

## KALENDARIUM SPOTKAŃ SŁUŻB AA W REGIONIE WARSZAWA

- INTERGRUPA AA „ATLAS” – trzecia niedziela godz. 14<sup>00</sup> spotkania w terenie  
adres koresp. 08-110 SIEDLCE 2, skrytka pocztowa 24
- INTERGRUPA AA „MAZOWIECKA” – pierwsza sobota godz. 15<sup>00</sup>  
05-120 Legionowo, ul. Ks. Kordeckiego (Kościół na Górcie)
- INTERGRUPA AA „MOKOTÓW” – ostatni poniedziałek godz. 18<sup>00</sup>  
02-672 WARSZAWA ul. Dereniowa 12, Dom Parafialny
- INTERGRUPA AA „NAREW” – OSTROŁĘKA, brak danych
- INTERGRUPA AA „PÓLNOC” - druga środa godz. 18<sup>00</sup>, 01-188 W-wa, ul. Karolkowa 49a
- INTERGRUPA AA „SAWA” – ostatnia sobota godz. 17<sup>00</sup> 03-946 W-wa, ul. Brazylijska 10
- INTERGRUPA AA „WARS” – pierwszy piątek godz. 18<sup>00</sup>  
02-532 W-wa, ul. Rakowiecka 61, Kościół A. Boboli
- INTERGRUPA AA „WSCHÓD” - ostatnia środa godz. 18<sup>00</sup> WARSZAWA ul. Brazylijska 10

### ZESPOŁY SŁUŻB AA REGIONU WARSZAWA

spotykają się w PIK, 03-946 Warszawa ul. BRAZYLIJSKA 10:

- ds. **FINANSÓW** pierwszy poniedziałek m-ca godz. 18<sup>00</sup> .
- ds. **INFORMACJI PUBLICZNEJ I WSPÓŁPRACY**  
**Z PROFESJONALISTAMI** pierwszy czwartek m-ca godz. 18<sup>00</sup>
- ds. **INTERNETU** ostatnia sobota m-ca godz. 15<sup>00</sup>
- ds. **LITERATURY** drugi czwartek m-ca godz. 18<sup>00</sup>
- ds. **ORGANIZACJI** trzeci czwartek m-ca godz. 18<sup>00</sup>
- ds. **ZAKŁADÓW KARNYCH** czwarty czwartek m-ca godz. 18<sup>00</sup>  
prace nad **ARCHIWUM** - pierwszy wtorek m-ca godz. 18<sup>00</sup>

Spotkania **KOLPORTERÓW LITERATURY** drugi czwartek m-ca godz. 17<sup>30</sup>

**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 listopada 2009 r. o godz. 15:00**

### PUNKT INFORMACYJNO - KONTAKTOWY (PIK)

Od pon. do pt. godz. 16<sup>00</sup>-21<sup>00</sup> 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

NUMER 10/148/2009 Ukazuje się od października 1992 Październik

Temat wiodący: *Równowaga dzień po dniu.*

A za miesiąc : *Prośby i wyrażanie wdzięczności.*

## XXXII Konferencja Służb Regionu AA Warszawa, która odbędzie się 17.10.2009r. Warszawa Rembertów Al. Gen. Antoniego Chruściela 28 (Urząd Dzielnicy Rembertów).

Temat wiodący: " **„Zdrowienie nie zna granic”.**

Wierzę w to, że zdrowieć z choroby alkoholowej można wszędzie. Mam też świadomość, że samo nie picie to dopiero początek mojego zdrowienia. Zdrowienia, które powinno objąć wszystkie sfery mojego życia. To na mityngach dowiedziałem się, że alkoholizm to choroba ciała, alergii na alkohol, duszy, brak akceptacji siebie i świata który mnie otacza, umysłu, obsesja umysłowa, brak realizmu i zakłamanie myślowe, skutkiem czego są błędnie podejmowane decyzje. Realizując program zdrowienia Wspólnoty AA zyskuję dojrzałość i gotowość do tego aby zdrowieć i odbudowywać moje relacje z rodziną i społeczeństwem. Mogę rozwijać swoje zainteresowania, podejmować naukę, zdobywać wykształcenie i podwyższać swoje kwalifikacje zawodowe. Najważniejszą sprawą jest to, że mogę także pomagać takim samym ludziom jak ja, alkoholikom. To wszystko jest możliwe, jeśli tego pragnę i przechodzę do działania. Wspólnota AA i jej program zdrowienia otwarty jest dla wszystkich, jest programem uniwersalnym „jedynym warunkiem przynależności do AA jest pragnienie zaprzestania picia”. Zdrowienia nie ogranicza miejsce, czas, wiek, wykształcenie i przekonania religijne. Zdrowieć można też na Konferencji Regionalnej, to również dobre miejsce by dzielić się siłą, doświadczeniem i nadzieją. Budować jedność Wspólnoty. Wiem teraz i modłę się o to, bym nigdy nie



„Wiara jest czymś więcej niż wspianiałym darem; dzielenie się nią z innymi to nasza wielka odpowiedzialność.”

Spis treści:  
 Str.1 XXXII KSR  
 Str.4 Drodzy przyjaciele.  
 Str.5 Wielka Radość.  
 Str.6 List z Redakcji.  
 Str.7 Nasi przyjaciele z UK.  
 Str.9 Wdzięczni-Niewdzięczni.  
 Str.11 Duchowa odpowiedzialność.  
 Str.13 Literatura i ja.  
 Str.18 Gawęda alkoholika IV.  
 Str.20 Do nowicjusza.  
 Str.21 Zza krat.  
 Str.22 Nasze korzenie.  
 Str.23 Zaproszenia, rocznice, zmiany w mityngach.



#### WARSZTATY (sobota):

Grupy AA z Pułtuską zapraszają wszystkich przyjaciół na warsztaty, które odbędą się 3.10.2009r. w Pułtusku na Przystani. Temat warsztatów **"Trzeźwienie nie ma granic"**. początek warsztatów godz. 17.00. po warsztatach zapraszamy na część rozrywkową. PS .W związku z tym, że temat warsztatów jest także tematem jesiennej Konferencji Regionu zachęcamy do uczestnictwa.

Zespół ds..Literatury zaprasza do udziału w warsztatach **"WZRASTANIE W SŁUŻBIE - SŁUŻBY POZA GRUPĄ"** 10.10.2009 godz. 15.00 PIK ul. Brazylijska 10.

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



WARS	SAWA	PÓŁNOC	MOKOTÓW
07.10-STRZŁKA	06.10-REMBERTÓW I	02.10-URSZULA	01.10
14.10-SAMI SWOI	OSTROBRAMSKA	09.10-SŁUŻBY IN.	08.10
21.10-ODRODZENIE	13.10MAZOWIECKA	16.10-KAROL	15.10
28.10-KOLSKA	20.10-ECHA LEŚNE	23.10-NA GÓRCIE	22.10
	27.10-ISKIERKA	30.10-MŁODZI AA	29.10

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

Pełniący służbę w redakcji biuletynu MITYNG zastrzegają sobie prawo do skracania tekstów i nie przekazują tekstów do autoryzacji.

„Doskonałość Boża powinna być dla nas raczej przewodnikiem, a nie celem, który możemy osiągnąć w możliwym do przewidzenia czasie.”

#### ZAPROSZENIA NA MITYNGI

Grupa AA PORANEK zaprasza na XVI rocznicę w dniu 08.11.2009 na ul. węgrowską 3 / Biały domek/ w Warszawie godz.11.00.

Grupa AA NOWA DROGA zaprasza na I rocznicę grupy w dniu 18.11.2009 szpital Bródno budynek G sala nr 6 na godz.10.45.

Grupa AA PIOTR zaprasza na 19 rocznicę 12 października (poniedziałek) 2009 godz. 17.15 warszawa ul. Żeromskiego 55/67 (Klub Abstynenta).

Grupa AA OGRODNIK w Jabłonninie zaprasza na uroczysty mityng z okazji I-rocznicy powstania grupy, który odbędzie się w sobotę 03.10.2009 o godz. 17.30 w Domu Ogrodnika w Jabłonninie, ul. Modlińska 102.

Grupa AA POMOCNA DŁOŃ z Pułtuską zaprasza na I-szą rocznicę powstania grupy; uroczysty mityng odbędzie się 10.10.2009 o godz. 20.30 w Szkole Nr 4, ul. New Briten w Pułtusku.



Serdecznie zapraszamy wszystkich przyjaciół na uroczysty mityng otwarty z okazji II rocznicy powstania grupy KAROL, oraz XIII-tej rocznicy powstania grypy JEDNOŚĆ, który odbędzie się w dniu 17.10.2009 w MDK w Żyrardowie, Pl. Jana Pawła II o godz. 19-tej.

Grupa AA NADZIEJA zaprasza na rocznicę grupy 03.10.2009r.,na ul. Szkolnej w Ostrówku.

#### ZMIANY W MITYNGACH

Nowa grupa "POKÓJ" zaprasza wszystkich przyjaciół na mityngi otwarte w każdą środę o godz. 18:00 przy ul. Rudnickiego 1a (Ośrodek "Monar"-dawna gr."Wyspa").

Grupa AA Powiśle, która spotyka się w czwartek o godz. . 17.30 ul Górnośląska 1 klub Panorama z radością informuje, że pierwsze spotkanie po przerwie wakacyjnej odbyło się 3 września 2009.

Serdecznie zapraszamy do wspólnego zdrowienia.

Grupa AA MEN ONLY zawiadamia wszystkich zainteresowanych, że od czwartku 17.09.2009 zmienia miejsce spotkania się z ul. Nowy Zjazd (U PIMA) na ul. Poznańską 38 (Klub H2O) o godz. 19.00. reszta pozostaje bez zmian.

„Perfekcjonisci są albo zarozumiali, gdyż wydaje im się że osiągnęli jakiś niebosiężny cel, albo pławią się w samopotępieniu, gdyż nie udało im się tego uczynić.”

## NASZE KORZENIE

Co dało początek Grupie „Przystań” w Tłuszczu?

Wiosną 1996 r. zaczęło oficjalnie działać Stowarzyszenie Klubu Abstynenckiego „Przystań”. W Ośrodku Zdrowia na dole odbywały się spotkania grup terapeutycznych: grupa trzeźwiejących alkoholików, grupa dla osób współzależnych, grupa DDA. Terapię prowadziła Zosia z poradni odwykowej w Warszawie. Były też organizowane wyjazdy na ogólnopolskie spotkania trzeźwościowe w Częstochowie i Licheniu. 31 lipca 1999 r. jadąc autokarem na zlot do Lichenia, koleżanka Basia z Warszawy zaproponowała mi aby w Tłuszczu powstały mityngi AA. Pomysł był dobry i za tydzień 08.08.1999 r. odbył się pierwszy mityng, który poprowadziła Basia z Warszawy. Następne mityngi prowadziłam wspólnie z kolegą Tomkiem z Tłuszcza. Mityngi odbywały się w niedziele o godz. 16.00. Były wszystkie otwarte. Za rok obchodziliśmy 1 rocznicę. Buła msza święta w kościele Przemienienia Pańskiego w Tłuszczu i uroczysty mityng. Grupa przybrała nazwę od Stowarzyszenia „Przystań” i była wspierana przez grupy z Wołomina i Zielonki. Zimą 2000/2001 roku grupę dotknął podział. Jedni chcieli, by mityngi z Ośrodka Zdrowia przenieść do budynku parafialnego za plebanią a inni z niedzieli na poniedziałek na godz. 18.00 w Ośrodku Zdrowia. W kwietniu 2001 obie grupy zawiesiły swoje spotkania, Od 2000 roku przyjeżdżają do nas ojcowie z Zakroczymia – raz w miesiącu prowadząc msze święte i naukę odnośnie wiary. Po rozmowie z księdzem proboszczem Andrzejem w 2004 na 10 października zaprosiliśmy Ojca Marka, aby przybliżył parafianom problem choroby alkoholowej. Na każdej mszy świętej kazanie było poświęcone temu tematowi a o godz. 16.00 spotkaliśmy się w Sali kominkowej budynku parafialnego za plebanią. Na spotkaniu byli obecni ksiądz proboszcz Andrzej, ojciec Marek i osoby, których problem alkoholizmu dotyczy. Spotkanie trwało ok. 2 godz. Był poruszony problem mityngów. Ojciec Marek zaproponował, aby wznowić mityngi AA w Sali kominkowej a ksiądz proboszcz Andrzej wyraził zgodę. I tak to od 17.10.2004 r. rozpoczęła na nowo spotkania grupa AA „Przystań” w niedziele o godz. 18.00. Mityngi początkowo prowadził Leszek z Tłuszcza, następnie po roku Tomek. Po roku Witek zgłosił grupę do rejestracji. Grupę wspierały Grupa z Ostrówka, Wołomina, Zabrodzia, Wyszkowa, Łochowa. Na dzień dzisiejszy grupa liczy ok. 8 osób stale uczestniczących. Służby mamy wszystkie obsadzone. Co roku grupa uczestniczy w ogólnopolskich spotkaniach w Częstochowie i Licheniu. Organizuje rocznice z mszą świętą i uroczystym mityngiem. 17.10 2009 r. będziemy obchodzić 5 rocznicę utworzenia mityngów AA grupy „Przystań”.

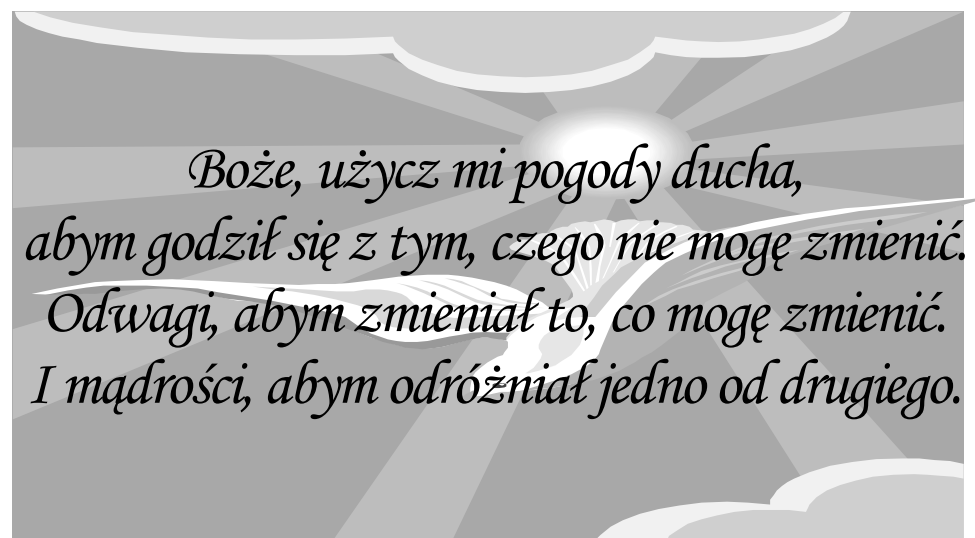
Leszek z Tłuszcza

Organizator ruchu Abstynenckiego i współzałożyciel grupy AA „Przystań”

„Moje własne przebudzenie duchowe zaszczepiło we mnie niewzruszoną wiarę w Boga – i był to istny dar.”

zapomniał, że to ja sam, stawiałem sobie granice, żeby nie przyznać się do porażki, bezsilności, do tego, że jestem alkoholikiem. W stawianiu tych granic „pomagała” mi moja niedojrzałość emocjonalna i uczuciowa, egoizm i egocentryzm, skupienie na sobie, brak pokory i pycha – czyli poleganie tylko na sobie. Kiedy stałem się człowiekiem niezdolnym do kierowania własnym życiem, próby zaprzestania picia kończyły się porażką (ludzka siła woli nie wystarczała). Kiedy usłyszałem na mityngu, że tylko Bóg może mi pomóc – gdy się do niego zwrócę, nie bardzo w to wierzyłem, przecież próbowałem. Teraz wiem, że do tamtej pory nie potrafiłem powierzyć mu swojego życia i woli tak naprawdę do końca. Przymuszony konsekwencjami swojego picia, cierpieniem i samotnością rozpocząłem swoją podróż poprzez nasz duchowy program zdrowienia. Przyznanie się do bezsilności, odbudowanie więzi z Bogiem, wiara i nadzieja w powrót do zdrowia, poznanie i akceptacja siebie, otwarcie się na drugiego człowieka, naprawienie swoich braków, dojrzewanie, zadośćuczynienie i naprawa relacji z ludźmi, bieżący i natychmiastowy obrachunek moralny, doskonalenie naszych więzi z Bogiem jest pomocne w moim trzeźwieniu. Zdrowiejąc we Wspólnocie, stosując program „12 kroków i 12 tradycji”, podejmując się służb odzyskuję radość życia, którą mogę przekazać tym którzy jeszcze cierpią. Wspólnota dzięki podejmowanym działaniom dociera z posłaniem i informacją do coraz szerszych warstw społeczeństwa. Organizowane są mityngi informacyjne dla młodych ludzi, powstają Punkty Informacyjno-Kontaktowe, w zakładach karnych grupy AA niosą posłanie. Realizujemy nasz główny cel – nieść posłanie, przełamujemy granice i bariery. Zdrowienie nie ma granic, więc do zobaczenia na szlaku.

Andrzej.



Warszawa, 24 sierpnia 2009 r

Grupy AA

**Intergrupy Wschód**

**Regionu AA Warszawa**

D r o d z y P r z y j a c i e l e .

W ostatnich dniach miałem okazję uczestniczyć w niezwykłym spotkaniu zorganizowanym w Hali Stulecia we Wrocławiu z okazji XXXV lat Wspólnoty Anonimowych Alkoholików w Polsce. To co tam przeżyłem począwszy od wspólnej modlitwy o pogodę ducha kilku tysięcy przyjaciół trzymających się za ręce i z połączonymi miłością sercami, aż po uścisk dłoni i ciepłe spojrzenie księdza Darka z Lichenia i Londynu, przekazującego mi znak pokoju w prezbiterium katedry na Ostrowiu Tumskim wprost nie sposób wyrazić słowami. Pięć lat temu słyszałem będąc na terapii w Tworkach o krakowskim spotkaniu z okazji XXX lat AA w Polsce. Namiastkę tego, co ostatnio przeżyłem, odczułem podczas Zlotu Radości z okazji XX lat Biuletynu Zdrój w Sianożętach. Dopiero jednak teraz we Wrocławiu poczułem w pełni jaka moc tkwi w naszej Wspólnocie, jak jest ona mi pomocna dla mojego zdrowienia i jak ja mogę być przydatny tej Wspólnocie. Już ćwierć wieku temu wielki nasz przyjaciel, Pani Maria Matuszewska, którą to miałem zaszczyt poznać we Wrocławiu pisała - „*Ruch AA na pewno nie jest dla wszystkich, którzy tego potrzebują, lecz dla tych którzy tego pragną*”. Wiele osobistych spotkań, goście z zagranicy, mityngi, wspólna modlitwa alkoholików, egzemplarz pierwszego wydania Wielkiej Księgi подарowany nam przez gościa z USA, weterani i człowiek, który 24 godziny temu postanowił spróbować skorzystać ze wsparcia naszej wspólnoty, spotkanie przyjaciółki, która nie pije już 43 lata, multimedialna fontanna w pobliżu Hali Stulecia to zaledwie niektóre obrazy z tych niezliczonych trudnych do opisanego wspomnień, które na długo pozostaną w mojej duszy i pamięci. Ja naprawdę bardzo pragnę służyć sobą tej wyjątkowej Wspólnocie, a spotkanie we Wrocławiu tylko utwierdziło mnie w tym przekonaniu. Pisząc ten krótki list do wszystkich AA z naszej Intergrupy chciałem w imieniu 200 osobowej ekipy organizatorów i swoim własnym serdecznie Wam podziękować, za każdą złotówkę wrzuconą na waszych grupach do kapelusza w ramach VII Tradycji. Jako rzecznik Intergrupy Wschód czuję się w obowiązku przekazać wam te szczególne wyrazy wdzięczności za wasze datki. Tych dobrowolnych datków Intergrup, grup i od pojedynczych AA zebrano na kwotę około 100 000 złotych. Suma ta między innymi, pozwoliła na zorganizowanie tego skomplikowanego organizacyjnie przedsięwzięcia, jakim było to święto naszej Wspólnoty. Wiem także, że pozwoliło to mnie osobiście przeżyć niezapomniane chwile oraz poczuć ducha AA. Już dziś pragnę w mieniu organizatorów z Regio-

### Dwa słowa !!!

Słowa, które bym przekazał nowicjuszowi, wstępującemu do wspólnoty, to zestaw prostych, które usłyszałem od alkoholika, z którym utożsamiałem się przez identyfikację, i który został moim sponsorem. W tych słowach zawiera się cały program AA i pozwalają mi one zachować abstynencję – „Jeden dzień nie pij, przyjdź na mityng, wytrzymaj przynajmniej godzinę oraz nie walcz z nikim i niczym, ponieważ nawet ‘słuszny gniew’ czyni z trzeźwiejącego alkoholika nie-szczęśnika niezdolnego do życia”.

Rafał alkoholik

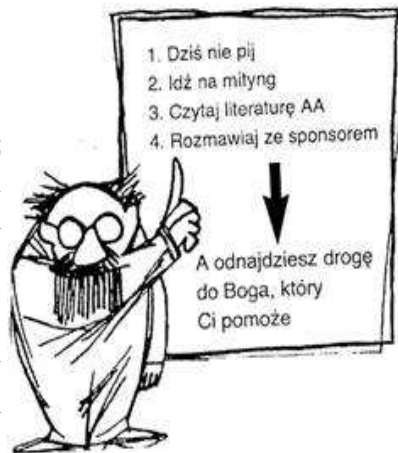
### Zza krat

Mam na imię Leszek i jestem alkoholikiem, no właśnie w swej zadumie i refleksji pragnę podzielić się swoją głupotą a nade wszystkim doświadczeniem, które w chorobie jest trudnym faktem do rozbicia systemu samozaprzeczania itd. Głęboko analizuje swe życie, a tak zupełnie przypadkowo wpadł mi w ręce „Mityng” Nr 12/238/2008. W swym sumieniu mogę mieć uraz a nawet wręć do samego siebie, coś nie wyszło coś zawiodło. W 1997 roku byłem po raz pierwszy na leczeniu odwykowym, gdzie wstąpiłem do wspólnoty AA. Po leczeniu raz byłem na mityngu, a raz nie, trzeźwość utrzymywałem przez rok czasu, terapia we mnie żyła, lecz była też chęć sprawdzenia samego siebie, czy rzeczywiście „nie umiem pić kontrolowanie”, gdy spróbowałem okazało się, że potrafię, udało mi się kilkanaście razy, a później popadłem w ciągi dwu lub trzydniowe. W 2003 roku obudziłem się w areszcie śledczym, a później w ZK. W 2006 roku odbyłem drugie leczenie, znalazłem Siłę Większą. Ukończyłem trzy Kursy Biblijne i zrozumiałem, że Biblia jest chlebem codziennym a nie tortem od święta. Codzienne refleksje nad Biblią sprawiły, że me serce kamienne stało się sercem mięsistym, jak pisał Prorok Ezechiel. Pogłębiania wiedza o chorobie chronicznej i nieuleczalnej wyta-piała się w Siłę Wyższą. 14 kwietnia, o tej dacie chyba nie wiedziałem do dziś, gdyby nie miała jakiegoś większego znaczenia nie pamiętam dokładnie, lecz w kwietniu 2007 otrzymałem pierwszą przepustkę z ZK, następnie w maju i czerwcu byłem na wspaniałych zabawach w AA i w lipcu dowiedziałem, że właśnie 14 kwietnia zmarł mój brat. Uświadomiłem sobie fakt, że nie mam rodziny, nie mam nikogo. Mówiłem tylko modlitwę o Pogodę Ducha, emocjonalnie byłem rozdar-ty. Po opuszczeniu ZK w abstynencji wytrzymałem pół roku, piłem coraz więcej. Az do kwietnia 2009 roku, gdzie trafiłem do AŚ. Przebywam tam do dziś i jestem tu i teraz, jest mi wstyd być na mityngu, jest mi wstyd mówić o Sile Wyższej a nie mogę, że tak powiem się poddać, ponieważ jeśli teraz wyjdę to najprawdopodobniej moi rodzice nie będą już żyli i bezie koło błędne. Mam prośbę do Wspólnoty, jeśli ktoś ma pomysł na taki przykład poradzenia sobie ze swymi emocjami, pro-szę o kontakt. Życzę pogody Ducha Leszek.

## Co chciałbym powiedzieć nowemu na jego pierwszym mityngu.

Nie byłbym sobą, gdybym nie podzielił się z nowym przyjacielem tym co otrzymałem w AA. Ja sam kiedyś potrzebowałem pomocy, wydawało się, że nic ani też nikt nie jest w stanie mi pomóc. Byłem wrakiem człowieka tak fizycznie jak i psychicznie, wykończonym przez alkohol, można by rzec stan beznadziejny. Ostatkiem sił, odrobiną i resztką zdrowego rozsądku (logicznego myślenia) postanowiłem iść na swój pierwszy mityng. A było to w styczniu 2007 roku – mityng w areszcie śledczym na Mokotowie, w którym jestem do dziś i do dziś też systematycznie uczęszczam na każdy mityng. Posłuchaj nowy przyjacielu: nie próbuj brać tego wszystkiego co usłyszysz i zobaczysz na rozum (jakaś pałaca się świeca, jakieś 12 Kroków i 12 Tradycji), gdy powiedziałem, że jestem alkoholikiem i że chcę przestać pić wszyscy zebrani bili mi brawo, dla mnie to była czarna magia. Nawet zastanawiałem się, czy ja przypadkiem dobrze trafiłem, bo wyglądało mi to wszystko na jakąś sektę. Ale o dziwo te same brawa czy też oklaski dały mi siłę i wiarę w to, że i ja mogę żyć jak ci wszyscy ludzie. Ludzie z mityngu wszyscy uśmiechnięci, trzeźwi i szczęśliwi !!! Nigdy wcześniej nie widziałem tak wielu uradowanych twarzy i tak wielu serdecznych ludzi, którzy oferowali mi swoją pomoc, pomoc w uzyskaniu i trwaniu w trzeźwości. Dziś wiem, że to coś pięknego. Życie w trzeźwości !!! Dziś to wszystko rozumiem (choć nie do końca), wspólnota AA dała mi wiarę, siłę i nadzieję, odzyskałem sens życia, życie moje stało się wartościowe, otrzymałem spokój wewnętrzny, który nazywam Pogodą Ducha no i jestem szczęśliwy, bo uwolniłam się od nieodpartej obsesji picia alkoholu. I to wszystko dzięki Bogu, jakkolwiek Go pojmuję. Chodzę na mityngi i grupy wsparcia, czytam literaturę a-owską, rozmawiam ze sponsorem i przyjaciółmi. To wszystko pomaga mi w moim celu jakim jest utrzymanie trzeźwości, czego i życzę Tobie nowy przyjacielu i wszystkim przyjaciółom z AA. Wdzięczny jestem Krzyškowi z Anty Radio, Jurkowi mojemu sponsorowi, Gosiali, Włodkowi, Darkowi i Markowi z Fundacji SŁAWEK oraz wielu, wielu innym przyjaciółom. To dzięki Wam i sobie wciąż podążam drogą AA, droga trzeźwości, pokory i miłości.

Pogody Ducha Tomaszek AA



-nu Lublin AA zaprosić każdego z was, członków waszych rodzin i wszystkich sympatyków naszej Wspólnoty na Ogólnopolski Zlot Radości AA – 25 lat Zdrowiu, które odbędzie się w dniach 14-16 maja 2010 w Krasnobrodzie. Hasłem tego spotkania będzie Radość – Relaks – Rodzina. Tym z was, którzy byli we Wrocławiu z całego serca dziękuję za wszystkie spotkania, każdy pojedynczy gest, dobre słowa i uśmiech, którym mnie w tych dniach obdarowaliście.

Z wyrazami miłości,

Andrzej – rzecznik Intergrupy

## WIELKA RADOŚĆ

Wielka Radość, smutek, i nadzieja, to czułem opuszczając zlot radości we Wrocławiu. Piszę do redakcji po raz pierwszy, nie piję alkoholu od trzech i pół roku, od półtora roku pełnię służby w A.A., przeczytałem trochę literatury A.A., brałem udział w warsztatach 12 kroków systematycznie uczestniczę w spotkaniach mojej Intergrupy, po prostu zaraziłem się A.A., lub jestem świadomy że A.A. ratuje moje życie, dlatego wspólnota jest dla mnie bardzo ważna. Na udział w wielkim



święcie mojej Wspólnoty 35-lecia istnienia w Polsce czekałem z niecierpliwością, no i doczekałem się wreszcie po raz pierwszy mogłem w nim uczestniczyć. Byłem pod wrażeniem Hali stulecia, budynek wymarzony do takich zlotów wszystko na miejscu, wziąłem udział w czterech mityngach tradycji i w mityngu "Duchowy, nie religijny", spotkałem wielu znajomych, wyśpiewałem się na całe gardło przy muzyce aowskich bardów oporowo, gospodarze zadbali o nas organizacyjnie na 6-stkę. A kiedy

siedziałem na zakończeniu i słuchałem ludzi którzy przyjechali do nas z Ukrainy, Litwy, Białorusi, Rosji, Finlandii, Norwegii, Kanady, U.S.A., z Włoch i nie pamiętam skąd jeszcze, to coś łapało mnie za gardło a lzy nie wiem dlaczego kapły jak groch. A kiedy nasz przyjaciel Piotrek N. zaśpiewał dwie piękne piosenki to myślałem że jestem najszczęśliwszym człowiekiem świata, zobaczyłem i poczułem po raz pierwszy w życiu siłę i moc działania wspólnoty. No więc kiedy

byłem najszcześliwszym człowiekiem świata, usłyszałem coś co mnie za smucilo, zaproszenie na mszę świętą do kościoła Rzymsko Katolickiego. poczułem się źle ponieważ myślałem że w A.A. jesteśmy wszyscy równi, że wspólnota nie jest związana z żadną religią ,przynajmniej tak wyczytałem w literaturze A.-owskiej, tej pisanej w Stanach Zjednoczonych np. w książce "Przekaż Dalej". Ciekawe jak poczuli się nasi przyjaciele innych wyznań, innych kościołów gospodarze mogli zorganizować msze w innych kościołach, żeby przyjaciele z innych wyznań nie czuli się gorsi, czy mniej równi. Trzeźwieję krótko ale czytać umiem Preambułę także, a może w Polsce nie obowiązują zasady A.A. stworzone przez Bila, Boba i innych alkoholików w Stanach Zjednoczonych, może w Polsce wspólnota A.A. połączyła się z kościołem Rzymsko Katolickim a ja o tym nic nie wiem, i piszę brednie o jakiej równości. Wyczytałem gdzieś jak Bob mówił do Bila, nie ZEPSUJCIE tego. Nadzieję mam jednak że wszyscy czują się równi w Warszawie na 40-leciu A.A. w Polsce, jak dożyję to będę świętował z moją ukochaną Wspólnotą A.A. Pozdrawiam wszystkich alkoholików POGODY DUCHA. Ciekawi mnie czy wydrukujecie ten tekst w biuletynie MITYNG, pozdrawiam *Heniek A.A.*

\*\*\*\*\*

### **Redakcja Biuletynu MITYNG**

zwraca się z gorącą prośbą do przyjaciół AA aktualnie odbywających służby, bądź którzy pełnili służby w przeszłości na poziomie INTERGRUPY, bądź przy REGIONIE, w RADZIE REGIONU do opisywania swoich doświadczeń z profitów, które im ta służba dała, bądź z trudności, których im służba przysporzyła. Wszystko się przyda. Uzyskane materiały i wypowiedzi planujemy zebrać w drugim zeszycie pod tytułem "MITYNG SŁUŻB" - INTERGRUPA - REGION. Będzie to jak sądzimy pomocnym narzędziem dla tych AA, którzy obawiają się obejmować służby po nas. Podzielmy się tym co już mamy! Być może podzielenie się nimi spowoduje napływ większej ilości chętnych i kandydatów do podjęcia służby? Szczególnie brakuje nam opisów zadań zespołów działających przy Regionie. Na przykład: Kto może zostać łącznikiem Internetowym? Jakie kwalifikacje są niezbędne? Czy kandydat musi posiadać łącze internetowe? Jak wybiera się przewodniczącego zespołu? Jakie obowiązki łączą się z byciem członkiem zespołu? W jakich spotkaniach musi uczestniczyć kandydat, aby był dobrze zorientowany? Czy powinien mieć sponsora? Dlaczego zespół informacji przygotowuje inny scenariusz do każdego typu słuchaczy? Po co nam Zespoły, jaki jest ich cel (poza niesieniem posłania AA)



niczym nie zmałowane towarzyszyły tej uroczystości. Tego niestety nie mogę jeszcze powiedzieć o wszystkich. Ale może kiedyś się to zmieni? Chciałbym. W naszej Wielkiej Księdze jedna z historii osobistych jest zatytułowana – TYLKO POPRAWIAM. Aby coś naprawić naturalne jest, że trzeba najpierw tę czynność zacząć. Nie zawsze udaje się wszystko za jednym razem. Często wysiłki należy ponawiać. Ale ponawiać, nie znaczy zaniedbywać. Nie można w nieskończoność odkładać okresu dobrego życia. W ostatnim czasie prasa, media przypominają okres rządów Tadeusza Mazowieckiego. Z nim związana jest pewna zasada „grubej kreski”, którą bezwiednie powtarzamy we Wspólnocie AA wobec nowoprzybyłych. Nikt nie pytał mnie skąd przyszedłem, czego się dopuszczałem? Gruba kreska. Przyjdzie czas to sam powiem. Do Wspólnoty przyszedłem obarczony bagażem niesympatycznych zachowań. Nie o nich chciałem mówić. Wolałem przedstawiać siebie jako symbol sukcesów mimo drżenia wewnętrznego. W tym czasie jeden z kolegów uczynił mi taką uwagę – **nie będziesz robił źle, nie będziesz się wstydzil**. Kapitalna uwaga. Już od dziś mogę być dobrym człowiekiem. Mogę na swoją miarę żyć godnie i przy tym naprawiać stosunki międzyludzkie kiedyś mocno nadszargane. Dotyczy to zarówno alkoholu, a właściwie zaprzestaniu jego picia, jak również tych momentów, które nie pozwalają mi, z mojego powodu, być szczęśliwym, pogodnym człowiekiem. Może dlatego dosyć pobłażliwie podchodzę do prób znajomych, podopiecznych, którzy przeżywają rozterki – mówić, nie mówić. Tłumaczę wtedy, że śmiało może wyznaczyć swą przewinę innej osobie, chociażby duchownej, bardziej przygotowanej do wysłuchiwania zwierzeń. Mnie bardziej chodzi o to aby więcej nie czynić zła niż to aby je akurat do mnie wypowiedzieć. Ja mam swoje grzechy. Świętym nie jestem i dlatego, kiedy zagalopuję się i popełnię błąd mam obowiązek poprosić o wybaczenie. Nie wolno mi nosić w sobie zarzewia konfliktów. I co najważniejsze – to dojrzałe postanowienie poprawy. Tu chodzi o moje szczęśliwe życie. Dlatego Krok Dziewiąty jest moją praktyczną odpowiedzią na pytanie – **Czy mam odwagę być dobrym człowiekiem? Czy mam odwagę przeżyć wstyd i przez to uwolnić się od chimer przeszłości? Pomocna uwaga!!!** Jeśli przez długi czas nie piję alkoholu to dużo łatwiej mi przyjąć, że ktoś nawał mnie alkoholikiem bądź przypomniał, że kiedyś byłem inny. Już nie robi to wrażenia. Tak było kiedyś. Dzisiaj jestem innym człowiekiem.

**PS.** Moi bracia we wspomnieniach stają się coraz bardziej sympatyczni. Nie mam im nic do zarzucenia. Niby z jakiej racji? **Nic nas nie oddala.**

*Pozdrawiam pogodnie Marek Warszawa 13 09 2009 r.*

\*\*\*\*\*

**„Owe wielkie tajemnice kryją się przecież w całkowitej prostocie.”**

### Gawęda alkoholika cz.4

Dużo ostatnio na mityngach mówimy na tematy związane z zadośćuczynieniem, przebaczeniem czy odchodzeniu od starych zachowań. Wysłuchałem o tym wiele ciekawych historii, przypomniałem sobie sporo własnych przypadków, z których nie jestem dumny. Dzisiaj chciałbym przypomnieć jeden z nich. Mam dwóch braci. Każdy z nich ma swoją rodzinę i prowadzi samodzielne życie. Jednak tak często bywało, że przy spotkaniu z jednym z braci, drugi stawał się obiektem obmowy, przykładem złego postępowania a nawet naigrywania. Łatwo było znaleźć powód usprawiedliwiający moje zachowanie w postępowaniu drugiego z braci. On wtedy to powiedział... , on tak postąpił... itd.. Miałem świadomość, że postępuję brzydko ale frajda jaką czerpałem z wyszydzenia była większa niż szacunek dla zasad zdrowego życia. W ramach pracy nad Krokiem Dziewiątym musiałem zrezygnować z takich zachowań. Mało, podczas rozmowy z bratem poprosiłem o wybaczenie za swoje obmowy. Reakcja była zastanawiająca. Brat roześmiał się tylko i powiedział, że oni mnie również obgadywali, gdy mnie nie było i żebym się tym nie kłopotał. Niby wszystko w porządku. Przevinienie, przeprosiny, otrzymanie wybaczenia. Pamiętam jeszcze z dzieciństwa, że kiedy coś przeszkrobałem w domu to musiałem przeproszać, wysłuchiwać bardzo nieprzyjemnej reprimendy. Bywało też lanie. Kiedy indziej przy odpuszczeniu win słyszałem słowa – **idź i nie grzesz więcej!!!**. Szczególnie te ostatnie słowa przynosiły ulgę, ale co dziwne, nie przynosiły postanowienia poprawy. Bo kiedy brzydkie postęпки zostały zamazane, mogłem na nowo zbierać przewiny. Jednak miałem świadomość, że gdy musiałem przyznawać się do swoich złych uczynków, albo co gorsza zostały one ujawnione, za każdym razem przeżywałem wstyd. Nie było to miłe uczucie, więc żeby nie przeżywać wstydu, zacząłem bardziej starannie ukrywać przed innymi wyłom w swoim kodeksie postępowania. Ucieczka przed przeżyciem własnego wstydu zniechęcała do podjęcia pracy nad dalszymi krokami. Musiałem to przerwać.

W moim przypadku obmawiania braci **postanowiłem** zaprzestać tej praktyki. Koniec obgadywania poza plecami. Przyniosło to nieoczekiwany profit.

Na ślubie bratanicy spotkaliśmy się ostatnio wszyscy trzej bracia. Tym razem każdemu z nich mogłem śmiało spojrzeć w oczy. Uśmiech i serdeczność ni-



Jak poza deklaracją okazujemy w praktyce, wdzięczność AA? Posiadamy bardzo mało materiałów w w/w tematach, sporządzonych na podstawie naszych własnych osobistych doświadczeń. Za to w nadmiarze mamy - opisów „powinności” kandydatów do służb, które jak sami mówicie zniechęcają ogromem wymagań. Każdy zespół może stworzyć swój rozdział małego Poradnika Służby danego zespołu, dotyczących tylko jego zadań i zakresu działania. Poprzedni zeszyt "MITYNG SŁUŻB" - GRUPA AA, spotkały się z bardzo dużym zainteresowaniem w całym kraju, mimo że wszystkie zawarte w nim doświadczenia i artykuły były wcześniej znane i publikowane w Biuletynie MITYNG Regionu AA Warszawa. Zebrane w jeden zeszyt okazały się przydatne. Podobnie, tym razem otrzymane od Was materiały zostaną opublikowane wcześniej w MITYNGU. **PRZEKAŻ DALEJ! TY TEŻ MOŻESZ DAĆ COŚ INNYM!**

**Redakcja MITYNGU.**

### Nasi Przyjaciele z UK

Chciałabym podziękować Radzie za udzielenie mi przywileju uczestnictwa w wydarzeniu tak ważnym dla rozwoju AA w Polsce. Od momentu przyjazdu do Polski czułam się naprawdę witana. Greg z regionu Wales and Borders (Walia i Pogranicze), który występował w roli tłumacza, przekazał mi przed przyjazdem wszystkie informacje o tym jak moja wizyta będzie zorganizowana. Zostałam odebrana z lotniska o 22:15 przez Grega i Andrzeja i zawieziona do hotelu. Następnego dnia o 11 zabrano mnie do BSK na spotkanie z Dyrektorem Witkiem oraz dwiema innymi pracownicami biura Magdą i Elą. Jednym z tematów tej rozmowy był nasz Brytyjski oparty na telefonach domowych system służb telefonicznych. Zabrawszy jeszcze jednego z uczestników – Tomka wyruszyliśmy do Woźniakowa o 13:30. Około 15 zatrzymaliśmy się na lancz a około 17.15 dotarliśmy na miejsce. Po rejestracji, zjedliśmy kolację o 18 w trakcie której spotkałam przewodniczącego Rady Powierników – Henryka. Następnie odbyła się pierwsza wieczorna sesja. Zakwaterowana zostałam w bardzo wygodnym apartamencie na plebani obok siedmiu mieszkających tam księży. Pozostali delegaci mieszkali w bloku hotelowym. Piątkowa wieczorna sesja dotyczyła rzeczywistego internetowego dyżuru on-line i jak prowadzić taką rozmowę. W Polsce istnieje specjalny „pokój” internetowy, który jeśli tylko byłoby to możliwe mógłby być aktywny 24 godziny na dobę. Jeśli nie ma jednak tylu chętnych dyżurnych, zamieszczana jest informacja kiedy następny dyżur będzie miał miejsce. W swojej wypowiedzi zwróciłam uwagę na to że w Wielkiej Brytanii nie umieszczamy w Internecie linków do żadnych zewnętrznych /nie AA-owskich – tłum./ stron, jako że w naszym odczuciu mogłoby to być łamaniem Tradycji. Przyjrzelśmy się też

też nowo zaprojektowanej witrynie internetowej AA, podziwiając jej dostępność i łatwość zrozumienia. Dyżur internetowy prowadzony jest głównie z w dwóch centrach informacyjnych - jednym w Warszawie i drugim gdzieś w Polsce - tych samych punktach gdzie dwóch dyżurnych odbiera telefony. Zadano mi mnóstwo pytań o to jak służby te zorganizowane są w Wielkiej Brytanii na co starałam się odpowiedzieć najlepiej jak umiałam. Sobota rozpoczęła się śniadaniem o 8 a później od razy do pracy. Tym razem sesja zatytułowana była: „Jak zgodnie z tradycjami nieść posłanie przez Internet i telefon.” Ponownie dyskusja była bardzo owocna. Dowiedziałam się z niej jak prowadzone są tam dyżury telefoniczne, i że posłanie dwunastego kroku jest przekazywane przez telefon jeśli taka konieczność zachodzi. Po przerwie w południe rozpoczęliśmy ogólną dyskusję na temat: „Zespół Dwunastego Kroku – sukcesy, porażki i problemy w trakcie organizacji niesienia Dwunastego Kroku”. Zabrałam ze sobą opisy zadań łączników telefonicznych intergrupy oraz regionu więc mogłam odpowiedzieć na pytania jak funkcjonuje to w Wielkiej Brytanii. Wraz z tłumaczeniem i pytaniami zabrało to ponad godzinę. Byłam bardzo zaskoczona, że w Polsce poza telefonami praca dwunastego kroku nie jest w zasadzie wykonywana. Większość trafia tu do AA przez placówki odwykowe. Opowiedziałam więc o Dwunastym Kroku, w jaki sposób tworzymy listy na poziomie grup, które przekazywane są do łączników telefonicznych grup a później do regionów. Zadano mi ważne pytania o koszty funkcjonowania Infolinii AA w Wielkiej Brytanii. Okazały się one porównywalne z ofertą jaką otrzymali oni od swojego operatora.



Po lanczu odbył się wykład o tym jak prowadzić rozmowę przez telefon, prowadzony przez Bernadette, która będąc trzeźwiejącą alkoholiczką jest jednocześnie menadżerem call Centre. Następnie były warsztaty o tym jak organizować prace w punktach informacyjno-kontaktowych – kto jest odpowiedzialny za organizację pracy. Następnie warsztaty dotyczące technik użytecznych w czasie rozmowy oraz dyskusja na temat problemów podniesionych w trakcie poprzednich sesji.

Mieliśmy też oddzielną sesję, w trakcie której dzieliliśmy się doświadczeniem ze służby, zaś o 20:00 odbył się warsztat dotyczący „Ogólno-krajowej Infolinii AA”. Ponownie mnóstwo problemów gdzie mogłabym podzielić się naszym doświadczeniem, choć w tym momencie byłam już całkowicie wykończona, jako że za-

bie, i to jest zdumiewające, ta grupa ludzi była tak różnorodna, był między nami lekarz alkoholik, mi osobiście bardzo pomagał, był taki człowiek jak ja, z dołów społecznych, jednak widzieliśmy, że ta choroba jest demokratyczna, że ta choroba nie wybiera i bardzo przyjaźniliśmy się wszyscy razem. Łączyło nas to.

**M** – Czyli tworzyła się jakby taka jedność między wami, ta wspólnota.

**F** – Ta wspólnota, więc była bardzo wielka. Jak dowiedzieliśmy się, że powstaje grupa, albo np. w Poznaniu lub w Będzinie grupa ma rocznicę, to żeśmy jeździli. A jednocześnie tutaj zaczęło być takie napięcie w tej grupie. Zaczęliśmy się sprzeczać, kto tak naprawdę i jak ma to prowadzić, nie było jeszcze Tradycji i w pewnym momencie wydawało się, że ta grupa się rozpadnie.

**M** – Ta grupa to Odrodzenie?



**F** – Tak. Okazało się, że ta grupa się nie rozpadła, ale kilku przyjaciół odeszło. Oni potrzebowali AA i zakładali AA. W bardzo szybkim czasie powstało 7 grup. Ja już też w tym czasie jeździłem na Żoliborz, by pomóc założyć grupę. Już próbowaliśmy w innych miejscach te grupy założyć. I rzeczywiście zaczęło to kiełkować. Ale to dzisiaj widzę musiało dojrzeć, musiało przejść ten okres takiego dojrzewania, i tych waśni, i tych sprzeczek i różnych dziwnych rzeczy. Ale w konsekwencji musiało to wyjść. Myślę sobie, że **BYLIŚMY ZDUMIENI, KIEDY PO**

**TRZECH LATACH** przyjechał do nas taki alkoholik Marian z Niemiec i popatrzył na to, mówiąc: „**WIECIE CO, ŻE TRZY LATA IDZIECIE BEZ TRADYCJI I TAK ŻEŚCIE DALEKO NIE ODESZLI OD TEGO GŁÓWNEGO NURTU**”. Jestem zdumiony tym, chociaż się kłócicie i widzę te waśnie wśród was. Myślę sobie, że ci co przyjeżdżali do nas, szczególnie ze Stanów, bardzo nam pomagali poprzez doświadczenie, oni nie mówili jak mamy robić, mówili: „u nas tak się to robiło”, a my **BARDZO BYLIŚMY CHŁONNI** tej nauki. Czasami myśmy to inaczej interpretowali. Ale było też tak, że sprowadziliśmy Tradycje i nie wszyscy umieli je przeczytać, bo mówili: „**PO CO ?!**” I dwóch czy trzech przeczytało z nas i oni jak gdyby manewrowali nami, „a bo ty nie znasz tradycji”. Dzięki temu, że mówili, że ich nie znam, to pomyślałem sobie... wezmę je i przeczytam. Co oni tam mówią? Czy oni mówią zgodnie z prawdą? [rzeczywiście był taki moment, że oni manewrowali tymi tradycjami]. Próbowali to podszyć jako regulamin. **CDN.**



zapoznania się z Tradycjami AA oraz czytania „Życia w trzeźwości”. Zaczęliśmy tłumaczyć książki i posługiwać się literaturą AA.

**M** – Jak wyglądało to tłumaczenie książek, kontakt z GSO w tym pierwszym okresie?

**F** – Do pewnego czasu komunikowaliśmy się z Rajmundem z Poznania, który przysyłał nam niemieckie teksty, tu mieliśmy Rysia, który nam to tłumaczył, przepisywał na maszynie, myśmy to kserowali i każdy dostawał to na mityngu. Nie było nas dużo, robiliśmy to ręcznie i nie było większego problemu. A potem kiedy pojawił się Wiktor, który miał już duże doświadczenie ze Stanów, bo tam bywał na mityngach i znał angielski to on zaczął nam tłumaczyć. Pierwsze przetłumaczył „Życie w trzeźwości”, bo to było bardzo ważne, potem poprosiliśmy Amerykanów poprzez Wiktora, bo Wiktor był wtedy naszym orędownikiem w Stanach. Często wyjeżdżał, żeby nam to wydrukowali i potem zaczęliśmy drukować już na własną rękę, ale to był stan wojenny i nie mieliśmy możliwości drukowania w sposób legalny. Za to można było w stanie wojennym dosyć mocno beknąć, ale taka była potrzeba i myśmy to robili. Na szczęście się znalazł ktoś, kto nam to wydrukował. Myślę sobie, że tu nam też bardzo pomogła dr Ewa Witkowska, która pomagała nam w tym drukowaniu.

**M** – Jak rozwijały się grupy AA w Warszawie, jak pomagaliście sobie, dochodząc do podstaw tradycji, do służby dla siebie?

**F** – To co mówisz, było bardzo ważne. Miałem to szczęście być przy narodzinach i widziałem, że najpierw pomagaliśmy sobie nawzajem. Nie było sponsora, bo nikt nie znał takiej formy jak sponsor, nawet o tym nie słyszeliśmy. Potem usłyszeliśmy o tej formie i przyszła książka, którą żeśmy przetłumaczyli, bo wiedzieliśmy, że to jest ważne, ale najpierw sponsorowaliśmy sobie nawzajem. Bardzo często spotykaliśmy się poza mityngiem i dyskutowaliśmy np. w kawiarniach i bardzo żeśmy się zaprzyjaźnili. Zaczęliśmy dbać o siebie, dowiadywać, co się dzieje i była to bardzo ważna część tej pracy. Myślę sobie, że ZACZĘLIŚMY TAK NAPRAWDĘ SŁUŻYĆ JEDEN DRUGIEMU. Chcieliśmy być samodzielni, wiedzieliśmy, że trzeba zrobić jakiś kapelusz. Mieliśmy ten kapelusz, ale wtedy był taki czas, że nie mogliśmy płacić za salę, bo nikt nie był w stanie tego przyjąć, poza tym nie mieliśmy żadnej osobowości prawnej, czyli byliśmy tak naprawdę w sensie prawnym nikim. Było to bardzo wielką przeszkodą i trzeba było kilkunastu lat abyśmy to stworzyli na nowo. I był taki moment, że zbierał skarbnik pieniądze i krzychał: NIE DAWAĆ WIĘCEJ JAK 5 zł! Bo nie wiedzieliśmy co z tymi pieniędzmi zrobić. Oczywiście jak były Święta, to kupowaliśmy sobie ciastka, torty i te wszystkie inne rzeczy, ale czuliśmy, że to nie jest to. Tak że to na początku tak wyglądało, jednak byliśmy bardzo blisko siebie. Myślę so-

kończyliśmy pracę o 22:15. W niedzielę ponownie wczesna pobudka, śniadanie o 8 i sesja z obserwacją na żywo dyżuru internetowego. Zalogowaliśmy się również do strony Brytyjskiej a Greg, który jest łącznikiem internetowym w swoim rejonie wszedł do bazy plików aby pokazać jak działa to tutaj. Wydaje się, że się spodobało. Przyjrzeliliśmy się także portalowi dla nowicjuszy, wyświetlając ilość dostępnej informacji a ktoś obejrzał nawet film: „Kto Ja?”. Dałam także naszą małą kartę z numerem infolinii i adresem internetowym jako wzór do ewentualnego druku. Otrzymałam w prezencie Wielką Księgę po polsku, podpisaną przez wszystkich uczestników. Bardzo mnie to wzruszyło szczególnie, że zostałam zaproszona za rok „kiedy nauczę się już polskiego”. Odpowiedziałam, że będąc Szkotką mam problemy z angielskim więc polski to może być za dużo. Następnie Greg i ja wyruszyliśmy z powrotem do Warszawy. O 17:30 udaliśmy się do Punktu Informacyjno-kontaktowego w Warszawie na spotkanie z Andrzejem, przewodniczącym rady regionu, Mirkiem –byłym powiernikiem odpowiedzialnym od początku za projekt infolinii oraz Gosią – nowym powiernikiem odpowiedzialnym za telefony. Chciała ona dowiedzieć się wszystkiego o moim zakresie pracy więc rozmawialiśmy przeszło dwie godziny poruszając także zagadnienie Dwunastego Kroku. Gosia zamierza poprosić radę w Polsce o wystąpienie do Brytyjskiego AA o sponsorowanie lub pomoc w jej zadaniach. Następnie zostałam zabrana do hotelu i zostały poczynione odpowiednie ustalenia aby zabrać mnie rano na lotnisko. Przez cały okres mojego pobytu traktowana byłam z ogromnym szacunkiem ale to co było najbardziej wzbogacającym doświadczeniem to przyjaźń pomiędzy alkoholikami. Ludzie w Polsce są tak samo zaangażowani w służbę jak my tutaj – dobro wciąż cierpiących alkoholików jest stawiane na pierwszym miejscu. Polska obchodzi 35-lecie AA w sierpniu tego roku. Zostałam w biurze w Yorku trochę informacji na ten temat pod warunkiem, że umiecie czytać po polsku. W dodatku do tak specjalnej podróży, słońce świeciło cały weekend.

### **Wdzięczni - Niewdzięczni!**

Minęły wakacje, właściwie jeszcze lato jest, ale mam na myśli urlopy i wyjazdy. A ja w tym sezonie zrealizowałem swoje marzenie, pojechałem ponownie nad Zatokę Pucką, zapisałem się na kurs Kite Surfingu (jazda po wodzie na desce snowboardowej za latawcem)..I nauczyłem się. Szło mi bardzo opornie, mimo że wiele lat uprawiałem windsurfing i wydawało mi się, że po prostu zapnę nowy, dotąd nieznan mi sprzęt i polecę. Ja nie potrafię? Rzeczywistość okazała się znacznie trudniejsza od moich oczekiwań. Nauka zajęła mi dwa tygodnie i



chwilami czułem już przesyty diety glonowej. Sponiewierało mnie w tej Zatoce na wszystkie możliwe sposoby. Przy okazji nauki zassałem tyle glonów, zielska i innego świństwa oraz słonej wody, że z przyjemnością kupowałem słodkie bułki na kolację i na śniadanie i popijałem słodką Colą. Przy okazji wspomnę, że pokus alkoholowych nad morzem jest wiele. Nie skorzystałem. Byłem skoncentrowany na czymś innym. Ile upokorzeń zniosłem? Najgorsze było to wracane po brzegu, na piechotę ze zwiniętym sprzętem - latawcem i deską pod pachą! Nie umiałem wró-

cić pod wiatr do miejsca z którego wypłynąłem! Moja cecha, "upartego osła" lub jak kto woli "beznadziejnego alkoholika", okazała się tym razem zaletą. Upór! Przekora! Egocentryzm! Tym razem nie był źródłem niepowodzeń! Nauczyłem się, i uważam to za swój wielki sukces bo mam prawie 50-tkę, a latam jak mała. Wielu "uczniów" w moim wieku wymiękło! Czuje się sprawny, coś zrobiłem, dokonałem, ruszyłem się, zrealizowałem swoje pragnienie. Zajęło mi to łącznie 3 tygodnie w wodzie. W trakcie nauki była oczywiście złość, zniechęcenie, zwątpienie. A jednak udało się. Zaraz po powrocie do domu rozpocząłem dawno odkładany remont kotłowni (kilka lat). Tym razem spędziłem 3 tygodnie w piwnicy, w kurzu, gruzie, bałaganie. Odmieniłem dietę glonową na cementowo wapien Od kiedy nie piję zdrowo się odżywiam? Prawda? Oprócz witamin do życia potrzeba też trochę wapnia! W okresie "małego remontu" he hehe, wypadł czas Zlotu we Wrocławiu. Zakładałem, że się wyrobię i pojedę. Nie udało się. Zostałem w domu dokończyć remont. Znam siebie i wiem że mam trudności dokańczania rozpoczętych zadań. Przypuszczam, że po Wrocławiu, "duchowo odnowiony" niechętnie wróciłbym do kurzu i zaprawy klejowej. Nie pojechałem. Wydaje mi się, że dokonałem właściwego wyboru. Postanowiłem dokończyć to, co zacząłem. Czułem codziennie obawy swojej żony, czy nie porzucę w połowie rozpoczętego remontu. Jak wiele razy bywało. Nic nie mówiła, ale ja to czułem. Niepokoiła się, bo w połowie września ma przyjść hydraulik wymieniać piec i rury. Kotłownia musi być do tego czasu przygotowana. Właściwie zima w domu bez centralnego ogrzewania to nic takiego! Czym się niepokoić? Remont dokończyłem, wyszło pięknie. Bardzo mi się podoba efekt. Kiedy o tym myślę, zwłaszcza we wrześniu, kiedy tyle się mówi o zadośćuczynieniu, to zadaję sobie pytanie

że alkoholizm jest chorobą. Myślałem, że przyczyna mojej choroby tkwi w alkoholu, że alkohol i ja i ja muszę z nim wygrać. To też jest taki błąd, bardzo trudny błąd w myśleniu – alkohol oszukuje – nie, alkohol nie oszukuje, ja się oszukuję przy tym z alkoholem. Myślę sobie, że to trzeba wyrugować z naszego słownictwa, to, że alkohol oszukuje – nie, to ja oszukuję siebie przy pomocy alkoholu.

**M** – Jak wyglądały tamte mityngi, jak się rozwijały?

**F** – Muszę powiedzieć o bardzo ważnej rzeczy. O klimacie jaki panował w Instytucie. Przy Instytucie był klub abstynenta i myśmy się tam zbierali, taka grupa wsparcia, i tam był podział jakby na dwie części. Jedna część chciała nie pić i korzystać z zasobów majątkowych, wyjeżdżając na wspólne wycieczki, organizować wspólne wczasy i takie inne różne rzeczy. Ale była też grupa ludzi, do której ja należałem, która prawdziwie chciała trzeźwieć i szukała sposobu na prawdziwe trzeźwienie. Tak się szczęśliwie złożyło, że było u nas dwóch psychologów, wspaniałych młodych ludzi, o których, myślę, trzeba powiedzieć: Grażyna Wolska i Paweł Wiczorek i oni pod egidą dr Woronowicza, który był bardzo twardy. Woronowicz też nie szukał łatwej drogi, tylko sposobu na leczenie. On był rzetelny, wiedział, że takie przychodzenie i gadanie o niczym, to jest takie klepanie i co jakiś czas ktoś odpada i zapija i to się jakoś tak dziwnie toczy. I wtenczas zafascynowała mnie jedna rzecz. Wyczułem, że ci ludzie z AA w Poznaniu, mieli metodę, mieli sposób. I myśmy tę metodę, ten sposób przywieźli.

**M** – Co to znaczy? Co to była za metoda?

**F** – Metoda to był program 12 kroków AA. Nie mieliśmy jeszcze niestety 12 Tradycji i to nam trochę wadziło, bo nie bardzo wiedzieliśmy jak to wszystko prowadzić, jak sobie radzić. I przez trzy lata, zanim daliśmy znać do AA do GSO w Nowym Jorku, że istniejemy, to mieliśmy duże kłopoty. Zaczęliśmy sobie regulaminy układać. Był taki mój przyjaciel, który mówił, że to jest choroba śmiertelna, nie wolno się śmiać w ogóle w AA. Jak śmiertelna, poważna, nieuleczalna, to jak tu się śmiać z tej choroby? A myśmy cały czas, będąc na mityngu, się śmiali, bo mieliśmy taką potrzebę do tego śmiechu. I był nawet taki pomysł, żeby zrobić regulamin kiedy wolno, a kiedy nie wolno się śmiać. Dzięki Bogu to upadło, a kiedy inni przyjaciele dowiedzieli się, że AA jest już w Warszawie zaczęli tu przyjeżdżać. Aż do momentu kiedy przyjechała Maria i Wiktor. Oni przywieźli coś niesłychanie ważnego. Oni przywieźli ducha AA, tak bym to nazwał.

**M** – Co to znaczy duch AA?

**F** – To jest ta wielka swoboda, wolność wypowiedzi, to czegośmy nie mieli, znajomość, umiejętność wykorzystania Tradycji AA. Bo dzisiaj myślę, że tak naprawdę, alkoholik powinien zacząć od dwóch rzeczy: od zaprzestania picia i od .

studiowanie naszej literatury i dziękuję Kolporterom za to, że nie muszę przemierzać milionów kilometrów za książką, ulotką, biuletynem. (Tych podziękowań wśród wielu innych podziękowań, zabrakło mi na zakończenie Zlotu we Wrocławiu.) W październiku w Modlinie będziemy świętować XVI rocznicę powstania Regionu Warszawa. A jak to kiedyś było, mogłam poczytać w archiwum MITYNGU. Miłej lektury Przyjaciele.

*Gosiali.*

MITYNG 06/36/2000

Spotkanie z weteranem.

Redaktor MITYNGU przeprowadził rozmowę z FELKIEM weteranem wspólnoty AA.

**MITYNG** – W jaki sposób dowiedziałeś się o AA? Co spowodowało, że zaczęłeś szukać pomocy?

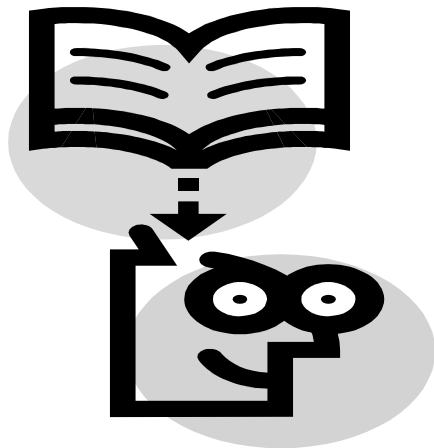
**FELEK** – Już miałem tak dosyć alkoholu i konsekwencji picia i tych kacy, bycia w wariatkowie, więzieniu, wyrzucania mnie z pracy i pobytu w szpitalach, że zacząłem szukać autentycznie dobrej pomocy i trafiłem na dr. Woronowicza. Dzięki tzw. „przypadkom”, bo to nie było faktycznie sterowane przeze mnie. On nas zawiózł do Poznania i tam po raz pierwszy zetknąłem się z grupą AA. I to był mój pierwszy kontakt z AA. Część mi się podobała, część nie, ale stamtąd z grupą przyjaciół przywieźliśmy pomysł, żeby to zrobić i już przywieźliśmy 12 kroków.

**M** – Czyli w zasadzie wrażenie było pozytywne.

**F** – Tak, tylko nie leżało mi to, że mówią o sobie – jestem alkoholikiem, dla mnie to jeszcze było ubliżeniem i nie mogłem sobie z tym poradzić. Ale spodobało mi się, że nie ma tu listy obecności, że tak naprawdę nie ma żadnej władzy, nie ma żadnych psychologów i lekarzy, bo mając już z nimi kontakt, oni ciągle ode mnie czegoś żądali. Przede wszystkim, żeby zaprzestać picia. Ale gdzieś czułem pod spodem, że samo to, że jeszcze nie piję to jeszcze za mało. No bo przecież jak siedziałem w więzieniu - to też nie piłem. Wychodziłem i piłem dalej. Wiedziałem, że coś tutaj się nie zgadza, ale nie wiedziałem co.

**M** – A długo już nie piłeś kiedy trafiłeś do AA?

**F** – Nie piłem już prawie rok. Ale czułem jakiś niepokój w sobie i nie potrafiłem tego rozładować, a jednocześnie bardzo chciałem przestać pić. I to było jakby ostatnie moje podejście. Przyrzekłem sobie wtedy, że ostatni raz spróbuję, albo wygram, albo przegram z alkoholem. Dlatego to mówię. Nie wiedziałem wtedy,



czy mój wybór, (pozostanie w domu rezygnacja z Wrocławia) to wynik wzrastającej odpowiedzialności, gdzie tu wdzięczność AA? Czy ma to jakiś związek z poświęceniem i zadośćuczynieniem? Moim zdaniem ma. Ale ważny też jest mój szacunek do siebie. Rozpocząłem i skończyłem. Mam satysfakcję. We Wrocławiu mógłbym jedynie pięknie powiedzieć jaki jestem wdzięczny za trzeźwość! Czy wówczas w moim domu byłoby zimno cieplej i ładniej? W moim mniemaniu dokonałem właściwego wyboru i nie żałuję, pojedę na następny Zlot w Warszawie. Ale przedtem jeszcze kilka razy nad Zatokę Pucką, popisywać się swoją sprawnością!

*Pozdrawiam słonecznie - lechu02*

### Duchowa odpowiedzialność

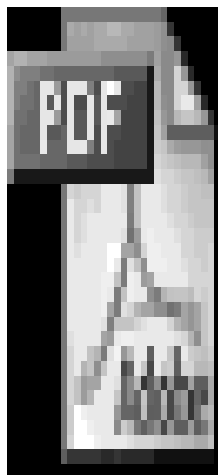
Wzrastanie duchowe jest zatem wspólnym zadaniem wszystkich służb, jakie pełniemy i to w pełni oddani tym służbom. Stajemy się częścią życia publicznego, tego zdrowego w wierze, nadziei i miłości, abyśmy mieli czym się dzielić ze wszystkimi, którzy wciąż jeszcze cierpią z powodu niewiedzy o chorobie alkoholowej i zdrowieniu. Każdy z nas kto uchyla się od odpowiedzialności staje się współwinny śmierci tych, do których nie dotrze ta wiedza o sposobie wyjścia i życia w trzeźwości. Wychowywać musimy się całym ciałem, umysłem i duchem wzrastania w służbie. Dzieję się doświadczeniem pełnienia wszystkich służb we wspólnocie od 18 lat właśnie dzisiaj, bo ten cały czas służy mi do przeżycia 24 godzin w trzeźwości. Chciałbym podziękować wszystkim alkoholikom, którzy przyszli na XI rocznicę grupy NIMB, za wsparcie szczególnie dla dwóch nowicjuszy w tym dniu i dla tych, którzy tworzą naszą grupę i są jej sumieniem. Skorzystalismy także z wykupienia kametu okolicznościowego na XI rocznicę i zasililiśmy nasz wspólny majątek o 22 złote, bo na tyle było nas stać. Tortu nie było, ale byli ludzie potrzebujący pomocy w tym dniu i skorzystali z tej pomocy, jak i ja założyciel tej grupy dzięki innym alkoholikom odpowiedzialny za istnienie tej grupy. Wspólnymi poświęceniami przeżyliśmy te 11 lat niosąc posłanie innym w myśl V Tradycji AA. Życząc wszystkim wytrwałości na drodze do trzeźwości łączę się dobrym słowem i Pogodą Ducha.

*AN-SAN*

\*\*\*\*\*

Uśmiechnij się! Jeśli znalazłeś chwilę czasu i czytasz MITYNG to cieszymy się razem z Tobą. A jeśli masz ochotę pisać do nas - nie zwlekaj! Wyślij na [redakcja@mitng.net](mailto:redakcja@mitng.net) albo [mitng@op.pl](mailto:mitng@op.pl) lub dostarcz tekst osobiście, albo też wyślij go na adres PIK, Brazylijska 10, 03-946 Warszawa, z dopiskiem MITYNG.





# Acrobat Document

## Literatura i ja...

W sierpniu we Wrocławiu radowałam się razem z Wami drodzy Przyjaciele z rocznicy powstania AA w Polsce – XXXV. Przyszłam, jak to się mówi, „na gotowe”. Tym bardziej gotowe, że 25 lat przed moim urodzeniem w Akron dwóch beznadziejnych pijaków przegadało całą noc nie napiwszy się alkoholu. Ktoś kiedyś dołożył trudu, by mnie nauczyć czytać. Skorzystałam z tej umiejętności i z zapalem ja, alkoholiczka-perfekcjonistka dokładnie przewertowałam dostępną literaturę, by dowiedzieć się co to jest „ta Wspólnota AA” (Ruch – jak mówią w innych Regionach naszego kraju. Mówią też przyjaciele „przyszłam do Programu”). Przewertowałam w literaturze jak to było na początku... Jak Wspólnota rozwijała się i jak grupy ROZWIĄZYWAŁY SIĘ. Jak to się stało, że dziś mogę cieszyć się swoją trzeźwością, przyjaciółmi, życiem po „przyjściu do Programu”. Jak to się dzieje, że mam możliwość wejścia do salki mityngowej i tam spotkać ludzi, którzy pomagają mi uporządkować siebie. Mam wiele wdzięczności w sercu dla też ludzi nieuzależnionych (psychiatrów, psychologów, terapeutów, duchownych), którzy w swym zapale niesienia pomocy alkoholikom przez wiele lat (bo aż od 1957(!) – pierwszy artykuł o AA w czasopiśmie „Zdrowie i Trzeźwość” nr 12/1957) próbowało zaszczerpić idee AA w naszym kraju. Tę historię przeczytałam też a słowu pisanemu wciąż ufam więcej niż przekazywanemu metodą „głuchego telefonu”. Dowiedziałam się, że te XXXV lat liczymy od 1974 r. (jesień), gdy to usamodzielnia się i przyjmuje nazwę „Eleusis” – pierwsza działająca wg 12 Tradycji AA w Polsce. Te i wiele, wiele innych informacji mogę znaleźć w literaturze. Bez najmniejszego wysiłku z mojej strony. No... może troszkę.. musiałam mieć chęci – tak jak miałam chęć zaprzestania picia Muszę tę literaturę sobie kupić (zaoszczędzam pieniądze na ten cel na nie kupowaniu alkoholu) i wykorzystać umiejętność czytania. A resztę robią za mnie inni: tłumaczą, spisują swoje doświadczenia, przekazują do druku, przywożą z drukarni, składują w magazynie, noszą na grupy, intergrupy, zawożą na rocznice. Gdy ja mogę uczestniczyć w mityngu rocznicowym, rozmowach kularowych, tańczyć na trzeźwo – kolporterzy stoją przy stoliku i czekają na chętnych do kupna. Inni zbierają zamówienia przez Internet, pakują w paczki i wysyłają. Do mnie też kiedyś wysłali. Wtedy zamówiłam przez Internet – nie miałam pojęcia, że mogę pójść na swój pierwszy mityng i sama zgromadzić swoją biblioteczkę. Dziś kupuję w PIK, na grupie, na spotkaniu Intergrupy kolejne egzemplarze. Jakoś tych moich oszczędności na nie kupowaniu alkoholu starczy, bym mogła kupić i przekazać tym, którzy być może jeszcze nie mogą pozwolić sobie na zakup. Dziękuję wszystkim, którzy swoją służbą pozwalają mi poznawać historię, Tradycje, Kroki AA poprzez