

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: anglia@aa.org.pl, __zamówienia na literaturę AA: anglia-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

Sprzedaż 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

Biuletyn Regionu Warszawa

MITYNG

www.mityng.net

NUMER 3/141/2009

Ukażuje się od października 1992

Marzec

Temat wiodący: **Krok trzeci. Gotowość**

A za miesiąc: **Krok czwarty. Uczciwość**

Kto szklanki myje ten nie zapije

Nie zawsze tak było w AA, żeby herbatę i kawę dla pozostałych robiła jedna osoba. Coraz częściej można ten zwyczaj zauważyć „na grupie”. Teraz dostrzegam zalety tego obrządku.

Tylko jeden kręci się przy stole. Sam nakłada woreczki z herbatą, nasypuje kawę do szklanek nie ma zamieszania, przeciskania się, zabierania sobie wzajemnie łyżeczki. Rozsypywania cukru pośpiesznie słodzonej kawy.

Gdy zaczyna się mityng AA, nie ma łążeń, przeszkadzania, szumu gotującego się czajnika, brzękania garami i zagłuszania odczytywanego właśnie programu: Preambuły, Rzadko się zdarza, 12 – tu Kroków i Tradycji AA. To chyba nie wszystkie zalety.

Mam wrażenie, że ten „herbatkowy (-wa)” pokazuje pokorę w praktyce. Czasem mi głupio, jak zaraz w drzwiach pyta - *czego się napijesz?* W domu tak nie mam. Widocznie nie zasłużyłem. Tu zasługuję. Nieraz jest to rostry, silny chłop, wyglądający groźnie, nieraz z wyglądu jak „kozak z warszawskiej Pragi”. Przy tym wrzącym czajniku wygląda jednak przyjaźnie. No i co z tego, że dostał od życia w skórę. Dziś jest z nami. Jest bardzo potrzebny. Bardzo mi imponuje swoim zaangażowaniem, wzbudza we mnie wielką sympatię i braterską jedność. Nie wiem jak to działa, ale ten „Funkcyjny” staje się w moich oczach naprawdę „kozakiem”. Tym razem prawdziwym. Szczególnie dużym szacunkiem obdarzam wykonujących te czynności, gdy robią to z łatwością i wdzięcznością kelnera z hotelu Marriott.

ciąg dalszy na str. 3



Spis treści:

- Str. 1 Kto szklanki myje...
 Str. 3 Odzyskałam swoje życie
 Str.6 Czy jestem gotowy?
 Str.9 Wykaz grup marcowych
 Str.10 Po co mi ta służba?
 Str. 11 Przekaż dalej!
 Str. 13 Moja droga
 Str. 16 Listy do redakcji - Do Taty
 Str. 17 Nasze Korzenie „Nowa Droga” „Europaa”
 Str. 18 Wrogowie Wspólnoty AA
 Str. 22 ZZA KRAT: Moje miejsce

**WARSZTATY (sobota):**

- 7 marca **Jak mówić o AA poza AA**, Zespół Informacji Publicznej, PIK, godzina 15:00
 14 marca **Służba Sekretarza.**, Zespół Literatury, PIK, godzina 15:00

ZAPROSZENIA NA MITYNGI

Grupa AA „**KONTAKT**” zaprasza wszystkich przyjaciół na XX rocznicę powstania grupy. Uroczysty mityng odbędzie się 22 marca (niedziela) o godz.16:00, ul. Floriańska 3, dom parafialny na tyłach Katedry, suterena.
 Grupa AA „**ODPOWIEDZIALNI**” zaprasza wszystkich przyjaciół na VII Rocznicę powstania grupy. Uroczysty mityng odbędzie się 28 marca o godz.18:30, przy ul. Nowy Zjazd 1 (klub u PIMA).
 Grupa AA „**ORĘDZIE SERCA**” ma zaszczyt zaprosić na mityng otwarty dnia 29 marca z okazji X rocznicy powstania. Niedziela godz. 9.30 Otwock ul. Żeromskiego 6 od strony domu rekolekcyjnego (na tyłach kościoła Pallotyńców)

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



SAWA	WSCHÓD	PÓLNOC
03.03 - Rembertów	02.03 - Wiąz	06.03 - Na Górze
10.03- Mazowiecka	09.03 - Orlik	13.03 - Przedwiośnie
17.03 - Szczepan-Auxilium	16.03 - Kamionek	20.03 - Strzyżyna
24.03 - Wiśniewo-Kontakt	23.03 - Za piecem	27.03 - Na Górze
31.03 - Lourdes	30.03 - U Wincentego	

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

„W szczególności alkoholicy powinni potrafić zdać sobie sprawę z tego, że nieokiełznane instynkty są zasadniczą przyczyną prowadzącego do ruiny picia”

dla mnie źli, nie rozumieją mnie. Teraz dotarło do mnie, że tak naprawdę obwiniałem wszystkich ale nigdy nie umiałem spojrzeć na swoje zachowanie. To ja zaniedbywałem swoją rodzinę i przychodziłem pijany do domu, robiłem awanturę tylko o to, że konkubina prosiła mnie abym przestał pić i zajął się domem, rodziną. Zawsze jej opowiadałem, że pijąc nie robię nic takiego, ale teraz zrozumiałem, że samym piciem wyrządzałem dużą krzywdę mojej rodzinie i znajomym.

Każde moje przestępstwo popełniłem pod wpływem alkoholu i narkotyków. W Zakładach Karnych odsiedziałem prawie 17 lat i ma dość takiego życia, wiem że mogę żyć inaczej, że mogę być TRZEŹWY, normalnie pracować, zająć się rodziną. O ile konkubina mi wybaczy, wróci do mnie – to zależy w większości od niej.

Do końca kary zostało mi 4 lata i wiem, że przez te lata muszę dużo pracować nad sobą. Dzisiaj bałbym się wyjść na wolność, nie jestem jeszcze na to przygotowany. Nie chcę zmarnować swojej szansy. Będę chodził na mityngi, wypowiadał się i dzielił swoimi doświadczeniami. Bo wiem, że to pomaga. Ja nigdy nie chciałem powiedzieć ani słowa na mityngu. Dopiero na grupie „Atlantis” odważyłem się opowiedzieć jak wyglądało moje dotychczasowe życie i jak chcę to zmieniać. Cieszę się teraz, że odważyłem się na wypowiedź, czuję się o wiele lepiej. Lżej. Pokora i praca nad sobą dodają mi siły i wiary i może kiedyś tu przyjdę na mityng: będę człowiekiem wolnym i trzeźwym i będę mógł nieść posłanie trzeźwości innym alkoholikom, tak to teraz robią inni.

Dzisiaj pragnę podziękować mojej terapeutce, która namówiła mnie abym poszedł na mityng, zobaczył jak jest i zdecydował czy coś mi to daje.

W AA jest moje miejsce, gdzie czuję się bardzo dobrze.

Paweł z Krakowa, „Atlantis” 17.01.2009r.

Czegoś zabrakło

W poprzednim numerze na pierwszej stronie wymienione zostały znane sugestie:

1. Dziś nie pij
2. Idź na mityng
3. Czytaj literaturę AA,

a zabrakło

4. Rozmawiaj ze sponsorem

Wracam do tego, bo tylko 3 punkty mogłyby sugerować „że istnieje łatwiejsza, łagodniejsza droga”, o czym mowa w V rozdziale Wielkiej Księgi – „Jak to działa”.

Rzeczywiście, w moim przypadku to właśnie praca ze sponsorem pokazała mi, że poza moją ulubioną grupą istnieje coś jeszcze. To właśnie sponsor wprowadził mnie w służbę, poznałem zasady działania Intergrupy, służby Regionu, potrzebę funkcjonowania PIK, dyżury telefoniczne, warsztaty. Pracowicie poznawałem świat AA.

Dzisiaj myślę, że sponsora nie może zabraknąć. „Nie masz sponsora, to nie zacząłeś trzeźwieć” – to zdanie przed laty irytowało mnie ogromnie. Prawie tak samo, jak kiedyś, gdy mówiono mi, że za dużo piję.

pozdrawiam, S.AA

ZZA KRAT

Moje miejsce

Mam na imię Paweł i jestem alkoholikiem.

Moja przygoda z AA rozpoczęła się gdy odbywałem karę pozbawienia wolności w ZK Nowy Wiśnicz i pamiętam, że wtedy zostałem skierowany do oddziału terapeutycznego przez panią psycholog, na co się zgodziłem. Chodziłem na mityngi AA. Nigdy nie wypowiadałem się, wręcz przeciwnie – śmiałem się z wypowiedzi innych ludzi.

Obecnie jestem w oddziale terapeutycznym w Areszcie Śledczym Warszawa – Mokotów. Przyjechałem tutaj z własnej woli. Rozmawiałem z panią psycholog w Z.K. Nowy Sącz, że dotarło do mnie iż mam duży problem ze swoją chorobą alkoholową. Psycholog skierowała mnie do tutejszego A.S. „Atlantis”. Po rozmowie z moją terapeutką oświadczyłem iż mam bardzo duży problem z alkoholem, że będę chodził na mityngi AA. Lecz tak naprawdę nie miałem odwagi iść i powiedzieć że ja jestem alkoholikiem. Wstydziałem się tego i bałem się reakcji ludzi przychodzących na mityngi.

Mój pierwszy mityng zrobił na mnie ogromne wrażenie, gdyż ludzie którzy tam byli opowiadali o swoich doświadczeniach, a mi wydawało się wtedy jakby ktoś opowiadał moje dotychczasowe życie. Gdy powiedziałem, że jestem alkoholikiem to od razu poczułem się lżej, jakby spadł ze mnie ciężar, który nosiłem ze sobą aż tyle lat.

Moje błędne myślenie i tłumaczenie sobie samemu, że przecież nie piję już od ponad trzech lat i mogę żyć bez alkoholu – to jakim ja jestem alkoholikiem? Zawsze alkoholika widziałem tak go sobie sam stworzyłem, że jest zaniedbany, brudny, śpi na dworcu i codziennie pije, itp. Ale bardzo się zdziwiłem, że moi przyjaciele byli tacy jak ja, pochodzili z normalnych dobrych domów, pracujący, mający rodziny, dzieci, prowadzili własne firmy. Było to dla mnie duże zdziwienie, które dodatkowo wpłynęło na moje życie.

Z doświadczeń nowych znajomych dowiedziałem się jak żyć z tą chorobą i co robić aby nie wrócić do tego co robiłem.

Musiałem czekać aż 19 lat żeby dojść do wniosku, że i ja mogę spróbować. Bo przecież nic nie tracę, a wręcz przeciwnie – mogę zyskać to czego tak naprawdę pragnę – TRZEŹWOŚĆ. Moje dotychczasowe życie, gdy patrzę w przeszłość, opierało się głównie na piciu i braniu narkotyków, co wiązało się z kłótniami z rodziną, tak naprawdę straciłem wszystko, odeszła ode mnie pierwsza konkubina z córką, druga konkubina z synem. Jedyną szansą mojego powrotu jest TRZEŹWOŚĆ.

Wiem, że wyrządziłem mojemu dziecku dużo krzywdy, że powinienem być teraz przy nim, a nie w Z.K. Moją konkubinę tak bardzo raniłem, robiłem jej awantury, ubliżałem jej i parę razy uderzyłem. Tego nie powinienem robić, ale wtedy wydawało mi się że nie mam sobie nic do zarzucenia, że ja robię wszystko dobrze, że inni są



ciąg dalszy ze str. 1

Na moją grupę, czasem przychodzi około 50 osób. Niezła robota z myciem szklanek po mityngu, prawda? Trzeba prawdziwego faceta, żeby tego dokonać. Nieraz jest tak dużo do mycia, że nie może on wysłuchać całego mityngu. Żeby się wyrobić leci myć szklanki przed końcem, w przerwie też. Nieraz ktoś mu pomaga. Inni w tym czasie palą fajeczkę. I ja też palę. Ale mi głupio bo on myje, a ja się bajeruję. Choć kawę lubię pić to jednak nie znoszę takiej parzonej „po Polsku”. - Wiecie? Dwie łyżki kawy, dwie cukru i koniecznie woda po samiusienieńkie wręby, bo musi się po drodze wylewać! Jak się nie wylewa, to znaczy że było za mało. Niedobrrra! Trzeba dolać!

Czasem ten „herbatkowy” postawi przede mną taką właśnie kawę, a ja piję. Nie kapryszę, nie żebym się bał. Od niego po prostu mi smakuje. Dziękuję wam, że jesteście.

Jesteście debeściaki, i wasza służba też. O kawie nie wspomnę.

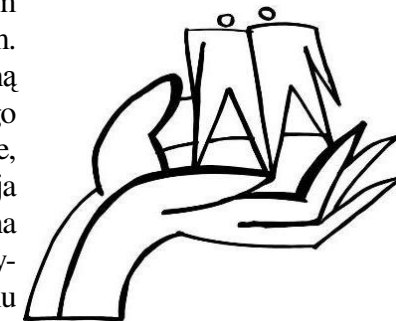
smakosz kawy ”po aowsku”

Odzyskałam swoje życie

Moje życie zawsze było inne. Odkąd pamiętam zawsze chciałam być kimś innym niż byłam. Wyobrażałam sobie całkiem inny świat, inną matkę i całą rodzinę. Wstydziałam się własnego domu. Kiedy koleżankom opowiadałam o sobie, to przedstawiałam zupełnie inny świat. Moja rodzina była super, matka pracowała gdzieś na dobrym stanowisku, a ojciec za granicą. Oczywiście tak nie było. Matka pracowała w szpitalu jako salowa a ojciec siedział w więzieniu.

W domu zaś jedna libacja za drugą. Nie mogłam tego wytrzymać ani z tym się pogodzić. Bardzo mnie to dotykało. Wykorzystywana, bita, wyrzucana z domu, ciągle przestraszona bałam się obudzić ze snu. Moczyłam się w łóżko, nawet jako większa dziewczynka. Nikt mnie nie rozumiał. Jak zmoczyłam łóżko nie chciałam się budzić, nasłuchiwałam tylko, czy matka jest w dobrym nastroju, to znaczy czy jest pijana. I ciągły lęk. To był jeden wielki koszmar.

Jak tylko sięgam pamięcią, kradłam matce i jej kochankom wódkę a następnie odsprzedawałam aby mieć pieniądze na jedzenie. Tak było do 15 roku życia, kiedy to nie mogąc znaleźć dla siebie miejsca, uciekłam z domu. Zamieszkałam u chłopaka, brata mojej koleżanki. Niestety tam też pojawił się alkohol. Już wcześniej go próbowałam i źle się po nim czułam. Pojechaliśmy do znajomych chło-



paka i tam się upiłam do nieprzytomności. Potem rozbiłam się na motorze. Jeszcze nic mi to nie mówiło. Spaliśmy z chłopakiem na melinie. Picie, spanie, picie spanie ... Kiedy piłam wydawało mi się, że jestem inna; bardziej odważna, śmiała, przestawałam się bać. Pojawiała się też agresja. Kradzieże, burdy, bijatyki były na porządku dziennym. Nikogo ani niczego się nie bałam. Pomiatałam wszystkim i wszystkimi. Tak trwało kilka lat.

Kiedy miałam 17 lat zapoznałam sobie chłopaka, za którego wyszłam za mąż. Mam córkę. W 6 miesiącu ciąży mąż poszedł siedzieć, ale ja nie czekałam na niego. Spodobało mi się rozrywkowe życie. Zapoznałam sobie chłopaka, młodszego od siebie i zaczęliśmy balować. Piłam, a do tego doszły narkotyki. Razem piliśmy, ćpaliśmy, biliśmy się, i tak to się toczyło.

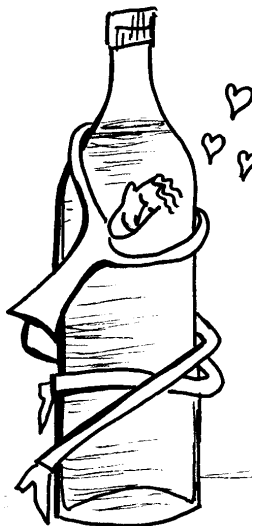
Jezdziłam do męża do kryminału. Teraz wychodził. Byliśmy już osobno. Każdy z nas bawił się na swoją rękę. W tym czasie urodził się syn.

Ja stawałam się coraz słabsza psychicznie, nie dawałam sobie rady, zaczęłam kombinować kasę. Skończyło się wyrokiem i koniecznością zwrotu pieniędzy. Piłam coraz więcej. Aby trzymać fason, wymyśliłam sobie, że narkotyki będą brała po wypiciu.

Zawsze miałam słabą głowę, szybko się upijałam. Do tego dochodziły narkotyki. Czułam się zatruta, do tego zaczęły pojawiać się stany depresyjne, myśli samobójcze i wtedy sięgałam po środki uspokajające. Wtedy wzywano pogotowie. Myślałam, że umrę. Odtrucie a potem znów kolejne picie... I tak trwało coraz częściej. Stoczyłam się na dno. Pojawiły się jeszcze próby samobójcze. Nic mnie to nie nauczyło. Wracałam do dawnego życia oszukując siebie, że tym razem nie będzie jak poprzednio. Było jak dawniej, a nawet gorzej. Po drugiej próbie samobójczej doszło do mnie, że coś jest ze mną nie tak. Upijam się, jestem agresywna a dziwię się, że nie chcą mnie zapraszać na imprezy. Porównując się z gorszymi udawadniałam sobie, że ze mną nie jest tak źle. To pomagało na chwilę, a potem myśli wracały i koszmar zaczynał się od nowa.

W szpitalu porozmawiałam z psychiatrą. Powiedziałam, że chcę coś zrobić ze swoim życiem. Oczywiście nie widziałam swojego problemu alkoholowego. Wina obarczałam matkę, rodzinę, męża, który nie wracał na noc i nie dawał pieniędzy do domu. Ja musiałam sama o wszystko się troszczyć, myśleć .. i już nie dawałam rady.

Lekarz wysłuchała mnie i powiedziała, żebym zgłosiła się do poradni uzależnień. Był to rok 2002.



Scenariusz mityngu AA jest z założenia pomocą, ściągą dla prowadzącego, prostą rozpiską tego co i w jakiej kolejności ma się dziać, żeby na wszystko starczyło czasu i żeby o czymś nie zapomniał. Martwi mnie i mocno niepokoi obserwowany czasem proces transformacji scenariusza w opis czy instrukcję jakiegoś ceremoniału, w którym znalazł swoje miejsce także specjalny rytuał przyjmowania nowych członków do grupy. To, że jakiegokolwiek przyjmowanie do grupy AA jest skandalicznym nadużyciem, powtarzać chyba nie trzeba.

Podczas mityngu przypominane są Kroki i Tradycje AA, zwykle uczestnicy czytają je kolejno. Co się jednak dzieje, kiedy na mityngu jest więcej niż 24 osoby? Otóż często wymagane jest, żeby ci, dla których tekstów do odczytania nie starczyło, wzięli na moment w ręce kartkę z nimi (jakby była to jakaś świętość) i wymienili swoje imię. Tak oto proste przypomnienie Kroków i Tradycji zmieniło się w jakiś obrządek czy ceremoniał.

Pamiętam wątpliwości niektórych AA dotyczące tego, czy mityng w ogóle może się rozpocząć i czy będzie on „ważny” jeśli gdzieś się zapodziała świeczka. Jakby miała ona tu jakiegokolwiek znaczenie...

Jak gorące pragnienie powrotu do normalności ma się do używania jakiegoś specjalnego, udziwnionego języka? Przykładem może tu być choćby słowo „służebny”, które we współczesnym języku polskim w ogóle nie występuje w formie osobowej, ale w AA w Polsce pełni się aż miło. Po co?

Znajomy, nie alkoholik, ale znający ludzi uzależnionych chyba lepiej niż oni sami, powiedział kiedyś ze sporą dawką goryczy: „Wy nie chcecie wyzdrowieć i wrócić do normalnego społeczeństwa, wy chcecie w nieskończoność trzeźwieć, tylko na tym wam zależy”.

Oczywiście mówił o „trzeźwieniu” w specyficznym, aowskim znaczeniu tego słowa, które z normalną polszczyzną niewiele ma wspólnego.

Czasem zastanawiam się, jak wiele prostoty, miłości i służby, zalecanych przez doktora Boba, zostało we współczesnej wersji Wspólnoty AA w Polsce...

A jak wiele zostało jej we mnie?

„Ten wspaniały, dobrze znany, szeroki uśmiech znów zajaśniał na jego twarzy, gdy powiedział nieomal żartobliwie: «Pamiętaj Bill, nie spaskudźmy tego. Zachowajmy to w prostocie!» Odwróciłem się nie mogąc wykrztusić słowa. Wtedy widziałem go po raz ostatni”. („Przeżać dalej” str. 365)

Meszuge (luty 2009)



I znów sięgając pamięcią wstecz przypominam sobie, jak przez pierwsze dwa lata abstynencji głośno i namiętnie deklarowałem swoje ogromne i niezaspokojone pragnienie powrotu do normalności. Wszyscy to chyba kiedyś robiliśmy, w końcu trzeźwość to normalność, więc tak trzeba było.

Na dwa-trzy lata tego pragnienia jakoś mi wystarczyło, ale później okazało się, że jako alkoholik i DDA (DDD) pojęcie o normalności to ja, tak w ogóle, mam dość mętne, a poza tym normalność ma cechy, do których tak naprawdę chyba jednak zupełnie nie tęskniłem: zwyczajność, przeciętność, codzienna powtarzalność. No, przecież ja piłem po to, żeby nie było przeciętnie i zwyczajnie!

Jako alkoholik, z jednej strony nie znałem siebie zupełnie, ale z drugiej uważałem, że jestem nikim. Byłem też bardzo samotny, właściwie bez swojego miejsca w życiu. To dość oczywiste, prawda?

Chciałem wreszcie być kimś, nie wiedziałem jeszcze za bardzo kim, ale wiedziałem, że nie byle kim. Chciałem też w końcu odnaleźć to swoje miejsce w życiu, ale ono też nie miało być byle jakie.

Pić przestałem, jednak moje pragnienia i potrzeby jakiejś niezwykłości, wyjątkowości i nieprzeciętności pozostały. Tak było, a ja nie mam do siebie o to pretensji.

Myślę, że miałem szczęście, że w tym okresie nie trafiłem do jakiejś prawdziwej sekty. Oczywiście nie chodzi mi o taką lub inną doktrynę (religijną albo inną), ale o te elementy sekty, które zapewnia ona swoim członkom... przynajmniej w początkowym okresie: poczucie identyfikacji i przynależności, jakaś wyjątkowość i swoiste praktyki, ekskluzywizm (nieдоступność dla ogółu), tajemnica, specyficzny język, obrzędy i tradycje, jakieś specjalne znaki i symbole identyfikujące, określone rytuały inicjacyjne, itd.

Sekciarstwa w swoim życiu sobie nie życzę i boję się go, bo zdaję sobie sprawę, że piłem, żeby było wyjątkowo i teraz – zamiast po prostu dołączyć do całego społeczeństwa – chętnie zdrowiałbym w jakiś wyjątkowy, szczególnie sposób w tajemniczej i zamkniętej grupie o specjalnych regułach. Wspólnota AA stała się częścią mojego życia, dlatego właśnie na sekciarstwo w AA się nie godzę i jestem szczególnie wyczulony na jego przejawy. Choćby drobne i pozornie mało ważne.

Pamiętam z jaką dumą nosiłem w klapie swojego pierwszego (i ostatniego) wielbłąda. Uśmiechałem się lub mrugałem porozumiewawczo do innych posiadaczy wielbłądów, mając świadomość, że w wielkim tłumie poznał swój swego.

AA noszą wielbłąda, wolnomularze (masoni) symbol kielni... co w tym złego? Może i nic, poza tym, że przypinając niezrozumiały dla innych znak dokonałem podziału na „my” (my, alkoholicy) i „oni” (oni to cała reszta świata). A przecież miałem się łączyć i upodabniać, a nie znów wyróżniać i izolować...

W rozmowie z psychologiem opowiadałam o tym, że przyszłam po pomoc bo mój mąż pije, ćpa, awanturuje się i wtedy usłyszałam pytanie – czy pani pije alkohol? Wtedy odpowiedziałam, że tak, ale nie tyle co mój mąż. Raz na miesiąc czy dwa, czasami weekendowo. Dbam o dom, dzieci, mam dyplom wzorowej matki z przedszkola, mam wszystko co dla nich potrzeba. Ubranka czyste, oryginalne itp.. Ale pani psycholog na to powiedziała mi, że bym zaczęła siebie leczyć a nie mojego męża, że to ja mam problem, który zaczął się wiele lat temu w moim domu rodzinnym. Fakt, że moja matka nic w życiu nie osiągnęła; bieda aż piszczy. Pamiętam jak mówiła, że pije kiedy chce, a kiedy nie, to nie. Niestety, zawsze chciała.

Myślałam sobie. Ja mam wszystko. Dom, samochód, super ubranka; jestem zadbana itd.. Ale przypominam sobie również przyjaciółkę, która mi ciągle mówiła, że się upijam i zostawiam dzieciaki same. Przestałam się z nią spotykać, bawiłam się i piłam dalej. W tym czasie moja przyjaciółka zaczęła się spotykać z alkoholikiem, który nie pił już 3 lata. Dziś wiem, że to cud, że to Bóg postawił mi go na drodze. Poznałam go na dyskotecę, ale nasza rozmowa trwała 3 godziny. Rozmawialiśmy o moim picu i zachowaniu, aż się popłakałam. Poszłam do domu i przypomniało mi się całe moje życie. Co robiłam po pijanemu, jak przeszły moje dni i co nadal robię? Znowu się popłakałam. Postanowiłam się poprawić. Na 3 miesiące to mi pomogło. Potem znów picie, ćpanie, zeszmacenia. W tym dwutygodniowym ciągu świat się przewrócił całkowicie. Prochy, lekarstwa, picie. Piłam, brałam leki i wyłam... samotność, bezsilność!!! W tym momencie nie interesowały mnie dzieci, które płakały przy mnie i prosiły – Mamusi, prosimy cię....

To było moje dno. Poprosiłam koleżankę, żeby zadzwoniła po pogotowie bo nie jestem w stanie przerwać ciągu. Czułam, że umieram. Strach, lęk, panika. Dorwałam się prochów. Chciałam zasnąć i nic nie czuć. Wylądowałam na oddziale intensywnej terapii, ledwo mnie uratowano. W głowie miałam chaos. Jak przestać pić i jak pokazać się na podwórku? A drugiej strony chciałam żyć. I wtedy przyszedł do mnie do szpitala niepijący alkoholik z moją przyjaciółką. Zapewnili, że zajmą się dziećmi a ja że bym poddała się detoksykacji. Broniłam się przed tym myśląc, że detoks jest tylko dla meneli, a ja tak się nie czułam. Zauważyłam tylko, że dotychczasowi przyjaciele nie zainteresowali się mną, mieli mnie gdzieś. Na detoxie przebywałam 10 dni. Zmieniło się wszystko. Dostałam tyle ciepła, miłości, wsparcia jak nigdy dotąd. Zapragnęłam żyć jak terapeutka, która tyle czasu mi poświęciła. Dostałam od niej książkę - Dorosłe Dziecko Alkoholików – i w niej odnalazłam swoje życie. Zgodziłam się, że jestem współzależniona, ale nie

„Czy naprawdę po to, żeby uratować samego siebie, trzeba wyrzec się tego światopoglądu”

chciało do mnie dojsć, że jestem alkoholiczką. Nie czułam tego, ale mimo wszystko podjęłam leczenie.

Dziś mogę powiedzieć, że była to najlepsza decyzja w moim życiu. MOGĘ PRZESTAĆ PIĆ. Podjęłam leczenie na terapii (4 lata), chodzę na mityngi AA. Moje życie zmieniło się radykalnie. Choć nadal nie jest mi łatwo, a początki były trudne, to nie zamienię obecnego życia na żaden dzień z poprzedniego. Piąty rok nie piję; kiedy jest mi trudniej to chodzę częściej na mityngi. Mówią mi – udało ci się. Pewnie tak. Kiedy mam kłopoty i sobie nie radzę to dzwonię do przyjaciół i proszę o pomoc. Nie jestem sama. Spotykałam się ze swoją psycholog, chodziłam na terapię nawrotów i równocześnie nie zaniedbuję mityngów. Skończyłam szkołę i potrzebne kursy, ułożyłam sobie życie. Odzyskałam jego sens. Dostałam swoje mieszkanie, nie muszę już mieszkać u matki. Znalazłam niepijącego partnera życiowego, urodziłam dziecko. Coraz częściej czuję się szczęśliwa. Jestem wdzięczna Bogu za to, że mogę teraz inaczej żyć.

20 01 2009 r Warszawa

Czy jestem gotowy?

Zadaję sobie to pytanie, odkąd redaktor „Mityngu” podał je jako temat wiodący na marzec. I przyznam się, że miałem z tym kłopot. Zawsze, gdy mam kłopot, to staram się dojsć do prawdy przez zaprzeczenie. A więc odwróć pytanie z tytułu: Kiedy nie byłem gotowy? Z tym jest mi znacznie łatwiej. Nie byłem gotowy, gdy pięć lat temu po raz pierwszy trafiłem na mityng AA, bo trzeźwieję dopiero od dwóch i pół roku. Pięć lat temu nie byłem gotowy przyznać i zaakceptować, że jestem alkoholikiem. Nie byłem gotowy - a nawet nie chciałem - ogłosić bezsilności wobec alkoholu, nie mówiąc już o przyznaniu się do braku kontroli nad własnym życiem. Przez lata nie byłem gotowy zaakceptować swojej sytuacji w życiu, tego, że jestem ojcem, mężem, głową rodziny, pracownikiem, synem, przyjacielem itd. Wszystko mi jakoś nie pasowało, chciałem się od tego wszystkiego uwolnić, zrobić po swojemu, poprawić, zacząć od nowa, co nieustannie kończyło się pić.

Ale to się wreszcie zmieniło. Najpierw poczułem gotowość, by przyznać, że jestem alkoholikiem i ogłosić bezsilność wobec alkoholu. Potem przyszedł czas na akceptację, że nie kontroluję swojego życia. No bo przecież, jaki mam wpływ na to w jakim humorze przyjdzie z pracy moja żona, w jakim humorze jest mój szef, sąsiad itp. Nie mówiąc już o wpły-



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

Świat organizacji, z jej strukturą i obowiązującymi zasadami, jest światem stosunkowo bezpiecznym. Zwłaszcza dla osoby, która wyłania się z chaosu czynnego alkoholizmu. W związku z tym, ciągotki do przekształcenia otaczającego mnie świata, w organizację, są dosyć zrozumiałe i oczywiste, i absolutnie nie mają nic wspólnego ze złą wolą. Pewnie nawet wprost przeciwnie...

Często obserwuję zadowolone miny urzędników lub pracowników, w firmie czy instytucji, którzy z całkowitym spokojem mogą odpowiedzieć: „wie pan, ja to bym oczywiście zaraz i natychmiast, ale regulaminy (prawo, przepisy, zasady itp.) nie pozwalają”. I już nie trzeba ryzykować, narażać się, podejmować jakichś wątpliwych decyzji. Jest bezpiecznie.

Może się mylę, ale jakoś tak mi się wydaje, że te tęsknoty do ponoszenia odpowiedzialności są wśród Anonimowych Alkoholików co najmniej mocno wyolbrzymione, a z ich realizacją bywa... różnie.

Przypomina mi się, jak w początkowym okresie swojej abstynencji powtarzałem jak papuga, jaki to ja teraz jestem szczęśliwy, że mogę i chcę nareszcie ponieść konsekwencje swoich czynów. Może nawet wierzyłem w to, co mówiłem? Już nie pamiętam.

Jak to się często zdarza, życie zweryfikowało wkrótce moje bombastyczne deklaracje. Kiedy oskarżono mnie o kradzież, którą jak najbardziej popełniłem, okazało się nagle, że wcale nie chcę z radością w sercu i śpiewem na ustach wylądować w „pierdlu” szczęśliwy, że nareszcie mogę odpowiedzieć za swoje czyny i ponieść ich konsekwencje. Nie, stawałem na głowie, żeby od odpowiedzialności się wymigać.

Organizacja i jej atrybuty „odpowiednio” skonstruowane, potrafią skutecznie zdjąć z nas całkiem spory kawał odpowiedzialności i przerzucić go na – stworzony przez nas samych – system. Przykład? Proszę bardzo: „my byśmy cię chętnie do naszego AA przyjęli, ale w scenariuszu mamy zapisane, że musisz odpowiedzieć twierdząco na dwa pytania, a ty odpowiedziałeś tylko na jedno, więc... sam rozumiesz...”

Czy w takim razie Wspólnota AA ma się obejść i zrezygnować ze wszelkich kart konferencji i innych takich regulaminów? Oczywiście nie o to chodzi! Jednak zawsze należy pamiętać o różnicy pomiędzy działaniem dobrze zorganizowanym (dla którego wystarczy minimum prostych zasad), a organizacją z jej strukturą i rozbudowanymi i skomplikowanymi przepisami, normami, zasadami i regulaminami.

Myślę, że wszyscy i zawsze powinniśmy być czujni wobec działań i pomysłów, które stwarzając złudne poczucie bezpieczeństwa pozwalają jednocześnie osobistą odpowiedzialność przerzucać na system.

Drugim zagrożeniem, o którym wspominałem, są ciągotki sekciarskie. Tak, jak i pragnienie ulokowania samego siebie w bezpiecznej organizacji z mocno ograniczoną odpowiedzialnością, tak i tu absolutnie nie chodzi o czyjąś złą wolę, a raczej o nieco zaburzone potrzeby osoby uzależnionej.



stanowisko odmienne. Wobec braku chętnych – ponownie odezwał się ten pierwszy, dobitnie uzasadniając swój punkt widzenia. Potem znowu ten drugi, z coraz większym zaangażowaniem bronił swoich poglądów. I potem tamten, i znowu ten. Wypowiedzi stawały się coraz krótsze, ostrzejsze ...

Spierali się, za przyzwoleniem prowadzącego, o to czy należy zadawać wprost pytanie nowoprzybyłemu, czy też nie należy tego robić.

A on siedział obok mnie. Głowę miał spuszczonej. Wzdychał. Aż w pewnym momencie usłyszałem cichutkie: k... mać.

Ale nie wyszedł. Pewnie nie miał już gdzie.

pozdrawiam, S.AA

Wrogowie Wspólnoty AA

Wspólnotą AA, a zwłaszcza i szczególnie jej historią, interesuję się od wielu lat. Przeczytałem wszystkie powszechnie dostępne pozycje na ten temat, dotarłem także do kilku mniej dostępnych. Jako alkoholik, obserwuję też Wspólnotę metodą obserwacji uczestniczącej. Spisałem historię jednej z grup (brałem udział w jej zakładaniu) i chętnie czytam lub słucham opowiadań o powstawaniu i działalności innych.

Problemem Wspólnoty nie jest forma własności środków produkcji, ustrój społeczno-polityczny, forma rządów, wojna czy trzęsienie ziemi. Jak dowodzi historia, z tego typu problemami Wspólnota AA radzi sobie całkiem nieźle. Gdzie w takim razie szukać największych wrogów AA?

Ameryki pewnie nie odkryję twierdząc, że takim wrogiem jest po prostu ludzka natura, a zwłaszcza te jej elementy, które w chorobie alkoholowej uległy pewnemu zwyrodnieniu i wyolbrzymieniu.

Wydaje mi się, że od samego początku, od narodzin, Wspólnota AA nieustannie, stale i wciąż musi się przeciwstawiać dwóm poważnym zagrożeniom. Jednym z nich jest – nie zawsze uświadomiona – wewnętrzna potrzeba stworzenia organizacji, a drugim ciągoty i pokusy o charakterze sekciarskim. Świat pijącego alkoholika nie jest światem bezpiecznym. Bardzo dobrze pamiętam jeszcze swój ciągły strach przed konsekwencjami picia – bałem się, że mnie złapią w pracy pod wpływem alkoholu, że po pijanemu wyrządzą jakieś szkody, że całkowicie stracę zdrowie albo, że po prostu umrę. Bałem się pewnie ze stu innych rzeczy, ale nie chodzi mi w tej chwili o ich wyliczanie. Poza tym każdy z nas ma swój własny zestaw strachów.

Organizacja wydaje się być całkiem niezłym lekarstwem na wiele lęków. W jej strukturze wiadomo, kto jest nad, a kto pod, kto wydaje polecenia, a kto ma ich słuchać. Regulaminy lub inne spisane reguły decydują za mnie, co wolno mi robić, a także, jakie konsekwencje poniosę za złamanie zasad. Kary też są ściśle określone i wiadome z góry. Wiadomo kogo i czego się bać, a kogo i czego – nie.

wie na to, co się stanie jutro, ile będę żył, czy przytrafi mi się jakieś nieszczęście albo groźna choroba.

Im dłużej trzeźwieję, tym bardziej rozumiem, że gotowość to nie kwestia jednorazowa, ale co dzień staję przed wyborem, czy jestem gotowy, czy nie. Czy jestem gotów pójść dziś na mityng, czy jestem gotów zrobić coś nowego dla swojego trzeźwienia, podjąć służbę, nieść posłanie, zagadać do nowego w AA, uśmiechnąć się i powiedzieć mu „dobrze, że jesteś”. Dla mnie były to kolejne stopnie, do których musiałem dojrzewać, czyli dorastać do gotowości. Z niektórymi mam zresztą problem do dziś. Prawie rok zajęło mi dorosnięcie do gotowości, by zagadać do sąsiadki z problemem, która nadal cierpi, powiedzieć jej o sobie i zaprosić na mityng odbywający się na końcu naszej ulicy. Męczyłem się z tym strasznie, ale w końcu do tego dorosłem. Skończyło się na wzruszeniu, łzach. Przy okazji dowiedziałem się, że sąsiadka była wiele lat temu we wspólnocie, ale się zgubiła. Wciąż jeszcze cierpi, bo nie może się zdecydować na powrót, ale ja wiem, że zrobiłem co do mnie należy i teraz zawsze delikatnie przypominam jej, że może jednak warto wrócić, że mi AA pomaga, że nie ma co marnować sobie życia. Dziś wiem, że jestem gotowy, by tak mówić, choć pewnie nie zawsze i nie wszystkim. Więc ciągle stoi przede mną dorastanie do gotowości.

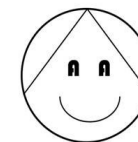
Gdy robiłem IV i V krok to osoba, która mi w tym pomagała, powiedziała, że skoro przez jakiś czas nie piję, to pewnie instynktownie robię pierwsze trzy kroki nawet, jeśli sobie nie zdaję z tego sprawy. Chodzi o to, żebym pogłębiał ten stan i postępował bardziej świadomie. Czyli pracował nad własną gotowością. I tak się z tym zmagam. Trochę mi nawet wychodzi, bo te same rzeczy, które kiedyś mnie drażniły, dziś sprawiają mi przyjemność albo są całkowicie do zaakceptowania. Nie znosiłem, gdy ktoś coś ode mnie chce. Chciałem robić wszystko po swojemu i kiedy ja chcę. Dziś jestem gotów wsłuchiwać się w głos dobiegający z zewnątrz - od Siły Wyższej oraz innych ludzi. To nie znaczy, że zawsze za nim pójde, ale często udaje mi się. I tak mija mi dzień za dniem, w którym staram się być coraz bardziej gotowy.

Marcin AA

Jeśli więc znalazłeś już w sobie gotowość i chcesz podzielić się swoim doświadczeniem - napisz do nas - nie zwlekaj! Tekst wyślij na

redakcja@mityng.net albo mityng@op.pl

lub dostarcz osobiście, albo też wyślij go na adres
PIK, Brazylijska 10, 03-946 Warszawa, z dopiskiem MITYNG





①
ZA MEODY,
ABY MYŚLEĆ O BOGU



②
ZA SZCZĘŚLIWY,
ABY MYŚLEĆ O BOGU.



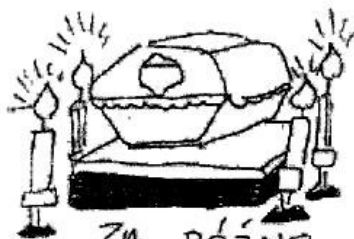
③
ZA BARDZO ZAJĘTY,
ABY MYŚLEĆ O BOGU.



④
ZA PEWNY SIEBIE,
ABY MYŚLEĆ O BOGU.



⑤
ZA BARDZO ZIĘCZONY,
ABY MYŚLEĆ O BOGU.



⑥
ZA PÓZNO,
ABY MYŚLEĆ O BOGU.

„Nasze korzenie...”



Grupa AA „NOWA DROGA”

powstała 12 listopada 2008 na terenie szpitala Bródnowskiego. Miejscem spotkań jest detoks oraz dzienna terapia odwykowa. Wszystkie mityngi są otwarte. Mityngi odbywają się w każdą środę o godz. 10.45 /blok G, sala nr 6 w podziemiu/.

Grupa pracuje na literaturze AA. Tematami mityngów będą tylko zagadnienia związane z krokami 1-3. W ostatnią środę miesiąca będą się odbywać mityngi spikerskie. Grupa ma wszystkie służby obsadzone. Rzecznik - Andrzej, Prowadząca - Grażyna, Skarbnik - Ala, Mandatariusz - Zygmunt, Kolporter - Marcin. W piątki /w miarę potrzeby pacjentów/ grupa niesie posłanie bezpośrednio na detoksie. Zapraszamy wszystkich chętnych do niesienia posłania alkoholikom, którzy jeszcze cierpią.

/nadesłała Grażyna/

Grupa AA „EUROPAA”

Jesienią 2005 r. niemal codziennie odbywały się mityngi na Poznańskiej. Panczur (Anin) Piotrek (Anin) postanowili usystematyzować te spotkania w poniedziałek ustalono, że mityngi odbywać się będą we „wtorek” o godzinie 9:30 i trwać godzinę bez przerwy. Trzecią osobą zaangażowaną w powstanie grupy był Wiesiek.

Latem 2007 przegłosowano zmiany i bądź od czerwca może lipca mityng stał się mityngiem dwugodzinnym. Ostatnie spotkanie pod koniec sierpnia (może początek września) prowadził Włodek.

Kochani! Piszcie o swoich grupach i teksty dostarczajcie do Pawła Archiwisty albo do MITYNGU.

O Tradycji Trzeciej

Jedynym warunkiem przynależności do AA jest pragnienie zaprzestania picia.

Byłem na górzystym południu Polski w delegacji i poszedłem na mityng. Było kilka osób. Obok mnie siedział nowy, ciężko wzdychał, nieogolony, chyba pełen nadziei...

Jako temat mityngu podano Tradycję III. Jeden z przyjaciół rozpoczął swoją wypowiedź od podania wizytówki w postaci ponad 10 tysięcy dni bez alkoholu i zaprezentował swoje stanowisko wobec mityngowych praktyk dotyczących III Tradycji. Zaraz po nim, równie krótko, wypowiedziała się druga osoba, zajmując

LISTY DO REDAKCJI



DO TATY ...

Nie chciałeś żebym Ci mówiła o swoich uczuciach – takie odniosłam wrażenie.

To teraz Ci napiszę :

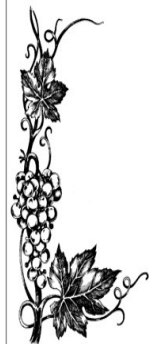
Czuję się jak mała dziewczynka, której nagle ktoś zabrał kochanego tatusia. Kiedy zacząłeś pić chciałam krzyknąć żeby mi cię „oddali”, żebyś znowu był jak kiedyś. Nagle ze wspaniałego ojca zrobiłeś się pijakiem. Powiedzieli mi, że ja jestem bezsilna i że ty przestaniesz pić kiedy osiągniesz dno. Ja na to, że jak oni mogą życzyć Ci źle. I powiedzieli, że jak naprawdę będziesz chciał to przestaniesz. Zawiodłam się na Tobie. Sprawiliś mi tyle bólu. A ja na to pozwoliłam. Chcę Ci opisać ostatnie święta. Okres marzeń i nadziei.

Od ostatnich świąt nazwałabym je okresem rozczarowań. Chciałam żeby stała choinka i pół dnia męczyłam się żeby odkręcić stojak. Może w swojej naiwności liczyłam na to, że to dzięki choince będą fajne święta. Potem wyszłam na spacer z Moniką. I mimo tego, że prze ostatnie dni było mokro i szaro zaczął padać śnieg. Taki świąteczny, lekki i biały. Złapał mnie świąteczny nastrój, nastrój nadziei. Nie wierzyłam, że będą to „białe” święta, a jednak. Spadł śnieg! Wróciłam do domu. Wszystko było uszykowane oprócz choinki. Ja oparłam ją o ścianę i rzuciłam kilka łańcuchów. Chyba cały czas liczyłam na to, że ta choinka wszystko uratuje.

Tak naprawdę wyglądała jak ze śmietnika. Szybko się przebrałam i była kolacja. My z mamą siedziałyśmy i jadłyśmy, a Ty spałeś pijany. Ty mój kochany tatuś, który dawniej był mi jedynym wsparciem. Nie zapomnę tej kolacji nigdy. Znowu się zawiodłam, znowu uwierzyłam, miałam nadzieję, a wyszłam na głupią. Było mi smutno, czułam żal i gniew. Bo to ty spieprzyłeś tamtą wigilię, a ja dopiero teraz rozumiem, że to, że kiedyś byłeś wspaniały powoduje to, że w wigilię i wiele innych razy czułam się tak okropnie.

Dzięki tobie zrozumiałam jak trudno jest kochać i nienawidzić i czuć żal i gniew. Kiedyś myślałam, że Cię znam i nagle stałeś się mi obcy. Zraniłeś tak jak nikt inny. Ranisz ciągle. Ale kiedyś przestanie mnie to boleć, bo już wiem, że się przyzwyczajam powoli.

Chciałam to z siebie wyrzucić. Ale to było niewiele z tego co czuję. Siedzi we mnie bardzo wiele podobnych uczuć. Przykro mi, że nie jesteś teraz takim ojcem jakiego kiedyś miałam i chciałabym mieć teraz.



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@aa.org.pl

Nazwa Grupy	Data powstania	Dzień	Miejscowość
"JELONKI"	2002.03.01	PT (1)	Warszawa
"JAKUB"	1993.03.03	ŚR (1)	Warszawa
"W DRODZE"	2005.03.03	CZ (1)	Warszawa
"URSZULA"	1995.03.06	PN (1)	Warszawa
"FENIKS"	2005.03.10	CZ (2)	Legionowo
"JESTEM"	1995.03.10	PT (2)	Warszawa
"WSPARCIE"	1998.03.11	ŚR (2)	Warszawa
"WIĄZ"	1998.03.16	PN (3)	Wesoła-Ziel.
"MOJA NADZIEJA"	1995.03.16	CZ (3)	Warszawa
"PRZY TRAKCIE"	1998.03.18	ŚR (3)	Warszawa
"KONTAKT"	1989.03.19	ND (3)	Warszawa
"MIŁOŚĆ"	2001.03.19	PN (3)	Nowy Dw.Maz.
"ŹRÓDEŁKO"	2005.03.19	SO (3)	Nowy Dw.Maz.
"ORĘDZIE SERCA"	1999.03.21	ND (3)	Otwock
"CISZA"	2002.03.22	PT (4)	Grójec
"ODPOWIEDZIALNI"	2002.03.23	SO (4)	Warszawa
"BORYSZEW"	1999.03.24	ŚR (4)	Sochaczew
"SIEKIERKI"	2007.03.29	CZ (os)	Warszawa

Na kolejnych spotkaniach służb AA Regionu Warszawa Paweł - wykonując swoją służbę - najpierw rozdawał karteczki z posiadaną informacją o grupach, potem rozwiesił plansze z prośbą o sprawdzenie przez mandatariuszy przedstawionych danych. Ponieważ tylko w niewielkim stopniu pozwoliło to na potwierdzenie zebranych danych - w biuletynie MITYNG umieszczamy takie informacje z prośbą o uwagi.

Po co mi ta służba?!

Wiele razy byłem w swoim trzeźwym życiu świadkiem, jak ktoś kogoś przekonywał i zachęcał do takiej czy innej służby w AA. Padały argumenty takie jak na przykład: „ze służby odniesiesz korzyści i ty także”, „zobaczysz, jak bardzo ci się to w zdrowieniu przyda”, „służba to miłowy krok na drodze trzeźwienia” itp. Pomimo takich zachęt, w mojej części Polski problem ze służbami jest nadal i wciąż ogromny. Czemu? Może między innymi dlatego, że namawiający nie tłumaczą, jakie korzyści ze służby odniesie ten, kto się jej podejmie i do czego niby mu się ta służba tak bardzo przyda.

U mnie wyglądało to tak...

Pełniłem kiedyś służbę rzecznika grupy AA. Jako jednemu z „ojców założycieli” nie wypadało mi jej nie przyjąć. Faktem jednak jest, że była to raczej „sztuka dla sztuki” – nie miałem pojęcia, jak się taką służbą pełni, co należy do moich obowiązków i jak się z nich wywiązywać. Pomagałem prowadzącemu utrzymywać porządek na mityngach, albo sam je prowadziłem i... to w zasadzie było wszystko.

Do służenia poważnego przekonał mnie sponsor. Wówczas jeszcze moim sponsorem nie był, ale potrafił w hipnotyzujący wręcz sposób opowiadać o Wspólnocie AA i swoich rozlicznych służbach na jej rzecz. To, co mówił trafiało mi do przekonania. Poza tym pokazywał Wspólnotę, o jakiej mi się nie śniło.

W tym okresie byłem w stanie wojny ze swoją Intergrupą o Internet. Uważałem, że z ludźmi, którzy odcinają się od całej wiedzy ludzkości zawartej w Internecie (w tym tekstów i materiałów aowskich), ja zdecydowanie nie mam i nie chcę mieć nic wspólnego.

Dzięki przyszanemu sponsorowi nie tyle może zmieniłem stanowisko, co uchyliłem zatrzaśnięte dotąd na głucho drzwi. Teraz gotów już byłem przynajmniej wysłuchać argumentów drugiej strony i starać się je zrozumieć, bez kierowania się emocjami, w tym głównie urazą i złością. Przyjąłem zaproszenie Intergrupy, spotkaliśmy się raz i drugi, wiele rozmawialiśmy i ostatecznie po 2-3 miesiącach Intergrupa powierzyła mi służbę łącznika internetowego. Podjąłem się pełnienia tej służby kierowany raczej zaufaniem do Hipnotyzera, bo wewnętrznego przekonania do tego „przedsięwzięcia” nadal chyba jeszcze nie miałem.

Jak służba wpłynęła na utrwalenie mojej trzeźwości, świadomość aowską, zadowolenie z życia?

Gdzieś wyczytałem, że istotą służby jest pokora. Wydaje mi się, że sporo w tym racji. Służący... służący, a nie „służebny”, bo takie słowo we współczesnym języku polskim nie występuje w formie osobowej (rola lub funkcja może być służebna, ale



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

dzieć do tragedii. Nie miałem już żadnych oczekiwań, wobec nikogo. Strach i beznadzieja prowadziła mnie do opętania.

Naprawienie czegokolwiek było już niemożliwe siłami ludzkimi. Powtarzałem jak opętany w kółko tylko jedno: Boże co ja narobiłem. Pamiętam tamten dzień, tamtą chwilę przed siedmiu laty, gdy zapragnąłem tylko jednego, pierwszy raz w życiu. Zapragnąłem stać się innym człowiekiem, dobrym człowiekiem. Zaczęła opanowywać mnie jakaś wiara, że wszystko co się wydarzyło stało się dla mego dobra, paradoksalna wiara. Nie pragnąłem już nic odzyskać, marzyłem tylko o jakiejś piwnicy, w której moglibyśmy zamieszkać, lecz każda próba ułożenia jakiegoś planu działania powodowała przerażenie, potworny lęk i beznadzieję. Może dlatego nie było mi trudno uchwycić się obietnicy, którą wiem, że z woli Boga wyczytałem sięgając bezwiednie do pewnej książki przywiezionej przed wielu laty ze spotkania trzeźwościovych - że jeżeli zapragnę być lepszy, inny, zmienić się to resztę ułoży Bóg. Przepitym denaturatem i o wiele gorszymi trunkami wzrokiem czytałem to w kółko. Tak się tego schwyciłem, że nie puściłem do dzisiaj. Nie oczekiwałem niczego, nie pytałem kiedy, jak, co, gdyż na rozum nic nie było już możliwe. Wierzyłem jednak po cichu, że może kiedyś odzyskam miłość córki, ukochanej córki, może za wiele lat, lecz o odzyskaniu czegokolwiek od żony (tak bardzo wtedy chorej) nawet nie myślałem. Wiedziałem tylko jedno, że nie mam prawa uciec w samobójstwo, stchórzyć, bo ja spowodowałem to piekło. Myśl, że zostawię moje kobiety poprzez ucieczkę, że moje dziecko zostanie z piętnem ojca samobójcy trzymała mnie przy życiu. Wiedziałem, że w tej nędzy muszę pozostać z nimi. Poszedłem drogą zmian, zmian siebie i tylko siebie, po cichu, poprzez mityngi, czasem z zacisniętymi zębami, uczyłem się pokory, służenia najpierw najbliższemu, potem innym. Zaczęły wydarzać się cuda i wydarzają się do dzisiaj. Wiem, że w końcu wybrałem drogę właściwą. Wiem, że tamte bogactwa nigdy nie dawały mi szczęścia i tak naprawdę nigdy nie cieszyły. Dzisiaj zasypiam spokojnie, skończyły się tygodnie nocy bez snu. Jesteśmy razem, żona wyzdrowiała wbrew diagnozom, że to niemożliwe, córka wyrzucona w wieku 16 lat z liceum studiuje na dwóch uczelniach, w tym na kierunku, który pokochała w wyniku pokochania ludzi bardzo ciężko upośledzonych, którymi opiekowała się aby mieć co jeść. Poznała i pokochała także AA, bardzo jej pomogli alkoholicy. Jesteśmy szczęśliwi, nic nam nie brakuje, mamy więcej niż potrzeba, kochamy się wszyscy miłością prawdziwą, uczciwą. Cud opamiętania zapoczątkowany moim piekielnym dnem i upadkiem. Nie potrafię opisać radości jaką otrzymuję z dawania (nie tylko

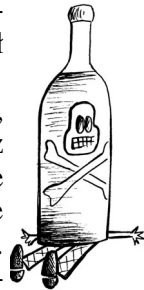
tego co kiedyś) moim ukochanym kobietom nie oczekując nic w zamian. Właśnie żona przyszła zapytać co robię, zobaczyła, że „mitynguję” na AA 24 h, z miłością powiedziała mi dobranoc i poszła się położyć uśmiechnięta i szczęśliwa. Czy można oczekiwać czegokolwiek więcej, czegokolwiek piękniejszego? Jestem dzisiaj szczęśliwym człowiekiem, szczęśliwym trzeźwym alkoholikiem.

pozdrawiam ; Wojtek (dawny wojhan)



Wydawało mi się, że swoją miłość okazywałem poprzez kupowanie, dostarczanie prezentów, ciuchów, które tak naprawdę to tylko mnie cieszyły i przesłaniały mój egoizm. Szlag mnie trafiał za brak szacunku, pochwał, uznania, że nie piję, że zarabiam, że mamy wszystko, że nic nam nie brakuje. Nie miałem żadnej radości z wracania do domu. Oczekiwałem szacunku, pochwał, posłuszeństwa i akceptacji moich decyzji. Byłem przekonany, że moje decyzje są najlepsze, najmądrzejsze, więc jak mogłyby być podważalne i nie akceptowane. W końcu dochodziłem do wniosku, że lepiej mi było gdy piłem. Wtedy żona się bardziej zajmowała domem, gotowała, sprzątała, była lepsza, miłsza. Odwiedzała mnie w szpitalu psychiatrycznym za każdym razem gdy tam trafiałem, sprzedawała za każdym razem obrączki i inne rzeczy ponownie nabyte w okresie mojego kolejnego dorabiania się, gdy brakowało na moje leczenie i na życie, była miła i dobra. Tak "przeżyłem" 21 lat małżeństwa, ponad 25 pobyków w psychiatryku, tyle samo upadków, bankructw, piekieł. Ostatni upadek był najgorszy. Wcześniejsze były wobec niego niczym. Te wszystkie zdobycze i "sukcesy" straciłem bezpowrotnie. Wszystko przepadło, łącznie z nowym pięknym domem. Żona straciła zmysły, staliśmy się bezdomni, bieda, nędza, upokorzenie i wiele, wiele więcej. Tym razem „zdobyłem” ponad milion zł długów, dziesiątki tytułów egzekucyjnych.

Przed siedmiu laty ostatni pobyt w psychiatryku, po wyjściu beznadzieja, przerażenie i potworny strach odbierający resztki zmysłów. Pierwszy raz w życiu poczułem, że nawet alkohol nie będzie w stanie zabić strachu, że nawet on nie pozwoli mi uciec od tego wszystkiego, od myśli co będzie dalej, jak będziemy żyć, gdzie będziemy mieszkać, co będziemy jeść. Świadomość, że najgorsze dopiero nadejdzie, że zaczną mnie ścigać banki, firmy, wierzyciele powodowała paraliż umysłu i ciała. Pierwszy raz w życiu ujrzałem swą bezsilność wobec kompletnie wszystkiego. Któregoś dnia pojąłem w jednej sekundzie bezsens i pokręcenie mojego poprzedniego życia, postępowania, myślenia, a właściwie bezmyślności, nieodpowiedzialności, pomieszania wszelkich wartości. Pierwszy raz zobaczyłem ogrom krzywdy wyrządzonej moim najbliższym, żonie i córce dla których jak się okazało byłem największą miłością. Córka zamknęła się w sobie, zawałiła liceum i poszła do pracy jako wolontariuszka do domu opieki społecznej za wyżywienie. Córka jednego z najbogatszych niedawno ludzi w mieście. Pierwszy raz pojąłem, że przez te wszystkie poprzednie lata nie oczekiwały one ode mnie tego wszystkiego co jak mi się wydawało miało zapewnić im szczęście, majątku, pieniędzy itd. Pierwszy raz zrozumiałem, że oczekiwały ode mnie ojca i męża, kochającego, rozumiejącego, troskliwego szacunkiem i miłością, a nie dawaniem i kupowaniem. Byłem przerażony widząc kim byłem naprawdę. Pierwszy raz nie oczekiwałem już niczego od nich. Nic nie obiecywałem bo nic już obiecać nie mogłem nie potrafiłem. Dawać siebie nie umiałem, a rzucić się w wir pracy nie byłem w stanie gdyż byłem już wrakiem fizycznym i psychicznym. Najgorsze było jeszcze to, że musiałem zamknąć żonę w szpitalu psychiatrycznym pod przymusem sądowym, ponieważ nie miała poczucia swojej choroby psychicznej, a brak leczenia mógł doprowa-



człowiek – nie), a więc służący, jak sama nazwa wskazuje, jest od wykonywania poleceń, a nie od rządzenia i decydowania. Ma robić to, co mu się zleci i to w wyznaczony sposób.

Większą część życia spędziłem napędzany jedynie własnymi popędami, zachciankami i fantazjami. Ot, typowy alkoholik – egocentryk i egoista. Moje JA CHCE było najważniejsze. A tu nagle okazuje się, że muszę wykonywać pewne prace i to w określony sposób – owszem, mogę zaproponować pewne rozwiązania, ale to nie ja sam podejmuję ostateczne decyzje. Muszę składać z tej pracy sprawozdania i wyjaśnienia, a kiedy tylko ktokolwiek podczas spotkania Intergrupy zechce mnie o coś zapytać, czy coś mi zarzucić, mam wytłumaczyć swoje postępowanie i ewentualnie skorygować je na przyszłość.

Mam się wreszcie dostosować do większości, a nie nią rządzić.

Pamiętam, że kiedyś mocno byłem rozczarowany i zawiedziony błahością spraw omawianych podczas spotkań Intergrupy czy Regionu. Tam nie zapadały decyzje o losach świata, a zebrani dyskutowali namiętnie o jakichś „duperelach” – jak je nazywałem. Z czasem zdałem sobie sprawę, że nie waga spraw ma tu decydujące znaczenie, ale to, jak ja się potrafię dostosować do konieczności współpracy z innymi i podporządkowania się woli większości. Służba, była i jest, moją szkołą życia. Jest też czasem i miejscem, w którym program Wspólnoty AA ma szansę mnie zmienić, uzdrowić moje chore ego.

Pełniąc służbę poza grupą, zaczynam mieć pojęcie, jak działa Wspólnota Anonimowych Alkoholików, staję się jej członkiem i pełnoprawnym uczestnikiem, a nie tylko „konsumentem”, który po zakończeniu mityngu AA wychodzi nie troszcząc się o całą resztę, zadowolony, bo sobie „naładował akumulatory”.

Może wydawać się to dziwne, ale służba w strukturach AA ma dość istotny wpływ na całą resztę mojego życia, a zwłaszcza na poziom satysfakcji i zadowolenia. Dobrze jest czuć się i być potrzebnym, dobrze jest robić coś wartościowego dla siebie i innych, dobrze być czasem bezinteresownym, dobrze jest mieć poczucie wspólnoty i przynależności. Dobrze jest nareszcie znaleźć swoje miejsce w życiu...

M. (I 2009)

Przekaż Dalej!

Przeglądając archiwa biuletynu MITYNG oraz omawiane doświadczenia „Naszych” alkoholików spostrzegłem pewną analogię z tytułem książki „PRZEKAŻ DALEJ”. Nasze rzeczywiste sposoby przekazywania sobie wzajemnie doświadczeń. Może zacząłem trochę przemądrzale, ale zaraz postaram się wyjaśnić o co mi chodzi.

Na przykład: kolporter w PIK-u opowiada mi o tym jak „nowy kolporter” Grupy dzwoni do niego i pyta jak on ma kupować literaturę? Jakie są zasady? Jak to jest rozliczane, jeśli chodzi o to, czy tamto? A co to jest komis, a jak on ma spłacać?

A co? - poprzednik ci nie przekazał jak to robił? Nie! Zostawił mi wszystko, bo jego służba się skończyła i nic mi nie wyjaśnił! He, to jak to jest? Przecież łatwiej spytać

kogoś, kto już to robił! Pomyślałem. Może popełnił jakieś błędy? Może miał jakieś trudności? Może wprowadził sobie jakieś ułatwienia? Nic! Nic nie wiadomo „nowemu” o tym jak to robił jego poprzednik. MUSI ROZPOCZYNAĆ OD ZERA! Od początku pokonywać te same trudności i od początku doświadczyć wszystkich niewiadomych, „wymyślać żarówkę na nowo”. Zadaję sobie pytanie: Dlaczego ten nowy kolporter, czy mandatariusz musi zaczynać od „przedszkola”, od sikania pod wiatr? Od niczego? Dlaczego nie ma szansy być bogatszy o to, czego wcześniej nauczył się jego poprzednik? Czy wówczas można mówić o rozwoju lub postępie?

Wydaje mi się, że jako ludzkość nie zeszlibyśmy z drzewa ewolucji, gdybyśmy nie nauczyli się korzystać z doświadczeń innych. *(W naszej literaturze znalazłem podobną wątpliwość: czy każdy alkoholik musi umrzeć, żeby urodzić się na nowo?)*

Potem przyglądałem się archiwum MITYNGU (www.mityng.net – przypis red.). Faktycznie. Ten brak przekazywania dalej jest bardzo mało „u nas rozbudowany”. Z trudem sporządziliśmy notatki i sprawozdania z warsztatów tematycznych. Najwięcej zapisków jest dotyczących służb w Grupie AA. Poruszających najczęściej zagadnienia podstawowej grupy AA. Z archiwum wybrałem 120 stron z opisami doświadczeń omawiających życie i funkcje w Grupie AA. Dużo! Opisy służb, inwenturę, i wszystko co dotyczy życia Grupy AA.

Po głębszej analizie z tego pakietu wybrałem 30 stron. Tych, moim zdaniem, najciekawszych. Ku mojemu zaskoczeniu pojawił mi się piękny obraz Poradnika Grupy AA. Pewnie może być doskonałym uzupełnieniem praktycznym ulotki „GRUPA AA - GDZIE WSZYSTKO SIĘ ZACZYNA” *Wydawanej przez BSK AA*. Znalazłem wiele obowiązków, praw, przywilejów, tradycji, zwyczajów praktykowanych w Grupie AA. To doskonały, moim zdaniem, materiał dydaktyczny. Ale to moje zdanie. Ten materiał powstał dzięki wysiłkowi wielu osób, spisujących relacje z warsztatów, relacje z pełnionych służb w grupie, spostrzeżeń obserwatorów i wszystkich tych, którzy zechcieli podzielić się swoimi poglądami. Super. Nie napisał tego żaden mądrała ani doktor. To są nasze własne doświadczenia. Daje to obraz zbiorowej mądrości. Niektóre wypowiedzi w tych materiałach, są w opozycji do innych na ten sam temat. Czytelnik może sam wyciągnąć wnioski, które postawy są mu bliższe. W końcu „Każda Grupa jest niezależna”, ale jeśli chce być grupą AA to jednak coś tam MUSI!

Moja dociekliwość i nadgorliwość, popchnęła mnie dalej.

A co, mogę dowiedzieć się o INTERGRUPIE?

Tu doznałem z kolei rozczarowania! Z archiwum wynika, że spisana wiedza o INTERGRUPIE jest niewielka. Nie mogłem znaleźć odpowiedzi na najprostsze pytanie. Po co nam Intergrupa? Kto ją powołał? Co to za ważniaki w niej są? Dlaczego musimy na nią płacić? Kto i jak dzieli tam kapelusze? Czy tylko kapelusze, czy i wpłaty z grup podlegają podziałowi na Region i BSK? Kto i po co w niej służy? Dla kogo są zespoły tematyczne?

Jaki jest cel INTERGRUPY? Komu i jak niesie posłanie? Co należy się Grupie w zamian za wpłaty?

Stan odpowiedzi bliski zeru! Spróbowałem też znaleźć wypowiedzi na temat, np.: Co to jest Region, po co, na co? Co to za twór? Komu służy? Jak wypełnia VII tradycję? Itp. UhUhuuhUhuuuu!

Nie mogę podać stanu zapisów materiałów na minus. Bo to absurd! Dlaczego jest ich tak mało? Kto jest za to odpowiedzialny? Niestety, ja też. Pewnie na najbliższej swojej Intergrupie, będę dumnie, kolejny raz odmawiał deklarację:

GDY KTOKOLWIEK, GDZIEKOLWIEK POTRZEBUJE POMOCY CHCĘ ...
(ale nie tu, nie teraz, ale nie mój następcą)

nad archiwum medytował lechu02

Z korespondencji mailowej:

Moja droga



Mam na imię Wojtek, jestem alkoholikiem.

Zależy kiedy umiejscowić początek. Tak naprawdę na właściwą drogę wszedłem dopiero przed siedmiu laty. Wcześniej wkraczałem na drogę trzeźwienia wiele razy, ale tylko tak mi się wtedy wydawało. Było to bardzo wiele razy, lecz jak się potem okazywało, nie była to droga do trzeźwości, lecz do niepicia na jakiś czas, choć byłem za każdym razem przekonany, że już nic mi nie zagrozi. Wtedy jednak o tym nie wiedziałem. Zaczynałem za każdym razem wszystko od nowa, od początku, od zera i coraz większych strat po kolejnych upadkach, dążąc do sukcesu, a w rzeczywistości umacniałem tylko pychę z niepicia, nie mając pojęcia co oznacza trzeźwość.

Zgubnym paradoksem było to, że po kolejnym upadku zdobywałem coraz więcej majątku, ale równocześnie umacniałem się w pysznym przekonaniu o swojej wielkości. Może nie byłem jeszcze przygotowany, a może nie chciałem, może nie potrafiłem, a może nie był to jeszcze czas abym zrozumiał. Po dwudziestu kilku pobytach w szpitalu psychiatrycznym – o czym zresztą zawsze tylko ja sam decydowałem, a gdzie była tylko jedyna możliwość przerwania mojego ciągu alkoholowego, zaczynałem wszystko od nowa z przekonaniem, że teraz już się nie dam opętać. Za wszelką cenę udowadniałem wszem i wobec, że potrafię. Tylko co? No właśnie.

Moim celem było pokazać że jestem gość, lepszy od innych, od nie pijących i od pijących. Zdobywanie pozycji, kasy, majątku itd. Rzuciłem się w wir pracy, aby zdobywać. I zdobywałem, osiągałem sukcesy, miałem więcej od wielu, nowe auta, pełne konta bankowe, nowy dom itd. Szastałem pieniędzmi aby udowodnić na co mnie stać, aby odrobić okresy upadków, aby udowodnić, że jestem ponadalkoholik, lepszy, mocny, niezniszczalny. Nawet wydawało mi się, że będę żyć wiecznie. Opętany ślepotą brnąłem dalej. Im miałem więcej, im więcej kupowałem do domu, im lepsze samochody, meble, rzeczy potrzebne i niepotrzebne, aby tylko mieć, tym gorzej było w domu. Ciągłe pretensje żony, niezrozumiałe wyrzuty, krzyki, wrzaski oraz oddalanie się ukochanej córki, którego nie dostrzegałem. Było coraz gorzej.