zakupiłem literaturę AA, aby poznać lepiej program, nad którym pracują Anonimowi Alkoholicy. W trudnych chwilach czytam ją i wtedy już nie mam najmniejszych wątpliwości, czy jestem alkoholikiem, czy nie. Będąc na swoim mityngu wypatruje wzrokiem nowoprzyjętych. Jeżeli są to bardzo się cieszę i chcę żeby to zauważyli, że nie są mi obojętni, a jeśli ich nie ma, to martwię się i modłę się do swojego Boga, aby odnaleźli drogę, którą ja odnalazłem w AA. Pozdrawiam serdecznie. Piotrek "Słoneczko":)

Z drugiej zaś strony taka ogromna (już kilkunastoletnia) koncentracja, oraz skupienie się i bazowanie na A-owskich krokach uważam za trochę... hmmm... jakby to powiedzieć...odpał.

Jak wspominałem, tylko 8,5.

Nigdy w życiu nie miałem kilkadziesiątu zainteresowań. Miałem za to zawsze 2-4 pasje. One się potrafiły z czasem zmieniać, ale było ich nie mniej i nie więcej. W tej chwili wygląda to u mnie tak:

- a) pisanie
- b) alkoholizm i AA
- c) komputerowanie w szerokim zakresie tego słowa
- d) czytanie książek

I w tych czterech aspektach koncentruje się może życie. A jeśli tylko w czterech, to z dość dużą intensywnością.

Wspólnota AA to gromada przypadkowych ludzi, których często łączy jedynie fakt uzależnienia. Weź Ciebie i mnie. Mimo mojej sporej sympatii dla Ciebie i to tak, za nic, co my mamy ze sobą wspólnego? O czym mielibyśmy gadać? Mnie nie interesuje sport (a piłka nożna w szczególności), ani łapanie ryb i prawie w ogóle muzyka. Bardzo wątpię, żeby pociągały Cię moje opinie na temat nowej ortografii czy pisania recenzji do książek dla dzieci i młodzieży. Rozumiesz? W takim razie komunikuję się z Tobą na poziomie tego jedyne wspólnego punktu. I wtedy może to sprawiać wrażenie, że jest to całe moje życie. :-)

Odpał? Może... A jak nazwiesz kogoś, kto maluje? Z pasją, z powołania, z talentem... Może ja po prostu znalazłem swój żywioł?

Ktoś mnie kiedyś zapytał, czy ja nie mogę po prostu normalnie, zwyczajnie żyć? Jako DDD nie miałem okazji zobaczyć, co to jest normalne życie. Sam tego też nie potrafiłem zbudować. No to teraz ja zapytam: co to jest normalne, zwyczajne życie? :-) Masę ludzi realizuje się w tak zwanym życiu rodzinnym. Ja ani za bardzo nie wiem, co to jest, ani mnie to specjalnie nie pociąga. I tak to, jak widzisz, wygląda.

Oczywiście nie podważam w jakikolwiek sposób zasadności takiego postępowania (bardzo daleko mi do kwestionowania programu samego w sobie!), skoro taka droga prowadzić może do stałego rozwoju osobistego i życiowej progresji. Co do tego, to w Twoim przypadku nie mam najmniejszych wątpliwości, że tak jest.

Twoje teksty są kapitalną esencją wyssaną z - mówiąc szczerze - bardzo karkołomnie skonstruowanych merytorycznie zapisów o Krokach - i są zajebistą (proszę wybaczyć cytaty – przypisy redakcji) pomocą dla nowicjuszy, bądź tych, którym pojmowanie programu AA idzie trochę opornie.

Dziękuję. I o to głównie chodzi. O pomoc.

Oczywiście mógłbym długo i namiętnie, choć nie jestem pewien

wam to „syndromem kukułki” albo podrzutka.

Najpierw powstanie inicjatywa realizująca ambicje pomysłodawców a dopiero później przychodzi moment zastanowienia, co z tym dalej robić? Może o pomoc w realizacji poprosić intergrupe, region? Ale cóż, takie jest życie. W tego typu akcjach brylują ludzie, którzy często tylko na mityngu mienia się AA. Stosowanie zasad AA poza mityngiem jest dla nich chyba zbyt trudne.

Ale dla mnie jest ważne. Częściowe uczestnictwo to jak częściowe trzeźwienie. Kolejna iluzja. Półprawda nigdy nie jest prawdą.

Pozdrawiam pogodnie Marek Warszawa 1 08 2007r

Zapis pewnej rozmowy mailowej

z okazji dyskusji o 8 Kroku AA

Hmmm... Mówiąc szczerze to zastanawiam się, jaka będzie moja relacja z Krokami mając tak, jak Ty ze 12 lat trzeźwości?

Zaledwie 8,5.

Jaka będzie Twoja? Nie wiem? Być może żadna - co nie znaczy, żeby to było coś złego. Tak czy inaczej to Twój wybór. Ty ustawiasz te relacje.

Doprawdy podziwiam u Ciebie tę ogromną determinację w ich realizacji. Mieć cały czas coś do powiedzenia na temat wdrażania programu AA świadczyć może tylko o dwóch rzeczach, oczywiście moim skromnym zdaniem:

Że zrealizowanie ich w sposób właściwy jest dla Ciebie życiowym mottem. Można powiedzieć śmiało, że żyjesz programem AA.

Trochę w tym wszystkim jest elementów AA, trochę DDA. Kiedy przestałem pić, a samo utrzymywanie abstynencji przestało być jakimś wielkim problemem, stanąłem przed pytaniem, co dalej? Nie wiedziałem za bardzo kim jestem i czułem się jak choinka - pooblepiany różnościami, czyli opiniami innych ludzi na mój temat, które brałem za swoje.

Nie wiedziałem ani kim jestem, ani jak mam żyć i w ogóle po co. Nie mówię tu jakby o myślach samobójczych, raczej o jakimś sensie życia w ogóle.

I wreszcie po długich i ciężkich cierpieniach wymyśliłem, że ja chcę być przyzwoitym, porządnym człowiekiem.

Nie wiem, czy rozumiesz... Nie dobrym, nie uczciwym. W każdym razie nieco mój wizerunek człowieka przyzwoitego opisuje Marcin Król w swoim felietonie No i dobrze. Cel i sens już był, to teraz musiałem wykombinować, JAK to zrobić. Kumasza? W oparciu o co? Jakimi narzędziami? Przy jakiej pomocy? I mówiąc w skrócie, wykombinowałem, że program AA będzie w moim przypadku dobrym pomysłem na życie i jednocześnie narzędziem do realizacji celów czy zamierzeń.

około 10 lat temu

Poznaliśmy się około 10 lat temu na obozie w Strzyżenie. Od tamtej pory jesteśmy w stałym kontakcie. Korespondujemy mailowo wymieniając się wiadomościami z naszych podwórek AA, a czasami nawet odwiedzamy. Ostatnio z Tarasem spotkaliśmy się w Warszawie. Opowiadał ciekawie o mityngach w swoim mieście, we Lwowie. Poprosiłem aby zechciał napisać do MITYNGU swoje refleksje. Marek

A oto plon:

Cześć wam!!! Mam na imię Taras, jestem alkoholikiem.

Ostatnio zauważyłem, że mało jest informacji o AA na zewnątrz wspólnoty, że mało nowicjuszy uzupełnia stan grupy, a "starostwo" już się "zmęczyło" pracować nad Programem, Krokami, Wielką Księgą.

Na rozpoczęcie mityngu przychodzi kilka osób, a później kiedy zaczynają przychodzić następni, hałasują ustawiając dodatkowe krzesła itd. Ale zauważyłem również, że kiedy przychodzi nowicjusz to wytwarza się jakaś inna atmosfera, że nawet zacięty "marudziarz" grupy (dobry, porządny chłopak, ale ciężko go słuchać), zaczyna udzielać nowicjuszowi informacji i dobrych przykładów, zaczyna opowiadać o osobie. My zaś mamy okazję zobaczyć jak na naszych oczach maruda zmienia się w człowieka delikatnego i pełnego troski. Przestaje marudzić i zaczyna opowiadać proste aowskie rzeczy, bez filozofowania i innych naukowych skrajności. Siedziałem obok i byłem tym przyjemnie zdziwiony. Takie spotkanie działa niesamowicie pozytywnie. Mimo wszystko zbyt mało nowicjuszy uczęszcza na spotkania grupy AA. .. I kiedyś, przy kawie padł pomysł aby nie czekać, kiedy nowi przyjdą albo nie, ale ... pójść do takich osób. Umówiliśmy się z lekarzami, że każdej środy będziemy przychodzić do szpitala, gdzie pacjenci otrzymują detoks. Do rozpoczęcia takiego działania przygotowaliśmy się. Wydrukowaliśmy 5 rodzajów ulotek. zaaprobowanych przez nasze krajowe GSO AA Początek zawsze jest trudny. To nie ma kluczy od sali, to coś tam jeszcze, ale jednak tydzień za tygodniem mija i już sympatycy wiedzą, że przychodzą z AA. A ci, którzy nie są sympatykami też wiedzą, że przychodzą jacyś dziwni ludzie. Nie baptyści, a chyba normalnie mają w głowie. W jakimś tam kolejnym spotkaniu wśród pacjentów detoksu zauważyłem znajomego, z którym kiedyś pracowałem w izbie skarbowej. On był pewnie kierownikiem, słabo już to pamiętam. Przed samym spotkaniem zauważyłem, że przez niego mam opory aby siebie przedstawiać jako alkoholika. Trwało to około 15-20 minut, gdy opowiadałem o chorobie alkoholowej, jakbym mówił o drugiej osobie ale kiedy uświadomiłem sobie, że znajomy jest tu z tej samej przyczyny co ja, zadałem do sali pytanie, czy mieli okazję rozmawiać z alkoholikiem, który od 12 lat nie pije? – Nie!!! - powiedzieli. I w tedy przedstawiłem się, że mam na imię Taras, jestem alkoholikiem. Na sali zapanowała niesamowita cisza, choć na spotkaniu było około 40 osób. Można było słyszeć jak leci mucha. Mój znajomy też podniósł głowę, widać było jego zainteresowanie. Dalej opowiadałem o sobie jak to na zwykłym mityngu a potem odpowiadałem pytania. Po zakończeniu spotkania podszedł dawny znajomy i mocno ścisnął moją rękę. Przez moment nawet pomyślałem, że mi urwie palce. Zadawał mnóstwo pytań, co i jak, gdzie są grupy, jak dostać literaturę,.. itp. Warto było wystąpić.

Zauważyłem ostatnio kilka ciekawych rzeczy o sobie: że mimo tylu lat trzeźwości, to przy spotkaniu starych znajomych uruchamia się dawny mechanizm myślenia. Zawsty-

dziłem się przedstawiając siebie jako alkoholika, a może to ściany oddziału detoksykacyjnego na mnie tak działają?

- że ja też się zmieniam. Potrafię śmiało opowiadać o swoim picciu, zdrowieniu, o swoim dzisiejszym życiu. Kiedy wychodziłem ze szpitala zadawałem sobie więcej pytań, czy to, co robię, mogę robić lepiej, czy mam tylko poczucie dobrze spełnionego obowiązku? że rozdając ulotki mam pewność siebie i tych informacji, do których kiedyś miałem sporo wątpliwości o skuteczność oddziaływania, czy to coś pomoże.

- że mimo lat niepicia chciałem pokazać się lepszy niż byłem.

Od czasu do czasu zauważam, że jak zaniedbuję mityngi, to podświadomie wraca stare myślenie, wracają stare mechanizmy oddziaływania na mnie.

- że po spotkaniach na detox sam zacząłem więcej zaglądać do Wielkiej Księgi, do „12x12” i innych aowskich lektur.

Kolejny raz potwierdza się zasada: Program AA działa, jeśli ja działam. Czasami, w chaosie wydarzeń, jakichś spraw, zgiełku i pośpiechu - zapominam o tym. A wtedy o nie-szczęście łatwo. *Pogody Ducha. Taras ze Lwowa*

Sprawozdanie nr 04/07

ze spotkania Rady Regionu w dniu 21.07.200 r.

W spotkaniu wzięło udział 21 osób, w tym 18 uprawnionych do głosowania (w/g. listy dołączonej do oryginału). Nie odnotowano obecności Delegata ds. Informacji Publicznej S.K.

(pierwszy raz), Przewodniczącego Zespołu ds. Z.K. (pierwszy raz), oraz przedstawiciela Intergrupy Narew kolejny raz

Plan spotkania.:

1. Przywitanie i odmówienie tekstu –Jestem odpowiedzialny-
2. Sprawozdanie ze służby Krajowej i Regionu.
3. Sprawozdanie z Intergrup.

Sprawy pozostałe.

Spotkanie prowadził Rzecznik Regionu Zbyszek (Atlas), po przyjęciu planu spotkania przystąpiono do sprawozdania ze służb.

Powiernik-Mirek, Rada Fundacji wyraziła zgodę na uruchomienie infolinii, która powinna ruszyć do końca roku. W pierwszym okresie infolinia będzie informować o AA i podawać numery, pod którymi będzie można uzyskać pomoc. Dzięki powiernikowi klasy A dr Wronowiczowi uzyskaliśmy bardzo korzystną cenę za obsługę infolinii.

P.O. Delegat ds. Komisji Literatury S.K, Tomek był pierwszy raz na spotkaniu komisji. Na spotkaniu rozmawiano o poradniku służb. B.S.K. prowadzi z G.S.O. korespondencję w celu aprobaty przetłumaczonego tekstu 12 koncepcji. Rozmawiano też o tym aby na Konferencję Krajową zaprosić gości z zagranicy. W przygotowaniu jest kolejna pozycja z „Biblioteczki Zdroju” „Młodzi AA” . Padła również propozycja aby w –Wieściach z AA- zaprezentować Zdrój. Komisja prosi aby do 15 sierpnia 2007r. nadsyłać tematy wydarzeniach z Regionów aby można je było umieścić w kalendarzu na 2008 rok (Region

Trudna sprawa

Zupełnie niedawno jedna z intergrup w swoim raporcie zawarła wiele żalu do regionu w związku z brakiem zainteresowania mityngiem dla profesjonalistów organizowanym na ich terenie. Faktycznie, przykra sprawa, ale jak to w naszej wspólnocie bywa, z każdej trudnej sytuacji można się czegoś nauczyć. Może najpierw trochę fantazji, a może nie do końca fantazji.

Wyobraźmy sobie duże przedsiębiorstwo składające się z wielu zakładów gdzie pokolenia dziadków, ojców i dzieci wspólnie pracują na dobre imię całego przedsiębiorstwa i pożytek dla każdego z nich. To jedna, wielka rodzina. Raz na jakiś czas przedstawiciele zakładów zbierają się aby wspólnie wyznaczyć politykę przedsiębiorstwa oraz rozporządzić możliwościami i środkami tak, aby wszyscy byli zadowoleni. Realizując zaplanowane zadania całego przedsiębiorstwa każdy zakład może liczyć na pomoc w sprawnym działaniu, co jest zupełnie zrozumiałe. Sytuacja się komplikuje gdy któryś zakład w części albo całości rezygnuje ze współpracy z całym przedsiębiorstwem i realizuje swoją politykę. Zaś o swoich zamierzeniach jedynie powiadamia. Dobre i to!!! Niby nic strasznego, przecież deklarowany cel ten sam, jednak możliwości całego przedsiębiorstwa są zmniejszone i może się zdarzyć, że zdolność do pomocy będzie ograniczona. Po prostu zabraknie ludzi do wykonania zadania. Tracą obie strony.

Chyba do tej pory stało się już jasne, że opisywane relacje dotyczą regionu i intergrup ale mogą one mieć swoje przeniesienie również na relacje grupy i intergrupy, czy regionu i konferencji służby krajowej. Najważniejszym zadaniem jest uczestnictwo w celach jednostki większej. Mówimy wtedy o czerpaniu z dorobku wspólnego dziedzictwa, wspólnym korzeniu naszych działań. Podobnie jak alkoholik zwiększa szansę na swoje zdrowienie uczestnicząc w życiu grupy, tak intergrupa współpracując z regionem, w zgodzie z Tradycjami i Koncepcjami, uczy się kolejnych pomocnych zasad. Przypomnijmy sobie: Egoizm, egocentryzm AA str 52. Właściwie każde działanie w służbach AA daje okazję praktykowania pokory, niezbędnej by trzeźwość ujawniła nowy blask i sens życia członka AA. A teraz dodajmy jeszcze cytaty z CODZIENNYCH REFLEKSJI str 188: AA nie popiera żadnych ośrodków, inicjatyw ani przedsięwzięć poza swoimi własnymi . Mam nadzieje, że tych kilka słów wyjaśnia, że najbardziej zdrowym inicjatorem działań grupy jest intergrupa. Gdy jest odwrotnie i intergrupa jest tylko powiadamiana o inicjatywach grupy, do tego często z prośbą o wsparcie, narasta pytanie, czy intergrupa ma porzucić swoje zadania i wspierać grupowe, czy realizować to, co wcześniej zaplanowała? Kilka takich wezwań sparaliżuje najcenniejsze inicjatywy. Oczywiście takie powiadomienie może równie dobrze dotyczyć regionu czy konferencji służby krajowej.

Zdarza się, że liderzy niektórych środowisk nawet nie są zainteresowani współpracą z intergrupą zazdrośni o swoje wpływy gdzie ich słowo stanowi prawo. W intergrupie musieliby podporządkować swoje ambicje zasadom AA. Lecz łatwiej odrzucić zasady AA niż skórkę zjedzonego banana niż podjąć trud stosowania ich w życiu. Nie dziwi, że w takich warunkach powstają lokalne inicjatywy, które z przypisywaną im nazwą AA nie mają nic wspólnego, są raczej próbą wykorzystania struktur wspólnoty AA do uzyskania rozgłosu dla poczynań zrodzonych w innych środowiskach i dla ich potrzeb. Nazy-

INFORMACJE O ROCZNICACH

XI rocznica grupy Nadzieja Błonie
15 września godzina 18.00 - OSP ul. Jana Pawła II

IV rocznica grupy Jedyńka Płochocin
19 września godzina 18.00 - Szkoła ul. Lipowa 3

XXIII rocznica grupy Wola
28 września godzina 17.30 - ul. Elekoralna

MOJE DOŚWIADCZENIA SKARBNIKA GRUPY, INTERGRUPY I REGIONU

Na grupie Skarbnikiem być było proste: podać stan kasy, ile w kapeluszu, że zapłacona sala, ile wpłacimy na intergrupę, na herbatę też starczyło. Po skończeniu służby na grupie zostałam skarbnikiem intergrupy i tu już podniosła się poprzeczka. Wpłaty z grup, które trzeba było podzielić na ulotki, „Mityngi” i jak była potrzeba na posłanie do ZK. Następnie na Region i BSK i tu zdziwienie i bunt – dlaczego mamy utrzymywać BSK?

Bo mój poprzednik nie wprowadził mnie w te arkana. Więc dopytywałam się mądrzejszych i dowiedziałam się, że BSK drukuje książki, ulotki i pracownicy są na pensji (BSK jest przedstawicielem całej Wspólnoty AA

Pod koniec służby na intergrupie zgłosiłam się na skarbnika Regionu. Żeby wiedziała, że to wyższa szkoła jazdy, pewnie bym się nie zdecydowała. Zobaczyłam, że tu są większe pieniądze, trzeba wpisywać do zeszytu przychody i rozchody – dla mnie czarna magia. Lecz koleżdy podpowiedzieli, żebym poprosiła o pomoc koleżankę, która od lat zajmuje się księgowością i rozumiałam.

Ja podejmuję decyzję na co możemy dać pieniądze (posłanie, utrzymanie PIK). Lecz o tych decyzjach mówię na Radzie Regionu, Zespole Finansowym. Miałam takie chwile na RR, kiedy zadawano mi pytanie czasem dla mnie niezrozumiałe i wtenczas miałam ochotę rzucić wszystko na stół i niech zajmą się tym ci, co się rządzą. Ale wytrzymałam i teraz się cieszę, że czegoś się nauczyłam (pokory).

Teraz kończy mi się ta służba na jesieni. Miałam spocząć na laurach ale doszłam do wniosku, że chcę czegoś więcej i chcę dalej trzeźwieć w służbach i podjęłam się następnej służby.

Na koniec dziękuję tym, którzy mi pomagali i wspierali w pełnieniu służby skarbnika Regionu.

Warszawa nie nadesłał żadnych propozycji).

Delegat ds. Komisji Organizacji S.K. Adam, dopracowano program Konferencji Krajowej, która odbędzie się w Popowie. Regiony proszone są o aby do 30 września 2007r. określiły ile osób będzie brało udział w K.K. w celu usprawnienia, przygotowania i zakwaterowania uczestników. Tak aby prezentacja Regionów przebiegła w sposób jednolity przygotowano listę 10 pytań (oczywiście są to tylko sugestie) RR zwróciła się do opracowania pytań następującym służbom i zespołom :

Pytania 1-3 Zespół Organizacyjny i Archiwum, 4- wszystkie Zespoły, 5-Zespół Organizacyjny, 6- Zespół Literatury, 7- wszystkie Zespoły, 8- Zespół Informacji Publicznej, 9- Rzecznik Regionu, 10- Z-ca Rzecznika ds. PIK.

Zastępca ds. PIK-u – Andrzej, dyżury telefoniczne odbywają się bez zakłóceń, dyżurów on-line jest coraz więcej. Andrzej nawiązał kontakt z byłą archivistką Regionu i w najbliższym czasie dostarczy materiały archiwalne Regionu Warszawa do PIK-u. Obecnie na punkcie spotyka się grupa AA Orlik, mityngi w każdą niedzielę o godz. 11:00. Stałym elementem funkcjonowania PIK-u jest kolportaż literatury, spotkania warsztatowe i Zespołów Regionalnych, w PIK-u na bieżąco robione są modernizacje lokalu, do wykończenia zostało jedno pomieszczenie, Andrzej serdecznie podziękował Tadkowi (zakonnik), Zbyszkowi z Sawy, Krzyškowi, którzy włożyli naprawdę dużo pracy, abyśmy mogli spędzać czas w przytulnych warunkach.

P.O. Zastępca ds. Archiwum Paweł, dostał klucze do PIK-u i gablot, czeka na materiały z Pułtuska, które ma przywieźć Andrzej.

Czermen Włodek, przedstawił plan Konferencji jesiennej, poprzedni sprawdził się więc nowy jest bardzo podobny. Konferencję organizuje Intergrupa Wars. Powstała dyskusja co do ilości warsztatów 2 czy 3 , okazało się, że może nie być miejsca na 3 warsztaty, tę sprawę załatwi do następnej Rady Regionu. Więcej informacji w następnym sprawozdaniu.

Kolporter-Jacek, rozliczył remanent ze skarbnikiem, Jacek zgłosił kandydata do objęcia służby kolportera Regionu, Zbyszka z Sawy.

Skarbnik Regionu- Teresa, przedstawiła sprawozdanie finansowe z działalności Regionu, od 01.01.2007 do dnia 13.07.2007r. (sprawozdanie dołączone do oryginału) Poinformowała, że rachunki za lipiec są już zapłacone. Tereska zaproponowała aby wszystkie Intergrupy spotykały się w PIK-u, a pieniądze za wynajem Sali przekazały do Regionu. Rzecznicy Intergrup, którzy spotykają się poza PIK, wypowiedzieli się w tym temacie, dla niektórych problemem byłby zbyt mały metraż PIK-u, bo na ich spotkaniach bywa od 40 do 50 osób, innym przeszkadza lokalizacja, część Intergrup tworzą grupy spoza Warszawy, i mandatariusze mieliby utrudniony dojazd.

Przewodniczący Zespołu ds. Literatury- Tomek, przypomniał, że po wakacjach ruszy cykl warsztatów w PIK-u, 08.09.2007r. o godz. 15:00 warsztat w temacie „Konferencja głosem sumienia mandatariuszy”, żadna Intergrupa nie podjęła się organizacji tego warsztatu. Tomek podał adres mailowy.: dedektyw@autograf.pl i tel. 604105656. Na ostatnim, spotkaniu Zespół zajmował się ostatnim wydaniem Mityngu.

Przewodniczący Zespołu ds. Organizacji- Krzysztof, wyszedł przed swoim sprawozdaniem. **Przewodniczący Zespołu ds. Informacji Publicznej Paweł**, omówił mityngi Informacyjne w Rembertowie, Łochowie i Wiązowej. W spotkaniach tych na zmianę uczestniczą Powiernik lub Dyrektor BSK. Udało się zainteresować zakupem teczek z naszą literaturą organizatorów Mityngów Informacyjnych. Od września wznowione zostaną mityngi dla studentów. Zespół zaprasza do brania udziału w swoich spotkaniach zainteresowane osoby.

Przewodniczący Zespołu ds. Internetu-Andrzej. Zadowolony z przebiegu warsztatów, które odbyły się w czerwcu, byli przedstawiciele z innych Regionów. Zespół regularnie obsługuje dyżur internetowy w PIK-u od poniedziałku do piątku w godzinach popołudniowych. Zespół zamierza nawiązać współpracę z innymi Regionami oraz Intergrupami spoza Regionu AA Warszawa. Andrzej poprosił o sfinansowanie wyjazdu na Ogólnopolskie Warsztaty Służb Łączników Internetowych w Radomiu w dniach 18-19.08.2007r. całkowity koszt wyjazdu to 120 zł, RR przychyliła się do jego wniosku. Zespół przesunął najbliższe spotkanie zespołu z 28.07.2007r. na 04.08.2007r. godz. 15:00 w PIK-u. Jako jedyny Zespół odpowiedział na apel skarbnika co do przedstawienia swoich potrzeb finansowych. Zespół zdecydował, że nie będzie potrzebował żadnych dodatkowych finansów na swą działalność.

Przedstawiciele Intergrup:

Atlas- Andrzej, ostatnio odbyło się spotkanie informacyjne z Hierarchią tamtejszej diecezji (kler), zadowoleni ze spotkania, kłopoty ze służbami.

Mazowiecka-Marian, ostatnio spadła frekwencja na spotkaniu Intergrupy nastąpiła zmiana kolportera.

Mokotów- przedstawiciel opuścił spotkanie przed swoim sprawozdaniem.

Północ- w zastępstwie Marek, jak większość Intergrup nęka ich problem ze służbami, w okresie letnim spadła frekwencja. Intergrupa kupuje do Zakładów Karnych ulotki za 20 zł miesięcznie.

Sawa- Robert, frekwencja stabilna, w ostatnim okresie zgłosiło akces przynależności kilka nowych grup, niektórzy przedstawiciele po zgłoszeniu nie pojawiają się na spotkaniach Intergrupy. Brak chętnych do uczestnictwa w Zespołach Regionalnych, obsadzają dyżury telefoniczne i internetowe w PIK-u. Zaopatrują w literaturę Zakład Karny Białoleka i Detox w Drewnicy-Ząbki.

Wars- Stanisław, niosą posłanie na Detox i Zakłady Karne na swoim terenie, organizują jesienną Konferencję Regionu w Pruszkowie. Prowadzą rozmowy o obniżce kosztów za wynajem Sali. Utrzymują mityng grupy AA Wisła, apel o spikerów na ten mityng.

Wschód- Janusz, do Zakładów Karnych grupy z Otwocka kupują literaturę w zależności od potrzeb osadzonych, dostarczają ulotki na Detox na swoim terenie. Będą organizować XV-lecie Biuletynu MITYNG we wrześniu (29.09).

Sprawy pozostałe:

W dniach 21-24.08.2007r. przyjedzie delegacja AA z Angli. BSK zaproponowało Radzie Regionu spotkanie z przyjaciółmi z zagranicy. Spotkanie to miało by się odbyć 22 sierpnia o godz. 18:00 w PIK-u, osoby zainteresowane proszone są o przyjęcie na Zespół Organizacyjny, który odbędzie się w PIK-u 16.08.2007r o godz. 18:00.

Następne spotkanie Rady Regionu odbędzie się 15.09.2007r. o godz. 16:00 w OSTROŁĘCE przy ul. Goworowskiej 49, miejsce spotkań Intergrupy Narew.

*Sprawozdanie przygotował **Robert- sekretarz Rady Regionu AA Warszawa.***

Przypis:pełniacemu obowiązki redaktora MITYNGU nie udzielono głosu.

SPRAWOZDANIE ZE SPOTKANIA INTERGRUPY WARS

w dniu 3 sierpnia 2007 r.

W spotkaniu wzięli udział mandatariusze i przedstawiciele 43 grup.

Spotkanie rozpoczęło tekstem „Jestem odpowiedzialny” i wspólnym odczytaniem 12 Tradycji AA.

Ustalono dyżury telefoniczne w PIK-u:

05 września 2007 – Odnowa

12 września 2007 – Odpowiedzialni

19 września 2007 – Podkowa

26 września 2007 – Walenty.

W spotkaniu uczestniczyli: Witek – dyrektor Fundacji BSK i Paweł przewodniczący Zespołu ds. archiwum.

Witek mówił o pracy i funkcjach BSK – reprezentowanie AA, organizacja zlotów i świąt, wydawanie literatury, praca nad nowymi pozycjami, kontakt z AA na świecie, kontakt z GSO. Powiedział również o finansach w AA.

Paweł powiedział o pracach nad historią Regionu potrzebną do przygotowania prezentacji na jesienną Ogólnopolską Konferencję Służb. Prosił o materiały dotyczące Intergrupy Wars i poszczególnych służb.

Łącznicy przekazali informacje o pracach w zespołach Regionu.:

ds. Internetu – Marcin – potrzebni chętni do dyżurów online w Internecie;

ds. Literatury – Wiesiek – prosił o dzielenie się doświadczeniami w pełnieniu służb do tworzonego Podręcznika Służb;

ds. Organizacyjnych – Darek z grupy Odpowiedzialni został nowym łącznikiem Intergrupy;

ds. Zakładów Karnych – Darek mówił o niskiej frekwencji na mityngach w Białolece; prosił chętnych o udział w pracach zespołu;

ds. Finansów – Stanisław:

wpłaty – sierpień 1.325,- zł i 367,- zł celowo na PIK,

wpłaty – lipiec – 1.226,- zł i 260,- zł na PIK

przekazano do regionu 270,- zł

do BSK 276,- zł

Stanisław przypomniał o jesiennych Konferencji Służb Regionu organizowanej przez Intergrupę Wars, przekazał informacje na temat zaawansowania prac nad ogólnopolską Infolinią AA.

Przekazano informacje z detoksów i odwyków:

Nowowiejska – Leonard zajmuje się przyprawianiem pacjentów z detoksu na mityng,

Tadeusz będzie pomagał Wieskowi w kolportowaniu literatury;

Sobieskiego – Leonard prosił o zwiększenie ilości materiałów na detoks F3 niezależnie od tego co bierze Katarzyna dla kobiet.

Mandatariusze przekazali krótkie informacje o grupach.

Spotkanie zakończono Modlitwą o Pogodę Ducha.

sporządził Maciek AA