

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 **24-11-2007r.**

Email: warszawa@aa.org.pl

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

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. 022/ 616-05-68

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



Biuletyn Regionu Warszawa

MITYNG

NUMER 11/125/2007 /Ukazuje się od października 1992/ Listopad 2007

Temat wiodący: **Sponsorowanie**

A za miesiąc: **Świadomość upadku początkiem wzrostu**

Samotny biały żagiel czy...?

Po czterech pierwszych miesiącach uczestnictwa w mityngach i wsłuchiwanie się w słowa Anonimowych Alkoholików, zaczął mi się wyłaniać obraz magicznego słowa – „Program AA”. W konfrontacji z wiedzą, jaką już miałam z literatury, był jakby mało wyraźny, zamazany. Zastanawiałam się, jak to „ugryźć”? No i ciągle brakowało mi informacji o bardzo ważnej osobie wśród alkoholików, opisywanej w książkach – O SPONSORZIE. Najczęściej słyszałam: *nie mam sponsora, nie sponsoruję.*

A ja... tak jak uwierzyłam wcześniej, że sama nie dam rady przestać pić, tak też byłam w tym momencie przekonana, że potrzebuję kogoś, aby wziął mnie za rękę i pomógł zrozumieć jak mam żyć w zgodzie z Dwunastoma Krokami, jak służyć i jak dbać o jedność AA – tylko po to (*a może „Aż”!*), by uzyskać tak bardzo upragnioną przeze mnie trwałą trzeźwość, by nie wrócić do picia.

Zastanawiałam się zatem: - ” Czy moja pycha pozwoli mi zaufać komuś na tyle, by prosić o sponsorowanie? Czy może wciąż zaniżone poczucie wartości przekona mnie, że nie jestem godna uwagi i nikt swojego czasu mi nie poświęci?”

Strach przed powrotem do picia był silniejszy. I to

ten strach kazał mi pytać przyjaciół na mityngach, czy nie znają kobiety w AA, która podjęłaby się sponsorowania nowicjusze takiej jak ja. Czekałam, słuchałam, obserwowałam i znów pytałam. Mijały miesiące – dobiegałam roku abstynencji. Od kobiet spotykanych na mityngach słyszałam wciąż to samo: *nie mam sponsora, nie sponsoruję.* Kilku mężczyzn napomknęło, że pracuje ze sponsorem. Kilku. Ich głos brzmiał bardzo słabo, zanikał w tłumie.

Po pewnym czasie byłam skłonna zrezygnować z poszukiwań – włożyć między bajki możliwość pracy ze sponsorką. Przychodziła mi też myśl, by prosić kogoś z tych niezliczonych mężczyzn, chociaż wiedziałam, że takie rozwiązanie nie jest zalecane.

A potem... potem stał się kolejny cud w AA!. Dostałam informację od przyjaciela, że rozmawiał z osobą, która zgodziła się poświęcić swój czas – mnóstwo czasu -

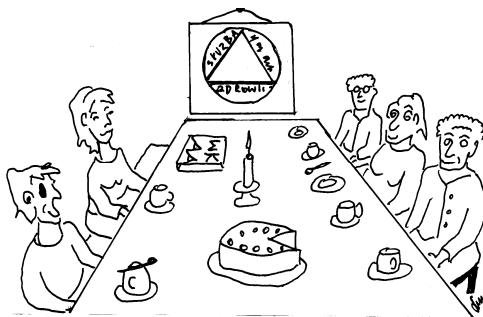
ciąg dalszy na stronie 23...

Przepraszam!
Szukam sponsora



Spis treści:

- Str. 1 *Samotny biały żagiel czy...?*
 Str. 2 *Ogłoszenia*
 Str. 3 *Język serca*
 Str. 4 *Moje pierwsze warsztaty*
 Str. 5 *Zbyt skrupulatnie i za dokładnie*
 Str. 7 *Niesienie postania na wiele sposobów*
 Str. 8 *To działa!*
 Str. 9 *Jaki MITYNG?*
 Str. 10 *Potrzebuję wiary żeby się zmieniać*
 Str. 12 *Tradycja Jedenasta*
 Str. 14 *Rozmowa*
 Str. 16 *Mój sposób pełnienia dyżuru w PIK*
 Str. 17 *O sponsorowaniu*
 Str. 18 *Warsztaty - Woźniaków*
 Str. 20 *Zza krat*
 Str. 21 *Przyszedł taki moment*



Grupa **STRZYŻYNA** ma zaszczyt zaprosić na XVI rocznicę powstania. Mityng odbędzie się we wtorek 27 XI o godzinie 18:00 Warszawa ul. Słomiana 2/4 (dom parafialny)

Grupa AA **ALBERT** oraz grupa Al-anon Nadzieja, 17.11.2017 o godzinie 20:00, zapraszają na spotkanie rocznicowe, w Pułtusk przy ulicy 1000-lecia, Ośrodek Szkolno -Wychowawczy. Spotkanie poprzedzi msza w Bazylice o g.18:00, a potem występ Marka z Legionowa o 19:00.

GRUPA AA **KEJA** z okazji 13 rocznicy powstania oraz Al-anon z okazji 7 rocznicy istnienia zapraszają w dniu 10 listopada 2007r.godz. 18:30 na otwarty mityng rocznicowy w Nasielsku ul. Młynarska (Remiza OSP)

Grupa AA **PORANEK** zaprasza na uroczysty mityng z okazji 13 rocznicy powstania. Mityng odbędzie się w dniu 04.11.2007 r. (niedziela) w białym domku, Warszawa ul. Węgrowa 3 o godz.11:00

Grupa **NA GÓRCIE** zmieniła sale odbywania mityngów w ramach tej samej parafii "Matki Bożej Królowej Polski, przy ulicy Gdańskiej 6. Mityngi odbywają się teraz w salce B z przodu, a nie jak dotąd na tyłach kościoła. Nie zmienił się dzień (poniedziałek), oraz godzina (19:00).

Grupa **ODNOWA** w Ostrołęce informuje, że śródowe spotkania grupy zostały zawieszane do odwołania. Mityngi odbywają się natomiast nadal w poniedziałki o godz. 19:00, przy ul. Szwedzkiej 2 (budynek parafialny kościoła farnego).

„SAWA” DYŻURY TELEFONICZNE

- 06.11 - SZCZEPAN**
13.11 - MAZOWIECKA
20.11 - AUXILIUM
27.11 - TARGÓWEK

**„PÓLNOĆ” DYŻURY TELEFONICZNE**

- 02.11 - STRZYŻYNA**
09.11 - KROK TRZECI
16.11 - PIOTR
23.11 - NA GÓRCIE
30.11 - Służby intergrupy

„WSCHÓD” DYŻURY TELEFONICZNE

- 05.11 - ORLIK**
12.11 - U WINCENTEGO
19.11 - CZAREK
26.11 - CEGIEŁKA

Teraz już wiem, że jeśli nie mogę zmienić kierunku wiatru, to zawsze mogę dostosować doń żagiel mojej łódki.”

- c.d. ze strony pierwszej

Na początku pojawił się we mnie lęk przed nieznanym. Minęło znów troszkę czasu – pycha czy źle rozumiana pokora przeszkadzała mi wyraźnie poprosić tę osobę o pomoc, o sponsorowanie? Teraz spotykamy regularnie. Rozmawiamy, pracujemy na programie. Przyjaźnimy się. Dziś moja sponsorka jest mi bardzo bliską osobą. Dziś czuję wdzięczność za jej mądrość, cierpliwość, wyrozumiałość. Prowadzi mnie przez zakręty moich emocji, równocześnie pozwala stanąć mocniej na własnych nogach. Dobrze, że jesteś MOJA SPONSORKO.

Jakiś czas temu inna Anonimowa Alkoholiczka poprosiła mnie o to abym została jej sponsorem. Poznajemy się, zaprzyjaźniamy... Nigdy wcześniej nie miałam tylu przyjaciółek co teraz w AA, ale te osoby, między którymi stoję w łańcuszku sponsoringu są dla mnie **wyjątkowe, są podporami** – wspaniałymi i bardzo ważnymi. Fajnie by było, gdyby ten łańcuch miał wiele, wiele mocnych takich ogniw. Ale to tylko zależy od samych AA : Czy chcą przyjąć pomoc innego alkoholika i swoją pomoc dawać drugiemu? Czy płynąć przez Program jak samotny, biały żagiel? Hmm... Byli śmiałkowie, którzy nawet ziemię opłynęli sami – to już wyczyn. Czy z przyjacielem nie łatwiej, nie przyjemniej, nie bezpieczniej i nie prościej? Ja już wiem, znam odpowiedź.



Pozdrawiam radośnie Gosiali.

Przyszedł taki moment. W 2005 roku na warsztaty o sponsorowaniu udałem się zachęcony przez przyjaciela z grupy. Myśl o sponsorze „chodziła” za mną w tamtym czasie dość intensywnie. Odnosiłem wówczas wrażenie, że na każdym niemalże mityngu przyjaciele wciąż powtarzają to słowo: „sponsor”. Tak miałem na Pradze, na Żoliborzu czy na Ursynowie. A na warsztatach, po kilku godzinach interesujących, jakże różnych wypowiedzi, ja usłyszałem jedno zdanie. Choć przyjaciel nie mówił wprost do mnie, to ono było dla mnie. Trafiło mnie ciepło i dogłębnie. „**Nie masz sponsora, to nie zacząłeś trzeźwieć**”.

Spytałem wówczas siebie: O co chodzi? Dlaczego ja nie mam sponsora? Przecież wśród tylu wypowiedzi na mityngach słyszałem: *Znajdź sponsora*. Dlaczego do tychczas tego nie zrealizowałem? Pytałem siebie dalej, co mi tak naprawdę przeszkadzało? Czy samo słowo *sponsor*, jak kiedyś *alkoholik*? Bo mi się źle kojarzy? Bo nie chcę komuś przeszkadzać, zawracać sobą głowę? Bo się boję, że odmówi? Czego jeszcze się boję?

Kiedyś dużo wysiłku kosztowało mnie najpierw powiedzieć, że jestem alkoholikiem. Potem to prawdziwie wiedzieć i czuć. Kiedy pogodziłem się ze swoim alkoholizmem – zacząłem coś z tym robić. To może przyszedł czas zrobić coś więcej.

Wreszcie, wsłuchując się w mądrość i dobro jakie daje mi AA, zrobiłem kolejny krok. Kilka dni później, z pokorą i bijącym sercem poprosiłem przyjaciela aby został moim sponsorem. Zgodził się. A ja poczułem ulgę, jakbym z lekkością otwierał kolejne wrota, które niedawno wydawały mi się nie do ruszenia. Dzisiaj kroczę spokojniej ...

Sławek AA

je jedno - ostatnie rozwiązanie. Szczerze mówiąc myślałem, że bezsensowne. Ale co mi pozostało? - IDEŃ PIERWSZY RAZ NA SWÓJ MITYNG -. Dziś nie żałuję. Jak się okazało można nie pić dzięki mityngom i przyjaciółom z AA. Cieszę się, gdy wspominam te dni, gdy byłem trzeźwy i posmakowałem tego życia.

Dziś przyszło mi odsiedzieć swój wyrok (resztę jego, jeszcze 11 miesięcy) Pracuję nad sobą - chodzę na tutejsze mityngi i staram się pamiętać co dnia kim jestem. A jestem alkoholikiem, który chce żyć w trzeźwości. Jest to więzienie. Są tu ludzie podobni do mnie. Z takimi samymi problemami i w końcu ludzie, którzy są dla mnie ważni. Są to ludzie, którzy -jak myślę- chcą tak jak ja robić coś ze swoim życiem. Kiedyś wątpiłem w to, że mogę kogoś takiego znaleźć z ZK. Dziś zmieniłem swoje zdanie. Nawet i dziś, gdy byłem na spacerze mogłem opowiedzieć innym alkoholikom swój sen, który zaniepokoił mnie i wydał się dziwny ale przyjemny, ponieważ znalazłem w nim rozwiązanie i nie napiłem się. Myślę, że coś pozytywnego dzieje się w mojej głowie. Powracając do ludzi z ZK tu przebywających i tych, którzy przychodzą z zewnątrz na mityngi AA "Recydywa" Mokotów, myślę, że są oni mi bardzo potrzebni. Dodają nadziei i szczerze za to dziękuję całej Wspólnocie Anonimowych Alkoholików. Życzę Wam wszystkim trzeźwości i wiary. Dziękuję za to, że jesteście.

Pozdrawiam Jacek AŚ Mokotów



Witam Was,

Pisząc do Was chciałbym podziękować Wam za to, że jesteście, że dzięki Wam mogę w jeszcze większym stopniu uczestniczyć w życiu AA i za Waszym pośrednictwem podziękować przyjaciołom za niesienie posłania do Z.K.

Obecnie pozostało mi 5 miesięcy do zakończenia odbywania kary, ale dla mnie nabrała ona innego wymiaru.

Tutaj się odnalazłem, tutaj zmieniam swój sposób myślenia i odczuwania. Tutaj, dzięki wspólnotcie AA, moje życie nabrało sensu i - może to zabrzmie dziwnie - teraz czuję się wolny, uczę się cieszyć dniem dzisiejszym i staram się stawać co dzień lepszym człowiekiem. Nie krzywdzić innych swoimi czynkami lub słowami, bo czasem słowa robią większą krzywdę niż uczynki. Z pokorą przyjmować to co przyniesie kolejny dzień.

Chociaż to nie jest łatwe i mam obawy i lęki, często odzywa się moja duma, to wiem, że mam we wspólnotcie przyjaciół na których mogę liczyć, pismo MITYNG i dużo literatury AA. To dzięki temu, że są ludzie, którzy przynoszą ja do Z.K., przychodzą na nasze mityngi i dają świadectwo, że można trzeźwieć i być szczęśliwym. Pod warunkiem, że nie zapomnę kim jestem. Dlatego rano przed lustrem powtarzam słowa „jestem alkoholikiem i mam na imię Wojtek”. Bo przypomina mi to kim byłem, z czego się podniosłem i gdzie mogę być.

Warszawa-Mokotów, Wojtek AA, 12.09.2007r

JĘZYK SERCA

Z wielkim zaskoczeniem przeczytałem w korespondencji mailowej opinię jednego z przyjaciół o tym, że **literatura AA jest jedynym autorytetem w naszej wspólnotcie**. Początkowo się zachnałem. Wydało mi się to przesadą. Od razu wspomniałem słowa z 2 Tradycji: *Jedynym autorytetem w naszej wspólnotcie jest Miłujący Bóg...*, ale po chwili refleksji nie byłem już taki zdecydowany. Musiałem się temu dokładniej przyjrzeć.

Właściwie każda grupa społeczna ma swój **specyficzny język**, którym się posługuje, aby wzajemnie, szczególnie w swoim środowisku być bardziej zrozumianym. Wiele elementów takiego języka słyszymy w rozmowie z duchownymi, lekarzami czy terapeutami. Inaczej wyraża się kibic sportowy przeżywający zmagania zawodników a inaczej poseł z trybuny sejmowej albo przekupka z bazaru. I te różnice są zrozumiałe.

Kłopoty zaczynają się, gdy na mityngu słyszę język zupełnie niepodobny do tego, jakim posługiwałem się do tej pory. Pamiętam, że gdy byłem nowicjuszem, szalenie trudno było zrozumieć wypowiedzi kolegów naszpikowane nieznanymi terminami. Nieraz miałem wątpliwości, czy słucham jakiegoś terapeuty czy lekarza specjalisty. Trudno było się identyfikować z tak wyedukowanym człowiekiem. Słyszałem język, jakiś obcy, który nie docierał do mnie - ani do umysłu, ani do serca. Nie rozumiejąc treści nudziłem się. Pojawiało się zniecierpliwienie i niechęć.

Oczywiście powoli przyswajałem sobie niektóre terminy. Przyznam się nawet do czegoś. W tamtym okresie miałem wyobrażenie, że moje trzeźwienie ma polegać właśnie na **przyswojeniu sobie „mądrego” słownictwa**. Ćwiczyłem na swojej rodzinie robiąc wykłady z choroby alkoholowej, co chwila wykazując jej, że nie zna podstawowych pojęć. Rezultaty były dalekie od oczekiwań. Po kilku zdaniach domownicy uciekali do innych zajęć, aby tylko mnie nie słuchać. W ten sposób powstało takie spostrzeżenie. **Alkoholika można nawet wytrzymać póki nie zaczyna tłumaczyć czegoś, co sam słabo zna.**

Po tym, pewnie zbyt długim wstępie chciałbym przekazać dwa podstawowe przesłania. Po pierwsze - **Alkoholicy nie gęsi i swój język mają**. Wielu z Was już pewnie czuje, co chcę powiedzieć. Tak. To oczywiście JĘZYK SERCA. Właściwie przy każdym spotkaniu słyszę nawoływanie abyśmy odrzucili waśnie i animozje i dla dobra wspólnoty, ale i samych siebie zaczęli porozumiewać się w duchu miłości. Zbyt długo już cierpieliśmy w dawnym życiu. Nie ma żadnej potrzeby cierpieć dalej. JĘZYK SERCA sprawia cuda. Ten sam język przeniesmy w nasze domy, rodziny, przyjaciół. Szczerze czeka.

Ale gdzie odnaleźć JĘZYK SERCA? Jak się go nauczyć? To jest właśnie najważniejsza treść drugiego przesłania. **JĘZYK SERCA odnajdujemy w naszej literaturze AA**. Z niej możemy czerpać garściami wskazówki do nowego życia. Jest tak napisana, aby fakty w niej zawarte mogły dotrzeć do każdego niezależnie od wykształcenia czy zaangażowania duchowego, by czytelnik/słuchacz rozumiał to, co do niego jest skierowane. Mu-



szą okazać minimum szacunku dla jego cierpienia a nie przemawiać z pozycji przeładowanego różnymi wiadomościami prawie uczonego w dziedzinie choroby alkoholowej. Inaczej może stać się obojętny i zniechęcony, a to przecież znaczy zagrożenie życia.

Na świecie jest wiele ciekawej i pożytecznej literatury. Są najróżniejsze poradniki dla zagubionych życiowo, ale tylko literatura AA ma specjalny napis: **Publikacja zaaprobowana przez Konferencję Służb Ogólnych AA**. Oznacza to, że poprzez naszych przedstawicieli zgodziliśmy się, że dana, a nie inna publikacja dobrze przyczyni się do propagowania posłania nadziei cierpiącym alkoholikom. Będzie przybliżać świat wartości wynikający z naszych wspólnych doświadczeń. Teraz już łatwo zrozumieć, czemu tak chętnie **przyjąłem słowa o autorytecie literatury AA**. Oczywiście nikt nie zabrania indywidualnego korzystania z wszelkiej dostępnej literatury. To sprawa osobistego wyboru. My zachęcamy do aowskiej.

Pozdrawiam pogodnie Marek Warszawa 21 09 2007r

Moje pierwsze warsztaty

Ja, alkoholiczka Ania, jestem pod wielkim wrażeniem warsztatów, które odbyły się w Radomiu (18-19 sierpnia 2007r). Tematem warsztatów było - „Niesienie posłania przez internet”. Dla mnie jest ono wyzwaniem i ogromną chęcią niesienia pomocy potrzebującym alkoholikom poprzez dyżur on- line.



Prezentacje prowadzone przez przyjaciół z Warszawy Mirka - powiernika, Andrzejka - łącznika grup polskojęzycznych i Andrzejka z Zielonki były czytelne i rzeczowe, widać było jak wiele pracy włożyli w przygotowanie materiałów na warsztaty.

Dla mnie jest to nauka jak nieść pomoc poprzez internet i potrzebne informacje zostały mi przekazane jasno i dokładnie. Wiele zagadnień było dla mnie całkowitą nowością, ale

jakże ciekawą i pouczającą. Widzę w tym tak wielką siłę w pomocy tym, którzy wciąż jeszcze cierpią jak również tym, którzy chcą utrzymać swoją trzeźwość. Zostały tam poruszone między innymi bardzo cenne wskazówki jak nieść posłanie i jak radzić sobie z informacją drogą elektroniczną. Jest to temat bardzo szybko rozwijający się w naszym kraju i jakże bardzo potrzebny, a nasi przyjaciele z Warszawy są autorami programów, dzięki którym działa cały system pomocy poprzez internet.

Mam również wiele słów uznania dla organizatorów z Radomia. Dołożyli oni wszelkich starań aby udostępnić nam komputery i inne sprzęty do praktycznych zadań oraz wspinała warunki podczas prowadzenia warsztatów. Mogliśmy dzięki temu łączyć teorię od razu z zajęciami praktycznymi i prowadzić dyżur on- line. Poznałam wielu przyjaciół z różnych regionów Polski. Wymienialiśmy się doświadczeniami. Pomagaliśmy tym, którzy po raz pierwszy nieśli posłanie przez internet.

Ja również prowadziłam taki dyżur. Byłam szczęśliwa, że mogę komuś pomóc kto właśnie tej pomocy potrzebował. Dziękuję Małgosi, że zaszczepiła we mnie bakcyla i trafnie pokierowała na właściwe tory. Umocniło mnie to w przekonaniu, że podjęłam dobrą decyzję zgłaszając się do Zespołu Internetowego. Mam nadzieję, że będzie nas coraz więcej.

Ania - Wesola

ZZA KRAT

Witam Was wszystkich!

Mam na imię Jacek, jestem alkoholikiem. Zaczynając swój list do Mityngu, chcę być szczery i chcę też powiedzieć wszystkim, że nie wiem tak naprawdę o czym mam pisać. Po raz pierwszy piszę do Mityngu.

Obecnie od 11 miesięcy przebywam AŚ Warszawa Mokotów. Będąc tutaj i odbywając swą 22 miesięczną karę pozbawienia wolności postanowiłem uczestniczyć w terapii alkoholowej i niedawno ukończyłem ją. Była to moja druga terapia w ZK. Jednak myślę, że ta druga była tą przemyślaną, szczerą wobec siebie samego. Dziś to wiem. Jestem zadowolony ze swojego uczestnictwa w terapii mokotowskiej. Potrzebowałem tej terapii dla swojego życia (ratowania swego życia).

Mam 29 lat i chcę trzeźwieć. Wiem też co to słowo "trzeźwość" oznacza. Gdy wyszedłem w 2004 z ZK już po tej pierwszej terapii, chciałem zmienić - lepiej zabrzmi - odmienić swoje życie. Zacząłem kombinować, jak to mam zrobić i z niczego nie rezygnować. Wpadłem na pomysł, że wystarczy ograniczyć swoje picie - kontrolować je. Przez około pół roku szło nieźle. Jednak po pewnym czasie rzeczywistość była inna, która nie pozostawiła mi złudzeń. Doszło do tego, że gdy piłem miałem już wstręt do siebie, ponieważ nie szanowałem niczego i nikogo. Nie da się przecież tak żyć. Przez wiele lat użalałem się nad własnym losem: nad tym, że pochodzę z rodziny z problemem alkoholowym, z rozbitej rodziny, której się wstydziłem a w domu nie miałem miłości i bezpieczeństwa. Moje użalenie a także szybkie wstąpienie w pseudo-dorosłość przyczyniło się do mojego uzależnienia. Będąc dzieckiem obiecywałem sobie, że gdy ja będę miał już swoją rodzinę, to będzie ona wyjątkowa a przede wszystkim NORMALNA. Mówiłem też sobie, że moje dzieci będą szczęśliwe w swym dzieciństwie, bezpieczne i kochane przeze mnie. W każdym bądź razie nie będą miały takiego dzieciństwa i rodzinnego domu, jak ja miałem.

Użalenie moje przyczyniło się do picia i takiego właśnie radzenia sobie z problemami. Aż do momentu, gdy to picie zaczęło mi przeszkadzać. Otworzyłem szeroko oczy i widzę, że moje dziecięce obietnice i chęci zmiany czegoś na lepsze w swoim losie i życiu były niczym, ponieważ idę dalej przez życie i nie odstępuję od alkoholu. Był pewien bardzo dla mnie ważny moment w życiu, gdy byłem na wolności - rok 2005. Uważam ten rok za piękny ale także bolesny i trudny. Jednak następuje zmiana. Alkohol nie daje mi ukojenia ale zaczyna przeszkadzać. Rujnuje mą wielką miłość. Próbuję ratować siebie. Na początku nie wychodzi mi to najlepiej. Próbuję różnymi metodami: biorę anticol, chodzę do psychiatry. Zaraz potem zapijam. Nic nie pomaga. Jest już w życiu mi źle. Pozosta-



A jeśli już mowa o indywidualizmie... Przypomina mi się zdanie z jakiejś naszej literatury, w którym alkoholików nazwano, jeśli dobrze pamiętam, niebezpiecznymi indywidualistami. Ja mam gębę niewyparzoną, więc mówię wprost o indywidualizmie na granicy absurdu, indywidualizmie czasem wręcz samobójczym.

Ten indywidualizm przypomina mi się zawsze, kiedy słyszę, że wprawdzie alkoholizm jest jeden, ale dróg do wyzdrowienia jest tyle, ilu alkoholików, czyli praktycznie nieskończenie wiele.

Jasne! Gdzieżbym ja, egocentryk do n-tej potęgi był w stanie pogodzić się z myślą, że MNIE potrzebne są zwykle i typowe metody i sposoby zdrowienia. Nie... ja przecież muszę mieć wyjątkowe! Indywidualne!

No cóż... możliwe, że to jedynie kwestia nomenkleatury, ale moim zdaniem droga jest jedna. To tylko ja mogę nią podróżować w różny sposób: na piechotę, hulajnogą, na rolkach, ciężarówką, maluchem, mercedesem... Mogę czasem zatrzymać się na poboczu, mogę próbować szukać skrótów, mogę doznawać mocnych wrażeń jadąc po wertepach, obok szosy... Mogę jechać sam lub w towarzystwie, mogę przestrzegać specjalnych znaków i specyficznych przepisów ruchu obowiązujących na tej właśnie drodze lub je ignorować...

Ale droga ostatecznie jest tylko jedna.

Myszę nawet, że już wiesz, jaki napis może widnieć na drogowskaziu...

Mój kolejny wyjazd do Woźniakowa,

kolejne warsztaty i praca nad sobą, kolejne wzruszenia, odkrycia, nowi Przyjaciele, zaduma, chwilami niezadowolenie z siebie, w końcu radość i spokój, nowa motywacja do pracy, świeży wpływ energii. Każde spotkanie w Woźniakowie było dla mnie ogromnym przeżyciem, nowym doświadczeniem, nauką.

Tym razem zaczynałam pracę w dość smutnym nastroju, z żalem, że cofnęłam się w ostatnim roku, że po 3,5 roku abstynencji znowu jestem na początku drogi i z obawą, że muszę znaleźć coś, co przeoczyłam, co doprowadziło mnie do porażki. Presja i lęk przed tym, że jednak nie dam rady, odebrała mi w znacznym stopniu radość z pierwszego dnia wśród Przyjaciół. Przez moment pomyślałam nawet, że już tu nie pasuję, że nie nadażam, że inni tak pięknie się rozwijają, a ja zostałam w tyle. Jednak w efekcie to właśnie Ci, którzy tym razem po raz pierwszy zetknęli się z warsztatem i głęboką analizą pierwszych kroków Programu sprawili, że poczułam wielką radość i nową nadzieję. **Swoim entuzjazmem i zaangażowaniem sprawili, że naocznie, namacalnie wręcz widziałam, co robi obcowanie z Programem, jeśli tylko na niego się otwieramy.** Czasami aż zazdrość mnie zżerała, patrząc na ten zachwyty, na to odkrywanie wspaniałej nowiny przez Przyjaciół.

Kolejna rzecz, która jeszcze dopełniła tę miarkę szczęścia była szczerą, bardzo długą rozmowa z ojcem Mirkiem, którego wewnętrzna siła, mądrość, spokój i pogoda ducha, pozwoliły mi odkryć swoją drogę, niepowtarzalną, własną i spojrzeć z dystansem na siebie samą, na swoje błędy.

Woźniaków postawił mnie do pionu, wskrzesił trochę zgąszłą nadzieję, dodał sił, uskrzydlił, zmotywował. Wspaniale jest być we Wspólnocie, patrzeć jak zdrowieją ludzie, radować się z nimi i uczyć się od nich.

Trudno nie wspomnieć też o części rozrywkowej, a jakże. Poza pracą był także czas zabawy, ognisko, kiełbaski, gitara i śpiew, mnóstwo radości z przebywania razem. Nawet pogoda, choć ostatnio kapryśna, w sobotni wieczór była przepiękna, niebo usłane gwiazdami, jakby to sama Bozia je dla nas zaświeciła. Najsmutniejszy element to czas pożegnania, wzruszenie ścisnące za gardło i myśl, że dość długo znowu się nie spotkamy.

Czuje się jeszcze trochę oszołomiona, radosna i stęskniona, jednak nie zapominam, co dały mi te warsztaty. Zdobyta wiedzę i nowe doświadczenia muszę wprowadzić w życie tu i teraz i nie zatrzymać się, nie stanąć w miejscu, bo tylko w ten sposób mogę się czuć przez cały rok jak w Woźniakowie.

Pozdrawiam serdecznie - Ania alkoholiczka z Gdańska

Zbyt skrupulatnie i za dokładne – Kroki XI-XII

Kiedy we Wspólnocie AA gotów byłem wreszcie słuchać innych ludzi, a nie tylko podszeptów swojego komplikatora, który czasem optymistycznie nazywam rozumem, wpadło mi kilka razy w uszy stwierdzenie, że 12 Kroków nieprzypadkowo ułożono w tej właśnie kolejności, a na dokładkę ponumerowano.

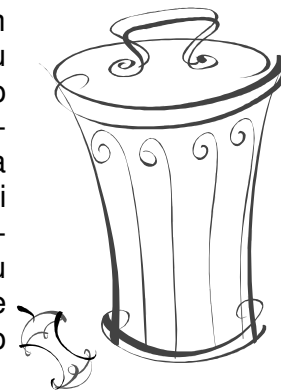
Dla takich jak ja nowicjuszy miało to oznaczać, że Kroki należy poznać i realizować w ustalonej kolejności, bez wybiegania naprzód nawet o milimetr. Kiedy do tego dodałem tekst „stosowanie półśrodków nic nam nie dało...”, wyszła mi dość niebezpieczna mieszanka – uznałem bowiem, że nie powinienem nawet zerkać w kierunku następnego Kroku, jeśli wcześniej nie zrealizowałem poprzedniego całkowicie i absolutnie dokładnie.

Zafundowałem sobie w ten sposób kilka solidnych wybojów na drodze trzeźwienia, mam też świadomość, że parę istotnych decyzji życiowych podjąłem zbyt pochopnie i przed czasem. Trudno... pewnie tak miało być.

W każdym razie realizując Krok III, nie zadowolilem się uznaniem, że „Bóg istnieje, ale ja nim nie jestem” (to aowskie powiedzenie dotarło do mnie za późno) i ewentualnym przyjęciem za Siłę Wyższą Wspólnoty AA, Służby Zdrowia, Losu, Przeznaczenia, Kosmicznego Ładu, czy czegoś podobnego, ale starałem się bardzo dokładnie poukładać i uporządkować swoje relacje z Bogiem, kościołem, wiarą, religią, klerem, itd.

Problem polegał na tym, że mi się to w pewnym sensie udało. Udało się dokładnie tak, jak dziecku udaje się posprzątać pokój, kiedy obiecują mu za to ciastko lub grożą karą. Dziecięce sprzątanie, wymuszone lub motywowane nagrodą, często polega na tym, że do szaf i szafek pakowane są chaotycznie i czasem „na siłę”, przedmioty różnego typu i zastosowania. Pozorne wszystko jest w porządku – bałaganu nie widać. Problem zaczyna się wtedy, kiedy okazuje się, że potrzebnych rzeczy nie można znaleźć, a po otwarciu szafki wszystko się z niej wysypuje.

Tak to właśnie u mnie wyglądało, kiedy w Strzyżynie zmierzyłem się z Krokiem XI. Podszedłem do tego zadania „na luzie” przekonany, że ja właściwie nic, albo niewiele, mam tu do zrobienia - przecież tak się napracowałem przy Kroku III. Jakies zadania do napisania? Pestka! Spokojnie otworzyłem swoje „szafki” i... nagle znalazłem się w środku całkiem niezłego bałaganu, wszystko mi się rozsypało. Na szczęście byłem w dobrym miejscu, wśród właściwych ludzi.



Kiedyś już dość boleśnie przekonałem się, że zrobiłem błąd nie realizując natychmiast po Krokach IV-V Kroku X. Teraz dotarło do mnie, że Kroki III i XI tworzą jedną, harmonijną całość i nie może być tak, że „zrobię” Krok III, zamknę, odłożę, zajmę się następnymi, a dopiero kiedyś tam, jak dotrę do Kroku XI, powrócę do tematu.

Krok III, w moim obecnym przekonaniu, powinien płynnie przejść w XI w trakcie pracy nad wszystkimi Krokami, które je dzielą... a może właśnie nie dzielą, ale łączą i spajają.

Tylko, czemu zrozumienie czegoś tak prostego zajęło mi tyle lat?

Z Krokiem XII zmagstrowałem sobie problemy podobne, bo, od czego mam perfekcyjny komplikator? Ostatni element „... i stosować te zasady we wszystkich naszych poczynaniach”, nie budził moich wątpliwości. Właściwie „od zawsze” wiedziałem i czułem, że Program AA jest dla mnie dobrym pomysłem na życie, a nie tylko oderwanym od realnego świata tematem, z którym mam kontakt jedynie przez dwie godziny mityngowe w tygodniu.

Niestety, reszta tego Kroku rodziła już pytania i rozterki. Czy faktycznie pomóc można drugiemu alkoholikowi tylko po przebudzeniu duchowym? A po czym w ogóle owo przebudzenie poznać? Czy faktycznie liczy się tylko przebudzenie duchowe „w rezultacie tych kroków”, a inne przebudzenia są nieważne?

Dzięki zbiorowej mądrości grupy i wspólnej pracy, dzięki mojemu sponsorowi i dzięki literaturze AA poradziłem sobie i z tymi problemami. Czy do końca? Czas pokaże. W każdym razie ostatecznym i kto wie, czy nie najważniejszym elementem okazały się słowa Doktora Boba, który podczas swojego ostatniego wystąpienia stwierdził, że cały Program to w zasadzie dwa elementy:

miłość i służba.

Pomimo ogromnej determinacji i zaangażowania, a może właśnie „dzięki” nim, można się zagubić i próbować realizować Program AA zbyt skrupulatnie i za dokładnie, jednak, jak się okazuje miłość i służba potrafią korygować nie takie błędy.

Meszuge, 07.09.2007



najlepsze wraz z pogłębianiem się choroby alkoholowej.

Okazało się, że być może, mówiąc o tych najprostszych, najbardziej podstawowych sprawach, mogłem się komuś do czegoś przydać.

Po niedługiej chwili przydał się ktoś mnie. I to bardzo.

Rozważaliśmy właśnie złożone implikacje niekierowania życiem, kiedy utknąłem na jednym zdaniu z naszych materiałów, które brzmi: „Jeśli cierpię z powodu symptomów choroby duszy, to nie potrafię kierować swoim życiem”. Ja w zasadzie nie mam wątpliwości co do niekierowania tym swoim życiem, ale tego stwierdzenia po prostu nie potrafiłem pojąć.

No i trzeba było kumpla, alkoholika z abstynencją kilkumiesięczną, który pomógł mi zrozumieć, że jeśli jestem przerażony, albo w depresji, albo w euforii, to przecież nie ja kieruję swoim życiem. Moim życiem kieruje wtedy przerażenie, depresja, euforia, itd. Przykładów może być bardzo dużo... niestety.

Wszystkie decyzje, które podejmę w takim stanie będą prawdopodobnie do bani, bo przecież nie wynikną one z mojego trzeźwego oglądu sytuacji, rozsądnego namysłu, spokojnej kalkulacji.

(Tutaj ważna wydaje mi się pewna dygresja – znam dość popularną koncepcję, która głosi, że w Kroku X Bóg oddaje alkoholikowi kierownicę jego życia. Ja do jej zwolenników (jeszcze) nie należę. Koncepcja ta wydaje mi się bardziej pobożnym życzeniem, alkoholików, a nie Pana Boga.

Nie wspominając o tym, że ja nie śmiałybym nawet myśleć, że wiem, kiedy i co Bóg robi wobec tego czy innego alkoholika. I to jeszcze w wyliczonym przez tegoż alkoholika momencie.)

A wrześniowy Woźniaków trwa i działają się kolejne „cuda”...

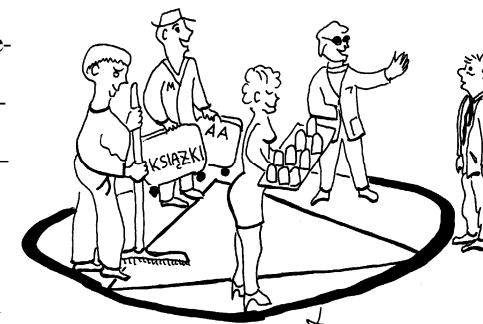
- ksiądz Mirek podczas spowiedzi, przy nastrojowej muzyce, kawie i ciastkach (!) doprowadził mnie do płaczu,
- katolikowi od urodzenia, ja, wieloletni ateista, przypominałem o istnieniu Dekalogu,
- rasowy samotnik, tak bardzo chciałem być razem z innymi, że wyszedłem na dwór prosto spod prysznic,
- itd. itd. itd.

Na pierwszym moim spotkaniu tego typu, a były to Kroki I-III „obrabiane” przez 9 dni w nieistniejącym już Studium w Opolu, kiedy dokonywałem coraz to nowych odkryć, moja znajoma, stara aowska wyjadaczka, skwitowała te moje „ochy i achy” krótko: „normalka, przecież w tym miejscu anioły latają pod sufitem”.

Po kilku takich spotkaniach, także w innych miejscach i według innej formuły, przekonałem się, że nie tyle chodzi tu o miejsce, co o ludzi. I znów zrobiłem solidny kawał drogi w stylu Koziołka Matołka, żeby odkryć na nowo prawdę znaną od setek lat: „... gdzie są dwaj lub trzej zgromadzeni w imię moje...”

Kiedy wróciłem w niedzielę z Woźniakowa, kontynuowałem w domu przerwana wyjazdem lekturę, a dokładniej książkę o strategii marketingowej Cisco. Pierwsze zdanie, które rzuciło mi się w oczy, to opinia szefa tej korporacji na temat pracy zespołowej: „Nie od dzisiaj wiadomo, że czy to w biznesie, czy w sporcie dobrze zgrany zespół zawsze pokona drużynę złożoną z indywidualistów”.

Śmiem twierdzić, że prawda ta znana jest też we Wspólnocie AA. Mniej więcej od 70 lat.



„Tak jak drzewa tracą liście jesienią, by na wiosnę wypuścić nowe pędy i zakwitnąć, podobnie i mnie Bóg pomógł wyzbyć się kompulsywnych i egoistycznych zachowań.”

W Woźniakowie koło Kutna, w gościnnym domu salezjańskim, we wrześniu 2007, kolejny raz spotkali się uczestnicy internetowego warsztatu Krok po Kroku, żeby twarzą w twarz i oko w oko popracować nad Programem 12 Kroków Anonimowych Alkoholików. I ja tam byłam...

Woźniaków wrzesień 2007

Poszedłem do AA, bo tak kazała moja pierwsza terapeutka w poradni odwykowej – i chwala jej za to. Zostałem w AA, bo Wspólnota obiecała mi – odwrotnie niż psychiatria i psychologia - wyzdrowienie z choroby alkoholowej, z alkoholizmu.

Od pierwszego spotkania „strzyżńskiego” miałem przekonanie, że dla mnie jest to bardzo dobre rozwiązanie, bo opierając się tylko na mityngach AA, pierwsze trzy Kroki poznawałbym pewnie z 15 lat. Tyle czasu to ja nie miałem i nie mam – nie będę żył wiecznie, a i trzeźwienie - z założenia nieskończone – wywoływało we mnie dość umiarkowany zapał do ciężkiej pracy.

Jednak dzięki takim właśnie zgromadzeniom, jak Strzyżyna, Kowary, Woskowice Małe czy ostatnio także Woźniaków, dzięki bardzo intensywnej pracy w oderwaniu od codziennego życia i to w grupie ludzi, którym naprawdę zależy, zaznajomienie się z Programem 12 Kroków zajęło mi mniej niż 9 lat. Aż tyle, czy tylko tyle? To już zdecyduj sam/a.

Od samego początku wiedziałem, że jeśli spotkanie w Woźniakowie we wrześniu 2007 dojdzie do skutku i jeśli faktycznie będą jakieś grupy do wyboru, to ja nie będę się starał dostać do żadnej z nich. Byłem gotów puścić ster, oddać go we właściwszą ręce, a samemu zająć się jedynie wiosłowaniem.

I tak się stało. Zaraz po przyjeździe zadeklarowałem chęć pracy w tej grupie, do której wpakują mnie organizatorzy – na przykład wyrównując liczebność grup. W taki oto sposób trafiłem na Kroki I-III.

Początkowo byłem lekko zawiedziony. Czego jak czego, ale bezsilności wobec alkoholu to ja sobie udowadniać nie muszę - zwłaszcza po zapiciach w trakcie terapii i pomimo uczestnictwa w mityngach AA. A tu wróciły stare pytania typu: „Czy próbowałaś kiedyś definitywnie przestać pić?”, „Co ci z tego wyszło?”, itp.

Zanim jednak zdażyłem się rozczarować na amen, przypomniało mi się hasło, które czasem rzucamy sobie z moim sponsorem: „tak miało być, tylko ja śmiałem myśleć inaczej” i już spokojnie czekałem na ciąg dalszy.

Zresztą tego czekania zbyt wiele nie było – w Woźniakowie dzieje się bardzo dużo w stosunkowo krótkim czasie, trzeba tylko być niezwykle uważnym i chcieć to widzieć.

Pierwsze zaskoczenie rzuciło mnie wręcz na kolana. Kiedy mówiliśmy o wyzdrowieniu z alkoholizmu, kilka osób stwierdziło, że dla nich jest to nowość, że pierwsze słyszą. Uff!

Na każdym mityngu powtarza się zapewne co najmniej kilka razy określenie „posłanie AA”. No przecież to właśnie jest posłanie AA! Alkoholik nie musi pić! Alkoholik może dobrze żyć obok alkoholu, bez alkoholu! Z alkoholizmu można wyzdrowieć! Albo zostać uzdrowionym...

Przecież ani w Wielkiej Księdze, ani w żadnych innych tekstach aowskich nie napisano, że „my zdrowiejemy z alkoholizmu od 10, 20, 30, 40 lat, to wy też możecie zdrowieć... w nieskończoność”. Jest za to napisane, na tytułowej zresztą stronie: „Historia o tym, jak tysiące mężczyzn i kobiet zostało uzdrowionych z alkoholizmu”.

Oczywiście, jasną jest rzeczą, że wyzdrowienie z alkoholizmu nie wiąże się z możliwością powrotu do picia kontrolowanego – na zmienioną biochemię komórek jak dotąd nie ma mocnych. I może dlatego według lekarzy alkoholizm jest chorobą nieuleczalną (trwałą). Ale przecież problemem alkoholika nie jest alkohol. Ważna jest cała ta dysfunkcja psychoemocjonalna, która kiedyś tam spowodowała moje uzależnienie, a następnie rozwijała się w

„Im bardziej zechcę doszukać się w innych ludziach piękna – będącego dowodem, że działał w nich Bóg – tym bardziej pewny się stanę Jego obecności.”

Niesienie posłania AA odbywa się na wiele sposobów

Jest to m.in. literatura AA-owska, również biuletyn MITYNG, który ukazuje się raz w miesiącu. Historii jego powstania nie znam. Wiem tylko, że ukazuje się nieprzerwanie od wielu lat. Z MITYNGIEM zetknąłem się po raz pierwszy, gdy wstąpiłem do AA. Tego też dnia kupiłem egzemplarz za symboliczną złotówkę od kolportera grupy. Przejrzałem pobieżnie i schowałem gdzieś między inne książki. Po jakimś czasie znalazłem wolną chwilę, by go przeczytać. Najbardziej zainteresowały mnie przeżycia, doświadczenia i refleksje alkoholików, którzy pisali do redakcji MITYNGU. Dla mnie, trzeźwiejącego alkoholika, były bardzo bliskie, cenne i pomocne w trzeźwieniu. W biuletynie można znaleźć wiele informacji dotyczących sprawozdań struktur AA, organizacji i spraw dotyczących życia Wspólnoty.

Na początku mojego trzeźwienia wcale mnie one nie interesowały – co, gdzie, kiedy, jak? – nie czułem tego. Po jakimś czasie podjąłem się służby i wtedy poczułem się małą częścią AA. Czytałem MITYNG od deski do deski. Niektóre artykuły po kilka razy, bo były interesujące. Na którymś z mityngów opowiedziałem swoją historię o sobie.

Przyjaciel poprosił mnie, abym to napisał na papierze. W tym momencie pojawił się problem. Zacząłem kombinować - jak to w pijanym życiu bywało - że nie pamiętam co mówiłem, że sobie nie poradzę. Tak naprawdę nie chciałem się do tego oficjalnie przyznać, skonfrontować się z samym sobą. Przyjaciel dodał, że mógłby być to materiał do biuletynu. Wtedy już nie miałem wyjścia – głupio było odmówić. Skoro ja czytam czyjeś artykuły i pomagają mi w trzeźwieniu, to nie mogę tak postępować. Może mój artykuł pomoże innym alkoholikom. W AA otrzymuję dużo wsparcia za darmo. Czas wielki aby wspierać innych, chociażby taką formą jaką jest pisanie do MITYNGU. Bez tych artykułów posłanie nie dociera do wciąż jeszcze cierpiących alkoholików. Doświadczenia z różnych okresów trzeźwości nie mają szansy trafić do wielu potrzebujących, słabych duchem współtowarzyszy(szek) niedoli.

Jeszcze na zakończenie chcę podziękować tym, którzy wkładają dużo pracy, poświęcenia i serca w to, że ten MITYNG dociera do nas nieprzerwanie od wielu lat. Ja przełamałem swój lęk. Gorąco zachęcam do spisywania na papier swoich doświadczeń, refleksji na różne tematy dotyczące trzeźwości, Wspólnoty. Nie zwlekajcie, Redakcja pewnie czeka.

sierpień 2007, pozdrawiam serdecznie, Piotrek - Słoneczko

To działa!!!

Uff!!! Już po jubileuszu 15 lat biuletynu MITYNG. Dla mnie i kolegów z redakcji to wielkie przeżycie. Zdecydowaną większość swego trzeźwego życia poświęciłem udziałowi w redagowaniu MITYNGU. Gdy patrzyłem na wystawę archiwalnych numerów albo spoglądałem na ściany z rozwieszonymi rysunkami czułem się serdecznie wzruszony. Miałem okazję opowiadać o historii powstawania poszczególnych numerów, tłumaczyć niektóre rysunki a słuchacze dziwili się, że do tej pory nie wiedzieli ile ciekawych historii zawartych jest na kartach biuletynu; choćby podróż w kierunku pokory ujawniająca się w szacie graficznej.

Padają - co było szczególnie miłe - wiele ciepłych słów dla redakcji, za wytrwałość, wysiłek aby biuletyn był obrazem działalności naszej wspólnoty w Regionie i równocześnie jak to wyraził jeden z redaktorów - był dla czytelników "o krok do przodu". Wypowiedzi w drugiej części spotkania potwierdziły tę opinię. Ale to nie wszystko. Wtedy też padło dosyć osobliwe stwierdzenie i zaraz potem pytanie. W AA nic nie musimy, to czemu wy /redakcja/ tyle lat to wydajecie? Nie potrafię chyba odpowiadać natychmiast, zresztą nie przewidywała tego konwencja spotkania, dlatego też pomyślałem sobie, że warto napisać kilka słów w odpowiedzi na zadane pytanie.

Po pierwsze, chciałbym podziękować serdecznie wszystkim przybyłym na nasze święto. W swoich mrocznych scenariuszach, a czasami mam takie, wydawało mi się, że na spotkanie przyjdzie tylko kilka osób. Miłe było rozczarowanie. Do tego usłyszałem, że jest to święto naszej całej wspólnoty AA, że są czytelnicy, którzy z niecierpliwością czekają na kolejny numer. Zapoznanie się z treścią biuletynu pomaga niektórym przyjaciółom w utrzymaniu trzeźwości. Odnajdują w nim sugestie trzeźwego życia. To zachęca do dalszych wysiłków. Nieraz spotykam się z opinią, że Wspólnota AA będzie miała co robić póki choć jeden alkoholik będzie potrzebował jej pomocy. Podobnie mam nadzieję, że MITYNG będzie niósł posłanie AA póki będzie wzbudzał zainteresowanie. Ono wyznacza sens działania.

Właściwie te słowa powinny wystarczyć za odpowiedź na postawione pytanie jednak chciałbym dodać coś jeszcze.

Praca w redakcji MITYNGU jest dla mnie nie tylko zaszczytem pomagającym w osiągnięciu własnej trzeźwości, ale przede wszystkim wielką radością i źródłem satysfakcji osobistej. Wykonywana zupełnie honorowo pokazuje, że Program AA działa niezależnie od funduszy zewnętrznych. Nikt z naszej redakcji nie wyciąga ręki po zapłatę, dzięki czemu nie rozpraszamy zainteresowań na zapotrzebowania innych instytucji, możemy koncentrować się na zadaniach wyznaczonych przez służby Regionu Warszawa.

Tak więc odpowiedź może być jedna. Wydajemy MITYNG, bo z każdym numerem rośnie nasza świadomość. Poznajemy Program AA i dzielimy się naszymi



fragment artykułu z 2005 r.

O sponsorowaniu

... sponsor zachęcał nas do uczestnictwa w pracy zespołów regionalnych. Tam poznawaliśmy struktury AA, tajemnice wykonywania służb poza grupą. Można było ćwiczyć pokorę przy uzgadnianiu spraw wspólnoty. Uczestnictwo w życiu Regionu pokazało mi, jak mogę poskromić niecierpliwość, gwiazdorstwo, chęć dominacji. Nabywałem praktyki w stosowaniu teorii. Co należy zrobić i co jest nie tak w AA, wszyscy wiedzą. Lecz trudniej było wspólnie naprawić. Włączyć się w inicjatywy, kiedy sprawy nie układały się po mojej myśli. Nie obrażać się i nie trząść drzwiami.

Po niedzielnych mityngach, wieczorem, spotykaliśmy się jeszcze u sponsora w domu. Rozmawialiśmy przy kawce na wcześniej zadane tematy. Wyjaśniał nam znaczenie doświadczeń zawartych w naszej literaturze. Często rozmawialiśmy o naszych postawach w życiu codziennym i w AA. Rzadko o swoim nieszczęściu. Wcześniej sądziłem, że praca ze sponsorem podobna jest do spowiedzi przed konfesonatem. Myliłem się. Oczekiwałem rad, co i jak mam zrobić, aby rozwiązać swoje problemy. A on uporczywie odwoływał się do wybranych fragmentów z literatury AA. Drażni mnie to do dziś. Po przemyśleniu przyznaję jednak rację. Czas knajpy już minął. Po pewnym czasie ujawniły się problemy z DDA. Nie było żadnych przeciwników na spotkania terapeutyczne, raczej wiele przychylności.

O sponsorowanie poprosiłem bez przekonania. Po prostu postanowiłem zrobić wszystko to, co w AA się zaleca. A potem dopiero, kiedy sposób się nie sprawdził, miałem zamiar to odrzucić. Jednak pomogło! Trzymając się wspólnoty i opieki sponsora przeszedłem bardzo trudne zakręty. Prawdę mówiąc sam się dziwię, że się nie napiłem. Wszystko da się przeżyć bez gorzałki! W samotności pewnie bym sobie nie poradził, bo tej pory zawsze wracałem do picia.

Sam też próbowałem być sponsorem. Na razie bez sukcesów. ... Ale może następnym razem mi się powiedzie. Pewne doświadczenia już mam.

Praca ze sponsorem bardzo różni się od rozmów z terapeutą. Terapeuta pomógł mi w identyfikacji choroby i wyjść z dołka. Sponsor zaś pomaga mi dowiedzieć się, kim jestem i jak w praktyce stosować zasady, według których należy żyć, aby nie wracać do picia i nie wpadać w dołki ponownie. Wiem, że trudno jest czasem przelamać wstyd i pychę, aby poprosić o sponsorowanie. Mnie też nie przyszło to łatwo. Teraz śmieję się z siebie, gdy to wspomina - a jak wielki i śmiertelny wstyd towarzyszył mi po picciu?

Nigdy nie chciałem zostać alkoholikiem, lecz skoro już wiem, że nim jestem...?

„Nie lękajcie się” Tu chodzi o życie!!!

L. AA



„Myślę, że jedna z największych zalet mojej wiary w Boga polega na tym, że Go czy też Jej, czy też Tego Czegoś nie rozumiem.”

Mój sposób pełnienia dyżuru on-line i telefonicznego w PIK

Za każdym razem, gdy loguję się na dyżur internetowy lub podnoszę słuchawkę telefonu w PIK-u, przymykam oczy na chwilkę i wracam myślami do czasów, kiedy piłam. Staram się przypomnieć sobie, jakie słowa do mnie trafiały, a jakie odrzucałam już po pierwszej sylabie. Staram sobie przypomnieć jak zachowywała się moja rodzina mówiąc do mnie o moim pijaństwie i w jaki sposób szukała dla mnie pomocy.

Wtedy właśnie przypominam też sobie, jak manipulowałam tzw. „chęcią zaprzestania picia” i jak bardzo chciałam usłyszeć słowa „pocieszanek”, „rozumienia” i innych „ble,ble”. Wtedy to dopiero dawałam sobie upust! Słyszałam, że jestem chora i to nie moja wina. A skoro nie moja wina, to mogę sobie dalej pić – jestem rozgrzeszona. No i przecież dostawałam mnóstwo informacji od mojej rodziny, która też gdzieś tam je dostała – informacji właściwie nic mi nie mówiących.

Ale kiedyś przeczytałam suchą, rzeczową informację – bez pocieszanek, bez dyskutowania, bez gdybania i gładzenia: „Chcesz przestać pić, to rusz swój tyłek i idź do Anonimowych Alkoholików, tam Ci pomogą – spotykają się tu i tu. A jak chcesz kombinować i używać swojej elokwencji w dyskusji – to pij sobie dalej”. I to ona do mnie trafiła. Wiem, też ile czasu mi zajęły dyskusje „pocieszankowe” na forach – ten czas, to czas mojego intensywnego picia.

I dziś jeśli chcę, by moje posłanie trafiło do alkoholika, rodzin – staram się odpowiadać rzeczowo, nie wdawać się w cześć dyskusje, nie rozrzucać mnóstwa możliwości leczenia – podpowiadam pójdź do tych, którzy mi pomogli – do Anonimowych Alkoholików. A z rodzinami i przyjaciółmi nie dyskutuję nad ich strasznym losem, tylko wskazuję Al-Anon lub terapię – dla nich, nie dla alkoholika. Bo ja nie jestem „ciotka-klotka”, która ma pocieszać. Jestem dyżurną od informowania, od wskazania drogi do Anonimowych Alkoholików.

Pozdrawiam. Gosiali - dyżurna

Liczyłem dyżury w PIK (Punkt Informacyjno -Kontaktowy)

Wstąpiłem wczoraj na dyżur telefoniczny w PIK-u, tak przy okazji zajęć mojej córki. Na mityngach sam zachęcam do brania udziału w dyżurach telefonicznych i z takim przekonaniem mówię o ich zaletach... Otóż wczoraj przyjaciel przygotowywał sprawozdanie z działalności PIK-u. Robił to rzetelnie, poważnie jakoś, że aż się zainteresowałem.

Zliczał dyżury od ostatniego, wiosennego sprawozdania. Wspólnie więc

liczyliśmy dzień za dniem: ... 23, 24, 25 kwietnia... dzwonił alkoholik ...

od poniedziałku do piątku ... 14, 15, 16 maja... dzwoniła matka ...

od godziny 16-tej do 21-szej ... 4, 5, 6 czerwca ... przyszedł ojciec ...

z przerwami świątecznymi ... 16,17,18 lipca ... ktoś pyta o mityngi AA...

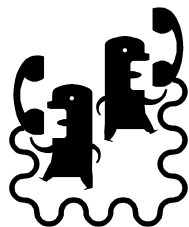
ale bez wakacyjnej przerwy ... 20, 21, 22 sierpnia ... ktoś pyta o mityngi Al-Anon ...

i wreszcie ...24, 25 września...

Naliczyliśmy 107. Nieprzerwanie, wszystkie się odbyły, przyjaciele z różnych Intergrup wypełnili służbę. Zadałem sobie pytanie, na ilu dyżurach mojej grupy byłem? Eh, słabo to wypadło.

To nie jest w tej chwili ważne, że kiedy moja macierzysta grupa miała dyżur, czasem byłem poza Warszawą – taką mam pracę. Ważne jest co poczułem, zaznaczając każdy kolejny dzień dyżuru, przyglądając się jak inni działają, jak dobrze służą we Wspólnocie. Poczułem, że ja też winien jestem brać w tym udział.

3 października '07, Sławomir Kontaktowy



„Byłem tak przywiązany do picia i innych swoich egoistycznych nawyków, że ludzie i zasady moralne schodzili na drugi plan.”

doświadczeniami z czytelnikami. Wypowiedzi kolejnych redaktorów i bliskich współpracowników pokazały jak praca redakcyjna pomagała nam w utrzymaniu trzeźwości oraz w naszym życiu osobistym.

Dziękuję Wam Przyjaciele, za to, że jesteście i czytacie MITYNG nadając sens naszym redakcyjnym wysiłkom. Dzięki Wam odkryłem absolutną prawdę. TO DZIAŁA. Stale.

Pozdrawiam pogodnie Marek Warszawa 01 10 2007

Jaki MITYNG?

Wczoraj na Konferencji Regionu Warszawa zostałem wybrany do służby redaktora MITYNGU. Mój poprzednik, Lechu02, pełnił tę służbę o rok dłużej niż przewiduje 2-letnia kadencja. Bo na poprzednich Konferencjach nikt się nie zgłaszał, nie było nawet cienia chętnych. Chyba to rozumiem – bo to jest „produkcja”, tu wynik służby musi się pojawić. Można jako mandatuś dać nogę z konferencji, można nie nadesłać sprawozdania na czas – nic się nie dzieje. A tu musi wyjść produkt.

W czasie wyborów zapytano o wizję, o zmiany jakie planuję w MITYNGU...

Myślę, że jeśli coś działa to nie należy tego naprawiać. Kiedy przyszedłem do AA, to po krótkim już czasie chciałem zmniejszyć, ulepszać, podsuwać cudowne pomysły. Ale Wspólnota ma jakąś wewnętrzną siłę i to ja sam zacząłem się dostosowywać, akceptować funkcjonujące rozwiązania. No i nic mnie przez to nie ubyło, nie poczułem się nie rozumiany przez epokę niczym Leonardo da Vinci.

Dla mnie biuletyn MITYNG jest jak spotkanie mityngowe grupy. Służy niesieniu posłania, jest też otwarty dla wszystkich, nie tylko dla alkoholików. Jest wieloosobowa Redakcja wolontariuszy - jak służby na grupie - która czuwa nad przestrzeganiem Tradycji. Jest miejsce na różne wypowiedzi – od pierwszych, nieśmiały do tych dojrzałych, uporządkowanych aowskim spokojem. Tu i tu szata jest prawdziwa, nie na pokaz. Mityngi nie konkurują między sobą, nie są żadnym show. Biuletyn MITYNG też nie jest konkurencją, nie szuka na siłę „swojego stylu”. Tu i tu jest część organizacyjna, ważne aby we właściwych proporcjach. Mityngi to nie punkty informacyjne a MITYNG to nie tablica ogłoszeń.

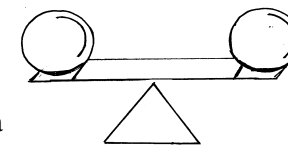
We wrześniu, na całodniowym spotkaniu z okazji XV-lecia biuletynu, słuchając wypowiedzi pełniących przez te lata służbę przy redagowaniu dowiedziałem się wiele. Poczułem niemalże pokoleniową sztafetę, pewną ciągłość w przekazywaniu doświadczenia z działania, również z wdrażania nowych rozwiązań. Nabrałem szacunku.

Jaki MITYNG chciałbym widzieć? Zgodny z uprawnionymi przecież oczekiwaniami czytelników, Rady Regionu, Redakcji. MITYNG otwarty. Ale nade wszystko – PRAWDZIWIY.

pozdrawiam, Sławomir Kontaktowy

P.S. Jak na mityngu, zapraszam do wypowiedzi. Piszcie: redakcja@mityng.org

A jeśli nie macie poczty, komputera – weźcie w rękę ołówki i piszcie. Wyślijcie tekst na adres: PIK, ul. Brazylijska 10, 03-946 Warszawa, z dopiskiem „do biuletynu MITYNG”. Albo przekazcie służbom swojej grupy.



Potrzebuję WIARY, że można się zmieniać

Może swoją gawędę rozpocznę dziś przypomnieniem opowieści z MITYNGU 1/43/2001 str. 9 z początków mojego trzeźwienia, kiedy uświadomiłem sobie, że niekoniecznie wszystko, co słyszę na mityngu, jest warte naśladowania, że istnieje coś takiego jak program AA, który warto poznać. A oto opowieść: *Przychodzę na swój pierwszy mityng. Słucham, ale niewiele rozumiem. Zadano mi jakieś pytanie i przyjęto oklaskami. Zrozumiałem na tyle, że zostałem AA i mam teraz nieść posłanie. Na następnym mityngu czułem się więc upoważniony aby zabrać głos, ale już jako AA. Przypomniałem sobie to, co poprzednio usłyszałem - choć nie rozumiałem - i pomieszałem ze swoim poplątaniem a następnie dumnie się wypowiedziałem. Nie byłoby to wcale tragiczne, gdyby na kolejnym mityngu poprzednio przyjmowany AA nie powtórzył tym razem moich słów, tylko, że jeszcze bardziej wszystko zagmatwał a później na kolejnym mityngu następny, następny itd... aż któregoś dnia znalazłem się na mityngu, gdzie wszyscy powtarzają chaotyczne, niezrozumiane słowa i ja zaczynam sobie zdawać sprawę, że jeśli wartość przedstawianych doświadczeń jest taka, jak moich pierwszych wypowiedzi, to możliwe, że taka trzeźwość jest zagrożona. Na tym mityngu nikt nie mówił o programie AA, tym co działa i jak działa, liczyło się tylko to, co kto sam chce powiedzieć, co chce wyrzucić z siebie. - Tyle powiastka, a co w życiu?*

Znów ostatnio rozmawiałem z grupką naszych nowych przyjaciół o tym, co się dzieje na mityngu AA. Usłyszałem wiele zachwytów nad możliwością "wyrzucenia z siebie" różnego rodzaju brudów wewnętrznych, podzielenia się kłopotami itd... Jasne, że te słowa nie wzbudziły mego najszczerzego zachwytu. Perspektywa zostania ofiarą takich wypowiedzi nie należy do miłych. Byłem już w kilku takich sytuacjach, gdy po paru "wyrzucaniach" atmosfera mityngu stała się nie do zniesienia. Jedne użalania wzniecały dalsze, narastały pretensje.

Historie stawały się coraz bardziej tragiczne, a co dziwne, że chyba nikt nawet nie był zainteresowany usłyszeniem słów pomocy, chodziło tylko o to, że mówiący - choć przez chwilę - miał szansę skupić na sobie uwagę wszystkich uczestników mityngu. Wielokrotnie żałuję, że nie ma wtedy wśród nas kogoś z profesjonalistów. Oni pewnie poradziliby sobie z powstałą atmosferą. Lekarze, psycholodzy, terapeuci są bardziej przygotowani do słuchania takich wynurzeń, może na nich tak destrukcyjnie nie działają - zresztą pewnie mają swoje finansowe motywacje. **Ale dlaczego ja mam być ofiarą nieznajomości celu i zasad AA tylko dlatego, że ktoś tych zasad nie chce poznać i uszanować?** Rozgoryczenie pogłębia fakt, że najczęściej "wyrzucacze", po swoich pełnych pretensjonalności ora-



„W ciągu dnia zawsze mogę zatrzymać się na moment, stając w obliczu jakiejś sytuacji lub decyzji i ponowić tę prośbę: „Niech się dzieje wola Twoja, a nie moja.”

Usłyszałem na mityngach, że w AA są służby ale do mnie to nie docierało. Myślałem, że ci którzy robią herbatę, otwierają salę, prowadzą mityng to jacyś wynajęci ludzie albo terapeuci.

Usłyszałem też coś takiego: kto szklanki myje ten nie zapije. Zaczęłem po miesiącu abstynencji zmywać szklanki na grupie. I przy myciu szklanek JUŻ nie byłem sam!

Przecież kiedy przestałem pić, wady zostały we mnie - egocentryk, egoista z chęcią błyszczenia. A dowiedziałem się, że służby pomagają przełamywać siebie, swój wstyd, lęk przed oceną. Te uczucia były barierą przed kontaktem z drugim człowiekiem. Służba uczy mnie kontaktu i współpracy z drugim człowiekiem. To był proces - uczyłem się krok po kroku - pełniąc służby uczyłem się być z ludźmi.

Uwierzyłem, że mogę żyć bez alkoholu. Uwierzyłem, bo zobaczyłem ludzi, trzeźwych ludzi.

Wspólnotę traktuję jak rodzinę - mam obowiązki wobec niej tak jak w rodzinie. Żeby być i żyć w pełni w rodzinie, to muszę coś dla niej robić. Samo przychodzenie na mityngi mi nie wystarcza. Jak jestem sam, to wkurzam się, że nie potrafiłem zwrócić się o pomoc. Tego ucze się we Wspólnocie - prosić o pomoc. Już się tak nie złościę, jeśli nie potrafię poprosić za każdym razem. To wszystko przełożyło się na stosunki rodzinne. Mimo separacji z żoną, współpracujemy ze sobą. Ale dopiero po 2-3 latach zaczęło się poprawiać. Na początku mojego nie picia stosunki z żoną były bardzo chłodne, bez zaufania. W AA nauczyłem się cierpliwości. Wiem, że by naprawić potrzeba czasu. Mam z żoną "nasze wspólne dobro" - nasze dzieci. Dzieci chcą spędzać ze mną czas, wyjeżdżamy razem na wakacje. Wiedzą, że mogą na mnie liczyć. Dzwonią a ja jestem gotowy, by im pomóc.

Jestem nadal nieśmiały, ale dzięki temu, że jestem właśnie we Wspólnocie, pokonuję to uczucie. To ona mi daje wiarę w to, że jestem potrzebny, że mój Bóg mnie nie odrzuca, nie karze. Zaczęłem akceptować siebie, takim jakim jestem - ze swoimi wadami. Wiem, że jestem wybuchowy, że się denerwuję. Wspólnota pomaga mi rozpoznawać swoje uczucia i to kim jestem.

Kiedyś żyłem w lęku. Uważałem, że pieniądze załatwią mi wszystko a przede wszystkim spokój. Pojawiał się wtedy lęk przed utratą bezpieczeństwa finansowego. Wpadałem w pracoholizm.

Lęk przed starością, przed nieznanym, kłopotami w pracy, przed nowymi wyzwaniem itd., itd....pojawiał się, bo myślałem, że ja na to wszystko mam wpływ. A tak naprawdę nie mam na nic wpływu. Wspólnota mnie też tego nauczyła.

Jest sposób na to, by nie sięgnąć po alkohol. Żeby się nie napić. Dla mnie jest to Wspólnota AA - życie w niej i z nią.

Napiję się kiedyś? Nie wiem. Wiem, że dzisiaj nie chcę się napić

Andrzej (Rembertów)



„Codziennie po prostu proszę Boga, aby umożliwił mi jak najlepsze zrozumienie Jego woli na dany dzień i użyczył mi taski potrzebnej do wypełnienia Jego woli.”

Rozmowa...

Co się stało, że przestałem pić?

Postuchalem drugiego człowieka, którego spotkałem na mityngu. Przez pierwsze 2-3 dni byłem w takim napięciu, w silnych emocjach - starałem się nie patrzeć na alkohol, który pojawiał się na mojej drodze. Potem tak się zadziało - chodząc codziennie na mityngi - odeszła ode mnie obsesja picia. I tak dzień po dniu. Złapałem się jak tonący brzytwy sugestii, by chodzić 90x90. Rodzina mnie odrzuciła a tu mnie ludzie przyjęli. W AA miałem przyjaciół - to mnie ciągnęło na mityngi. Pamiętam taką sytuację - tydzień nie piłem, pojechałem do klienta rozliczyć się. On na siłę chciał mnie poczęstować alkoholem a ja uciekłem. Wziąłem pieniądze i uciekłem.

Co mi najbardziej na początku pomogło?

Doświadczenia drugiego alkoholika. Tak się złożyło, że na pierwszych mityngach poznałem sporo przyjaciół, z którymi mam kontakt do dzisiaj. Sugestię, którą dostałem na mityngach, że nie ma picia kontrolowanego pomogła mi najbardziej. Wtedy przypomniałem sobie, że kontrolowanie picia nigdy mi się nie udawało. Pamiętam jak myślałem, że każdy upadek po pijanemu może skończyć się dla mnie kalectwem (byłem po operacji stawu biodrowego), że moje picie zabierze mi rodzinę. Wtedy na mityngach uświadomiłem sobie, co alkohol robi z moim życiem.

Co mi daje przyjaźń w AA?

Są tu ludzie, którzy przeszli to samo co ja. I nie piją. Każde spotkanie z trzeźwiącym alkoholikiem pomaga mi, dodaje wiary i nadziei. Widzę na mityngach tych samych ludzi, których widziałem 6 lat temu i wcześniej. Na samym początku nie znałem jeszcze programu zdrowienia. A jednak nie piłem. Kiedy poczułem samotność, bezsilność, lęk przed życiem, który był we mnie, wróciłem do Wspólnoty AA. Chodziłem na mityngi, gdzie czytane były Kroki. Myślę, że te kroki docierały do mnie powoli, stopniowo. Cały czas teraz staram się stosować je we własnym życiu. Ale program zdrowienia dla mnie to nie tylko Kroki. Wspólnota wypracowała sobie jeszcze 12 Tradycji. To jest bardzo ważne, dla mnie bardzo ważne!

Program zdrowienia jest programem duchowym. Boga traktuję jako Siłę Wyższą. Mówią, że czasami można sobie wybrać jakoś grupę ludzi. Ważne jest to, by mieć świadomość, że to nie ja jestem Bogiem. Moje myślenie w tym sensie doprowadziło mnie do upadku - upadałem wtedy, gdy uważałem, że byłem Bogiem.

Jestem osobą wierzącą i modlitwa bardzo mi pomogła. Najbardziej nasza modlitwa o Pogodę Ducha. Powtarzałem ją dziesiątki razy w ciągu dnia. Mimo, że chodziłem na mityngi ciągle i ciągle modliłem się. To mi pomagało utrzymać trzeźwość i opanować chaos, który wtedy we mnie był.



„Moje codzienne zmaganie oznacza, że choćby nie wiem jak trudny czy bolesny wydawał się dzisiejszy dzień, to zawsze mogę zaczerpnąć z mocy Programu, aby pozostać wolny od mojej przebiegłej choroby.”

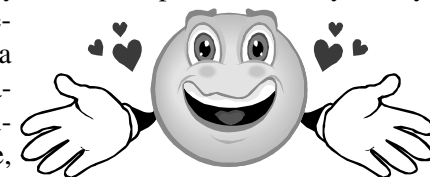
cyjach, opuszczają mityng. Czuję się wtedy oszukany, wykorzystany, daleki od pogody ducha. Teraz, kiedy wyraziłem swój pogląd, czego nie jestem entuzjastą, wypada mi powiedzieć, po co ja właściwie przychodzę na mityngi, a jest to wyraźnie trudniejsze. Ale od początku.

Tak przypuszczam, że we wspólnocie bardziej zatrzymała mnie determinacja trzeźwienia niż usłyszane historyjki, z których nic nie rozumiałem. Zresztą, wtedy i tak nie wiedziałem, co z sobą robić. A teraz, choć od mojego pierwszego mityngu upłynęło kilka lat, to jednak pamiętam jak bardzo czułem się wtedy nieufny, rozgoryczony, samotny, odrzucony. Byłem spragniony bodaj odrobiny zainteresowania, przyjaźni a nie gadaniny co mogę albo mam robić. Tego miałem w nadmiarze. Ważniejsza była szklanka herbaty, uśmiech i krótkie - "Dobrze, że jesteś".

Tak więc, kiedy na mityngu pojawia się ktoś nowy, staram się, aby moje gadanie nie odpychało go, chcę dać mu to, czego mnie kiedyś brakowało. A więc odrobinę ważności, szacunku dla ludzkiego cierpienia, ale nade wszystko zainteresowania. Tam, na zewnątrz mityngu, często nikt nie jest zainteresowany naszą trzeźwością, ale tu jest każdy ważny. Jesteśmy prawie jak rodzina. Są starsi w trzeźwości, młodzież szkolna i akademicka, są też wspólnotowe dzieci z kilkudniową trzeźwością. Podczas gdy pierwsi przewodzą nam swoją postawą, to najmłodszy stanowią cel i sens trzeźwienia. Mają też w sobie najwięcej spontaniczności. Pomagając im i sobie wzajemnie, napotykały różne trudności, przełamujemy je korzystając z doświadczeń zawartych w naszym programie. W ten sposób kroczyliśmy w programie. A wtedy nie jest ważne, w jakim miejscu kto się znajduje, ale w jakim kierunku zmierza.

Przypomniała mi się pewna przyjaciółka. Odwoziłem ją samochodem z mityngu do domu. Nie potrafiłem jej przekazać, że jeszcze nie tak dawno, najwięcej to miałem długów. Skarżyła się na swoją sytuację materialną i osobistą. Przyszło mi wtedy do głowy coś takiego. Zgoda. Moja sytuacja materialna jest obecnie daleko lepsza niż jej, co wcale nie znaczy, że dobra. Zapamiętajmy to, a po roku zobaczymy, jakie zmiany zaszły w naszym życiu. W ten sposób mieliśmy równy start. Gdy to jej powiedziałem, to po uśmiechu zorientowałem się, że nadzieja wpłynęła do jej serca. Niestety, tak naprawdę, nie miałem jednak możliwości dokonać tego podsumowania. Dobry Bóg powołał ją do siebie, ale metoda patrzenia na uczestników mityngu pozostała.

Jestem przygotowany na każdą nierozwagę, łamanie zasad, właściwie każdą z form nieracjonalnej postawy, nawet "wyrzucenie z siebie" - ale do pewnego czasu. **Właśnie to, czego ja najbardziej potrzebuję, po co przychodzę na mityngi, to wiary, że można się zmieniać.** Że powiedzenie: "Póki nie pijesz, wszystko możliwe" ma sens. Że „nie wszystko stracone”. Notoryczni "wyrzucacze" tę



wiarę, jak dotąd, skutecznie mi podważają. Za to ile radości, nadziei przynosi widok zmian w życiu przyjaciół. Jest to uczucie szalenie podobne do uczucia, jakie miałem, gdy patrzyłem na postępowanie moich dzieci, gdy widziałem, jak z dnia na dzień nieporadne kroczyki stawały się solidnymi krokami. Za to jak odmiennie uczucie pojawia się gdy nie widać żadnych zmian, gdy stale powtarzają się błędy i zachowania lekceważące uczucia innych. Tę gawędę chcę zakończyć przypomnieniem. Wspólnota AA była już świadkiem wielu cudów, beznadziejni alkoholicy znajdowali receptę na swoje życie, wieczni oportuniści stawali się aktywnymi członkami AA. Mam nadzieję, że dzięki Programowi AA każdy dostrzeże swoją szansę. Służba czeka. Jest to widomy znak zdrowienia.

Marek

TRADYCJA JEDENASTA

„Nasze oddziaływanie na zewnątrz opiera się na przyciąganiu, a nie reklamowaniu; musimy zawsze zachowywać osobistą anonimowość wobec prasy, radia i filmu.”

W dzisiejszych czasach, kiedy media stały się prawdziwą czwartą władzą, kiedy pojawiły się nowe środki przekazu – takie, jak Internet, nie mówiąc o telewizji – ta Tradycja nabiera szczególnego znaczenia dla mnie osobiście, jako alkoholika zaangażowanego w sprawy naszej Wspólnoty, jak i - co oczywiste - dla całego AA. Istnieje bowiem pokusa, by kierując się dobrymi intencjami, pragnąc nawet zdziałać dla AA coś rzeczywiście dobrego, pragnąc lepiej nieść posłanie – wykorzystać te środki w sposób, który przekroczyłby pewną cienką granicę.



Granice między przyciąganiem, a reklamowaniem oraz granicę między (trywializując) „byciem widzialnym i anonimowym” a „byciem zbyt widzialnym i już nie anonimowym”. Tak się pięknie składa, że trafił ostatnio do naszych rąk kolejny, wspaniały biuletyn – zapis 19 światowego mitingu służb, jaki odbył się rok temu w Irlandii. Temat wiodący tego mitingu brzmiał: „Anonimowi, ale nie niewidzialni” i odnosił się w dużej mierze do Tradycji Jedenastej i także, do kolejnej - Dwunastej, również mówiącej o anonimowości, jako fundamentu naszej Wspólnoty.

Zachęcam Przyjaciół do zapoznania się z tym świetnym wydawnictwem – mamy tam zapis głosów Anonimowych Alkoholików z całego świata, którzy w Malahide, w Irlandii dzieli się swoim doświadczeniem w temacie.

„...pokora, wyrażona przez anonimowość, jest największym zabezpieczeniem, jakie Anonimowi Alkoholicy mogą kiedykolwiek mieć”. – powiedziała Ingrid z Niemiec, trawstując zdanie z 12x12, gdzie na str 187 czytamy, że „pokora, wyrażająca się w anonimowości, jest najlepszą z możliwych gwarancją rozwoju AA”.

Bardzo bliska jest mi wypowiedź Ingrid – ja także na początku swojej drogi rozumiałem anonimowość, jako zabezpieczenie mojej własnej prywatności, kiedy przychodzę do AA. Dzisiaj wiem, że anonimowość stała się dla mnie gruntem do pracy nad pokorą. Pracując nad Programem 12 Kroków, będąc w służbach, ciągle staram się zmniejszać drzemające we mnie pokłady egoizmu i egocentryzmu. Tego szkołą jest właśnie anonimowość, wyrażona w pokornym, anonimowym uczestnictwie w AA, a przede wszystkim w służbach. Ingrid powiedziała w Irlandii piękne zdanie:

„Dzięki naszej anonimowości, wyzbyci wszelkich „światowych zalet”, koncentrujemy się jedynie na jednej definicji: „**Jestem alkohikiem**”.” Bardzo trafiło do mnie to zdanie, gdyż jest w nim kwintesencja ducha Tradycji mówiących o anonimowości.

Utkwiła mi też w pamięci wypowiedź Luiz z Brazylii: „Duchową istotą anonimowości jest poświęcenie”, a kiedy pozostawiamy na uboczu nasze ego, rozumiemy anonimowość w pełnym tego słowa znaczeniu. Dzieje się tak, kiedy rozpoznajemy, że trzeźwość nie jest osobistym zwycięstwem, ale skutkiem przyznania się do naszej porażki, lub naszej bezsilności wobec alkoholu.”

Warto, byśmy dbali o to, aby posłanie AA docierało do jak największej liczby cierpiących jeszcze alkoholików. Trzeba, żebyśmy odważnie korzystali z nowych środków przekazu. To już się dzieje także w Polsce. Z radością słucham, jak Przyjaciele z naszego zespołu ds. Internetu odnoszą kolejne sukcesy w kwestii naszej obecności w Internecie. W naszym PIK-u funkcjonuje dyżur internetowy, i mamy szansę dotrzeć do kolejnych alkoholików, którym można zanieść nadzieję.

Z równą radością słucham opowieści Przyjaciół z zespołu Informacji Publicznej – o ich ożywionej działalności i kolejnych mityngach informacyjnych. Na naszym PIK-u wisi gustowny „neon” – baner, z symbolem naszej Wspólnoty, a jak opowiadał Andrzej na konferencji, do PIK-u zaczynają wchodzić zaciekawieni ludzie „z ulicy”. Już za moment ruszy nasz ogólnokrajowa infolinia. To wszystko są oznaki, że ciągle rozwijamy się, że stajemy się bardziej „widoczni”. Że przyciągamy, a nie reklamujemy.

Ostatnio, przyjaciele z GSO brytyjskiego opowiadali o telewizyjnych spotach informacyjnych AA w Wielkiej Brytanii. Kiedy ich słuchałem, pomyślałem, że wspaniale wypracowali swoją dojrzałość i świadomość. Że skorzystali z nowoczesnych środków przekazu. I że są w tym odważni. Ale najważniejsze, pomyślałem, to jest to, że na tyle ugruntowali sobie duchową bazę, duchową podstawę anonimowości, przyciągania, a nie reklamowania, że ze spokojem mogli rozpocząć takie działania.

Także i u nas duch Tradycji leży u podstaw działania służb. Więc z nadzieją i radością patrzę w nasze „jutro”. I z przyjemnością uczestniczę w łańcuch tak ugruntowanej Tradycjami przez Przyjaciół służby.

