

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 03-946 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: angliia@aa.org.pl, zamówienia na literaturę AA: angliia-literatura@aa.org.pl

ZESPOŁY SŁUŻB AA REGIONU WARSZAWA

spotykają się w PIK, 03-946 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

ds. **ARCHIWUM** pierwszy wtorek m-ca godz. 18⁰⁰

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

Sprzedż Literatury w PIK; każdy **Poniedziałek, Wtorek, Czwartek od 16-00**

RADA REGIONU AA WARSZAWA

W-wa, ul. BRAZYLIJSKA 10 warszawa@aa.org.pl www.aa.org.pl/regiony/index013.php

Spotkania odbywają się w trzecią sobotę – miesiące nieparzyste

Najbliższe spotkanie odbędzie się 21 marca 2009 r. o godz. 15:00

PUNKT INFORMACYJNO - KONTAKTOWY (PIK)

Od pon. do pt. godz. 16⁰⁰ - 21⁰⁰ W-wa ul. BRAZYLIJSKA 10 tel. 022/ 616-05-68



Poniedziałki - dyżury pełni Intergrupa

Wtorki - dyżury pełni Intergrupa

Środy - dyżury pełni Intergrupa

Czwartki - dyżury pełni Intergrupa

Piątki - dyżury pełni Intergrupa

Soboty - dyżury pełni grupa

WSCHÓD

SAWA/MAZOWIECKA - II wt.

WARS

MOKOTÓW

PÓLNOC

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

MITYNG

NUMER 2/140/2009

Ukazuje się od października 1992

Luty

Temat wiodący: **Krok drugi. Ufność**

A za miesiąc: **Krok trzeci. Gotowość**

Między krokiem pierwszym a trzecim

Kiedy piłem miałem wciąż pogłębiające się trudności. Z wieloma sprawami, a z zaufaniem w szczególności.

Choć chętnie deklarowałem, że u mnie słowo droższe jest pieniędzy - byłem bardzo chwiejny - nie ufałem tak naprawdę sam sobie. Nie wierzyłem również ludziom w pracy, byłem chorobliwie podejrzliwy wobec żony. Przeskakiwałem też w skrajności – obdarzałem wybrańców ponadnaturalną ufnością i szybko przeżywałem rozczarowania. To był życiowy paraliż.

Osiągnięte dno pomogło mi zaprzestać pić, uznać bezsilność wobec alkoholu. Nie odmieniło jednak mego życia od razu. Sam bowiem byłem zdany na trwanie w tym paraliżu dalej.

Ufność potrzebna była mi do dalszego działania, do pracy nad sobą. Jakimś cudem stałem się mniej krytyczny i sceptyczny – zaczynałem słuchać innych ludzi. Alkoholików, którzy - tak ja - przeszli swoje trudy życiowe, ale mieli jakiś cudozny sposób na dalsze, bezpieczne życie. Słuchając ich czułem, że jestem taki sam i zaczynałem wierzyć, że ja też mogę lepiej żyć. Że to jest w ogóle możliwe. Wsłuchiwałem się na mityngach i wiele razy czytałem te proste słowa:

1. Nie pij

2. Idź na mityng

3. Czytaj literaturę AA ...

a odnajdziesz drogę do Boga, który Ci pomoże.

Była to zapowiedź dobrych rzeczy, które mogą mi się zdarzyć.

Ważne, żebym w to wierzył, ufał, pielegnował.



Uwierzyliśmy, że Siła Większa od nas samych może przywrócić nam zdrowie

Spis treści:

Str. 1 <i>Ufność</i>	Str. 19 <i>Nasze korzenie... - Iskierka</i>
Str.3 <i>Jedna grupa AA czy kilka?</i>	Str.20 <i>ZZA KRAT</i>
Str.6 <i>Służba: Nasza przyszłość ...</i>	<i>Mój drugi rok w AA - kolejny...</i>
Str. 8 <i>Inwentura - warsztaty</i>	<i>Można żyć godnie</i>
Str.10 <i>Daty powstania grup - luty</i>	Str. 23 <i>Sprawozdanie z warsztatów:</i>
Str. 11 <i>Sponsorowanie - warsztaty z 1993</i>	<i>Mój pierwszy mityng w ZK</i>
Str. 13 <i>Sam bym tego nie dokonał</i>	
Str. 15 <i>Listy do redakcji - Podjąłem wyzwanie, Bezsilność i pogodzenie, Trudno znaleźć, Mój krok10</i>	

WARSZTATY (sobota):

7 lutego **Inwentura** – część II, Intergrupa Mokotów, ul. Dereniowa 12, godz. 11:00
 7 lutego **Jak mówić o AA poza AA**, Zespół Informacji Publicznej, PIK, godzina 15:00
 14 lutego **Służba kolportera**. Przygotowanie do *Ogólnopolskich warsztatów kolporterów w Laskowicach w marcu*, Zespół Literatry, PIK, godzina 15:00
 21 lutego **Zmiany w Konferencji – i co dalej**, Zesp. Organizacyjny, PIK, godzina 15:00

ZAPROSZENIA NA MITYNGI

PRZEBUDZENIE 7 lutego (sob) g.18:30: 18. rocznica grupy i 19. rocznica grupy Al-anon Nowy Dwór Mazowiecki. Garnizonowy klub oficerski w Modlinie Twierdzy

EFFATHA 13 lutego (pt) g.17:00: 20. rocznica powstania grupy. ul. Ogińskiego 7a (dom parafialny przy kościele)

ANTIDOTUM 16 lutego (pon) g.18:00: 6. rocznica powstania grupy, Józefów, ul. 3-go Maja (przy kościele)

WIEŻA zaprasza na mityngi w każdy piątek godz. 19.30 w Warszawie przy ul. Przyrynek 2 (Kościół pw Nawiedzenia N.M.P. Rynek Nowego Miasta wieża obok kościoła - domofon)

POD BOCIANEM zaprasza na mityngi się w każdą sobotę w godz. 16.00 - 18.00 w Pruszkowie przy ul. Kraszewskiego 18 w przychodni odwykowej, klub abstynenta II piętro

DZIESIĄTKA - prośba o wsparcie spikerów na mityngu spikerskim w Tworkach, wtorek godz. 18:00 Szpital Tworkowski pawilon 10 ul. Partyzantów 3/4 kontakt Mirek AA tel. 783 279 142

SIEKIERKI zaprasza na mityngi spikerskie w pierwsze czwartki miesiąca o godz 18.00 Warszawa, ul. Gwintowa 3

PÓLNOC

06.02 Zygmunt
 13.02 Służby Intergrupy
 20.02 Strzyżyna
 27.02 Krok Trzeci



Dyżury telefoniczne w PIK tel. 022/ 616 - 05 - 68
 Infolinia AA: 0 - 801 033 242

WSCHÓD

02.02 - Jutrznia
 09.02 - Poznańska 38
 16.02 - Orlik
 23.02 - Centrum

SAWA

03.02 - Ostrobramska
 10.02 - Intergrupa Mazowiecka
 17.02 - Kontakt - Wiśniewo
 24.02 - Iskierka (Wołomin)

WARS

04.02 - Sami swoi
 11.02 - Michał
 18.02 - Pojednanie
 25.02 - Wszechświat

Przenumerata MITYNGU: zamówienia przyjmuje

Zbyszek – kolporter literatury Regionu Warszawa tel. 502-075-011 lub osobiście w PIK

„Ciągły wgląd we własne zalety i wady oraz pragnienie, by dzięki temu stale uczyć się i rozwijać się dla nas koniecznością.”

żem i ojcem.

W AŚ Służewiec są nadal dwie grupy: RUBENS i NOWE ŻYCIE. Zapisalem się do dyrektora z prośbą o zezwolenie na uczęszczanie na mityngi. Na mityngach okazuje się, że nie ma prowadzącego. Od razu podjąłem się prowadzenia obu grup. Prowadzę je nadal i jestem bardzo wdzięczny, że mogę pogłębiać swą wiedzę na temat swojej choroby. Pragnę podziękować za nie skreślenie mnie jako człowieka.

Alkoholik Janusz

Sprawozdanie z warsztatów niesienia posłania do ZK

W dniu 22 listopada 2008 r. odbyły się warsztaty zorganizowane przez zespół ds. Zakładów Karnych (ZK), w naszym PIKu na Brazylijskiej. Tematem warsztatów był „Mój pierwszy mityng w ZK”. Mimo małej frekwencji (uczestniczyło 13 przyjaciół) warsztaty okazały się bardzo owocne tym bardziej, że zaszczylicili nas swoją obecnością przyjaciele z Regionu Dolnośląskiego (Intergrupa Odra - Wrocław).

W warsztatach uczestniczyli przyjaciele, których alkoholowa beznadzieja zaprowadziła za mury więzień jak i ci, którzy nie spędzili jednego dnia w odosobnieniu, dziś natomiast i jedni i drudzy ramię w ramię niosą posłanie AA do kryminalistów. Byli też przyjaciele, których obecne obawy jeszcze nie pozwalają na niesienie posłania do takich miejsc, ale sam fakt ich obecności i dzielenia się tym co czują utwierdził wszystkich w przekonaniu o potrzebie tego typu warsztatów. Wypowiedzi płynące z głębi naszych serc wzruszały i wywoływały radość, a oto niektóre cytaty:

- Początkowo bałem się osadzonych, ale to z czasem minęło, a dziś idę tam do przyjaciół, bez uprzedzeń i obaw
 - Byłam przerażona, ale już po pierwszym mityngu wiedziałam, że to jest miejsce dla mnie, że jest mi potrzebne do mojego trzeźwienia
 - Osiągnąłem gotowość do chodzenia na mityngi do ZK wtedy gdy uwierzyłem, że ten program działa, że nie mogę być wciąż pasożytem, nic od siebie nie dawać dla wspólnoty, tylko brać
 - Myślę, że Siła Wyższa zesłała mi ten dar bym dojrzał, że niosę pomoc tym, którzy tego potrzebują, bez względu na ich wyznanie i przekonania
 - Nie chciałem tam chodzić, ale dlatego że nie chciałem - chodzę tam od kilkunastu lat i jestem trzeźwy
 - Wiezienie uratowało mi życie i tam się odnalazłem, dlatego dziś jestem szczęśliwym człowiekiem
 - Na mityngu pytałam siebie i BOGA - co ja tutaj robię? Słyszac szcęk krat byłam przerażona. Tam przypomniało mi się, że sama o mały włos nie zabiłam ojca i też mogłam trafić do ZK- tak zaczęłam chodzić na mityngi.
- Warsztaty zakończyliśmy wymianą pozdrowień dla naszych przyjaciół za murem gdzie niesiemy posłanie oraz modlitwą o pogodę ducha. Grześ aa

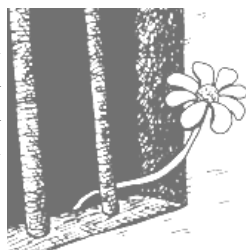
na terapię alkoholową na Rakowiecką, bo chciałem być bliżej domu. Oczywiście tak się stało jak sobie zaplanowałem. Przyszła termin na Atlantis – wrzesień 2007. Oczywiście znalazłem się na oddziale terapeutycznym. Cele pootwierane, siłownia i w dodatku terapeutki, fajne kobiety [korekta]. Od razu mi się spodobało. Moje myślenie: trochę popiszę, trochę pokombinuję i terapia ukończona, problemy wyprostowane, wcześniej do domu. Tak trwało to około 2 miesięcy mojego pobytu na Atlantisie.

Pewnego dnia moja terapeutka „Natka” dała mi kartkę, abym ją wysłał do swojej żony. Żona miała napisać kim ja jestem, co lubię i jak się zachowywałem w domu. Żona odpisała z powrotem prawdę jakim ja jestem człowiekiem. Ani nie byłem mężem, ani ojcem. Poczuję się jakby mi ktoś wbił kołek w serce, ale to była prawda o mnie. O Januszu. O nikim innym tylko o mnie. Ale to jeszcze nie było to. Jeszcze byłem tym samym złym człowiekiem.

Przyszła czas na piciorys. No to szybciej napisałem na kartce, to co chciałem napisać. Rano miałem przepisać to na tablicę i przedstawić grupie. Dzień wcześniej odbył się mityng. Był tam alkoholik z wolności Grzesiek. Powiedziałem mu, że jutro mam piciorys i trochę się wstydę i waham jak mam go napisać i przedstawić na grupie. Teraz mogę powiedzieć, że jest to mój przyjaciel. Jestem mu bardzo wdzięczny, że powiedział mi: „Pisz jak czujesz i chcesz czuć. Oszukasz wszystkich, tylko nie siebie.”

Rano napisałem na tablicy wszystko, to co miałem na kartce. Zebrała się moja grupa i oczywiście moja terapeutka. Powiedziała, żebym przedstawił piciorys. Stałem przed tablicą i zamarłem. Nie wiedziałem, co tam jest napisane, bo był to piciorys ale nie mój – innego Janusza.

Przeciętny piciorys trwał około godziny. Mój trwał około trzech godzin. Wyrzuciłem z siebie wszystko. Dosłownie wszystko. Na tym piciorysie dowiedziałem się kim naprawdę jestem, co ja w życiu zrobiłem. Przeanalizowałem wszystko i dotarło do mnie, że naprawdę mam problem z alkoholem i że powinienem coś z tym zrobić. Ale co i jak, jeśli kończy się pobyt na terapii? Udałem się do terapeutki, aby mnie zostawiła jeszcze na terapii. Powiedziała, że nie ma takiej siły, abym został. Udałem się do kierowniczkii terapii. Prosiłem, a wręcz błagałem, aby mi pomogła. I dano mi szansę i zostałem. Ukończyłem grupę złości, nawroty, asertywność i medytacje. Połykałem wiedzę na temat choroby alkoholowej jak tylko mogłem. Pod koniec mojego pobytu na terapii dostałem propozycję, aby założyć i prowadzić mityngi w areszcie w Grójcu. Przestraszyłem się takiej odpowiedzialności, ale to była dla mnie jeszcze jedna szansa na zmianę swojego myślenia, zrobienia czegoś dla innych z podobnymi problemami jak ja. Tak się stało. Pojechałem do Grójca, założyłem tam grupę CHMURA. Z problemami, ale się udało. Na mityngi przychodzi około 10 przyjaciół. Administracja dała mi szansę pracy na wolności. Byłem zadowolony. W kwietniu na Rakowieckiej była 15 rocznica założenia Atlantisu. Dostałem zaproszenie. Załatwiłem przepustkę, ale... no właśnie nie dotarłem na rocznicę, bo tydzień wcześniej upomniał się o mnie sąd i przewieziono mnie do aresztu na Służewiec. A tak chciałem podziękować osobie za daną mi szansę bycia jeszcze człowiekiem, mę-



Jedna grupa AA czy kilka?

Kiedy kolejny raz od nowicjusza usłyszałem pytanie: „czy mam chodzić na jedną grupę, czy na różne?”, przypomniałem sobie swoje własne, doświadczenia związane z tym tematem i postanowiłem podzielić się nimi na szerszym forum.

Pamiętam, jak pewnego razu na grupę, z którą się identyfikowałem, przyszło kilku nowicjuszy. Przyszli i... zostali, to znaczy zaczęli na tą grupę przychodzić stale. Atmosfera na grupie nieco się zmieniła. Już nie zawsze czułem się tam tak dobrze, jak przedtem. Może nie źle, ale... Jakoś inaczej w każdym razie.

W tej sytuacji, podczas któregoś z obowiązkowych spotkań z szefem przychodniowych „odwykaczy”, opowiedziałem, co się dzieje i zdradziłem się z myślami, a może nawet planami, opuszczenia AA, bo tam już nie jest tak, jak chciałem, jak się przyzwyczaiłem, jak lubiłem. Liczyłem na jego zrozumienie i poparcie. Może nawet chciałem, żeby uzalił się nad moją niedolą.

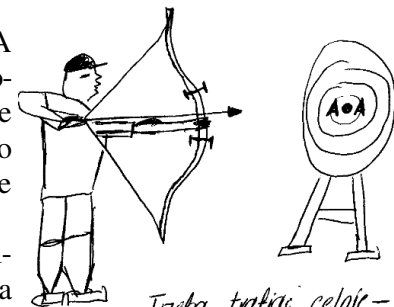
Zaskoczenie i rozczarowanie było ogromne, bo oczywiście doktor S. wylał mi na głowę kubek lodowatej wody, „objechał” z góry na dół jak święty Michał diabła, a kiedy nareszcie trochę się uspokoił zapytał, czy mi się przypadkiem coś nie pomyliło, czy ja na pewno wiem gdzie i po co chodzę?

Usłyszałem między innymi, że Wspólnotę AA pomyliłem najwyraźniej z jakimś klubem towarzyskim lub knajpą (bez wyszynku), gdzie chodzę spotykać się z koleżkami, a także po to, żeby dobrze się poczuć, poprawić sobie nastrój, rozerwać się.

Takie były początki długiego procesu weryfikacji moich przekonań na temat chodzenia na jedną grupę, a także chodzenia na mityngi AA w ogóle.

Przez pierwszą połowę swojego trzeźwego życia byłem, w zasadzie, aowcem jednej grupy. Natomiast w drugiej połowie ruszałem już tyłek ze swojej grupy, a nawet z miasta i wykorzystywałem każdą okazję do spotkania i wymiany doświadczeń z członkami AA spoza „mojej paczki”. Dlaczego i po co?

1. W pewnym momencie zrozumiałem, że siłą Wspólnoty stanowi Program AA, a nie mityng. Mityng to tylko narzędzie. Podczas mityngu zebrani dzielą się doświadczeniami i efektami pracy nad Programem. Jeśli zamiast pracy zajmę się kolekcjonowaniem narzędzi, to efekt może być... różny od oczekiwanego. Delikatnie rzecz ujmując.
2. Mityng nie służy do poprawiania nastroju i samopoczucia. Tym celom znakomicie służył mi alkohol, a zdrowienie z uzależnienia (popularnie nazywane trzeźwieniem) nie ma chyba polegać na tym, żebym mityngu AA używał jako zamiennika



*Trzeba trafić celnie –
- wtedy się chce wygrać życie.*

„Niejednokrotnie tym, którzy utracili lub odrzucili wiarę trudniej jest odnaleźć się w AA, niż ludziom zawsze niewierzącym”.

dla flaszki i knajpy.

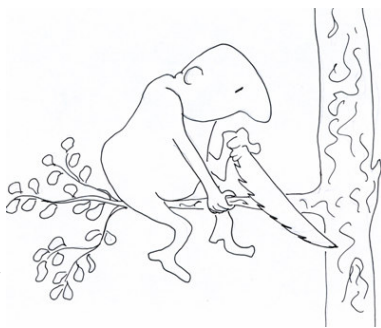
3. Mityng Wspólnoty AA to nie jest spotkanie w klubie abstynenta – nic nie ujmując tym ostatnim. Swoje potrzeby, czy nawet aspiracje, towarzyskie powinienem chyba jednak realizować gdzieś indziej. I to z korzyścią zarówno dla siebie, jak i innych Anonimowych Alkoholików.
4. I wreszcie, co chyba jest najważniejsze, zamykając się w jednej tylko grupie, w dość istotny sposób ograniczam swoje możliwości wyzdrowienia z alkoholizmu. A czy nie o to cały czas przecież chodzi?!

W okresie, kiedy jeszcze chodziłem na jedną tylko grupę, często przychodziłem na mityng wcześniej. Chodziło mi o to, żeby nikt nie zajął mojego ulubionego miejsca przy mityngowym stole. Kiedy to sobie dzisiaj przypomnę, to aż śmiać mi się chce – w czasie mityngu miałem pełną gębę opowieści o tym, jak to zmieniam siebie i w ogóle na te zmiany jestem gotowy i zdeterminowany, ale w rzeczywistości nie byłem gotów nawet miejsca zmienić i faktycznie źle się czułem, kiedy ktoś inny mi je zajął.

Na jednej grupie, wśród takich samych jak ja stałych bywalców, prędzej czy później (a raczej prędzej) następowało nieuniknione: znaliśmy siebie nawzajem i nasze historie życiowe na pamięć i na wrywki. W takiej sytuacji szansa na to, że dowiem się czegoś nowego, pożytecznego, czegoś, czego jeszcze nie słyszałem sto razy, była niewielka i z czasem niestety coraz mniejsza. Owszem, czułem się tam bardzo bezpiecznie, bo z góry dokładnie wiedziałem, kto co powie, jak zareaguje itd. no, ale jak się to ma do mojej potrzeby zmiany siebie, niezbędnej przy zdrowieniu z alkoholizmu?

W praktyce okazywało się często, że na mityng idę po to, żeby spotkać tam Kazia, Ziutka czy Alę i po prostu z nimi pogadać. Gdybyśmy spotkali się na rogu ulicy czy w barze, pewnie też opowiadalibyśmy sobie nawzajem, co też się u nas wydarzyło od ostatniego spotkania. Tutaj wykorzystywaliśmy tzw. „problemy i radości”, żeby w formie terapeutycznej rundki poinformować przyjaciół, co to się ostatnio w naszym życiu stało. Szansa na zmianę, na korektę swojego myślenia i zachowań? Właściwie żadna.

W naszych relacjach (cały czas mam na myśli stałą paczkę z jednej grupy AA) sporo było zrozumienia, akceptacji, wyrozumiałości i sympatii. To oczywiście bardzo było miłe, ale zauważyłem, że przy okazji zaczęliśmy się wzajemnie chronić i osłaniać. Ja nie powiedziałem nic nieprzyjemnego Ziutkowi, bo to mój przyjaciel, więc po co mu sprawiać przykrość. Ziutek nie zdobył się na bolesną szczerłość wobec Ali, żeby jej



„Przekonał się także, że droga do pokory nie zawsze musi prowadzić przez przegierz zawodów i kłesk.”

przyjaciel MITYNG” nr 10/124/2007 uwierzyłem w siebie, mogę być pomocny a to pomaga mi w trzeźwieniu. Dzięki temu robię kolejny Krok w życiu, a jest to moim kolejnym celem.

Pozdrawiam serdecznie i radośnie Tomaszek alkoholik 10.01.2009

Można żyć godnie

Mam na imię Janusz i jestem alkoholikiem. Postanowiłem podzielić się swoim doświadczeniem w AA i okazać, że można żyć godnie i uczciwie podchodząc do życia bez alkoholu.

Moja burzliwa historia z alkoholem zaczęła się bardzo wcześnie, w wieku szkolnym. Pewnie jak niejeden podobny do mnie alkoholik zaczynałem od kłamstw swoich najbliższych, rodzinie, znajomych. Piszę to i zastanawiam się czy jest sens i czy warto powtarzać to co przechodziłem i nadal przechodzą podobni do mnie. Z całego serca pragnę się zmieniać na dobre, być dobrym człowiekiem, ojcem i mężem dla swojej rodziny, którą tyle lat krzywdziłem. Tyle chciałbym wyrzucić z siebie brudów, które nazbierały się przez 20 lat mojego picia. Mam 34 lata w tym 12 lat za murami różnych aresztów, zakładów a w dodatku przede mną jeszcze kilka lat tej monotoni życia więziennego. Będzie to około 6 - 7 lat. Te same twarze i to samo bagno. Ale na szczęście jest jeszcze AA w zakładach karnych, gdzie mogę spotkać takich samych przyjaciół z podobnymi problemami.

Moja przygoda, a raczej droga, z AA zaczęła się osiem lat temu w areszcie na Służewcu w czasie mojej odsiadki 4 i pół roku. Piszę „przygoda”, bo była tylko sposobem na ucieczkę z celi. Trwało to przez dwa lata, ale tylko trwało, bo nie chciałem poznać, zrozumieć a tym bardziej przyznać się do tego, że jestem alkoholikiem.

Chodziłem na mityng po to aby posłuchać, a raczej popatrzeć na fajną kobietę [korekta redaktora], która przychodziła z wolności nieść posłanie innym alkoholikom. Opowiadała o jakiś tam swoich problemach, przeżyciach ale co mnie to obchodziło jak to oni mieli problem a nie ja. Przecież ja nigdy nie miałem żadnych problemów a tym bardziej z alkoholem. Mijały dni i miesiące a ja chodziłem na mityngi. Oczywiście przez gardło przechodziły mi słowa: „Janusz alkoholik”, ale to i tak było dla pozorów. Rzadko się zdarzało abym przeczytał tekst Kroków czy Tradycji, nie mówiąc już o czymś więcej. Tak minęło 2 lata mojej przygody z AA. Oczywiście wychodząc z aresztu obiecałem wszystkim, że już nie zajrzę do kieliszka. Wszystkim, tylko nie sobie. Po wyjściu byłem 4 lata na wolność, ale zaliczyłem jeszcze areszt na 4 miesiące, za kilka dni na 6 miesięcy za jazdę po alkoholu i jak by było mało, to kilka mandatów na rzecz Świętego Krzysztofa, a teraz wbiłem gwóźdź do trumny na kilka ładnych lat.

Przyznam się Wam szczerze, że ja to ja i czy jestem tu czy na wolności, to jakoś to będzie, ale jakie ja zgotowałem życie swojej żonie i dzieciom. To nie ja cierpię tylko oni i to ja jestem za to odpowiedzialny. Tak w ogóle, to kawał bydlaka ze mnie. Łotra bez serca i bez żadnych wyrzutów sumienia. Kradłem, biłem i czułem się twardzielem. Nawet myślałem, że jestem dobrym ojcem i mężem dla swojej rodziny. Ale tylko ja tak myślałem. Byłem na tyle bezczelny, że sam poprosiłem o pomoc psychologa, aby mnie skierował

ZZA KRAT

Mój drugi rok w AA – kolejny rok trzeźwości.

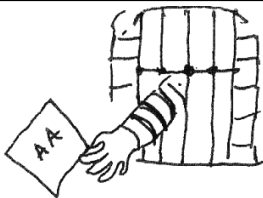
Podsumowując swoje dotychczasowe 39-letnie życie, powiem krótko:

Od 2 lat wiem, że żyję, jestem człowiekiem szczęśliwym i „wolnym” – wolnym od nieodpartej obsesji picia przeze mnie alkoholu. 19 lat swojego życia po prostu przepiłem i robiłem wszystko, prawie wszystko, by zdobyć alkohol. To było silniejsze ode mnie – chęć!. Nieodparta chęć napicia się alkoholu. Wszędzie fałsz i obłuda. Żyłem niczym pasożyt kosztem innych – matka, żona, dzieci. To wszystko dla mnie się nie liczyło – alkohol był mi w tamtych czasach najbliższy. Był mi kompanem, przyjacielem, rodziną, balsamem na życie. Potem dołączyła samotność. Wolałem być sam – tylko ja i mój alkohol. Każdy, kto chciał wkroczyć w moje życie (pomóc mi, bym więcej nie pił) traktowany był przeze mnie jak wróg. Gdyby nie Bóg, mój Bóg jakkolwiek Go pojmuję, pewnie bym się zapił na śmierć, bo tego właśnie chciałem. Tak, właśnie dla alkoholu gotów byłbym poświęcić swoje życie. Dziś jest inaczej. Od 2 lat należę do Wspólnoty AA. Dokładnie 2 lata temu na moim pierwszym mityngu powiedziałem z pełną świadomością, że jestem alkoholikiem. Człowiekiem chorym i uzależnionym od alkoholu. Moja bezsilność wobec alkoholu uświadomiła mi, jak bardzo śmiertelnie jestem chory. Te 2 lata we Wspólnocie, to coś wspaniałego. Tu mam prawdziwych przyjaciół, tu nie ma fałszu, tu nie ma obłudy, tu wszyscy jesteśmy równi. To tak jak bym żył w innym świecie. Mimo to, że przebywam teraz w więzieniu, jestem człowiekiem szczęśliwym, że dane mi było wstąpić do Wspólnoty AA. Bóg wiedział chyba co robi, dając mi kolejną szansę na życie.

Nigdy w życiu nie przeczytałem żadnej książki. Dziś jest inaczej. Od 2 lat stałą moją lekturą jest biuletyn MITYNG. Czytam go od deski do deski. Pożeram wzrokiem i nie mogę się doczekać, kiedy za miesiąc pojawi się nowy numer. Chodzę tu na mityngi, uczęszczam na grupy wsparcia. Poprosiłem przyjaciela z wolności, by został moim sponsorem, oczywiście zgodził się. Rozmawiam z przyjaciółmi z AA, czytam literaturę aowską – obecnie „Przekaż dalej” no i dzielę się swoimi doświadczeniami, pisząc do biuletynu MITYNG. A mi wciąż mało, jestem zachłanny na swoją trzeźwość, jednak wiem, że gdy to wszystko robię, wtedy właśnie żyję normalnie, godnie, pełną piersią, według zasad i Programu AA.

Co mnie skłoniło, bym ponownie napisał? Jest w tym coś cudownego, są to zdarzenia, ludzie, sytuacje z dnia powszedniego, są to przyjaciele, moi przyjaciele z AA.

W tym Nowym 2009 Roku chciałbym serdecznie podziękować mojemu sponsorowi Jurkowi. Jest mi jak ojciec, którego nigdy nie miałem. Darkowi Wdzięcznemu Alkoholikowi, Włodkowi, Jarkowi, Grześkowi, Maćkowi, Sławkowi, Januszowi, Arturowi, Krzyškowi z Antyradia – wszystkim tym, którzy przychodzą na mityngi do AŚ Warszawa Mokotów. No i Gosiali, dzięki której między innymi postanowiłem napisać swoje doświadczenia z alkoholem. Po przeczytaniu jej artykułu pt.: „Mój cichy



nie zranić, a Ala nieco złagodziła swoją wypowiedź, żeby nie urazić Frania.

Przyjemnie było, ale czy w takich warunkach można rzeczywiście i skutecznie trzeźwieć? Wydawało mi się, że tak, w końcu zawsze mogłem odpowiedzieć, że przecież chodzę na mityngi, pracuję nad sobą, zmieniam się i kilka podobnych ogólników, z których kompletnie nic nie wynika. I wszystko wydawało się w porządku, dopóki nie wybrałem się na mityng w zupełnie innej miejscowości.

Usłyszałem wtedy kilka ciekawych wypowiedzi – usłyszałem, a nie tylko ich słuchałem – już choćby dlatego, że były nowe. Z jednymi się zgadzałem, z innymi nie, ale to inna sprawa, bo przede wszystkim zmuszały mnie do myślenia, zastanowienia, odniesienia tego do siebie.

Nikomui nieznanym, a więc i nie powiązany z nikim żadnymi relacjami towarzyskimi, nie byłem też jakoś specjalnie chroniony, nikt się nade mną nie rozczulał. Usłyszałem w związku z tym kilka rzeczy, które w niewygodny sposób naruszały moje, z takim trudem zbudowane wśród przyjaciół, wyobrażenie o sobie. Wracając z tego mityngu zastanawiałem się, czy jest sens robić takie eksperymenty – w końcu wcale się tam dobrze nie czułem. Ano właśnie... znów szukałem dobrego samopoczucia...

Wtedy mój drugi sponsor podpowiedział mi coś, co zapamiętałem do dziś, zaproponował mianowicie, że bym poszukał odpowiedzi na pytanie, co we mnie jest takiego, że się tam niezbyt dobrze czułem?

Zaskoczył mnie kompletnie. Gotów byłem długo i namiętnie mówić o tym, co w nich tam, na tej obcej grupie, jest takiego, że się tam źle czułem, ale że to coś jest we mnie, to mi do głowy nie przyszło.

Oczywiście znalazłem to coś, a był to całkiem niezły zestaw moich wad charakteru, na które przyjaciele i znajomi ze starej paczki nie zwracali już uwagi, przyjmując po prostu, że „to przecież Meszuga, on już tak ma, nie znasz go?”.

Ja nie wiem, czy da się wytrzeźwieć zamknawszy się na jednej tylko grupie AA. Być może i można, ja tam nie wiem, natomiast mam pełne przekonanie, że dla mnie nie jest to dobry ani bezpieczny pomysł. Nadal i wciąż najlepiej się czuję na swojej grupie, jednak bardzo pilnuję tego, żeby przynajmniej raz czy dwa na kwartał wybrać się na jakąś inną grupę, „przewietrzyć poglądy”, jak to nazywam. Pilnuję też, żeby nie przyzwyczajając się do miejsca za stołem. Już choćby dla zasady...

Ja jestem w tej komfortowej sytuacji, że w moim mieście działa pięć grup AA i odbywa się kilkanaście mityngów tygodniowo. Co mają zrobić aowcy, w których miejscowości jest tylko jedna grupa? Polska to nadal nie Ameryka i zwyczaju jeżdżenia po 300 kilometrów na mityng tu nie ma, ale... Czasem, choćby raz na miesiąc, można się chyba wybrać na spotkanie Intergrupy, albo do oddalonego o te kilkanaście czy kilkadziesiąt kilometrów miasta? W końcu po flaszkę to ja przecież byłem gotów iść pół nocy, boso po śniegu, więc jak to teraz ze mną jest?

Przedruk z relacji 14 Europejskiego Mityngu Służb AA. Wystąpienie inauguracyjne

Slużba: nasza przyszłość i odpowiedzialność

Julio E., Dział Międzynarodowy, GSO Nowy York

Dobry wieczór. Mam na imię Julio i jestem alkoholikiem. Jestem zaszczycony i wdzięczny za przywilej zwrócenia się do was dzisiaj wieczorem na początku 14 Europejskiego Mityngu Służb, którego tematem jest "Slużba: nasza przyszłość i odpowiedzialność".

Droga, która przywiodła mnie tutaj dzisiaj od beznadziejnego pijusa do wdzięcznego członka personelu GSO USA/Kanady nie byłaby możliwa bez służby. Slużba w mojej trzeźwości jest drogą, którą nie zawsze podejmowałem ochoczo. Nie była to także droga, którą sam stworzyłem. Było wielu, którzy wskazywali mi drogę, którzy z mozołem torowali ją. Im i tym, którzy kroczyli przed nimi, jestem całkowicie wdzięczny.

We wstępie do "Podręcznika Trzeciego Legatu", później nazwanego Podręcznikiem Służb AA, nasz współzałożyciel Bill W. napisał:

Nasz Dwunasty Krok - niesienie postania jest podstawową służbą, jaką oferuje Wspólnota AA; jest to nasz główny cel i główny powód naszego istnienia. Dlatego AA jest czymś więcej niż zbiorem zasad, jest Wspólnotą alkoholików w działaniu. Musimy nieść postanie, w przeciwnym razie zginiemy sami, a ci którzy nie poznali prawdy mogą umrzeć. Dlatego służbą AA jest wszystko, co pomaga nam dotrzeć do kogoś cierpiącego - poczynając od samego działania w ramach Dwunastego Kroku, od telefonu za dziesięć centów i filiżanki kawy, do Biura Służby Krajowej AA. Całkowita suma tych wszystkich służb to nasz Trzeci Legat.

Co zwraca moją szczególną uwagę, to słowa „Wspólnotą alkoholików w działaniu”. Ma to dla mnie podstawowe znaczenie. Moja trzeźwość, w tej chwili, będzie odzwierciedlała i będzie wynikała z tego, jak byłem aktywny w moim życiu w AA. W podobny sposób AA jako Wspólnota, będzie odbiciem tego jak aktywni są jej członkowie, jako Wspólnota musimy nadal nieść postanie nadziei. Samozadowolenie dla alkoholika może oznaczać śmierć. Dla AA jako całości, oznaczałoby to w zasadzie to samo. Nasze pismo The Grapevine, swój ostatni numer poświęca samozadowoleniu i na okładce jest obrazek mężczyzny spokojnie czytającego na swoim krześle, tyle że to krzesło stoi na środku torów kolejowych. Moim zdaniem, to znakomity obraz.

Inna część cytatu z Billa W., która mnie urzeka, to „służbą AA jest wszystko, co pomaga nam dotrzeć do kogoś cierpiącego”. W swoim "egocentryzmie" zawsze czułem, że nie mam nic, czym mógłbym się podzielić lub dać. Miałem szczęście znaleźć życzliwego sponsora, który zauważył, że może jest ktoś, kto nie może zachować trzeźwości, bo nie wie, jak to zrobiłem, że nie piłem tego dnia. Moja droga do dzbanka z kawą również była dobrym nauczycielem. Dzięki tej prostej służbie, której na początku mocno się sprzeciwiałem poczułem, że jestem częścią grupy. Inne możliwości służby poszerzyły moje horyzonty i sprawiły, że poczułem się częścią jeszcze większej Wspólnoty. Nadal muszę koncentrować się na tym, co mogę zrobić i szukać sposobów, jak być przydatnym i maksymalnie służyć moim przyjaciołom bez koncentrowania się na swoich ograniczeniach i nie czyniąc z nich wymówki, że z tego powodu nie uczestniczę w służbach. Są rzeczy,

„Nasze korzenie...”

Grupa AA „ISKIERKA” [z opisem historii AA w powiecie Wołomińskim – redaktor]

XX - rocznica powstania gr. AA „ISKIERKA” w Wołominie przeszła bez większego echa, mityng rocznicowy odbył się jak zwykle w lipcu. Nie doczekał go śp. Stasiak, odszedł na Wieczny Mityng w ubiegłym roku (2007). To dzięki jego ogromnej determinacji powstała pierwsza w naszym powiecie grupa AA. To śp. Stasiak i lekarz ze szpitala w 1988 zaczęli spotykać się w pomieszczeniach tejże przychodni. Początki były trudne – choć pacjentów było dużo, chętnych do trzeźwienia brakowało. Lekarz Stanisław odszedł gdzieś na Pomorze i Stasio został prawie sam. Przychodząc jesienią 1989 r. zastałem dwóch alkoholików - Stasia i Sylwka. Ja jestem Marian i jestem alkoholikiem, pacjentem poradni przeciwalkoholowej byłem od wczesnych lat 80 ub. wieku, a rezultatów w trzeźwieniu ZERO.

Za niedługo dotarł Wiesiek z Wołomina i został na dłużej. Z początkiem 90 r. przyszedł Tadek z Wołomina (weteran odwyków i terapii) rezultaty w zdrowieniu mizerne. Wniósł wiele energii i ciepła do grupy. Mityngi były obowiązkowo palące, na koniec pod sufitem bywało sino. Niedługo dotarła pierwsza kobieta - Aika. Frekwencja była mizerna, więc jeździliśmy na mityngi do W-wy. W 1993 r. nawiązaliśmy kontakt ze schroniskiem dla bezdomnych w Czarnej koło Wołomina (DON ORIONE), był czas, że na spotkania przyjeżdżali alkoholicy z W-wy. W międzyczasie próbowaliśmy założyć gr. AA w Zielonce efekty mimo wsparcia proboszcza były mizerne, dopiero przyjscie Marka z Zielonki i Ryśka zaowocowało powstaniem prężnej grupy.

W 1995 r. w maju powstaje gr. AA w Radzyminie, wielki wysiłek w powstanie tej gr. włożył człowiek, który nigdy się nie upił, był to Pan śp. Dąbrowski Kazimierz, działacz samorządowy. Duże wsparcie mieliśmy od ludzi z „ISKIERKI”. Na pierwszym spotkaniu prócz mnie był Heniek, Waldek, Jacek. Największym utrapieniem dla istnienia grupy są sprawy lokalowe - na dzień dzisiejszy jest to szósty adres. Za niedługo w Radzyminie zaczynają spotykać się Alanonki. W kryzysowym momencie spotykaliśmy się w jednej z kancelarii szkół Podstawowych, na dzień dzisiejszy koło tej szkoły jest już gr. AA „POD DOBRYM PASTERZEM”, motorami tej gr. są Tadeusz z Nadmy i [-] Marian.

W międzyczasie do „ISKIERKI” przychodzi Franek, przyczynia się do postania dwóch nowych grup AA w Wołominie. Powstają gr. AA w Kobyłce, Tłuszczu, Markach, Poświętym, o Ząbkach nie wspominam, mają bliżej do W-wy i swój oddział odwykowy. „LICZYDEŁKO” jest jedną z prężnie działających grup AA w naszym powiecie. Na dzień dzisiejszy odrodziła się na nowo gr. AA w Czarnej koło Wołomina. Przez wiele czasu dźwigał cały ciężar prowadzenia tej grupy śp. Krzysiek, wyszedł z bezdomności i swój trzeźwy czas poświęcał na niesienie pomocy potrzebującym, przyczynił się do powstawania gr. AA w swoich rodzinnych stronach Zabrodzie gr. „KROKUS”. Drugim pensjonariuszem w przytułku był śp. Jurek z Marek. Wiele energii włożył w powstanie gr. AA w Markach „CEGIEŁKA”. Choroba alkoholowa nie była jego jedyną chorobą śmiertelną, odchodził z tego świata świadomy i spełniony. Wielką stratą dla AA było odejście z tego świata śp. Wiesi, u której choroba alkoholowa też nie była jedyną chorobą śmiertelną. Pierwszy, który opuścił nas w „ISKIERCE” był śp. Jurek z Prostyni, szwagier śp. Staśka, obecnie w Prostyni jest już grupa AA.

Nigdy nie myślałem, że tak ułoży się moje życie -
od 19 lat zachowuję abstynencję.

Marian z Radzymina



„Powstrzymywanie się od drastycznych wykroczeń ze strachu przed nieuniknioną karą nie wymaga wielkiego wysiłku duchowego.”

gu dla taxi stał jakiś „złotowa” więc stanąłem obok niego. Ten z gębą wykrzykiwał, że nie mam prawa tu stawać, mimo że na tym miejscu nie było widocznego oznaczenia, że to parking dla taxi.

Wciąż jeszcze pełen miłości do ludzi pomyślałem - "Lepiej z mądrym zgubić niż z głupim znaleźć" więc po namyśle wsiadłem do auta. Jak cofnąłem, to rzeczywiście zauważyłem, że nie widać oznaczenia boksów, bo zrobione z czerwonej kostki są prawie niewidoczne. Przepakowałem, a ten nadal do mnie. - „W Niemczech to by nikt tak nie stanął, bo od razu by przyjechała laweta" itd.

No i miłość od całego świata ulotniła się, łącznie z tym nędznym złotową. Zwłaszcza, że tego dnia obudziłem się z bolącą głową, i mimo żony propozycji nie wziąłem proszków. Więc mówię mu

- Co się pan tak żołądkujesz! - No i w tym momencie przyjrzałem mu się.

Bardzo prawdopodobne, że miał kaca - podejrzewałem. To wałę:

- Napij się pan to panu przejdzie.- Ten próbował szukać wsparcia u przechodzącego ochroniarza, ale ten wyraźnie go unikał.

Miłość do całego świata była już hen, hen. Ogarnęła mnie złość. A ten znowu z tymi Niemcami. Zawsze bierze mnie cholera jak ktoś bredzi o tym, jak to za granicą, a szczególnie w Niemczech, jest porządek i praworządność. Pewnie robił tam na czarno dla pracodawcy Niemca, i tak wygląda uczciwość ich obojga - pomyślałem.

- Tu jest Polska, jak panu źle to wynoś się pan do tych swoich Niemiec. A za szkalowanie narodu polskiego powinno się panu odebrać obywatelstwo - dorzuciłem mściwie.

Nie zdążyłem nawet wejść do sklepu, kiedy na moim miejscu stanął inny kierowca. Tamten coś jeszcze do mnie wykrzykiwał:

- No widzisz pan!

Już odwrócony plecami rzuciłem, że "mało mnie to obchodzi" Ochroniarz w sklepie przyszedł mi w sukurs "Panie, nie trzeba było nic mówić i auta nie ruszać. On tak zawsze. Klienta nie ma".

Ja jednak nie potrafiłem odpuścić. Trudno mi było skoncentrować się na zakupach. Zacząłem nawet planować zemstę. „Kurde, zadzwonię po straż miejską, że jest pijany” ale przez głowę przeszło mi, że to mściwość, bo nie jestem tego pewien. No to napiszę na którymś z portali lokalnych o agresywnym złotowie przed tym hipermarketem. Ostatecznie stanęło na tym, że po wyjściu ze sklepu zapytam go, czy w tych swoich Niemczech pracował legalnie i czy ów Niemiec miłujący, jak wszyscy, prawo też go legalnie zatrudnił.

Ale taksiarza nie było. A ja nadal z nim rozmawiałem.

Dopiero jak parkowałem auto przed cukiernią ołśniło mnie, że mamy październik i tłuczemy na mityngach 10 Krok. Odmówiłem za „tego” taksjarza modlitwę.

Jakie ja popełniłem błędy:

- Chciałem naprawić człowieka i to od razu, a to w ogóle niemożliwe
- Oczekiwałem, że jak ja jestem pełen miłości do całego świata to świat odplaci mi tym samym
- Zapomniałem, co jest dla mnie najważniejsze.

Ant październik 2008 r

„Stosowanie kroku trzeciego można porównać do otwarcia drzwi, które wciąż jeszcze wydają nam się mocno zaryglowane.”

które przychodzą łatwo, inne zadania, które mogą stanowić większe wyzwanie, ale wszystko sprowadza się do tego, aby to, co robię robić najlepiej jak z miłością zauważyłby mój sponsor "to nie chodzi o ciebie". Przez kilka pierwszych lat nie potrafiłem wyjaśnić, dlaczego służba sprawdza się w moim przypadku, ale czułem że "AA sprawdza się dla tych, którzy działają dla AA, jak później usłyszałem z czyichś ust.

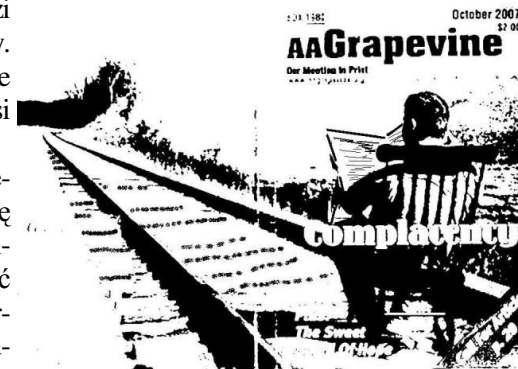
Tak więc, co z naszą przyszłością i odpowiedzialnością? Cóż myślę, że dla większości z nas jest jasne, że bez pracy służb przyszłość byłaby wątpliwa. Jasne jest także to, że jest to nasza odpowiedzialność. Wiem, że teraz robię za kaznodzieję dla ludzi, którzy są zaufanymi sługami, ale kiedy myślimy o naszej przyszłości wierzę, że musimy stawiać wyzwania samym sobie bez przerwy sprawdzając naszą wizję przyszłości i to, jak przestrzegamy swoją odpowiedzialność.

Czy aż tak bardzo przyzwyczailiśmy się do naszych dróg, że nie poszukujemy nowych. Dzięki którym dotrzemy do alkoholika obojętnie gdzie on się znajduje? Kiedy patrzymy w przyszłość powinniśmy być elastyczni, jednocześnie nie stając się tak wyluzowani, że nasze metody i nasze posłanie mogą zostać rozwodnione. Powinniśmy zachowywać stabilność nie stając się tak sztywnymi, że nie możemy się zgąć, aby sprostać zmieniającym się potrzebom alkoholika, który wciąż jeszcze cierpi. Powinniśmy nadal badać nowe drogi współpracy z profesjonalistami działającymi na polu alkoholizmu nie tracąc naszej tożsamości i celu. Powinniśmy znaleźć inne drogi, aby informować ludzi o AA o tym co robimy i gdzie jesteśmy. Musimy rozważyć nowe pomysły, nowe poglądy tak samo jak zrobili to pierwsi członkowie.

AA jest częścią tego bez przerwy zmieniającego się świata i tak jak zmienia się świat i sposób w jaki się w nim komunikujemy, AA także powinno wypatrywać znaków na horyzoncie. Są miliony cierpiących alkoholików, którzy jeszcze muszą znaleźć rozwiązanie. Musi być nowa droga, aby do nich dotrzeć. Muszą znaleźć się nowe odpowiedzi na niektóre stare pytania. Przyszłość AA jest w waszych rękach i moich rękach i wszystkich członków AA na całym świecie. Recepta, która działała w przeszłości to "znajdź potrzebę i zrealizuj ją". Ten cel i wizja mogą przenieść nas w przyszłość.

Dla tych wszystkich, którzy już pełnią służbę wizja powinna zawierać znajdowanie dróg, aby zaangażować w działanie członków AA. Czyż nie byłoby wspaniałe, gdyby wszyscy członkowie AA mieli możliwość ujżenia pełnego obrazu służby? Ci którzy wybierają ścieżkę służby będą wzbogacać swoją trzeźwość dziesięciokrotnie dzięki witalności całego programu, a ci którzy nie wybierają jej będą lepiej poinformowani.

Służbą w AA może być wiele rzeczy. Od waszych obowiązków jako delegaci na tym mityngu do czyszczenia czajnika do kawy w grupie macierzystej, ale wszystko to odgry-



„Skuteczność całego programu AA zależy od tego, czy rzeczywiście rzetelnie i szczerze „postanowiliśmy powierzyć naszą wolę i nasze życie opiece Boga, jakkolwiek Go pojmujemy”.”

wa rolę w umożliwieniu tego, aby cierpiący alkoholik wszedł dzisiaj do sali i znalazł to, co ja znalazłem kilka lat temu: **posłanie nadziei i cudowne nowe trzeźwe życie**. Służba jest tym, co umożliwi alkoholikom znalezienie AA w przyszłych latach.

W tym aowskim sposobie życia mamy trzy wspaniałe i trwałe Legaty: Zdrowienie Jedność i Służbę. Są to jednakowo ważne boki trójkąta, ale w służbie moim zdaniem zbiega się wszystkie. Dla mnie służba to wdzięczność w działaniu.

Dziękuję.

Co to jest inwentura,

dłaczego jest ona ważna dla niesienia posłania przez grupę AA?

- sprawozdanie z warsztatu odbytego w dniu 29.11.2008. w siedzibie intergrupy AA Mokotów, ul. Dereniowa 12 w Warszawie.

[pełny tekst sprawozdania - na stronie internetowej www.aa.org.pl]

... przeszliśmy do dzielenia się doświadczeniem na temat warsztatów w oparciu o pytania pomocnicze:

- czy mityng organizacyjny to jest to samo, co inwentura grupy? Czy rozróżniam te pojęcia?
- czy inwentura ma wpływ na jedność grupy AA?
- jak rozumiem pojęcie: „sumienie grupy” i w jaki sposób się ono wyraża?
- jak moja grupa niesie posłanie AA?
- czy mityngi zwane inwenturą i mityngi organizacyjne zniechęcają mnie do udziału w nich? Co mogłoby mnie zachęcić do pracy nad inwenturą?
- sposoby na sprawne przeprowadzenie inwentury?

Wypowiedzi uczestników warsztatu:

Uczestnik 1: nie są to te same pojęcia. Inwentura to obrachunek moralny grupy, analiza pracy grupy.

Uczestnik 2: rozróżniam te pojęcia. Sprawy organizacyjne to kwestia wyboru służb i sprawy porządkowe. Kiedyś popełniłem błąd „zwołując” inwenturę grupy a zrobiłem mityng organizacyjny. Na inwenturze podejmowane są zobowiązania całej grupy a nie pojedynczych członków grupy. Z zobowiązań całej grupy powstają działania wzmacniające jedność grupy. Co do sumienia grupy: było głosowanie na grupie i jedna osoba była przeciw. Po wypowiedzi tej osoby zmienił się stosunek głosów i zostało ustalone inne rozwiązanie niż na początku. Mniejszość musi mieć prawo do swobodnej wypowiedzi. Moja grupa pełni dyżury w PIK-u, poza tym nie niesie posłania AA. Wstyd mi za siebie. Kiedyś moje stanowisko do inwentury było takie, że jeśli miała ona być w drugiej części mityngu to się ułatwiałem, bo to nie było dla mnie ciekawe ani interesujące. Gdy zechciałem się dowiedzieć, czym jest inwentura oparłem się na osobach służebnych we Wspólnocie i zmieniłem swoje podejście do tego zagadnienia i zacząłem uczestniczyć w inwenturach. Do inwentury przyciąga mnie jedność, mówi o tym broszura AA. Jak to robić dobrze mogę poszukać u tych, którzy mają już doświadczenie w prowadzeniu inwentury.

Uczestnik 3: dla mnie to kolosalna różnica. Grupa bez inwentury to taka „mało ścista”

„Ludzie nadmiernie pijący, gwałcąc instynkt samozachowawczy, wydają się być skazani na stopniową zagładę.”

jest tak oznakowany, że po prostu nie można nie trafić do właściwych drzwi – jeden stres mniej, a to ważne dla człowieka o skołatanych, przez alkohol, nerwach. Pamiętam, że to ja chcę i jestem anonimowy ale Wspólnota AA - NIE!!! Wspólnota powinna być WIDOCZNA!!! Czyżbym wyczuwał poczucie... wstydu???

Tak sobie myślę, że wynika to bardziej z braku „przekaż dalej” niż „złych intencji”. Aby słowa i myśli płynące na mityngach nie były płonne (wiara bez czynków jest martwa, to tym bardziej gadanie) i przechodziły w działanie niezbędna jest, wg mnie, także i ta trzecia noga od AA-owskiego stołka, czyli Służba. A w tym względzie jest tak, jak jest. Ten tekst to podzielenie się własnym doświadczeniem ale i apel a właściwie zaproszenie do działania – w prostej sprawie ale uważam, że wartej przemyślenia na poszczególnych grupach. Ja wiem, gdzie jest „mój” mityng, ale ktoś, kto nosi się z zamiarem „zapoznania się” z AA - nie wie.

Zastanawiam się teraz, co mówi AA-owski tekst o odpowiedzialności - przecież: „... chcę aby napotkał wyciągniętą dłoń AA. I za to jestem odpowiedzialny!” [„... chcę by napotkał wyciągniętą ku niemu pomocną dłoń AA. I za to jestem odpowiedzialny.” – przyp. red] Właśnie - WYCIĄGNIĘTĄ DŁOŃ!!! Więc to ja mam tę rękę wyciągać a nie chować pod kapotę, bo co?: bo boję się żeby mnie kto za czasem nią nie złapał??? a jak mnie ktoś za nią złapie: ludzie!, to nie moja ręka!!! Przecież – „ja nic nie muszę”!!! – to głęboko fałszywy slogan – ale jak będę słuchał kłamstwa 1000 razy, to staje się prawdą, niestety!

Są pomysły we Wspólnocie AA o spotach informacyjnych w TV –ok. Ale to „gruba” robota, niecodzienna, wymagająca łączenia sił wszystkich służb AA, jako całości. Zawsze warto „potrenować” na czymś codziennym, można by rzec: przyziemnym - ale, z pewnością, nie mniej ważnym. A i do tego, każdy, dosłownie, każdy, kto tylko będzie chciał może się w takie działanie włączyć na „swojej” grupie a to już jest doświadczenie w działaniu – rzecz nieoceniona.

zachęcam i pozdrawiam – alkoholik

P.S. Tak w ogóle to myślę, że temat nie jest jakiś nowy. Intergrupa Mokotów, swego czasu, wykonała jednolite „logo AA” i każda grupa takie logo dostała na swój mityng. Jedno takie widziałem też w PIK-u. Nie mam wiedzy, czy inni „podchwycili” ten pomysł ale na mityngach tego nie widzę, chyba że czasem wewnątrz pomieszczenia – choć chodzi o to, by było widoczne na zewnątrz – dla innych, przynajmniej na czas trwania mityngu. Może warto o tym pomyśleć, w imię Jedności AA, jako całości – tak, o takim jednolitym znaku dla każdej z grup, jak i o rzetelnej informacji każdej z grup, gdzie dokładnie odbywa się ten właśnie mityng AA – które to drzwi, dosłownie.

Z korespondencji mailowej

Mój Krok Dziesiąty

Pełen miłości do całego świata, a jechałem robić zakupy na swój mityng rocznicowy, podjechałem na parking supermarketu. Pusty był. Zdecydowałem zaparkować przy główniejszym wejściu, bo była wczesna pora i to bliższe mogło być zamknięte. Na parkin-

„Albo usiłujemy uzależnić od siebie bliskich nam ludzi albo sami popadamy w nadmierną od nich zależność.”

wiedział: dobra była z niej kotka. Wziął do pudełka od butów, postawił koło swojego łóżka i całą noc coś do niej mówił. Słyszałam, bo nie spałam. Rano zakopaliśmy ją pod sośną w ogródku. Przez miesiąc chyba, tak na raty, wspominałam Myszkę, płakałam.

Cztery lata później przeżywałam długą chorobę mamy. Miała nowotwór kości, bardzo cierpiała. Towarzyszyłam jej w agonii. Potem pogrzeb. Jakieś konflikty w zwiariowanej rodzinie. Byłam i jestem wdzięczna Sile Wyższej za każdy dzień - trzeźwy. Nie przepielam swojego człowieczeństwa, mogłam do końca żegnać się z mamą.

Dalej: zaczął chorować ojciec. Kiedy go odwiedziłam w szpitalu, przeprosił mnie za bycie złym ojcem. Fakt, najlepszym nie był, ale mu to dawno wybaczyłam. Pierwszy raz rozmawialiśmy szczerze, bez podtekstów. To bardzo ważne dla mnie. Teraz dzwoni często, widzujemy się.

Więc w trzeźwym życiu dotarłam najpierw do koszmarnego dzieciństwa, a potem pogodziłam się z faktami - bardzo pomogli mi w tym rodzice; tak jakbym ich dopiero niedawno zyskała. Nauczyłam też godzić się z przemijaniem, odchodzeniem. Mam też zgodę na własne starzenie, na coraz więcej ograniczeń.

Choć z alkoholizmem nie musiałam się godzić. Uważam, że dzięki niemu o wiele więcej zyskałam niż straciłam.

Trudno znaleźć

Ostatnim czasem, na mityng AA spóźniłem się parę minut, bo byłem w tym miejscu pierwszy raz i straciłem trochę minut na znalezienie pomieszczenia grupy AA. To już dla mnie „normalka”. Adres w spisie mityngów, to ogromne ułatwienie, ale często pod wskazanym adresem trudno znaleźć TO pomieszczenie. Tak sobie pomyślałem, że często w takich miejscach jest jakaś tablica ogłoszeń – to dobre miejsce by umieścić informację, jak trafić do pomieszczenia „mityngowego”. A tu nawet informacji o samym mityngu nie ma! Nie ma też w innym - DOSTĘPNYM miejscu, które jest bezpośrednio kojarzone z podanym adresem, np.: jakieś główne drzwi.

Uważam, że dobrym dla Wspólnoty AA byłoby zadbanie o innych członków (szczególnie o „nowicjusza”) i umieszczanie w ogólnodostępnym miejscu informacji: w którym pomieszczeniu odbywa się mityng AA i jak tam trafić. Jestem przekonany, że to jest do zrobienia ale to już rola każdej grupy z osobna. Może ktoś powiedzieć, że ktoś, kto chce znaleźć, to znajdzie – ale czy to jest takie oczywiste? Ja sobie już dziś radzę z takimi sytuacjami – ale jakbym szedł pierwszy raz, to na wiele mityngów bym po prostu nie trafił !!! Trzeba by się ludzi pytać, może czasem dzwonić po jakiś domofonach i inne takie – nieprzychylności.

Raz jeden - takie moje doświadczenie - nawet już myślałem, że znalazłem mityng, bo słycać ludzki gwar. A tu: spotkanie jakiejś grupy ludzi i właśnie sobie polewają, bo będą wznosić toast, za coś tam. Tak sobie zadają pytanie: czy warto zadbać o potrzebującego, ale tak bez moralizowania, wygłaszania teorii za i przeciw, a zamiast tego – zrobić coś, by nie utrudniać. Nakład pracy mały a efekt... efekty należą do pana Boga - oczywiście. Ja mam zrobić. Nie gadam tak po próżnicy, gdyż jestem z grupy AA, której mityng



„Faktem bowiem jest to, że im bardziej jesteśmy gotowi podporządkować się Sile Wyższej, tym bardziej stajemy się niezależni.”

grupa. Praca nad sobą na Krokach i Tradycjach jest moim zadaniem. Mam wiele pytań, ale zapewne tutaj otrzymam odpowiedzi. .

Uczestnik 4: Mityng organizacyjny a inwentura, to, co innego. Inwentura to głęboka analiza tego, co robi grupa AA do niesienia posłania AA i jak „trzyma się „ Tradycji AA – dwunastu, zresztą. Na mojej grupie inwentura odbywa się w innym terminie niż terminy mityngów, raz na 3 miesiące. Inwentura ma wpływ na jedność grupy. Jest niezbędna by grupa nosła posłanie jak najlepiej i skutecznie. Sumienie grupy AA to wypowiedzi, które rozwiązują dany problem zgodnie i w duchu 12 Tradycji AA, nie wykraczając poza nie. I nie ważne ile jest takich głosów. Większość nie zawsze ma rację, a w taki sposób najłatwiej złamać którąś z Tradycji AA i przerzucić odpowiedzialność na tzw. większość. Demokracja to nie jest jeszcze Sumienie grupy. Sumienie grupy AA to coś więcej. Inwentura to nie jest jakiś program rozrywkowy dla kibiców, to czysta praca.

Uczestnik 5: jest różnica, ale nie są od siebie oddzielone. Jest niechęć do inwentury tak samo jak niechęć do pracy nad 4 Krokiem. Jak nie rozumiem sensu pracowania nad moim obrachunkiem moralnym, tak nie zrozumieję sensu uczestniczenia w inwenturze. Rzecznik na mityngu spełnia ważną służbę – pilnuje przestrzegania Tradycji AA. Rzecznik powinien rozumieć Tradycje AA. Jak przeprowadzać inwenturę na grupie jest w broszurce AA i warto się do tego odnieść a inwenturze grupy AA. Zrozumienie sensu:, czym jest inwentura jest podstawą, tak samo jak sens Kroku 4-go.



Uczestnik 6: jeszcze w połowie tego roku nie znałam tego słowa – inwentura. Cóż nie ma sponsorów to nie ma właściwego przekazu posłania AA. W broszurce jest przecież wszystko (tutaj cytuję). To stwierdzenie otworzyło mi oczy na inwenturę a kiedyś zdarzało mi się unikać wyboru do służb. Grupa AA ma cele i powinna je realizować. Grupy mają różne możliwości, aby nieść posłanie, ale jest wiele różnych sposobów by te cele realizować. To nie tylko ulotki, mityngi informacyjne, rozmowy na detoksie, ale niesieniem posłania jest także schludny i czysty wystrój sali, opieka nad nowicjuszem a w tym zadbanie o to by otrzymał „pakiet startowy”. Dążenie do tego, by nowicjusz znalazł swoje miejsce w grupie. Jeśli nie ma informacji na grupie, po co istnieje grupa AA, to jest problem. Posłanie to także naprawdę drobne, proste, ale podstawowe sprawy do załatwienia. Na mojej grupie nie pytamy czy ktoś chce przestać pić. Niesieniem posłania może być odpowiednia nazwa grupy AA, taki termin mityngów, by nie kolidował z innymi mityngami, literatura na grupie, herbatkowy, proste sprawy. Inwentura wpływa na jedność grupy, bo gdy zmywam „gary” i zamiatam to - jestem u siebie! To wszystko było dla mnie odkryciem. Na naszej Intergrupie przygotowaliśmy się do inwentury intergrupy i to zadziałało, ale w czasie inwentury nie było dyskusji o wszystkim a w końcu o niczym. Ważne stało się dla mnie przekazywanie sobie wzajemnie informacji. Ja chodziłam wiele lat na mityngi i nie słyszałam o inwenturze. Sumienie grupy jest po to, by grupa wypracowała wspólne konkretne zdanie, ale wypowiedzieć się powinni wszyscy. Przygotowanie się do tego warsztatu dało mi bardzo wiele dobrego.

10 „Nigdy nie przyszło nam do głowy, że to my sami powinniśmy się zmienić, by sprostać warunkom, jakiegokolwiek by one nie były.”

Uczestnik7: w inwenturze brałem udział kilkakrotnie. Na grupie Kontakt były wcześniej przygotowania do inwentury, np.; służby zajęły się szukaniem „cienia”, także już przed inwenturą byli kandydaci do rotacji w służbach. Służby przygotowywały także plan spotkania, gdyż inwentura bardzo się wiąże ze sprawami organizacyjnymi. Inwentura to obranie przez grupę AA kierunku jej działania a w sprawach organizacyjnych wybraliśmy służby, które dostają wypracowany kierunek działania i wiedzą, nad czym mają pracować. Wyrobiliśmy się z tymi wszystkimi sprawami w godzinę! A moje doświadczenie jest takie, że inwentura trwała – 3 niedziele, ludzie nie zostawali na drugą część mityngu i ciągle rozmawialiśmy o służbach przez długi czas. A tak, dzięki „cieniom” zniknął problem ze służbami i z chętnymi do służenia Wspólnocie AA. na grupie pracujemy na literaturze AA. Do inwentury przygotowywaliśmy się 2 miesiące, żeby służebni nie byli „z łapanki”, ale ludzie odpowiedzialni. I wtedy grupa AA się scala.

[...]

Warsztat zakończył się niedosytem wielu wypowiadających się uczestników i głosami, by temat „pociągnąć” dalej, gdyż z pewnością nie jest do końca przepracowany.

c.d.n.

Drodzy Przyjaciele! Niżej przedstawiamy Wam kolejny wykaz dat powstania grup, wraz z podanym dniem tygodnia (i który w miesiącu). Jeśli chcecie przekazać uwagi - skontaktujcie się z Pawłem: 503-924-812, e-mail: archiwum_wawa@wp.pl

Nazwa Grupy	Data powstania	Dzień	Miejscowość
"PŁOMYK"	2000.02.01	WT (1)	Wołomin
"ZIARNO"	2000.02.01	WT (1)	Baranowo
"ANDRZEJ"	1990.02.03	SO (1)	Warszawa
"DROMADER"	1995.02.03	PT (1)	k.Makowa Maz.
"NA GÓRCIE"	1997.02.03	PN (1)	Warszawa
"DZIEŃ PO DNIU"	1997.02.04	WT (1)	Łomianki
"ISKIERKA"	2001.02.06	WT (1)	Blizne Jasińs.
"STARY REMBERTÓW"	1996.02.08	CZ (2)	Rembertów
"ŹRÓDŁO ŻYCIA"	2002.02.08	PT (2)	Warszawa
"EFFATHA"	1989.02.10	PT (2)	Warszawa
"FLORIAN"	1996.02.10	SO (2)	Brwinów
"OLSZYŃKA"	1993.02.15	PN (3)	Warszawa
"SEMAFOR"	2006.02.15	ŚR (3)	Grodzisk Maz.
"ANTIDOTUM"	2002.02.18	PN (3)	Józefów
"PRZEMIENIENIE"	2001.02.21	ŚR (3)	Warszawa
"DZWON"	2005.02.22	WT (4)	Ożarów Maz.
"PODKOWA LEŚNA"	2005.02.23	ŚR (4)	Podkowa Leśna
"NIEPORĘT"	2004.02.24	WT (4)	Nieporęt
"FILOZOFIA"	2005.02.24	CZ (4)	Warszawa

„Najbardziej powszechnymi symptomami poczucia zagrożenia emocjonalnego są zamarzanie się, złość, litowanie się nad sobą i depresja.”

LISTY DO REDAKCJI

Podjąłem wyzwanie

MITYNG

Swoje picie zaczynałem od picia towarzyskiego. Piłem w klubach i na domówkach; miałem fajną pannę, dużo znajomych. A z kasą nie było problemu. Mieszkałem na Pradze Północ, w okolicy ulicy Brzeskiej. Tam albo się kradło albo chodziło na metę, gdzie zawsze mogłem wziąć wódkę na kredyt.

Zamieszkałem na swoim z dziewczyną, z którą się zaręczyłem. Pracowałem na budowie, zarabiałem około 2,5 tysiąca zł, ale piłem codziennie. Zaczęły się kłótnie, doszło do rozstania, mimo, że byliśmy razem 2 lata. Upijałem się prawie codziennie, nie dbałem o siebie, chodziłem brudny, zarośnięty. Śmierdziało ode mnie wódką na kilometr.

Wylądowałem na detoxie. Zawiozła mnie tam matka. Kiedy wyszedłem stamtąd to do domu wróciłem pijany; do tego pobiłem się z ojczymem. Matka wyrzuciła mnie z domu, więc pojechałem do kolegi. Tam piliśmy wódkę, browar, a jak kasy nie było to dobre i nalewki.

Widziałem jak ludzie, z którymi ja piłem, umierają z przepicia. Byłem przekonany, że to mnie nie dotyczy. Więc piłem dalej, aż do chwili, gdy spotkałem na swojej drodze księdza. Po spotkaniu z nim pojechałem na detox. Byłem tak zajęchany, że ludzie mnie palcami pokazywali. Z ledwością się poruszałem.

Po detoxie wybrałem terapię, w której uczestniczę już 3 tygodnie. Dowiedziałem się tam, jak blisko byłem śmierci. Teraz codziennie non stop poznaję ciekawe rzeczy. Zaczynam wierzyć, że można żyć bez wódki i browara.

Mam 23 lata. Wiele już w życiu straciłem. Rodzinę, zdrowie, pracę, a nawet marzenia. A ile razy mówiłem sobie – mnie to nie dotyczy. Okazało się, że dotyczy, do tego bardzo boleśnie. Jestem alkoholikiem, który podjął wyzwanie by żyć w trzeźwości. Uczęszczam na spotkania AA, to nic nie boli, ani nie kosztuje. Może jeszcze uratuję swe życie? Dzisiaj znów nie piłem.

Sebastian lat 23

Bezsilność i pogodzenie

Nazywam się Inka, jestem alkoholiczką...

Cale swoje życie, gdy zdarzało się coś złego, to starałam się po prostu nie myśleć. Odsuwałam, zażywałam proszki na uspokojenie, piłam alkohol. Na terapii okazało się, że jestem ekspertem od wypierania: zupełnie nie pamiętałam wielu ważnych, tragicznych zdarzeń z własnej biografii. Udało mi się dotrzeć do wspomnień z dzieciństwa: kiedy na "niegrzeczność" nie byłam karana, tylko dostawałam relanium. I że jestem kompletnie nieprzygotowana do przeżywania silnych emocji w ogóle.

Doskonale pamiętam pierwsze moje uczciwe, trzeźwe zetknięcie z nieszczęściem. To głupio zabrzmiało, wiem, ale dla mnie było doświadczeniem kompletnie czegoś nowego, wstrząsającego. Moja 14-letnia kotka nagle zachorowała. Wcześniej właśnie to ona jedna towarzyszyła mi w końcówce picia. Przytulałam ją, płakałam, użalałam się. I ona jedna była niezadowolona z mojej terapii: gdzie ja się włóczę? Więc wieczorem, po zajęciach w poradni, wzięłam ją na kolana i zaczęłam wpychać do pyszczki lekarstwo. Kotka się broniła, a nagle znieruchomiła: zdechła. Syn po-

świeczki z cyfrą 5, z sercem przepelnionym wdzięcznością. A takie serce nigdy, jak ktoś powiedział, nie pozwoli sobie na samozachwyty i samouwiełbienie. Chłonę całym sobą każdą wypowiedź, każdy uśmiech, wychwytyuję pojedyncze gesty. Znajduję w nich siłę, wiarę i nadzieję do budowania kolejnych pokoi na fundamencie mojego domu trzeźwości. Jest wśród Was osoba, która przyjmowała mnie do Wspólnoty, jest też na sali kilka kobiet, które to Bóg postawił na mojej drodze trzeźwienia. To one w dużym stopniu swoją subtelnnością i ciepłem pozwoliły mi zaaklimatyzować się w tej Wspólnocie „uruchamiając” mnie do działania, do służenia, do nowego pojmowania przez mnie czym jest miłość?

Siedzę i porównuję siebie z sobą samym z przed pięciu lat, gdy to proboszcz jednej z parafii otworzył drzwi salki mityngowej i wprowadził mnie w nowy świat. Sam bym tego nie dokonał. Musiałem w końcu przyznać, że ja nie mogę – On może – a ja Mu pozwolę. Już po niespełna roku uwierzyłem, że siła większa od nas samych może przywrócić nam zdrowie. W mieniącym się wszystkimi barwami jesieni parku nad Utratą, wysłuchawszy ośmiu świadectw przyjaciół na mityngach spikerskich, zacząłem wierzyć, że może i mnie uda się, żyć, działać i kochać bez alkoholu. Znalazłem coś, co wypełniło mi moją pustkę egzystencjalną. Tym czymś była Wspólnota AA, która przez te pięć lat stała się moją przystanią, portem do którego często zawijałem, by korzystać z doświadczenia innych alkoholików i starać się tak jak potrafię stosować zasady i tradycje Wspólnoty we wszystkich moich poczynaniach.

Te pięć lat to droga mojego przebudzenia duchowego - od salki mityngowej w drewnianym baraku do konkursu karaoke na sylwestrowym balu bez alkoholu w Otwocku. Wiele było w jej trakcie różnych wydarzeń, moich zadziwień, lekcji pokory, poznawania świata i samego siebie.

Chcę dalej kroczyć tą drogą i wierzę, że to co mnie czeka to długa rzeka, a nie krótka historia...., przygody mojego życia z udziałem członków Wspólnoty i jej sympatyków. Jeden z przyjaciół w przerwie mojego mityngu rocznicowego powiedział „Program AA jest prostym programem dla skomplikowanych ludzi”. Niewątpliwie takim człowiekiem byłem i jestem w pewnym stopniu nadal, niemniej jednak, już w połowie drogi zachwycają mnie rezultaty i powoli w moim życiu zaczynają się spełniać obietnice AA.

Chciałem tą krótką refleksją wyrazić swoją wdzięczność tym wszystkim, którzy pozwolili mi odnaleźć w sobie te przymioty, które przez lata były jakby uśpione we mnie, a które mogę dziś wykorzystać dla siebie i bliźniego na drodze służby i miłości.



Andrzej 04 AA

Drodzy Przyjaciele! Niżej zamieszczamy zapiski w postaci oryginalnej z warsztatów z 1993 roku na temat sponsorowania.

Warszawa 12.07.93 r.

Intergrupa Sawa.

Informacja z drugiego spotkania zorganizowanego przez Wspólnotę warszawską AA, które poświęcone było sponsorowaniu.

Marcin - informacja

Doświadczenie moje wyniesione z obserwacji w USA, mówi że nowoprzybyły do Wspólnoty AA, dostaje natychmiast sponsora lub nawet dwóch sponsorów do różnych zagadnień.

Sponsor - inaczej opiekun, patron, poręczyciel, dzielący się doświadczeniem.

Temat - 1. Sponsorowanie różni się od posłannictwa w ramach 12 Kroków. Sponsorowanie jest to ciągła odpowiedzialność za pomoc nowemu uczestnikowi w radzeniu sobie w życiu.

Temat - 2. Sponsorowanie daje nowemu pewność, że istnieje osoba, do której może się zwrócić bez obaw i z pełnym zaufaniem

Temat - 3. Nowy wybiera sobie osobę, która stosuje program, nie pije od roku, trzeźwość stanowi dla niej radość i przyjemność

Temat; - 4. Sponsor i podopieczny czuje się najlepiej z podobną sobie osobą związaną przez zawód, wyznanie, zainteresowania

Najlepiej gdy mężczyzna sponsoruje mężczyźnię a kobieta kobiecie.

Sponsor nie świadczy usług pracownika służby zdrowia lub pracownika socjalnego. Posiada tylko osobiste doświadczenie i obserwacje. Związek pomiędzy podopiecznym i sponsorem powinien być otwarty i uczciwy.

Felek - Wynika z mojego doświadczenia, że pomiędzy sponsorem a sponsorowanym musi być stworzona atmosfera ufności i wolności. Tak naprawdę celem w AA Jest dojrzałość. Ja mam prawo przymusić sponsorowanego do stosowania programu. Program AA jest moją drogą, którą sam muszę znaleźć. Mam tylko podzielić się swoim doświadczeniem, jeśli mówię "zrób to i to" to zabieram człowiekowi wolność. Uważam, że przychodzi takt okres, kiedy człowiek musi stanąć na swoich nogach bez sponsora. Sponsor pomaga w dojrzywaniu. Niedobrze jak osoba sponsorowana wiesz się na mnie (wtedy ta osoba staje się krytyczna). Nie ma lepszego niesienia posłania jak sponsorowanie. Kiedy jestem konsekwentny i wytrwały daje mi to poczucie własnej godności. Bardzo ważna jest przy sponsorowaniu bezinteresowność, która nie stwarza nieczystej sytuacji. Widzę zasadność poznania rodziny sponsorowanego, uzyskuję wtedy pełniejszy obraz. Jeśli sponsoruję, to tak,

jakbym robił coś bezinteresownie - jest to coś z godności.

Teresa - We wspólnocie jestem 13 lat i zauważyłam że wielu alkoholików trzeźwieje bez sponsora. Przy przerabianiu 12 Kroków na mityngach, rodziło się wiele pytań, które można było wyjaśnić w rozmowach indywidualnych, po ich zakończeniu. Aktem pokory jest zwróceniem się do kogoś o pomoc. Uznanie własnej bezsilności. Moje doświadczenia mówią o tym, że warto mieć na danym etapie tylko jednego sponsora, gdyż niektóre sprawy można pogubić i rozmydlić. Przy wyborze sponsora kieruję się zasadą "trzymaj się ze zwycięzcami".

Felek - Dla sponsorowanego jestem partnerem i nie prowadzę go za rękę. To on ma problem i musi go sam rozwiązać przez dokonanie wyboru. Ja nie mam podejmować decyzji za sponsorowanego. Nie może obarczać mnie odpowiedzialnością za to co robi. Wszystko czego na sobie doświadczyłem, jest wiarygodne. Trzeba serca a nie bycia nauczycielem. którego we mnie chce widzieć osoba sponsorowana. Największą krzywdę jaką mogę zrobić człowiekowi to zabrać mu jego drogę.

Jak to jest - być sponsorem?

Chcę podzielić się swoimi spostrzeżeniami, przemyśleniami, a zwłaszcza doświadczeniem na temat sponsorowania, bowiem kilka lat temu, kiedy pisałem Czwarty i Piąty Krok miałem sponsora, a dzisiaj, od prawie dwóch lat, sam nim jestem. Bardzo cenną wypowiedź usłyszałem zanim zabrałem się do czwórki i piątki naszego Programu. Jeden z alkoholików powiedział coś takiego: tacy znani ludzie, jak królowie, książęta, prezydenci czy też papież - mają doradców, a ty co? Uważasz, że ich nie potrzebujesz, że sam świetnie sobie z tym radzisz? To stwierdzenie uświadomiło mi moje człowieczeństwo odsuwając lub przesuwając trochę od siebie stan boskości, nieomylności, jak również dało oddech mojej dumie i próżności. Dość szybko do mnie dotarło, że mając sponsora, nie mam go po to, aby on załatwiał za mnie sprawy, które tak naprawdę mogę załatwić sam o ile tylko jestem gotów do nich i chcę je załatwić. Druga, bardzo ważna sprawa to dystans emocjonalny sponsora do spraw, zdarzeń, sytuacji dziejących się na co dzień wokół człowieka, z którym współpracuję. Bez zbędnego bagażu emocjonalnego łatwiej i prościej jest mnie zobaczyć zdarzenia, takimi jakimi one były, a przecież właśnie owe emocje, cały czas leczone, są przyczyną choroby jakiej podlegam. Trzecia i chyba najbardziej



istotna sprawa to stosunek emocjonalny, zażyłość, przyjaźń i świadome dobro, jakie tworzy się między mną pomagającemu, a tym, któremu pomagam. Pamiętam natomiast swoje uczucia, jakie były we mnie kiedy po raz pierwszy poproszono mnie, abym został sponsorem. Umysł był dumny i wyniosły, a uczucia? Zakłopotanie i strach. Czy ja sobie z tym poradzę? Dlaczego ja? Odpowiedź połowiczna - pomyślę nad tym! To jedyna rzecz sensowna na jaką wówczas byłem w stanie się zdobyć. A później główkowanie, ile to wtorków czy też sobót, jak również dni niewiadomych - wyjętych z własnych potrzeb, pragnień, ba zachcianek i chętności - na rzecz drugiego człowieka. Czy poradzę sobie z odpowiedzialnością i konsekwencją spraw, w które mam się zaangażować? Czy aby jestem pewien, że podołam, że wytrzymam, że zdobędę się na wykrzesanie z siebie tego, czego oczekuje ode mnie człowiek, taki sam jak ja. Ten ja sprzed paru lat. Obawa wahania, wątpliwości lecz nie zwątpienie, załamanie, przerażenie. I wreszcie urodzona po bólach decyzja - o key, fajnie, cieszę się, że będziemy razem pracować. Nad czym? Ano nad tym, aby stawać się coraz bardziej dorosłymi, wolnymi ludźmi. Dociera dzisiaj do mnie fakt dania kto, komu i co? On mnie - pełną ufność, szacunek oraz mądrość i wiedzę. A co ja? Myślę, że głównie zrozumienie, aby zrozumiał samego siebie, poczucie bezpieczeństwa wraz z akceptacją oraz dobroć, serdeczność, przyjaźń. Emocjonalne przekonanie, że robimy coś dla siebie, coś co da nam zobaczyć świat oczyma miłości, dobra, radości. (...)

Sam bym tego nie dokonał

Są dwie rzeczy, których z powodzeniem trzeźwiejący alkoholik nie zapomni do końca swoich dni. Pierwszą z nich jest ostatni ciąg alkoholowy, a drugą jego pierwszy mityng we Wspólnocie AA.

Pamiętam dobrze wysoki mur jaki oddzielał mnie od Boga, siebie samego i drugiego człowieka, gdy w dniu 1-go stycznia 2004 ujrzałem po raz ostatni dno wychylonej przeze mnie butelki. Jakże smutny, upokorzony, przestraszony byłem wtedy, gdy niektórzy z Was bawili się bez alkoholu na sylwestrowych balach, a może przygotowywali się do podzielenia się swoją trzeźwością na pierwszych mityngach w Nowym Roku. A ja w tym czasie opróżniałem w obecności mojego niespełna trzynastoletniego syna ostatnią mam nadzieję w moim życiu butelkę wódki, nie mogąc przy tym spojrzeć ani za siebie, ani przed siebie.

Byłem już wtedy przyjęty do Wspólnoty, ale musiało jeszcze upłynąć trochę czasu nim do niej się sam przyjąłem. Miałem za sobą pierwszy mityng, ale wciąż jednak szukałem, czym różnić się od tego bractwa miast szukać podobieństw i identyfikować się z nim jako Andrzej Alkoholik.

Dziś siedzę z Wami na moim rocznicowym mityngu wpatrzony w płomień mojej