

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
05-120 Legionowo, ul. Ks. Kordeckiego (Kościół na Górcie)
- 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 W-wa, ul. Karolkowa 49a
- INTERGRUPA AA „SAWA” – ostatnia sobota godz. 17⁰⁰ 03-416 W-wa, ul. Brazylijska 10
- INTERGRUPA AA „WARS” – pierwszy piątek godz. 18⁰⁰
02-532 W-wa, ul. Rakowiecka 61, Kościół A. Boboli
- INTERGRUPA AA „WSCHÓD” - ostatnia środa godz. 18⁰⁰ WARSZAWA ul. Brazylijska 10
- INTERGRUPA AA POLSKOJĘZYCZNA w Wielkiej Brytanii, tel.. +447505620596,
e-mail: anglia@aa.org.pl, zamówienia na literaturę AA: anglia-literatura@aa.org.pl

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 **20 września 2008 r.**

warszawa@aa.org.pl www.aa.org.pl/regiony/index013.php

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
Soboty - dyżury pełni grupa	LUNA /20:30 – 23:00/

Redakcja Regionalnego Biuletynu Informacyjnego MITYNG:

Artykuły archiwalne dostępne są na stronie www.mityng.net

PISZCIE DO NAS: redakcja@mityng.net oraz mityng@op.pl

Teksty i rysunki można też dostarczyć albo wysłać pocztą na adres PIK.

Infolinia AA: 0 - 801 033 242

Biuletyn Regionu Warszawa

MITYNG

NUMER 9/135/2008

Ukazuje się od października 1992

Wrzesień

Temat wiodący: **Odpowiedzialność. Samowola**

A za miesiąc: **Postęp, a nie doskonałość**

Mówić - to jedno, a działać - to drugie. Niżej przedstawiamy coś z działania - fragmenty ostatniego sprawozdania z Zespołu ds. Literatury Regionu AA Warszawa:

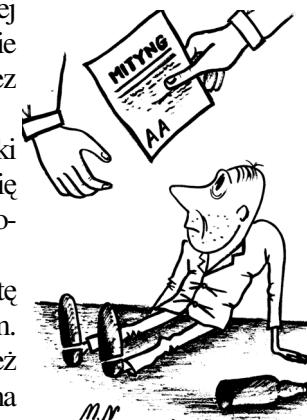
(...) Kolporter Regionu poinformował nas o tym, że kolejny raz Biuletyn MITYNG został zakupiony przez czytelników w pełnym nakładzie i że zainteresowanie kupnem jest dużo większe niż nakład. Zastanawialiśmy się nad jego zwiększeniem, aby słowo pisane trafiło do jak największej liczby tych osób, które swoje trzeźwienie chcą wspierać doświadczeniami spisanyymi w MITYNGU. To wszystko, o czym piszemy wspólnie z Wami w naszym biuletynie można przeczytać na stronie internetowej www.mityng.net. Zdajemy sobie jednak sprawę, że nie każdy ma możliwość skorzystania z Internetu oraz, że dla wielu forma papierowa Biuletynu jest bardziej przyjazna i wygodniejsza w czytaniu. Czy nakład zostanie zwiększony zdecydujecie Wy, Czytelnicy Biuletynu poprzez swoje zainteresowanie zakupem. (...)

Pamiętamy, że jest wydawany i chętnie czytany ogólnopolski biuletyn ZDRÓJ i kolejny raz zachęcamy do dzielenia się swoim doświadczeniem z szerszym gronem czytelników poprzez pisanie do redakcji ZDROJU.

Warsztaty dotyczące służb a odbywające się w drugą sobotę każdego miesiąca, cieszą się również zainteresowaniem. Frekwencja jest liczna a głosów chętnych do wypowiedzi też jest wiele. Ten termin zostanie podany do kalendarza na przyszły – 2009 rok. (...)

Intergrupa z Anglii poprosiła o materiały dotyczące przeprowadzenia inwentury grupy. W biuletynie MITYNG została wydrukowana relacja z przebiegu inwentury jednej z warszawskich grup. Tę relację w formie elektronicznej Redakcja Biuletynu zobowiązała się przesłać do Anglii.

Zastępca Rzecznika ds. Archiwum zachęca pozostałe grupy do dzielenia się historią początków swojego istnienia i przesłanie krótkich notatek. Każda taka notatka drukowana w Biuletynie jest dla nas cenna i pozwala pamiętać o NASZYCH KORZENIACH. Pamięć tę warto przekazywać dalej – tym, którzy przychodzą do AA po trzeźwość. (...)



Spis treści:

- Str. 1 Mówić - to jedno ...
 Str. 3 9 Tradycja Wspólnoty AA
 Str. 6 Kim jestem?
 Str. 8 Warsztaty w niesieniu posłania do ZK
 Str. 10 Zadośćuczynienie
 Str. 11 Spotkanie warsztatowe - V Tradycja
 Str. 15 Listy do Redakcji-Rozstać się bez gniewu
 Str. 17 Moje uzdrowienie z alkoholizmu cz. III
 Str. 20 Nasze korzenie...
 Str. 21 Występ
 Str. 22 Zza krat - cz. II
 Str. 23 Jak to działa?



Zespół ds. Literatury serdecznie zaprasza na warsztat nt. "Służba MANDATA-RIUSZA" Wszystkich zainteresowanych serdecznie zapraszamy do PIK-u, przy ul. Brazylijskiej 10 w Warszawie, dnia 13 września 2008r. godz. 15:00 (sobota).

Tego samego dnia odbędzie się organizowane przez służby AA ognisko w Halinowie, ul. 3-go Maja 8 (Dom Kultury).

Grupa NIMB spotykająca się na ul. Wileńskiej 69, zaprasza wszystkich przyjaciół na uroczysty mityng z okazji 10 ROCZNICY POWSTANIA GRUPY, który odbędzie się 10 września 2008r. o godz. 17:00 ZAPRASZAMY.

Grupa LOURDES spotykająca się na ul. Wileńskiej 69, informuje o zmianie dnia mityngu, ze środy na czwartek, godzina (17:00) i miejsce pozostaje bez zmian.

Grupa AA POWISLE - czwartek 17.30 Gómoślaska 1 klub Panorama - zawiesiła swoje spotkania w sierpniu w związku z urlopem personelu klubu. Pierwszy mityng po wakacjach odbędzie się 4 września 2008r. - czwartek 17.30. Serdecznie zapraszamy.

Przypominamy, że w spotkaniach Zespołów Służb AA Regionu Warszawa, wymienionych na stronie 24 MITYNGU uczestniczyć może każdy AA. **Zapraszamy!**

Dyżury telefoniczne w PIK tel. 022/ 616 - 05 - 68

**SAWA**

02.09 - Ostrobramska i Rembertów
 09.09 - MAZOWIECKA
 16.09 - Wiśniewo i Kontakt
 23.09 - Nimb i Lourdes
 30.09 - Echa Leśne i Przemienienie

PÓŁNOC

05.09 - Na Górcie
 12.09 - Służby Intergrp
 19.09 - Strzyżyna
 26.09 - Za Szopką

WARS

03.09 - Foksal
 10.09 - Ursus
 17.09 - Walenty
 24.09 - Wolność

Kolporter literatury Regionu Warszawa, Zbyszek, przyjmuje zamówienia na prenumeratę MITYNGU. Chętni mogą kontaktować się 502-075-011 lub osobiście w PIK

Jak to działa?

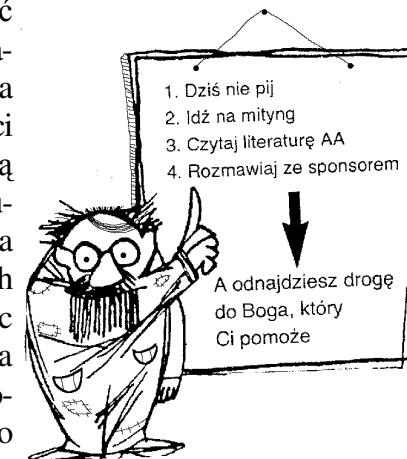
Niczego nie zakładamy. Możemy polegać na doświadczeniach, możemy z nich korzystać. Potrzeba dawania jest wyrazem wdzięczności. Wiele razy poświęcam czas, bo czas nie jest własnością. Mówię o tym, co mi nie pozwala być uczciwym. Moje ambicje, oczekiwanie czy chęć posiadania nie pozwalały mi na działanie. Z czasem nie umiałem dać siebie i traciłem to co jest najważniejsze. Traciłem kontakt z Siłą Wyższą.

Wady charakteru i brak pokory to siła destrukcji, która wstrzymuje rozwój. Kiedy było mi źle i czułem się samotny i opuszczony, korzystałem z doświadczeń AA. Szedłem na mityng szukać pogody ducha wśród nas. Odczuwanie potrzeby utożsamiania się z grupą, bycie wśród dających jest gwarancją działania na rzecz AA. Optymizm i chęć przynależności są owocami z raj. Chce się „być” przed „mieć”. Zrozumiałem, że trzeba być jeśli chce się mieć pogodę. To szczęście być pogodnym i chętnym do działania.

Bardzo cieszy mnie odnajdywanie zalet w programie AA: prostota, miłość i odwaga bycia otwartym na działanie Siły Wyższej.

Tak niewiele potrzeba: być na mityngu, być ze sponsorem, być zainteresowanym czytaniem literatury AA. Prostota, która buduje, a więc rozwija duchowo. Nawet przeciwności prezentowane przez niepokornych nie mogą niczego zmienić. Siła oddziaływania realizujących program 12x12 jest nie do pokonania i na nic zdadzą się wysiłki zakłócających mityng. To wszystko jest nicością wobec pokory. Chciałbym zwrócić swoją uwagę na zasadność przestrzegania zasad AA i zachowywania Tradycji. W taki sposób uratowało przecież życie wiele osób.

Przynależność i odpowiedzialność za trzeźwe życie w AA jest działaniem na rzecz Wspólnoty AA. Wspólnota zbiera owoce dzięki naszemu poświęceniu czasu i dawaniu siebie innym. Tak działa. Gdy sami wyrazimy gotowość na zmiany wad na zalety. Ja tak robię i dlatego chciałem o tym napisać.



Andrzej AA

ZZA KRAT

Mój pierwszy krok

Mam na imię Mariusz i jestem alkoholikiem.

Mijają dni, tygodnie i miesiące, a ja jestem coraz bardziej szczęśliwy z tego, że nie piję. Gdy wracam myślami do czasu jak upadłem na dno i wykańczałem siebie i moich bliskich, to nie chce mi się wierzyć, że byłem wrakiem człowieka nikomu niepotrzebnym. Dzisiaj jest całkiem inaczej. Cieszę się, że żyję i moje myśli są całkiem inne.

Gdy przyjechałem z ZK na oddział terapii „Atlantis” na Mokotowie i poszedłem na pierwszy mityng przyznałem się, że jestem alkoholikiem i chcę przestać pić. Wtedy mnie oklaskano, a prowadzący powiadomił, że te oklaski są za odwagę, że przyznałem się do choroby. Ja do końca nie wierzyłem, że jestem alkoholikiem i mam chorobę alkoholową, ale na terapii dotarło do mnie, że jestem alkoholikiem i że tu mam szansę się zmienić – to jest miejsce, gdzie otrzymam pomoc i wsparcie. Po zakończeniu terapii zaproponowano mi pracę. Ofertę przyjąłem i pracuję do dnia dzisiejszego.

Chodzę regularnie, (choć raz na dwa tygodnie) na mityngi AA. Dzisiaj nie wyobrażam sobie życia bez mityngów. Wspólnota pomaga mi otrzymać wszystko, aby nie pić – trzeźwość. Gdy piłem, rozpadła mi się rodzina, syn mnie znienawidził, bał się mnie. W końcu rozwiedliśmy się, a ja dalej piłem i trafiłem do więzienia. Tak to trwało kilkanaście lat aż w końcu sąd skierował mnie na terapię odwykową do ZK. Dzisiaj jestem szczęśliwy, że tak to się potoczyło. Uwolniony jestem od pokus. Choć z dnia na dzień jestem silniejszy, pamiętam, że od wpadki dzieli mnie tylko jeden kieliszek.

Żyję dzisiaj programem AA. Wiem, że gdy tak będę postępował, to mam szansę wytrwać w trzeźwości. Od czterech lat nie piję. Dziękuję Wspólnotie za pomoc i wsparcie. Wiem, ile jej dzisiaj zawdzięczam i że przyjaciele ze Wspólnoty nigdy mnie nie zawiodą, a przeciwnie – mam zawsze od nich pomoc i wsparcie.



W KTÓRĄ STRONĘ?

Sierpień 2008

Drodzy Przyjaciele!

Piszemy do MITYNGU, czytamy, piszemy, czytamy...

i biuletynu w Regionie zaczęło brakować, wszystkie egzemplarze rozchodzą się i jest zapotrzebowanie na więcej. Poinformował o tym Kolporter Regionu na spotkaniu Zespołu ds. Literatury. To cieszy. W ten sposób my wszyscy - piszący do MITYNGU, kolporterzy, redakcja, czytelnicy - wspólnie realizujemy nasz główny cel - niesienie posłania AA.

Zapraszając do dalszych wypowiedzi na łamach biuletynu przypominamy, że redakcja „Zdroju” również zaprasza i czeka na korespondencję.

Piszemy, czytamy, piszemy... W ten sposób jesteście razem, dla Wspólnego Dobra.

Redakcja



9 Tradycja Wspólnoty AA

Dziewiąta Tradycja Wspólnoty Anonimowych Alkoholików brzmi: „Anonimowi Alkoholicy nigdy nie powinni stać się organizacją; dopuszcza się jednak tworzenie służb i komisji bezpośrednio odpowiedzialnych wobec tych, którym służą”.

Kiedy po raz pierwszy usłyszałem tekst IX Tradycji, przyjąłem go do wiadomości, nie zastanawiając się głębiej nad jego znaczeniem czy sensem. Kiedy jednak odrobinę liznąłem AA (liznąłem zdaje się przez papierek i chyba z zupełnie niewłaściwej strony), okazało się, że problemy wyskakują mi, jak grzyby po deszczu. Wspólnota Anonimowych Alkoholików nie powinna nigdy stać się organizacją? No, oczywiście, że nie powinna – ironizowałem – bo przecież już nią jest. Czym niby, jak nie organizacją, jest struktura i podział na grupy, regiony, komisje, jakieś Intergrupy, konferencje? Obłuda i zakłamanie, ot co!

Zadałem sobie nawet nieco trudu i znalazłem definicję organizacji: «grupa ludzi lub państw mających ustaloną strukturę i działających razem, aby osiągnąć wspólne cele». Przecież do Wspólnoty AA pasuje to jak ulał – wymądrzałem się.

Minęły lata. Dużo w tym czasie czytałem, jeszcze więcej rozmawiałem, a nawet zdarzało mi się słuchać, co mają do powiedzenia inni ludzie. I tak istota i sens IX Tradycji AA (i innych) powolutku sączyła mi się w umysł i duszę...

Dziewiąta Tradycja AA (jak to widzi Meszuga)

Wspólnota AA nie powinna nigdy stać się organizacją – czy to oznacza, że jej członkowie mogą, a może nawet powinni, robić wszystko chaotycznie, bezładnie, bez żadnego planu czy zastanowienia, według własnego widzimisie, instynktownie i żywiołowo? No, przecież wiadomo, że nie o to chodzi. No, to o co?

Oczywiście na początek – to było zresztą najłatwiejsze – musiałem nauczyć się odróżniać organizację w znaczeniu jakiejś struktury, od zorganizowania, czyli działania podjętego wspólnie, którego cel, a także sposoby i metody, realizowany jest zgodnie z zasadami i realistycznie opracowanym planem.

Pomimo braku takiej właśnie struktury organizacyjnej Wspólnota AA może i, jak widać, działa w sposób dobrze zorganizowany realizując swoje główne zadania określone w V Tradycji i Preamble AA.

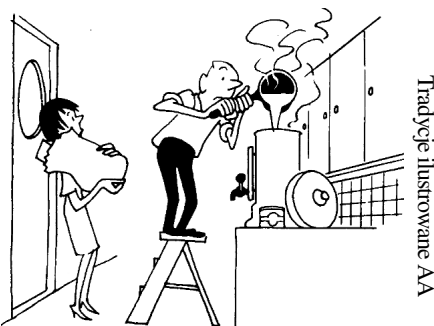
Jak więc działa Wspólnota Anonimowych Alkoholików? Bez szefów, zarządu, kierowników, regulaminów dyscyplinarnych itp. elementów niezbędnych ponoć do właściwego funkcjonowania jakiegokolwiek grupy ludzi, począwszy od państwa, a na klubie działkownicza kończąc?

Warto w tym momencie wyobrazić sobie typową organizację (strukturę). Na przykład zupełnie dowolne ministerstwo. Departamenty, wydziały, komisje, sekcje, komórki. Dyrektorzy, kierownicy, ich zastępcy, referenci, itd. Związany z określonym stanowiskiem zakres obowiązków oraz kompetencji, możliwość podejmowania decyzji (władza), regulamin dyscyplinarny, służbowe samochody, telefony...

Alkoholik Jan K. – starszy referent sekcji do spraw jedności, wydział I Tradycji, Departament Dwunastu Tradycji AA – czy tak miałyby to wyglądać? Czy o to chodzi? Uposażenie związane z latami abstynencji i premia regulaminowa za 25 detoksów?

Oczywiście wszystko to wydaje się tak absurdalne, że aż śmieszne. Ale jest też nieco mniej zabawna strona medalu – ludzka natura. W takiej lub podobnej strukturze organizacyjnej zawsze znajdzie się ktoś, kto zechce wdrapać się na szczyt drabiny, albo schować w jej cieniu. Alkoholik Jan K., człowiek ambitny (bo i czemu nie?) zechce awansować, a przy okazji wygryźć starszego referenta, alkoholika Stanisława N., którego nie znosi...

Dr Bob w swoim ostatnim publicznym wystąpieniu powiedział, że jak ścisnąć w garści cały program, to zostaną właściwie jedynie dwa liczące się elementy: miłość i służba. W organizacji pokazanej powyżej, nie ma przecież miejsca ani na służbę, ani na miłość. A co najgorsze, nie ma w niej też miejsca na alkoholika, który wciąż jeszcze cierpi...



śła tam swoje miejsce spotkań, powiadamiając o tym służby Regionu Warszawa w celu dokonania zmian w książeczkach adresowych.

Ze smutkiem dowiedzieliśmy się w roku 2003, że odszedł z naszej wspólnoty Ryszard, współzałożyciel naszej grupy.

Sporządził: Tadeusz, Warszawa, 30 maja 2008 r.

W każdy 1 i 3 wtorek miesiąca o godz. 18:00 w PIK-u spotykają się osoby zainteresowane **współpracą przy uzupełnianiu archiwum Regionu AA Warszawa**, o czym informuje wciąż zapraszający Paweł - zastępca rzecznika Regionu ds. archiwum. Kontakt: 503-924-812, e-mail: archiwum_wawa@wp.pl

Występ

W Domu Kultury dosyć często odbywają się różne występy artystyczne. Tym razem uczniowie klas wokalnych szkół muzycznych, próbowali swych sił przed prawdziwą widownią. Występ jak występ, dosyć daleki od znanych mistrzowskich wykonań i to było zupełnie zrozumiałe. Wykonawcy dopiero się uczyli, ale wyniki były raczej zachęcające. Świadczyły o dużych możliwościach. Jednak nie to było najważniejsze. Nawet pianista śpiewający altem.

Jeszcze na początku występu jedna z wykonawczyń chyba „złapała koguta” z dużym wysiłkiem kończąc swój utwór. Moje zaniepokojenie wzbudził fakt, że usiadła obok fortepianu akompaniarki, jakby zrezygnowała z dalszych prób. Tak nie zachowuje się profesjonalista. Smutna twarz świadczyła o przeżywanym dramacie. Wtedy profesorka, opiekunka wykonawców skinęła głową w jej kierunku i obie wyszły na zaplecze. Trwało kilka dobrych minut gdy pojawiły się ponownie i zgodnie z programem nasza wykonawczyni zaczęła śpiewać kolejną pieśń. Widać było skupienie na lekko zaczerwienionej twarzy, widać wysiłek w wyśpiewaniu każdej nutki. Gdy doszło do trudniejszych fraz zaciskałem kciuki życząc dziewczynie sukcesu. Wyśpiewała. I teraz dopiero zaczął się drugi obraz koncertu. Twarz rozpromieniała, pojawił się uśmiech, lekkość i gracja. Już żadna nuta nie była groźna. Sukces.

Ten wieczór pokazał mi dobitnie, że droga do sukcesu potrafi być trudna. Miałem wrażenia, że gdyby ta dziewczyna nie podjęła kolejnej próby to jej kariera śpiewacza byłaby skończona. Jak to dobrze mieć swoją profesorkę.



„Nasze korzenie...”**Grupa AA „SZEMBEK” „OSTROBRAMSKA”**

Dawna grupa „Szembek” (obecnie „Ostrobramska”) powstała w ostatni piątek miesiąca 24 stycznia 1992 roku. Spotkania odbywały się w piątek w godz. 17-19. Założyli ją Jurek-Lotnik, Andrzej-Łysy i Andrzej-Siwy. To były bardzo liczne mityngi, przychodziło około 50 - 60 osób. Ze względu na taką liczebność, założyciele wpadli na pomysł założenia nowej grupy „Olszynka” w tym samym miejscu. Mityngi odbywały się w poniedziałek. Pamiętam, że długi czas skarbnikiem i herbatkowym grupy był śp. Zbyszek-Buleczka. Po mityngu chętni zostawali, aby poznawać zawile wtedy dla nas struktury organizacyjne AA. Uczestnicy grupy „Szembek” byli inicjatorami powstania Intergrupy SAWA w 1993 r.

Spotkania zmieniły miejsce i przeniosły się na ul. Ostrobramską, przyjmując nazwę „Ostrobramska”. Równolegle odbywały się mityngi Al-Anon a spotkania Al-Ateen zorganizowała śp. Ula z Rembertowa. Grupa liczyła około 14-16 dzieci i młodzieży.

Wysiłkiem kolportera grupy Jacka z Rembertowa zaistniał kącik z literaturą AA i jest do dzisiaj. Grupa istnieje do dziś, mityngi mają miejsce w Sali bibliotecznej, odbywają się w piątek.

Pracujemy na 12/12, czytamy Refleksje, wszystkie służby są obsadzone, brakuje jedynie mandatariusza. Niesiemy posłanie a szczególną troską staramy się otaczać nowoprzybyłych.

Prowadząca – Ela AA

Grupy AA „PRZY REDUCIE”

W marcu 2002 roku kilka osób ze Wspólnoty AA postanowiło powołać grupę, która prowadziłaby mityngi na warszawskiej Woli. W celu znalezienia lokalu, inicjatorzy: Wojtek, Tadeusz, Bogdan, Ryszard, udali się do ks. Józefa, proboszcza parafii Św. Wawrzyńca, na ulicę Wolską 140a.

Na spotkaniu z proboszczem ustalono miejsce, dzień i godzinę spotkań, wybrano też nazwę grupy - Przy Reducie.

Potem dokonano adaptacji pomieszczeń, dzięki pomocy przyjaciół z AA grupa została wstępnie wyposażona w niezbędne do prowadzenia mityngu materiały. Pierwsze spotkanie wyznaczono na dzień 6 kwietnia 2002 roku i od tej pory spotkania systematycznie się odbywają.

Na przełomie lat 2005 / 2006 w związku z przeniesieniem parafii Św. Wawrzyńca do nowo wybudowanego kościoła pod wezwaniem Dobrego Pasterza, w Warszawie przy ulicy Szczecińskiego 5, również grupa AA „Przy Reducie” przenio-



Gdyby Wspólnota AA stała się organizacją w potocznym rozumieniu tego słowa, to jej szef (dyrektor?) albo jakiś zarząd, musiałby automatycznie przyjąć – wraz z władzą – odpowiedzialność za trzeźwienie wszystkich członków (podwładnych), a to przecież brzmi zupełnie bezsensownie. Jednak problematyki władzy i zarządzania nie poruszam tu celowo – o rządzeniu traktuje przede wszystkim Tradycja Druga AA.

Najważniejsze we Wspólnocie jest zbiorowe sumienie, a „nasi przewodnicy są tylko zaufanymi sługami, oni nami nie rządzą”.

Prosta myśl przewodnia czy też motto Konferencji: „Dzielimy się doświadczeniem, a nie zarządzamy w służbach”, jest (moim zdaniem) znakomitą i bardzo jasną kwintesencją problemów z rządzeniem w AA.

Niezwykle ważną w Dziewiątej Tradycji wydaje mi się pełna dobrowolność w korzystaniu z Programu Wspólnoty AA (Kroków, Tradycji, Koncepcji). Zakazy, nakazy, regulaminy, sankcje, władza i inne elementy typowe w organizacyjnej strukturze rodzą opór i sprzeciw oraz rozmaite sposoby na ich obejście i sabotowanie. I nic w tym dziwnego – przecież przekora jest typowym składnikiem osobowości alkoholika, a moim na pewno. No, ale przecież nie będę sabotował czegoś, co sam, z przekonania, dobrowolnie przyjąłem!

Ja nie stosuję zaleceń Programu dlatego, bo nakazują mi to przełożeni, bo tak wynika z zakresu moich obowiązków służbowych, bo to należy do zadań komórki organizacyjnej, w której pracuję i odpowiadam za to przed przełożonym (szefem) – nie. Obserwuję innych AA. Nie piją, mają zwykle poukładane życie, są często pogodni i zadowoleni. I ja też tak chciałbym, a więc zwyczajnie i po prostu robię to, co robią i robili oni, żeby taki stan osiągnąć – poznaję Program, staram się realizować go w swoim życiu, pracuję ze sponsorem i podejmuję się pełnienia kolejnych służb we Wspólnocie AA.

Podobna reguła dotyczy grup AA. Nikt im przecież nie jest w stanie niczego narzucić czy nakazać, ale wieloletnie doświadczenie wykazuje, że kiedy grupa konsekwentnie rezygnuje i odmawia stosowania duchowych zasad zawartych w Dwunastu Tradycjach, to prędzej czy później po prostu „umiera”. Niestety, sam miałem okazję trzy razy w życiu obserwować coś takiego.

A wracając do służb we Wspólnocie – jak mają się one do Dziewiątej Tradycji AA, czy nie są organizacją, albo czy nie ma w nich jakichś elementów władzy lub zarządzania?

Służby Wspólnoty AA, mimo, że zorganizowane w Intergrupach, Regionach, Komisjach i Konferencjach, nadal nie są organizacją. A możliwości decyzyjnych mają dokładnie tyle, ile jest potrzeba do właściwej realizacji powierzonych im zadań.

Mam nadzieję, że nikogo nie urażę, ale w tym momencie przychodzi mi do głowy plebania – być może dlatego, że i na plebanii i we Wspólnocie AA „głównym szefem” jest

miłujący Bóg. A więc jest plebania: proboszcz, kilku księży i gospodyni. Nie ulega chyba najmniejszej wątpliwości, kto w takim układzie pełni rolę służebną, prawda?

Żeby gospodyni mogła w sposób zadowalający pełnić swoją „służbę”, musi od księży dostać pieniądze. To ona przecież kupuje artykuły spożywcze, środki czystości i inne rzeczy. Ma więc nad powierzonymi pieniędzmi pewną „władzę”, decyduje przecież co, gdzie i kiedy kupić. Rzecz jasna nie zwalnia jej to z obowiązku wyliczenia się z otrzymanych kwot. Gospodyni może też dysponować pewnymi narzędziami – ma do dyspozycji kuchnię i zgromadzone tam sprzęty, ma jakiś schowek na szczotki, ścierki, itp.

Wspólnota AA nie jest organizacją i nie ma w niej żadnego zarządu czy zarządzającego, ale przecież osobom lub grupom, które nam służą Wspólnota musi dać pewne uprawnienia, dzięki którym taka służba jest w ogóle możliwa. Zakres tych uprawnień i rządzące nimi zasady, opisują Koncepcje AA.

„Anonimowi Alkoholicy nigdy nie powinni stać się organizacją” z innego jeszcze powodu – gdyby coś takiego nastąpiło, wiele innych Tradycji AA natychmiast straciłoby sens i rację bytu. Czy można sobie wyobrazić organizację, w której jedynym warunkiem uczestnictwa jest tylko chęć zaprzestania picia? Organizację, w której tak naprawdę (w sensie formalnym) nikt, nic nie musi?

Meszuze (V 2008)

Kim jestem?

Swego czasu, gdy moje życie „za mgłą” koncentrowało się na dochodzeniu do siebie po kolejnym ciągu, bądź też planowaniu jak tu zorganizować kolejną dawkę „cudownego leku” do zagłuszenia własnego ego, udzielenie przez mnie odpowiedzi na pytanie *Kim jesteś?* było bardzo trudne, powodowało rozdrażnienie, lęk, wstyd i jeszcze szereg niezbyt przyjemnych uczuć.

Dziś, gdy mam już za sobą pewien okres wzrastania według duchowej recepty AA, nie mam już problemu z odpowiedzią na to pytanie. Nie mam też problemów z hierarchizacją wielu odpowiedzi na to pytanie jakie mi się nasuwają.

Po pierwsze jestem Dzieckiem Bożym. Wiem, że moją trzeźwość, taką jaka jest na dziś, zawdzięczam działaniu Bożej Opatrzności. To mój Bóg nie narzucając się czekał na mnie, a raczej na moją gotowość do ponownego spotkania z nim i odkrywania jego tajemnic w zaciszu parku tworkowskiego nad Utratą. Przyjął mnie jak syna marnotrawnego darując mi swą bezgraniczną miłość, pomimo że tyle razy się na mnie zawiódł, przygarął i powiedział – *Otaczaj się ludźmi,*



giczne byłoby gdybym przyznał się do czegoś, czego nie ma - choroby, problemu alkoholowego. Czuję się zdrowy.

Ale każdą chorobę można sobie wmówić. Nazywa się to hipochondrią. Hipochondryk chce być chory i do swej choroby przekonuje otoczenie. Przeżyłem to. Miałem takie osoby w swoim najbliższym otoczeniu przez wiele lat i spotykam je również dzisiaj.

Nie lubiłem pisać i mówić - bałem się. Program mówi mi, bym robił nie tylko to, co lubię, ale przede wszystkim to, czego nie lubię, a raczej to, czego się boję, więc to robię. Pokonuję kolejne bariery. Nie nauczyłem się pływać, gdybym nie wszedł do wody. Suchy, czarny chleb trzeba długo gryźć, zanim zacznie smakować i tak było u mnie z Programem AA. Bill W. pisze, że program to sugestie. Jestem przekonany, że jak pisał, to myślał o sugestiach instruktora spadochroniarstwa, który wyskakującemu adeptowi lotnictwa mówi: sugeruję ci, jak wyskoczysz, byś pociągnął linkę spadochronu. Pozwoli ci to zachować życie. Cały program jest dla mnie taką sugestią.

Dzisiaj dziecko sąsiadów przechodząc koło mnie mówi mi : lubię cię, Kocham cię. Używam tych słów od jakiegoś czasu i one wracają do mnie.

Nie miałem wątpliwości, że Program AA jest programem wyzdrowienia. Stale natrafiam na coś, co to potwierdza. Biorę przykład ze zdrowych. Chorzy są dla mnie przestroga - zbyt dobrze to znam.

Wróć jeszcze do semantyki. Czy warto zajmować się nią? Czy jest niedoceniana a może lekceważona? Jeszcze niedawno miałem do tego stosunek ambiwalentny. Dla mnie ważna była wiara w to, co napisane jest w Programie AA, a jest on napisany językiem niesamowicie prostym.

Semantyka czy retoryka to nie tylko program wyzdrowienia. Dotyczy wszystkiego o czym mówię, piszę, czytam. Wcale nie oznacza to, by mój język był kwiecisty czy piękny literacko, lecz był prosty, jasny, zrozumiały, logiczny. Ci, którzy służą na różnych szczeblach, a szczególnie w przenoszeniu i przekazywaniu informacji zarówno wewnątrz Wspólnoty jak i na zewnątrz, zapewne wiedzą o czym piszę. Język jest dla mnie narzędziem porozumiewania się a o narzędzia dbam. Mam podobne doświadczenia jak moi przyjaciele wypowiadający się o trudnościach w rozszyfrowaniu raportów, informacji i innych tekstów. Nieraz nie wiadomo o co w nich chodzi i powoduje to nieporozumienia.

Któryś z naszych członków służby krajowej na sesji " Czy potrzebna jest nam Konferencja?", podkreślił ważność jak piszemy i co mówimy o naszej Wspólnocie, że nie ma "polskiej czy amerykańskiej wspólnoty", lecz jest Wspólnota AA w Polsce i by o tym pamiętać. A chodzi o to, że wspólnota jest jedna.

Podobnie ma się z wpłacaniem na BSK. Nie wpłacamy na BSK, lecz na Służbę Krajową do BSK na niesienie posłania. Powoduje to, iż zrozumienie tego jest inne. Podzielałem w pełni to, na co zwrócił uwagę Greg - dyrektor GSO. Dzięki takim sformułowaniom zmienia się również myślenie o finansach. Pozdrawiam, Tadeusz AA

swoje zalety.

Dotarło do mnie w końcu, że ludzie chorzy (nie mam na myśli ułomności fizycznych) tworzą chore związki, a zdrowi zdrowe. Że zdrowy człowiek nie dobiera sobie chorego partnera i odwrotnie. Zrozumiałem, dlaczego pakowałem się w chore związki. Byłem chory i inaczej być nie mogło. To uległo już zmianie. Jakość mego życia również. Niedawno spotkało mnie takie wydarzenie:

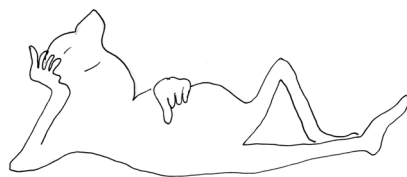
po otrzymaniu pewnej korespondencji z życzeniami zadzwoniłem i zapytałem się skąd mają informację, że jestem chory i nie wytrzeźwiałem? W trakcie rozmowy powiedziałem, że jestem zdrowy a Program AA jest dla mnie programem wyzdrowienia. Poproszono mnie o zaświadczenie że jestem zdrowy. He, he !. Krok II brzmi: *Uwierzyliśmy, że Siła większa od nas samych może przywrócić nam zdrowie*". Ja uwierzyłem i doczekałem się tego daru. Ale jest tak, że można nie wiedzieć lub nie przyjmować, iż Bóg, który to zdrowie przywraca, nie wystawia zaświadczeń.

Jeśli chodzi o moje zrozumienie medyczne alkoholizmu jako choroby: to każda ma swoje przyczyny, objawy, zwane często symptomami i skutki, jakie wywołuje. Zasada jest jedna: jeśli znam przyczyny choroby, mogę do niej nie dopuścić. Jeśli zachorowałem mam objawy, które później rodzą skutki.

Przyczyny mojego alkoholizmu - niedojrzałość, moje wady charakteru, rozpoznałem dzięki realizacji Programu AA. Rozpoznałem również jej objawy a skutki usunąłem, naprawiłem, choć niektóre z nich jako konsekwencje będę ponosił do końca życia. Jestem alergikiem uczulonym na kilka związków chemicznych i dopóki się z nimi nie zetknę, nie spożyję, jestem zdrowy. Nie ma przyczyny, nie ma objawów, nie ma skutków. Jest to czysto fizjologiczna sprawa. Na alkohol też jestem uczulony. Mam uszkodzony system kontroli ilości spożywanego alkoholu - tylko i aż. Jeśli go ruszę, to nie mam pewności jak się skończy - dlatego go nie używam. Ale niebezpieczeństwo ruszenia mam wówczas, gdy uaktywnią się przyczyny, które spowodowały wcześniej moją chorobę. A może to stać się tylko, jeśli przestanę dbać o te najcenniejsze dla mnie dary. Niektóre choroby przebiegają czasami bezobjawowo, alkoholizm do nich nie należy. Nosiciela wirusa, bakterii, czy zarazków również nie nazywam chorym. Nie ośmieliłbym się nazwać chorym kogoś, jeśli nie ma symptomów choroby.

Istnieje coś takiego jak : surowica, szczepionka, antidotum, odczulanie alergii.

Ja codziennie coś takiego stosuję. Modlę się, rozważam, medytuję, czytam literaturę AA, rozmawiam o tym, co przeczytałem, z innymi, realizuję program w codziennych swoich poczynaniach, sponsoruję, służę. Ponadto, jako obowiązek, przyjąłem swój stały rozwój duchowy. To mnie zabezpiecza przed powrotem przyczyn a w konsekwencji przed zapiciem. W moim przypadku przyczyny ustąpiły, nie ma ich (śpią, dopóki ich nie obudzę), objawy nie występują, nie ma również skutków, więc nielo-



kórzy mają Mnie w swoim sercu. Staram się otaczać dziś takimi ludźmi. Wiem, że nawet gdy ich zabraknie, pod ręką zawsze On będzie czekał na mnie gdzieś w zacisznym miejscu – już nigdy więcej nie będę więc samotny, co było przez lata moją udręką. Mam tylko być gotowy, co dnia stosować pierwsze trzy kroki naszego Programu – *Ja nie mogę – On może – Ja mu pozwolę*.

Po drugie jestem alkoholikiem. Mówię to dziś bez wstydu, coraz odważniej i nie tylko na mityngowej sali (oczywiście z rozważą). Kiedyś trudno mi było się do tego przyznać, dziś czynię to z pełnym przekonaniem. Mówię to na każdym mityngu do was, ale przede wszystkim do siebie, by sobie uprzytomnić kim byłem, kim jestem i kim mogę się stać gdy sięgnę po pierwszy kieliszek. Dziś jestem trzeźwym, pomnym swych doświadczeń, wdzięcznym alkoholikiem. Dziś wierzę w to, co jest napisane w trzeciej tradycji „*Nie ważne kim jesteś i jak nisko upadłeś. Nie jest istotne, jak pogmatwane jest twe życie wewnętrzne..... nie odrzucimy cię.....*”. Na sali mityngowej zawsze znajdę bezpieczne schronienie, a swoiście wtedy, gdy pozwolę sobie „upić się” swoimi rozhuśtanymi emocjami.

I po trzecie jestem Synem. Moja Matka, która dwukrotnie dała mi życie jest dziś wśród nas i może cieszyć się i być świadkiem zmian w moim życiu. Dom rodzinny i w nim Matka to kolejne zacisze, gdzie mogę wrócić by nie pozostać sam ze sobą, bo jest to dla mnie duże zagrożenie. Prawdziwa Matka nigdy nie wyrzuci syna ze swego serca. Będzie z nim na dobre i złe współcierpiąc w chwili jego bezradności, zatopiona w modlitwie w jego intencji. Taką była i jest moja Matka, która nie bacząc na rany jakie jej przez wiele lat zadawałem, służy mi do dziś swoim wsparciem. Chyba już nadszedł czas dla mnie by w sposób odpowiedzialny pełnić rolę Jej syna.

Te trzy odpowiedzi są mi najbliższe. To one wyznaczają moje dalsze relacje. Dopiero potem jestem ojcem, partnerem, przyjacielem, pracownikiem, znajomym, sąsiadem itp. Najważniejsze jest to, że to one oznaczają moją tożsamość. Bóg, Wspólnota AA i Matka, to dla mnie trzy swoiste „koła ratunkowe”, to w tym towarzystwie w swojej bezsilności znajduję siłę – już nie jestem bezradny. Są to też moje korzenie. A nic, ani nikt nie przeżyje, gdy nie ma swoich korzeni. Drzewo uschnie bez korzeni, a drapacz chmur nie oprze się podmuchom wiatru bez swoich fundamentów. Gdy będę znał „swoje korzenie” nie będzie w moim sercu pustki egzystencjonalnej, takiej jak była w moim alkoholowym życiu, gdy nie mogłem spojrzeć za siebie, ani przed siebie. Nie wiedziałem *Kim jestem?* Dziś to wiem i wiem, gdzie zawsze mogę powrócić - pozwala mi to z wiarą i nadzieją poruszać się pomiędzy rafami i mieliznami życia i ufać „*że cały ten świat ze swoim znojem, zakłamaniami i rozwianymi marzeniami, może być jeszcze piękny*”.

Warsztaty w niesieniu posłania do Zakładów Karnych

Punkt Informacyjny - Kontaktowy, Brazylijska 10, Warszawa dn. 21.06.2008

Warsztaty odbyły się pod hasłem „Działajmy a nie gadajmy”. A oto zapisane fragmenty wypowiedzi:

1. Jak nieść posłanie AA do Z.K. aby było zgodne z Tradycjami AA?

- aby nieść posłanie do Z.K., trzeba zacząć chodzić do Z.K. Jestem kilka miesięcy na wolności i byłem w paru Zakładach koło Warszawy;
- przychodzę na mityng do ZK aby opowiadać, że można żyć bez alkoholu. Że program 12 kroków i 12 tradycji jest programem prostym i pozwala godnie żyć i rozwijać się duchowo;
- informowanie po co ja tam przychodzę, nie załatwiam żadnych spraw. Czytanie ulotki „Czego AA nie robi”. Chodzić systematycznie na mityngi AA. Być odpowiedzialnym;
- mimo wielu przyjaźni w Zakładach Karnych, nie załatwiam spraw osadzonym. Bo to nie jest mój cel, nie przynoszę papierosów, itp. Choć kiedyś tak robiłem i myślałem, że tym zdobędę zaufanie więźniów. Teraz wiem, że to nie jest zgodne z tradycjami, a te traktuję poważnie;
- być konsekwentnym w działaniu. stosować te zasady a nie kierować się osobistymi ambicjami. Po prostu być sobą;
- tak jak jest napisane – przychodzić na mityngi do ZK;
- dzielić się doświadczeniem z trzeźwego życia;



2. Czy mam jakikolwiek problem w niesieniu posłania do Z.K. (obawy, lęki)?

- nie mam żadnych problemów w niesieniu posłania do ZK, czuję się jak w drugim domu, spędziłem tam sporo lat. Dostałem wówczas coś i teraz chciałbym to oddać;
- przez kilka lat miałem przeświadczenie, że tylko niesienie posłania do oddziału odwykowego jest dla mnie potrzebne i dobrze się tak czułem. Teraz potrafię pogodzić mityngi na odwyku z mityngami w Zakładzie Karnym. Byłem w Zakładzie Karnym 43 lata temu i dziś wiem, że nastąpiła duża zmiana w Zakładach.
- coś musi być, bo jest bardzo mało chętnych do niesienia posłania w ZK;
- w moim przypadku – nie mam, gdyż tam dostałem swoją trzeźwość;
- nie mam dziś obaw i lęków. mamy otwarte bramy, mamy pomieszczenia. Zadbajmy o to, abyśmy to my byli na tych mityngach. Dobrym sposobem jest powiedzieć sponsorowanemu – ja poświęcam czas dla ciebie, ty oddaj to w więzieniu;
- możesz przyjacielu zobaczyć, jak wielka jest wdzięczność dla AA, że ty zostałeś przed tym cudownie uratowany. I że warto się tym dzielić;

Mam na imię Tadeusz jestem alkoholikiem.

Moje uzdrowienie z alkoholizmu (cz. III, ostatnia)

Jako chory unikałem rozwiązywania problemów, kłopotów, swoje podrzucałem innym, zaś od innych przywłaszczałem sobie ich problemy nie wiedząc, że są nierozwiązywalne. Nie potrafiłem ich rozróżniać. Uważałem się wówczas nad sobą, czułem się pokrzywdzony. Oczekiwałem zainteresowania od innych, nadmiernej i niewłaściwej opieki. Gromadziłem problemy. W konsekwencji ugiąłem się i wywracałem pod ich ciężarem. Mówiłem, że mam pecha albo szukałem winnych wokół siebie i zawsze znalazłem. Nie szanowałem swego czasu, marnotrawiłem go a innych z niego okradałem. Byłem złodziejem nie tylko czasu ale również godności, honoru, zaufania, miłości, ciszy, radości. A czasu nie potrafiłem nawet solidnie zaplanować i podzielić. Nie kierowałem swoim życiem. Unikałem odpowiedzialności i konsekwencji podjętych przeze mnie decyzji.

Miałem zapędy, by poukładać sobie życie i żyć w "świętym spokoju".

Zrozumiałem jednak, jakie to niesie niebezpieczeństwo, więc przyjąłem na siebie obowiązek stałego rozwoju.

Przyznam szczerze, że wygodniej byłoby mi być chorym. Dalej mógłbym uważać się, domagać się zainteresowania, pielęgnować egocentryzm, egoizm, pychę, - główne przyczyny mojej choroby. Ale co to za życie!!!!???

Trzeźwość, wyzdrowienie, zdrowy rozsądek zobowiązuje, aktywizuje, pomaga, daje siłę, chęć, nadzieję, wiarę, wytrwałość, mądrość, pogodę ducha i świadomość, że podołam zwiększonym przecież obowiązkom.

Jako zdrowy człowiek zaakceptowałem swoje ułomności i zalety. Mądrość, którą otrzymuje, pozwala mi zaakceptować błędy, do popełnionych przyznać się, zmienić zdanie, wycofać, naprawić, przeprosić, zadośćuczynić.

Nie zostawiam sobie furtki, że mogę zapić, bo jestem chory, bo będę trzeźwił do końca życia i przysługuje mi "wpadka". Mogę zapić tylko świadomie, nie dlatego, że jestem chory lecz, dlatego, że zaniedbałem swoje najcenniejsze dary, jakimi są :trzeźwość i wyzdrowienie. Uczestniczę w życiu świadomie. Jako zdrowy człowiek potrafię rozróżniać problemy swoje od cudzych i tych nadętych. Moje rozwiązuję, nie podrzucam innym, cudze odrzucam, nie okradam z nich nikogo, bo dla mnie są nierozwiązywalne. Uważam się przysłowiowe pięć minut, nie obwiniam innych, popełnione błędy naprawiam. Nie gromadzę problemów, by się pod nimi nie ugiąć i nie wywrócić pod ich ciężarem i nie mówię, że mam pecha. Interesuję się innymi, pomagam - nie wręczam.

Jestem panem swego czasu, umiem go podzielić, zaplanować, wykorzystać i obdarzyć innych.. Kieruję swoim życiem, jestem odpowiedzialny i ponoszę konsekwencje swoich decyzji. Zaakceptowałem swoje ułomności ale znam również swoją wartość,

Postanowiłem coś z tym zrobić przecież żyć tak dłużej nie mogę, zacząłem się modlić, chodzić na spotkania AA, trochę czytać literaturę AA. Dzień po dniu, godzina po godzinie stawałem na równe nogi, poszedłem do pracy, coś dobrego i pożytecznego wydarzało się w mym życiu. Zaprzagnąłem pogodzić się z moją żoną.

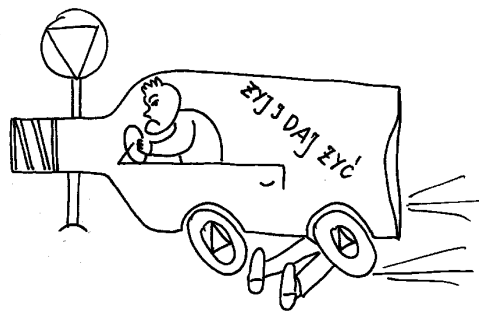
Lecz to nie było już takie proste i łatwe, rany zadane przeze mnie krwawiły potokiem, wstręt do samego siebie a zarazem, złość, nienawiść, pycha, wzięły górę nad tym co jest normalne dla człowieka, czyli miłością. Tego uczucia nie dało się już między nami odbudować, legło w gruzach po których biegały i bawiły się nasze dzieci. Stałem więc przed wyborem, uznałem że zaprzepaściłem swoją szansę, by cokolwiek uratować. Poddałem się, powiedziałem sobie nie będę już nikogo ranił, rozwiodę się tak będzie lepiej. Straciłem wiarę i nadzieję, że może być normalnie.

A decyzja nie była łatwa, długo myślałem nad jej podjęciem, rozważyłem wszystkie za i przeciw. Jak sięgnę pamięcią to oboje od samego początku nie byliśmy dla siebie przeznaczeni, różniliśmy się prawie pod każdym względem, rzadko umieliśmy ze sobą rozmawiać, po prostu nie kochaliśmy się aż tak, jedynie seks czasami, nawet nasze dzieci to wpadki, nic nie umieliśmy zaplanować, dużo czasu musiało upłynąć żebym to pojął.

Ja jestem alkoholikiem. Jestem człowiekiem skłonny do ucieczek w zapomnienie, nieważne czy alkohol, narkotyk, komputer cokolwiek co da mi stan zapomnienia i upragnionego spokoju. Nie pasowałem do mojej żony, ona chciała normalnego prostego człowieka, który nawet sobie golnie w towarzystwie, ale będzie ją kochał i zrobi dla niej wszystko, wszystko czego ja nie potrafiłem dać, normalności i zrozumienia oraz bycia razem, a nie ciągle uciekać, zmyślać głupoty żeby pokazać się w jak najlepszym świetle. Właśnie takiego męża ona chciała, normalnego uczciwego człowieka, do którego mi wiele brakuje, a którym mógłbym zostać gdybym tylko chciał. Lenistwo i pycha zgubiły mnie. Może zabrakło mi cierpliwości w realizacji Programu AA?

Nigdy nie zapomnę twarzy mojej żony kiedy dostała pozew z sądu, ukrywała smutek w sobie, udając że cieszy się z tego. Nie potrafię opisać, co wtedy czułem. Dziś prawdziwie pragnę, abyśmy rozstali się w zgodzie i bez gniewu. Teraz nie chcę popełnić tych samych błędów, otrzymałem kolejną szansę więc nie mogę jej zaprzepaścić.

Dziękuję, żeście mnie wysłuchali. Pozdrawiam, AA



- jeśli masz problem w niesieniu posłania do ZK to przyjdź na warsztaty lub na czwarty czwartek miesiąca i przekonaj się, że mityngi w ZK są tak samo potrzebne jak na wolności. Czekają tam ludzie, którzy czekają na moje posłanie. Pójdiesz pierwszy raz i przekonasz się, że jesteś potrzebny;
- tak. Lęk przed tym miejscem, otoczeniem, ludźmi tam przebywającymi, że nie będę umiał zachować w sytuacji, która przerosła by mnie;
- mam problem, bo nie wiem, jak zareagowałbym na prywatne prośby kolegów;
- mam problem z pokonywaniem własnych barier.

3. Co można zrobić aby przekonać przyjaciół z AA, że za murem też są alkoholicy którzy chcą zdrowieć?

- nie mam daru przekonywania alkoholików do chodzenia za mur. Ale wiem iż jak ktoś chce i ma taką potrzebę chodzić dobrowolnie, to tak będzie. I nie musiał przebywać w ZK;
- mogę tylko mówić o mityngach wolnościowych, że ludzie tam przebywający oczekują na mityng, że praca nad piątą Tradycją inaczej odbywa się w grupie wolnościowej a inaczej w Zakładzie Karnym. Myślę, że na mojej grupie macierzystej znajdzie się grupa osób, która będzie niosła posłanie AA do ZK;
- chodzić na mityngi i mówić o mityngach za murem. Mówić prawdę i nie narzekać;
- jak najwięcej o tym mówić, pisać w biuletynach, że to jest bardzo ważne;
- są tacy sami alkoholicy jak na wolności, oni mogą być na mityngu tylko wtedy, gdy ja albo ty przyjdziemy. Oni będą Ci na pewno wdzięczni, nawet jeśli tego nie powiedzą;
- mówić na mityngach, przełamywać stereotypy własnym przykładem;
- ubolewam nad tym, że grupy nie we wszystkich jednostkach mogą być w pełni samodzielne i że administracyjnie nie zezwala się na samodzielność grupy, co jest przy czyną? Może warto organizować spotkania dla funkcjonariuszy SW. Mówić, że wielką wartością dla grupy jest odpowiedzialność i samodzielność, są to elementy bardzo potrzebne w trzeźwym życiu.
- szukać przyjaciół wśród profesjonalistów.

Przesłanie:

Gdy ktokolwiek gdziekolwiek potrzebuje pomocy, chcą by napotkał wyciągnięta ku niemu pomocną dłoń AA. I za to jestem odpowiedzialny.

A często tak bywa, że bez naszego udziału mityngi w Z.K. się nie odbywają. A przecież jesteśmy odpowiedzialni.

Przypominamy, że **Zespół ds. Zakładów Karnych** spotyka się w czwarty czwartek miesiąca o godz. 18:00 w Punkcie Informacyjno – Kontaktowym, ul. Brazylijska 10 w Warszawie. Jeśli chcesz nieść posłanie w Zakładach Karnych – przyjdź, dowiesz się wiele. Zapraszamy!

Zadośćuczynienie

W numerze sierpniowym pisałem o liście osób, a teraz o swoich doświadczeniach co do kroku IX – „Zadośćuczyniliśmy osobiście wszystkim...”. Uzbierało się takich dobrych zdarzeń wiele, lubię je pielęgnować i dlatego piszę.

Żona. Kiedy piłem, ciągle ją krytykowałem, zwłaszcza za zakupy. Bo uważałem, że wiecznie kupuje rzeczy zbędne, za drogie, że jest rozrzutna... Więc ją opieprzam, przepraszam, krytykowałem, i to mocno.

Kiedy już pracowałem nad Programem AA, nie piłem, żona kupiła biały imbryczek do herbaty, na podstawce ze świeczką. Więc ja, po staremu, już, już szykowałem się do ataku – „na co to komu takie byle gówno?!”. A przecież dopiero co pracowałem nad krokiem VII. Zatrzymałem się, pomodliłem. Zanim coś powiedziałem, poprosiłem Boga o pomoc. I zobaczyłem zapracowaną, kochaną żonę i matkę, która zmęczona po pracy zrobiła zakupy i wraca do domu z ciężkimi siatkami, załatwiła sprawy dla całej rodziny. Jakoś ciepło, przyjaźnie mi się zrobiło. Doceniłem jej działania, zaakceptowałem jej wybór. A imbryczek od lat stoi w kuchni i dobrze nam służy. Bardzo go lubię.

Córka. Kiedy piłem, nie słyszałem jej głosu, nie umiałem jej wysłuchać.

Zdarzyło się, kiedy byłem już w AA i nie piłem, że córka wulgarnie odezwała się do matki i uciekła na górę do pokoju, niby TV oglądać. W pierwszym odruchu wykonałem polecenie żony, żeby jej przylać za ten wulgaryzm i zacząłem, rozżłoszczony, maszerować na górę. Szedłem ją uderzyć, schodek 1,2,3,4, dość szybko. Ale zwolniłem. Przecież tyle razy w życiu niesłusznie ją uderzyłem. Schodek 5,6,7,8... Boże, jak ja mam dzisiaj postępować? 9,10,11,12... Jakim ojcem ja mam być, Boże? 13,14,15,16... Pomóż mi, Dobry Boże, chcę być lepszy. Schodków jest 17. Powoli wszedłem do pokoju, już bez złości, szukając odpowiedzi na pytania. A córka powiedziała mi, dziwnie spokojnie: „Tata, zostawcie mnie w spokoju. Jestem jaka jestem. Zajmijcie się sobą”. Przez całe lata mówiła to do mnie, a ja nie słyszałem! Serce mi stanęło, aż się zatrzymałem w bezruchu, żeby niczego nie zagłuszyć. Nigdy dotychczas tak wyraźnie, tak głęboko nie dotarło do mnie to, o co córka prosiła. O akceptację. I ja to usłyszałem.

Matka. „... z wyjątkiem tych przypadków, gdy zraniłoby to ich lub innych”

Moja mama jest już po siedemdziesiątce. Przez znaczną część mojego picia była poza krajem, widywaliśmy się raz w roku, nie widziała więc ostatnich lat mojego picia, mojego upadku. Dzisiaj nie bardzo chce słyszeć, że jestem alkoholikiem, nie chce rozmawiać o - jak to mówi - „jakichś pojedynczych zdarzeniach”. Cieszy się, że nie piję alkoholu i już, chce uważać mnie - jak to mówi - „za silnego mężczyznę”. Chętnie opowiedziałbym jej o swoich doświadczeniach, kiedyś chciałem nawet zaprosić na swoją spikerkę, wyznać błędy... Ale jeśli matka tego dzisiaj nie chce, to ja to uszanuję.

Pozdrawiam, S. AA



LISTY DO REDAKCJI

Witam piszę do MITYNGU z chęci podzielenia się moim trudnym doświadczeniem.

Krok IX mówi „Zadośćuczyniliśmy osobiście wszystkim, z wyjątkiem tych przypadków, gdy zraniłoby to ich lub innych”. Ja już nie chciałem ranić żony.

Rozstać się bez gniewu

Wielu jest takich jak ja - jestem w wieku średnim, od wielu lat jestem jeszcze żonaty, a od paru lat nie piję i nie biorę. Życie w moim małżeństwie nie było usłane różami dla mojej żony, jak i dla mnie. Od samego początku naszej znajomości uważałem się za innego, lepszego bardziej inteligentnego człowieka niż moja żona. Chociaż tak naprawdę niczym się nie różniłem od niej, to ciągle właśnie myślałem w ten sposób. Zawsze to ja więcej zarabiałem i uważałem że mi wszystko wolno, bo to ja dyktuję reguły gry. Więc poniżałem, wyzywałem, gardziłem, wyśmiewałem się z żony jak i całej jej rodziny. Często gdy byłem pijany i nawet w trzeźwym moim życiu. Raniłem ją ogromnie i bezlitośnie, nawet mogę powiedzieć że czasami sprawiało mi to radość. Ciągłe awantury, krzyki, wyzwiska, stały się naszym chlebem codziennym. Zapra- gnałem ciszy i spokoju widząc do czego to mnie i żonę zaprowadziło. Nasze dzieci małe jeszcze, stały się nerwowe, kłótlive niczym ja i żona, nawet używały przekleństw dokładnie takich samych, które padały z moich ust podczas kolejnej wojny. Tak - wojny - bo to nie były kłótnie, a mordercze wojny dwojga ludzi, długie i bardzo wyczerpujące emocjonalnie niczym walka wręcz na prawdziwym polu walki, istne piekło i straszna katorka.

Porównuję to do osiągnięcia swojego dna w chorobie alkoholowej, a może nawet i gorzej. Trwałem w tym wszystkim prawie od samego początku naszego związku, nie powiem były i radosne, oraz miłe chwile, ale było ich jak na lekarstwo. Przeważnie kłóciliśmy się zażarcie zęb za zęb i oko za oko. Zacząłem od tego uciekać, uciekałem w wirtualny świat gdzie odizolowywałem się od świata zewnętrznego, gdzie nie było wojen i krzyków. Taki inny syntetyczny świat, sam tworzyłem go takiego jakim chciałem żeby był, czułem się tam, bardzo bezpiecznie i bardzo dobrze, otrzymałem upragniony spokój.

To jest prawda że tak było, nawet nie zauważyłem kiedy życie zaczęło mi uciekać przez palce. Mijały dni tygodnie, a nawet i lata, nie wiedziałem jakie są dni tygodnia - dokładnie jak w cugu alkoholowym. Depresje i stany głębokiej psychozy, oraz nieustanne lęki towarzyszyły mi na co dzień, bałem się wyjść do sklepu, a co dopiero na spotkanie AA. Kolejny raz popadłem w sidła uzależnienia, tym razem internet. Komputer za- władnął mną na dobre. Wyczerpany skatowany psychicznie z wyrzutami sumienia, niespełnionych obietnic danych sobie, tkwiłem tak cały czas i osiągnąłem kolejne dno, gdzie nie było już niczego tylko samo cierpienie i ból, podobnie jak w wojnach z żoną i mojej chorobie alkoholowej.



- nie uczestniczyłam w dyżurach, ale kiedyś zamierzam to robić, mam dopiero 67 dni trzeźwości;
- wiem, że moja macierzysta grupa uczestniczy w takowych dyżurach w PIK-u.

5. Czy czuję się odpowiedzialny za pokazanie drogi „do” i „w” AA innym cierpiącym i realizuję V Tradycję wspólnie ze swoją grupą?

- tak, czuję się odpowiedzialna i dlatego razem z grupą uczestniczę w niesieniu posłania na detox, do więzienia, jak również pełnię dyżury przy telefonie. Również mityng spikerski jest formą niesienia posłania;
- czuję się odpowiedzialna za pokazanie drogi, ale już rozgraniczam odpowiedzialność za czyjeś trzeźwienie;
- niesienie posłania w grupie dla mnie wiąże się ściśle z wdzięcznością za swoją trzeźwość. Odpowiedzialność, jaka na mnie spoczywa obliguje mnie do pomocy innym potrzebującym-cierpiącym. Brak niesienia posłania wpływa z mojego egoizmu, egocentryzmu. Wciąż jeszcze myślę o pomocy grupy mnie cierpiącemu. Jak długo będę tym cierpiącym? Zależy ode mnie, kiedy przestanę się skupiać na sobie.
- będzie to nieskromne, ale powiem stanowczo – TAK. To właśnie dzięki grupie AA odzyskałem sens życia, otrzymałem to za darmo, więc muszę to oddać przynajmniej w małej części;
- na początku przez jakiś czas przyglądałem się jak to działa i ciągle się jeszcze uczę, ale myślę, że w miarę coraz aktywniejszego uczestnictwa w AA - podjęcie służby – mogę już powiedzieć, że realizuję V Tradycję;
- jestem zwolennikiem uczestnictwa w mityngach informacyjnych na detoksach, w zakładach karnych. Indywidualne rozmowy z alkoholikami wyczerpują mnie;
- obecnie czuję się odpowiedzialna tylko za siebie i swoje trzeźwienie;
- obecnie jestem prowadzącym mityng grupy AA „Przemienienie”. Myślę, że poprzez ten bezpośredni kontakt z ludźmi na detoksie jest doskonałym miejscem do pokazania drogi do AA. Kiedy kończy się mityng, często rozmawiamy jeszcze z ludźmi w szpitalu właśnie o Wspólnocie;
- długo chciałem być solistą, na mityngi wpadałem turystycznie, traktowałem jak grupę wsparcia. Obecnie ja to tak rozumiem - nie jestem we Wspólnocie AA, jeśli nie biorę udziału w niesieniu posłania. O tym mówi i Preambuła AA i V Tradycja.



Warsztaty TRADYCJA V – SŁUŻBA NIESIENIA POSŁANIA
Punkt Informacyjny - Kontaktowy, Brazylijska 10, Warszawa dn. 09.08.2008

TRADYCJA V – „Każda grupa ma jeden główny cel: nieść posłanie alkoholikowi, który wciąż jeszcze cierpi.”

„Tylko, dlatego, że należeli do wspólnoty, częstokroć byli oni w stanie pomóc mi w tym, w czym inni pomóc mi nie mogli.” – „Jak to widzi Bill”

W czasie warsztatów, co stało się już zwyczajem, biorący w nich udział notowali swoje odpowiedzi na przedstawione przez prowadzącą pytania. Nie było to oczywiście obowiązkowe, ale jest bardzo pomocne przy gromadzeniu naszych wspólnych doświadczeń, które poniżej przedstawiamy:

1. W jaki sposób dotarła do mnie informacja o Wspólnocie Anonimowych Alkoholików?

- Tradycja V precyzuje i przybliża fragment zdania zalecanego w XII Kroku. Ogólnikowe „my” przenosi na grupę. Grupa AA „wie” jak pomóc cierpiącemu alkoholikowi. Mało tego - grupa AA „powinna” pomóc cierpiącemu, wpływa to z tejże Tradycji. Nie jestem zwolennikiem pojedynczego niesienia posłania z obawy, że mogę popełnić drobny błąd i to nieświadomie, który może zaszkodzić nie tylko mnie, ale i tej osobie. Natomiast, jeśli będzie nas dwóch (i to jest w pewnym sensie grupa) popełnienie błędu można zniwelować do minimum. Boję się pełnić pojedynczego posłannictwa. Kiedyś byłem taki „the best”, dzisiaj staram się tego unikać, zacząłem się pytać jeśli czegoś nie jestem do końca pewien.
- z dyżuru telefonicznego;
- w poradni od terapeuty;
- w Al.-Anon – miałam pijącego męża, ja nie piłam. Przypomniałam sobie o AA jak sama chciałam przestać pić;
- będąc na terapii, kolega z grupy zaprosił mnie na pierwszy mityng;
- na terapii odwykowej w 1981r. – nie skorzystałem z informacji, w rozmowie z drugim człowiekiem w 1990 r., jak się okazało potem aowca – skorzystałem z informacji i poszedłem na pierwszy mityng;
- o Wspólnocie dowiedziałem się po raz pierwszy na oddziale detoksykacyjnym;
- program telewizyjny. Pierwszy kontakt z AA przez terapię;

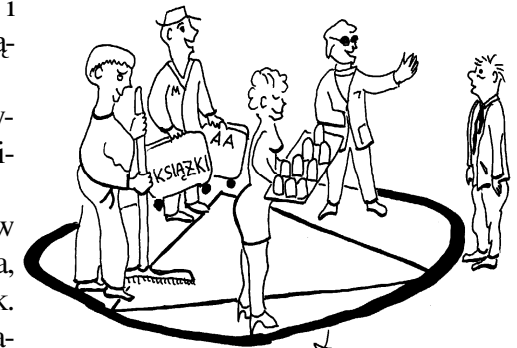
- pierwszy mityng „wymyślili” dla mnie terapeutyci, a pierwszy raz usłyszałem o AA w knajpie;
- w osiemdziesiątych latach. Ale uważałam, że to nie dla mnie. Dopiero w 2001 przyjechałam do AA, bo to jest dla mnie;
- kolega na terapii o tym wspominał i tak trafiłam do AA;
- właściwie o Wspólnocie AA wiedziałem od dziecka. Ojciec mojego kolegi z podstawówki jest nadal w AA. Będąc dzieckiem chodziłem tam na zabawy. Jednak ja największą pomoc uzyskałem przez Internet.

2. Posłanie niesione przez grupę na własnym terenie - poprzez ulotki, plakaty, ogłoszenia.

- moja grupa niesie posłanie na detoksie. W lokalu, w którym odbywa się mityng wisi jedynie kalendarz AA;
- nie wyżej wymienione. Dla mnie ważna była systematyczna obecność już trzeźwiejących;
- udział w mityngu w Szpitalu Praskim (detoks), członkowie grupy biorą czynny udział w redagowaniu biuletynu MITYNG;
- każdy nowicjusz otrzymuje książeczkę adresową oraz „Rzut oka na AA” z wypisaną nazwą grupy oraz adresem. Dodatkowo zostawiamy na izbie przyjęć ulotki „Rzut oka na AA”. Często na inwenturach zajmujemy się tylko i wyłącznie wyborem do służb, zapominamy o naszym podstawowym celu, jak bardziej skutecznie realizować V Tradycję;
- mityng oznaczony jest przed wejściem plakatem. W trakcie trwania mityngu wykładane są ulotki. Ulotki i broszury, jak i też literatura są dostępne u kolportera grupy;
- posłanie niesione przez grupę poprzez ulotki, plakaty, ogłoszenia i informację o terminie spotkań mojej grupy. Może to być np. wpis z adresem grupy na potwierdzeniu obecności dla terapeutów;
- chodzę na detoks do szpitala i chętnie służę swoim czasem, jeżeli ktoś się zwraca o pomoc. W mojej pracy też są ulotki, z których korzystają klienci;
- nie do końca identyfikuję się z konkretną grupą, ale od tej, w której się przyjąłem mogę liczyć na pomoc;
- rozdajemy ulotki nowoprzybyłym oraz książeczki adresowe.

3. Nowoprzybyły na mityngu – wsparcie grupy, komitet powitalny – jak ja zostałem przyjęty przez grupę?

- komitet powitalny był niejednokrotnie powoływany i działał raz dobrze, raz źle. Natomiast członkowie grupy na pierwszym mityngu dzielą się swoim doświadczeniem;
- nie umiem swobodnie, szczerze zachęcić czy serdecznie przywitać;
- z nowoprzybyłymi rozmawiamy po mityngu, atmosfera jest wtedy luźniejsza i łatwiej im się przełamać, zadać pytania itd. Ja osobiście zostałem przywitany we Wspólnocie AA dopiero około 2-letniej trzeźwości;
- zostałam przyjęta brawami, a na tamten moment było to ważne, że nikt nie zadawał pytań i nie musiałam mówić o sobie a wtedy było mi trudno. Ja sama zamieniłam kilka słów z nowoprzyjętym członkiem Wspólnoty, kiedy widzę, że ma ochotę rozmawiać;
- byłem tak speszony, że nie umiałbym dobrze przyjąć zbytniego zainteresowania od obcych wówczas osób;
- było okropnie, ale dlatego zostałam i jestem do dzisiaj (na złość prowadzącemu);
- bardzo dobrze mnie przyjęto, otrzymałam książeczki i zostałam oficjalnie powitana oklaskami;
- mój pierwszy mityng odbył się w małym mieście. Dostałem brawa, przeczytano mi parę formułek. Podczas przerwy czułem się samotnie.



4. Aktywne uczestnictwo mojej grupy w dyżurach telefonicznych i internetowych w PIK-u.

- tak- grupa cyklicznie raz na 2 miesiące uczestniczy w dyżurach telefonicznych;
- dotychczas – nie;
- od momentu wstąpienia do AA, będąc w służbach;
- jak najbardziej – tak, dyżury on-line co 2 tygodnie, natomiast dyżur telefoniczny raz na 2 miesiące;
- grupa aktywnie uczestniczy w dyżurach. Ja jeszcze nigdy nie brałam w nich udziału ale chciałabym w przyszłości uczestniczyć w takim dyżurze;
- działa pręźnie wszędzie, gdzie trzeba nieść posłanie;