

## 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” – pierwsza niedziela godz. 17<sup>00</sup>  
07-400 OSTROŁĘKA, ul. Goworowska 49, Kościół Zbawiciela Świata (harcówka)
- INTERGRUPA AA „PÓŁNOC” - 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 **20 marca 2010r. 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

ponadto w Soboty godz. 20:30 – 23:00 grupa LUNA

WSCHÓD

SAWA/MAZOWIECKA - II wt.

WARS

MOKOTÓW

PÓŁNOC

# MITYNG

NUMER 3/153/2010 Ukazuje się od października 1992 Marzec

Temat wiodący: Konferencja Regionu: Anonimowi, ale nie niewidoczni  
A za miesiąc: Spotkanie służb głosem jedności

## Kolejna konferencja ...

... tuż, tuż, w kwietniu. Zbliża się więc wiosenna konferencja Regionu, jest to kolejna konferencja, na której będę jako pełniący służbę. Z moich doświadczeń jakie zdobyłem przez ten okres mogę powiedzieć, że było to tak jak z moim pierwszym mityngiem. Wiem, że byłem, ale o czym mówiono i co robiono to już nie do końca.

I tak było z moją pierwszą konferencją: ktoś coś mówił, coś głosowali, kogoś wybierali, ale kogo i po co – mogę szczerze wyznać – tak do końca to nie wiedziałem. Dziś wiem, że jadąc na konferencję służb Regionu powiniennem zapoznać się z materiałami jakie są przygotowywane na taką konferencję, bym wiedział o czym będą mówić służby Regionu, jakie będą służby wybierane i co jest sugerowane dla kandydatów do tych służb. Będąc uczestnikiem takiej konferencji jestem służebnym swojej grupy, czy intergrupy, czy grup regionu i dla własnego dobra, jako członka AA, mam pełnić tę służbę uczciwie z pełnym zaangażowaniem. Jako kandydat do służby w Regionie starałem się być w miarę rzeczywistym cieniem swego poprzednika, poprzez uczestnictwo w zespołach, warsztatach, radach regionu, itp., bym mógł zaobserwować na czym ta służba ma polegać i jak dobrze ją pełnić, co nie jest wcale takie proste jak mi się zdawało.

Ale uważam także, że Konferencja Regionu jest takim małym świętem, dlatego że mogę spotkać tam wielu przyjaciół z całego Regionu, porozmawiać, usłyszeć nowe doświadczenia. Nasza wiosenna konferencja ma bardzo ciekawy temat „Anonimowi, ale nie niewidoczni”. Myślę, że zachowanie mojej anonimowości, a w moim rozumieniu prywatności w życiu rodzinnym i zawodowym jest dla mnie bardzo ważne a dla wspólnoty bezpieczne. Ale bym mógł nieść posłanie alkoholikowi, który jeszcze cierpi muszę wyjść na zewnątrz, do ludzi. Myślę, że pamiętając zawsze o 12 Tradycji i biorąc przykład ze wspólnot z innych krajów, możemy skorzystać z dobrodziejstw cywilizacji, jakimi są wszelkie media, by ludzie wiedzieli czym i dla kogo jest Wspólnota AA.

Maciek AA



**Spis treści:**

- Str. 1 Kolejna konferencja  
 Str. 3 Anonimowi ale nie niewidoczni  
 Str. 4 Co mi dała służba łącznika ZK  
 Str. 6 Warsztaty XII Krok  
 Str. 9 „Anonimowi, ale ...”  
 Str. 11 Warsztaty Tradycji AA (I - III)  
 Str. 17 Moje nowe dwa tygodnie  
 Str. 17 Co mnie przywiodło do AA  
 Str. 18 Historia o PIKu, krokach,...  
 Str. 20 Zmiany  
 Str. 22 Miejsce na udoskonalanie

**Warsztaty, zaproszenia grup**

**06 marca** godz. 15.00 - 17:00 w PIK, Brazylijska 10, Zespół ds. Internetu Regionu Warszawa zaprasza na warsztaty „**Jak nieść posłanie przez telefon i internet w Punkcie Informacyjno Kontaktowym**”

**13 marca** godz. 15.00 w PIK, Brazylijska 10, Zespół Informacji Publicznej Regionu Warszawa zaprasza na warsztaty „**Anonimowi, ale nie niewidoczni**”

**17 marca** grupa AA **PRZY TRAKCIE** o godz. 18:00, ul. Trakt Lubelski 157 sala nr 10, zaprasza wszystkich przyjaciół na uroczysty mityng z okazji XII rocznicy powstania grupy

**17 marca** grupa AA **WSPARCIE** o godzinie 18 przy ul. Spalinowej 2, serdecznie zaprasza na XII rocznicę powstania grupy.

**21 marca** grupa AA **KONTAKT** o godz. 16:00 przy ul. Floriańskiej 3 (dom parafialny, podziemie) zaprasza wszystkich przyjaciół na XXI rocznicę powstania grupy.

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

Infolinia AA: 0 - 801 033 242

**WSCHÓD**

- 01- Orędzie Serca  
 08 - Ateńska  
 15 - Orlik  
 22 - Nobel  
 29 - Cegielka Marki

**SAWA**

- 02 - Rembertów - Kontakt  
 09 - Intergrupa Mazowiecka  
 16 - Równi Sobie - Skaryszewska  
 23 - Przy Trakcie - Przemienienie  
 30 - Iskierka Wołomin - Poranek



**Prenumerata MITYNGU:** Kolporter literatury Regionu AA Warszawa, Zbyszek, przyjmuje zamówienia. 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.

Szukałem wiary w Zakroczmie i Częstochowie, w Licheniu, w Gietrzwałdzie. Większość osób przeżywała tam cudowne olśnienia, ja jakoś nie bardzo, ale udawałem, że coś, ja też. Czułem się inny, może niegodny? Byłem pewien, że mnie nie poraził piorun wiary. Wytrzymałem około 4,5 roku.

Piłem potem ze 2 lata tak po troszku!!!

Tak czy siak „*to sam alkohol nakłonił mnie do prawdziwego AA*”. Kiedy pojawiły się ponownie myśli samobójcze, wreszcie i ja uwierzyłem w program 12x12. Tak normalnie bez błysku. Bo musiałem!

Nie dlatego, że pragnałem – dlatego, że za mną była już tylko ściana, lub przepaść.

Musiałem poprosić o sponsorowanie – konkretną osobę – wykonać w praktyce 1 Krok.

Musiałem z zapalem na jaki było mnie stać,

czytać literaturę i omawiać ją ze sponsorem. Mimo woli poznałem znaczną część ulotek i książek aowskich. Odnalazłem w nich swoje podobieństwa i recepty na własne szczęście. Ciągłe z nich korzystam. Właśnie rozważam jedną z nich.

Dowiedziałem się po kilku latach jaki mamy symbol AA. Co on oznacza, że zawiera 3 legaty. Poczułem, jak ważne jest praktykowanie Tradycji w służbie. Odnalazłem cenne przyjaźnie w trakcie jej pełnienia. Opuścił mnie strach i samotność.

Przestałem latać po całej Warszawie za trzeźwością. Znalazłem grupę macierzystą. Zainteresowały mnie, Konferencje, Region, Intergrupy, Służby w zespołach tematycznych AA. Kilka razy byłem na mityngu w Z.K. Kilka razy udzieliłem się w mityngu informacyjnym dla ludzi spoza AA. Coraz bliższe stają mi się sprawy Regionu, PIK-u, mojej grupy. Ciągłe poznaję nowe struktury służb. O nawrotach przy tym zapominałem. Może zacząłem wspierać, zamiast wsparcia szukać? Daj Boże, oby tak było. Przekonała mnie maksyma:

**Jeśli jestem w AA, propaguję program AA.** Jakie to oczywiste!

Program zaczął działać. Przestałem „przerabiać Kroki”. Bardziej zaczęło mi odpowiadać życie według nich. Nie od razu tak się stało, na pewno nie przez miesiąc, rok. Pojmowałem wolniutko.

Poznałem istotę mojego problemu. Spostrzegłem, że nie można dostać Pogody Ducho w prezencie, lecz muszę na nią cierpliwie zapracować. Nie zawsze ją mam, ale przychodzi jeśli się angażuję. Czy wiem jaki jest konkretny cel? Czy uwierzyłem w program AA? Teraz sądzę, że TAK! Przez ten czas zdobyłem dużo cennych doświadczeń a moje zdanie o AA uległo odwróceniu. Jak mam je przekazać dalej – do centrum Warszawy? Jak powiedzieć, nie mówiąc: *nie całe AA jest takie*. Jak nieść posłanie wewnątrz AA? Czy każdy „Nowy” musi tak samo błądzić i umierać ponownie jak ja?

*alkoholik*



## Miejsce na udoskonalanie

**Uwierzyliśmy, że Tradycje AA i Kroki programu zdrowienia AA są najbliższe prawdzie, które służą nam i naszemu konkretnemu celowi.**

Str 86 z książki *Jak to Widzi Bill*.

Wiele mówimy o Bogu, głębokiej wierze w Siłę Wyższą, powierzeniu i temu podobne. Mnie zastanowił powyższy cytat. Odszukałem go bo sprowokowała mnie wizyta w grupie nazywającej siebie aowską. Ów mityng AA odbywa się w samym centrum Warszawy, a będąc na nim trudno mi było zorientować się, że dobrze trafiłem. Po tym mityngu długo się zastanawiałem, co mi nie pasowało. Przypomniałem sobie, jaki byłem kilka lat temu. Co wiedziałem o AA, czego oczekiwałem a co dostałem.

Nie zamierzam krytykować, ani wytyczać, kto jest lub nie jest AA, lecz...powiem o sobie bo zauważyłem pewne podobieństwa do siebie.

Uczęszczałem na terapię, równoległe „chaadzaałem” na mityngi, a po kilku tygodniach sądziłem, że już wiem wszystko. Nie miałem sponsora. Twierdziłem, że całe AA jest moim najlepszym sponsorem, nie czytałem literatury, tej aprobowanej przez Konferencję, za to chętnie kupowałem i czytałem wszelkie książki pseudo-aa i terapeutyczne napakowane wiedzą akademicką. Potrafiłem nazwać wszelkie mechanizmy nałogu, i zastanawiałem się czy nie zostać terapeutą. Wewnętrznie czułem się lepszy, wydawało mi się „*góruję nad szarą masą*”. (to cytat z „Anonimowi Alkoholicy”). Generalnie wiedziałem wszystko, lecz nic nie działało. Sądziłem, że jeśli wezmę od każdego jakąś dobrą cechę i poskładam to się zmienię w Robocopa. Mimo to w moim życiu nadal trwał chaos wzlotów i upadków. Daleko było mi do prawdziwego AA, Trzech Legatów (wykładni programu AA). Nosilem dumnie w klapie marynarki wpiętego wielbłąda i sądziłem wówczas, że jestem wyjątkowy, nieco godniejszy, półbogiem bo nie piję. Moim powiedzeniem, było: *że ja nic nie muszę*. Miałem *tylko prawa i byłem asertywny*, wałać ludziom w oczy oceny i chamstwo.

Mityng AA, traktowałem jak śmietnik, na który *można WYRZUCIĆ wszystko*. Wiele razy brałem udział w *tak zwanej rundzie*, gdzie każdy po kolei mówił *jak mu zleciał tydzień* – bez wniosków z tego płynących. Taka *terapia bez terapeutę*. Oddział otwarty dla ludzi poplątanych. Mimo to czułem ulgę po takim wyrzucaniu z siebie i byłem pewien, że „*doładowałem akumulatory*” i *że jestem w AA*. Zachęcano do takiego „wyrzucania” roztaczając nadzieję na ulgę. Takie było moje przekonanie. Wszystko, co się kojarzyło z alkoholem było nawrotem i trzeba było szybko pędzić do psychologa – *mam nawrót*. Jak go nie miałem to byłem pewien, że lada chwila będę miał. Mimo że nie piłem utrzymywano mnie w obsesyjnym strachu przed alkoholem. Mówiłem czasem, że go nie mam, że nie wiem co to. Patrzyli wówczas na mnie jak bym już był pijany. Kilku cwaniaków zamieściło wówczas ogłoszenie w prasie: AAAAAaby: pomagam w wyjściu z nawrotu- cena 500zł. Chyba nawet zadościłem im dobrego pomysłu. Moimi Guru były znane osoby z dziedziny przeciwdziałania alkoholizmowi. Autorytety w propagowaniu psycho teorii analitycznej.

## Anonimowi, ale nie niewidoczni

Temat wiosennej XXXIII Konferencji Służb Regionu (17 kwietnia 2010) brzmi: „Anonimowi, ale nie niewidoczni”. No i bardzo dobrze. Myślę, że w Polsce problem zrozumienia różnicy pomiędzy tajnością, a anonimowością jest nadal istotny, a może nawet palący – coraz częściej odnoszę wrażenie, że Wspólnotę AA i jej Program traktuje się w naszym kraju, jako niezbyt ważny dodatek do terapii odwykowej, a posłanie AA niosą raczej terapeuci w poradniach i telenowele, niż sami alkoholicy. Pewne problemy z anonimowością mieli chyba także Anonimowi Alkoholicy w Ameryce. Wiele lat temu. Pozostaje mieć nadzieję, że się z tym dawno uporali, a więc można będzie od nich czerpać przykłady i korzystać z ich doświadczeń. W każdym razie Bill W. pisał kiedyś tak: „*W niektórych grupach AA zasada anonimowości jest doprowadzona do absurdu. Członkowie tak kiepsko się ze sobą komunikują, że nie znają nawet swoich nazwisk ani nie wiedzą, gdzie kto mieszka. Przypomina to komórkę konspiracyjną*”\*

A Doktor Bob: „*Ponieważ nasza Tradycja dotycząca anonimowości wyraźnie wytycza poziom graniczny, dla każdego kto zna angielski, musi być oczywiste, że zachowywanie anonimowości na jakimkolwiek innym poziomie jest pogwałceniem tej Tradycji. Uczestnik AA, który ukrywa swoją tożsamość przed innym uczestnikiem Wspólnoty, podając jedynie swoje imię, łamie tę Tradycję tak samo, jak ten uczestnik Wspólnoty, który pozwala, aby jego nazwisko ukazało się w prasie w powiązaniu ze sprawami odnoszącymi się do AA. Ten pierwszy zachowuje swoją anonimowość powyżej poziomu prasy, radia i filmu; ten drugi zachowuje swoją anonimowość poniżej poziomu prasy, radia i filmu – podczas gdy Tradycja ta postuluje, abyśmy zachowywali anonimowość na poziomie kontaktów z prasą, radiem i filmem*”\*\*.

Wydaje mi się, że ewolucja Wspólnoty przebiega podobnie, jak zdrowienie (tzw. trzeźwienie) i rozwój osobisty alkoholika – sukcesywnie, stopniowo, etapami. Pamiętam, jak na początku, oczarowany i zachwycony, chciałem opowiadać o AA i o swoim udziale w mityngach, znajomej sprzedawczynie w warzywniaku, a nawet obcym ludziom na przystanku autobusowym. Ależ byłem wtedy szczęśliwy!



Później usłyszałem coś tam o anonimowości i... zszedłem do podziemia. Nagle wszystko stało się tajne, ale jednocześnie tak wspaniale tajemnicze. Zastanawiałem się wtedy na przykład, czy wolno mi skinąć głową na przywitanie kolede z mityngów, którego mijalem na ulicy. Bo może – zgodnie z zasadą anonimowości – lepiej udawać, że go nie znam, nie poznaję, nie widzę?

Tak... dawne dzieje... ciekawe czasy...

Tak sobie rozmyślałam, jak to wygląda u mnie dzisiaj? Jak obecnie, po wszystkich tych zawirowaniach, błędach i wypaczeniach, realizuję w swoim własnym życiu sugestię: anonimowy, ale nie niewidoczny?

Otóż wykombinowałam dla siebie w związku z tym pewną zasadę. Może się to wydawać niepoważne, w końcu to prosta sprawa i po cóż tu jakieś zasady, ale do rozwiązań typu „jakoś to będzie” mam z dawnych czasów pewien uraz, więc przyjąłem do codziennej realizacji prostą zasadę, regułę, która składa się z dwóch tylko punktów:

1. O AA mówić, gdy pytają.
2. Żyć tak, żeby pytali.

A uczestnikom XXXIII Konferencji (i wszystkich następnych) życzę owocnej służby w duchu jedności i obiecuję, że będę się starał wcielać w życie to wszystko, co razem opracują, dla naszego – to jest uczestników mityngów AA, jak i tych, którzy wciąż jeszcze cierpią – wspólnego dobra.

*Meszuga (Luty 2010)*

\* „Jak to widzi Bill”, str. 241.

\*\* „Doktor Bob i dobrzy weterani”, str. 281-82.

### Co mi dała służba łącznika z ZK

Wracam właśnie z Warszawy pociągiem, ze spotkania zespołu do spraw zakładów karnych, które się nie odbyło, ponieważ wszystkie spotkania są poprzekładane na inny termin, być może było to ogłoszenie w Internecie ale o tym nie wiedziałem. Kiedyś przyjechałem o tydzień za późno, ponieważ spotkania odbywają się w 4 czwartek miesiąca a nie ostatni.

Będzie to nauką dla mnie, aby następnym razem upewnić się telefonicznie.

Wyjazd do Warszawy, 100 kilometrowa odległość to wyprawa na cały dzień, czasami koliduje mi to z pracą zawodową, staram się w miarę możliwości bywać na spotkaniach, czasem proszę o konkretną poradę, cieszę się, kiedy mogę podzielić się własnym doświadczeniem. Poznałem nowych przyjaciół w zespole - w jedności siła. Podziwiają mnie za wytrwałość - nasze wspólne dobro jest najważniejsze!

Nie mam żalu, że nie zostałem powiadomiony, zobowiązałem się napisać artykuł na temat mojej służby. Sięgam pamięcią jak się to wszystko zaczęło.

Na początku 2009r. dowiedziałem się, iż grupa „Szansa” przechodzi kryzys, potrzebny jest nowy łącznik. Zastanawiałem się nad zgłoszeniem swojej kandydatury, mam przecież wystarczającą wiedzę, a sama wiedza bez czynków jest martwa. Nigdy nie byłem jeszcze na mityngu za murami zakładu karnego. Są tam tacy sami ludzie jak ja, którzy się troszeczkę pogubili. Pomoże mi to przełamać lęk i strach przed załatwieniem spraw w urzędzie, nabrać pewności siebie. „Byłem w więzieniu a odwie-

Potem usłyszałam o mechanizmach mojej choroby. Szczególnie o tym jak ochoczo w swoim obłędzie alkoholowym zakładałam maski. Maski na każdą okazję. W pewnym momencie - a stało się to jakby poza mną, poza moją wolą - zapragnęłam dokończyć się do swojej prawdziwej twarzy. Zadawałam sobie bezustannie pytania: kim jestem? jaka jestem naprawdę? Co czuję a co mi się tylko wydaje, że czuję? Rozbudziłam w sobie najpierw ciekawość.

I tak zaczęłam baczniej przyglądać się sobie. Najpierw tylko przyglądać - pojawiały się lęki - bałam się zobaczyć siebie prawdziwą, mimo chęci. Bałam się, że pod tymi maskami znajdę jakąś maskarę albo co gorsza - nie zobaczę nic - bezbarwną, rozmazaną plamę.

Chęć i ciekawość jednak zwyciężyły. Zaczęłam pracę ze sponsorską. Przyznałam się do bezsilności i do nie kierowania własnym życiem. Zaczęłam wierzyć i powierzać się - nie od razu i nie w całości. I teraz też czasami chcę chwycić kierownicę. Zaczęłam zdejmować swoje maski - nie umarłam z przerażenia w IV i V Kroku. Potem poznałam istotę swoich błędów i swoje wady. Nie wszystkie jeszcze chcę oddać...Ale zmieniać się chcę nadal. Powierzenie swojej woli i mojego życia opiece Boga bardzo mi ułatwia każde działanie, które przybliży mnie do zmian w sobie. Radość, która pojawia się we mnie, gdy sama zauważam te zmiany, gdy moje dzieci mi o tym mówią, gdy mówią mi o tym inni - jest niesamowita.

Na pierwszą i najcudowniejszą zmianę nie czekałam długo. Prawie wcale.

Na wiecznie poważnej albo wykrzywionej mojej twarzy zaczął pojawiać się uśmiech. Uśmiech, który daje mi samej radość. Jeśli jest jeszcze ktoś komu jest on przydatny - proszę bardzo. Przesyłam go tą drogą – bierzcie ☺ Gosiali

### Archiwista zaprasza

Cześć, mam na imię Mirek, pełnię służbę archiwisty Regionu AA Warszawa.

Chciałbym podzielić się z Wami kilkoma spostrzeżeniami. Przeglądając kolejne segregatory naszego Regionu, natknąłem się na bardzo ciekawe materiały, które mogą być przydatne Grupie AA, jak również poszczególnym Intergrupom, czyli nam wszystkim.

W segregatorze pt. „12 Tradycji” znaleźć można materiały pomocnicze do ich omawiania i prowadzenia warsztatów. Jesteśmy w posiadaniu materiałów na temat anonimowości Wspólnoty AA i wielu tekstów naszych przyjaciół, którzy podzielili się z nami swoim doświadczeniem. Jeżeli informacje te okażą się przydatne do niesienia posłania w myśl naszego tekstu „**Jestem odpowiedzialny ...**” proszę o kontakt pod wskazanymi adresami poczty elektronicznej: [archiwum@aa.org.pl](mailto:archiwum@aa.org.pl) albo [mirwasyl@wp.pl](mailto:mirwasyl@wp.pl), informując o temacie materiałów jakich poszukujecie, wskazując Grupę AA i Intergrupę Regionu Warszawa, lub Zespół, w którym pełnicie służbę.

Gosiodło Ducha - Mirek Alkoholik.

Kończąc tę opowieść chcę się jeszcze podzielić kilkoma własnymi refleksjami. Pierwsza, to moje postanowienie, że już nigdy nie będę żartował z aowskiego tempa.

Druga, to pytanie do siebie samego: Czy ja wystarczająco dużo wrzucam do kapelusza, żeby PIK mógł być utrzymywany?

Trzecia, to konieczność powstania bazy danych telefonów kontaktowych kobiet i mężczyzn, którzy przejęliby takiego nowicjusza, którzy gotowi byłiby zaopiekować się nowym i zabrać go na jego pierwszy miting.

Jeśli ktoś z Was czytających tę opowieść jest chętny do tworzenia takiej bazy danych, jest chętny do zaopiekowania się nowicjuszem, lub ma jakieś inne pomysły związane z moją trzecią refleksją to zapraszam do kontaktu.

Mariusz AA, Cowboy, Tel: +48507410889

Panie zapraszam do kontaktu z moją koleżanką, rzeczniczką intergrupy Mokotów – Alunią. Telefon kontaktowy do Ali to : +48501626878

## Zmiany

Usłyszałam na początku: jeśli chcesz przestać pić i nie wrócić do tego co było, musisz swoje życie zmienić o 180 stopni. Hmm... jakże wydało mi się to proste. Wystarczyło przecież poprzestawiać - pozmieniać - pozamieniać ludzi i sprzęty wokół mnie i gotowe!

Nie, nie...Nie tak do końca, wszystkiego to ja zmieniania nie będę - myślałam sobie: "stary" mąż niech zostanie, nie będę go przecież teraz wymieniała na "nowszy model"... tyle lat ze sobą, po co szukać innego? Niech będzie ten. Ale...mógłby zmienić swoje przyzwyczajenia, zachowania... Powinien się ON zmienić! Dzieci też nie chciałam wymieniać na nowe - przecież te kocham, są moje. Więc gdyby tak ONE zechciały teraz, gdy mama nie pije być takie ciutkę lepsze, grzeczniejsze, wyrozumialsze no i najlepiej by było, by nie sprawiały mi kłopotów, nie przysparzały mi zmartwień - bo ja trzeźwieję przecież, nie piję, należy mi się. No to zabrałam się ochoczo do pracy. Nad rodziną.

A tu...słyszę „nie!”.

A tu... bunt na po-

kładzie, awantury - dziwni jacyś tacy....

Oni zmieniać się nie mają zamiaru. Ech losie...i jak tu zmieniać swoje życie???



dziliście mnie”. Zgłosiłem się do służby. Na spotkania przychodziło około 18 osadzonych, zdawało mi się że nie bardzo zainteresowanych programem, na mitingu 2 lub 3 osoby zabierały głos, byli to AA-owcy z dłuższym stażem, większość dopiero co po terapii, lub też czekali na wyjazd na terapię. Woleli raczej słuchać niż mówić. Bardziej zależałoby im aby więcej osób dzieliło się swoim doświadczeniem z wolności. Z wolności przychodziło nas kilku, albo tylko ja sam.

Ciężko jest nieść posłanie, być spikerem przez 2h na każdy temat. Zgłaszałem problem na Intergrupie, apelowałem o wsparcie, a nawet straszylem usunięciem z listy. Kiedy dostałem wezwanie do pracy, musiałem wykonać kilka telefonów zanim kogoś znalazłem, kto będzie mógł przyjść na miting. Uczylem się tolerancji, cierpliwości, szanować zdanie innych, bez obrażania się i agresji. Michał poprosił mnie, bo chciał mieć codzienne refleksje, podarowałem mu swoje własne, kiedy został przeniesiony do innego więzienia cieszyłem się, że literatura pojechała razem z nim.

Aby bardziej przybliżyć program AA zacząłem zabiegać o wsparcie w literaturę. Kupowałem ją poprzez Intergrupę. Szukałem osób i grup, które w ramach niesienia posłania chciałyby taką literaturę zakupić dla ZK. Serdecznie chciałbym podziękować koleżance, która dała mi 20zł., abym kupił to co mi najbardziej potrzeba.

Postanowiliśmy z Heniem, Zbyszkim i Włodkiem zorganizować warsztaty kroków w zakładzie karnym. Otrzymałem zgodę od dyrektora. Będziemy mogli raz w miesiącu przeprowadzić warsztat w godzinach porannych w niedziele. Warsztaty były już organizowane kiedyś przed laty.

Zrobiliśmy 3 warsztaty kroków, następnie warsztat o sponsorze i sponsorowaniu przełamywania bariery mówienia o sobie w zakładzie karnym. Mam w pamięci spotkanie, które to jako zespół zorganizowaliśmy na ulicy Wiśniowej w inspektoracie służb więziennych, aby przybliżyć, jakie są problemy z którymi się borykamy, nie tylko my ale również inne zakłady karne i wspólnie znaleźć rozwiązanie tego problemu. Szczególnie utkwiała mi w głowie rozmowa, swobodnie przeprowadzona, z kierownikiem działu ochrony Siedleckiego więzienia. Jesteśmy traktowani troszeczkę ulgowo, nie nadużywamy zaufania, szczególnie nas nie kontrolują, a trudności wynikają raczej z braku personelu lub innych ważnych zadań służbowych.

„Każdy dzień jest nowym zadziwieniem, nową nadzieją a one dodają mi siły”

Nie będzie dzisiaj prowadzącego, usłyszałem głos za plecami, odwróciłem się i do najbliższej stojącego powiedziałem „Ty Mie-



„Wpadliśmy na pomysł że lepiej będzie pozostawić to [przyciąganie] zadanie naszym przyjaciółom i sympatykom spoza AA.”

tek będziesz dziś prowadził”. A on na to „Nie, ja nie umiem, nigdy nie prowadziłem.” To dobrze, my Ci pomożemy, po to tutaj jesteśmy. Zgodził się na 2 miesiące przed wyjściem na wolność prowadził swój pierwszy mityng.

Zrozumiałem, że musimy zachęcać, nakłaniać, uczyć prowadzenia i przygotowywać do pełnienia służby „aby zachować własną trzeźwość musimy nieść posłanie innemu alkoholikowi, będziemy studiować wielką księgę linijka po linijce, rozdział za rozdziałem”.

Artykuł ten napisany został przed 25.04.2010 - będziemy wówczas świętować 23 rocznicę powstania naszej grupy. Myślę, że w tym artykule każdy odnajdzie część siebie.

„Uważamy, że wyeliminowanie picia jest tylko początkiem pracy nad sobą. Znacznie ważniejsze jest demonstrowanie przez nas nowych zasad w życiu rodzinnym i zawodowym i różnych sytuacjach życiowych”.

Pozwolę sobie zakończyć modlitwą św. Franciszka „Panie, uczyni ze mnie narzędzie Twego pokoju (...).

Stanisław

### Warsztaty „XII Krok”

(„sponsor pierwszego kontaktu”) 06.02.10 r. PIK Warszawa ul. Brazylijska 10

„AA to coś więcej niż tylko zbiór zasad – to wspólnota alkoholików w działaniu.”

(„Jak to widzi Bill”)

Po przywitaniu tekstem „Jestem odpowiedzialny” wspólnie ustaliliśmy plan spotkania i tematy, o których chcielibyśmy porozmawiać:

- Jak działają Grupy XII Kroku w Wielkiej Brytanii?
- Sponsor tymczasowy jako efekt uczestnictwa w Grupie XII Kroku;
- Moje doświadczenia w uczestnictwie Grupy XII Kroku;
- W jaki sposób koordynujemy działania Grupy XII Kroku?
- Uwagi do dyżurów internetowych i telefonicznych.

Prowadzący zaproponował wybór sekretarza. Uczestnicy zaakceptowali moją chęć robienia notatek i sporządzenia krótkiej relacji ze spotkania.

Z wypowiedzi uczestników:

- W Wielkiej Brytanii dyżurny posiada listę kontaktów do osób, które są gotowe w ramach XII Kroku zająć się osobą zgłaszającą się poprzez telefon czy e-mail do Wspólnoty AA. Dyżurny jest jakby „pośrednikiem” pomiędzy kandydatem do AA a osobą, która może przybliżyć mu Wspólnotę AA i towarzyszyć mu na jego pierwszym mityngu.

Wykaz z numerami telefonów jest uaktualniany a dyżurny pełni służbę rotacyjnie.

- W ramach sponsorowania tymczasowego dobrze jest, gdy z nowicjuszem osoba, która była jakby „pierwszym kontaktem” z AA, spotkała się jeszcze kilkakrotnie –

„Redaktorzy poświęcają nam dodatkowe miejsce i czas ponieważ mają niezłomne zaufanie do AA. Podstawą tego zaufania jest zachowanie osobistej anonimowości.”

Śląska. Wziąłem jednak telefon kontaktowy od dzwoniącej kobiety i postanowiłem, że muszę kogoś ze Śląska znaleźć, kto się nią zaopiekuje.

Telefon do jednego, drugiego, trzeciego znajomego tu w Warszawie, telefon do kogoś ze wspólnoty w innym rejonie Polski i okazało się, że w niedługim czasie dostałem kilka kontaktów do Anonimowych Alkoholików ze Śląska, a nawet jeden telefon od osoby z tamtych stron. Zrelacjonowałem sprawę i powiedziałem, że potrzebna jest kobieta, która zaopiekowałaby się osobą potrzebującą pomocy.

Tempo przerosło moje najśmielsze oczekiwania.

Swojej rozmówczyni obiecałem, że za dwa, trzy dni ktoś się do niej odezwie, a tu dwie, trzy godziny po rozmowie z nią miałem już konkretną osobę gotową do podjęcia niesienia posłania tam w Rudzie Śląskiej. Przekazałem informację i mojej respondentce z dyżuru, i osobie, która zaoferowała się wziąć nowicjuskę w opiekę.

Jeszcze tego samego wieczoru przyszedł SMS następującej treści:

*Dziękuję bardzo. Ta pani do mnie zadzwoniła, umówiłam się z nią na jutro. I podpis imieniem.*

Następnego dnia wieczorem kolejny SMS z uśmiechniętą buźką, podziękowaniem i informacją, że moja wczorajsza respondentka **ma dziś swój pierwszy trzeźwy dzień**, a następnego idzie na swój pierwszy mityng.

Nie jestem w stanie opisać swoich uczuć, które wtedy czułem. Radość? Szczęście? Jakby mi ktoś miód wlał na serce i dużo, dużo wzruszenia.

Ja doskonale wiem, bo pamiętam cały czas swoje ostatnie picie, że tu nie chodzi o to, czy ja, albo ktoś inny napije się. W tym wszystkim chodzi o ludzkie życie. Jest to gra o przetrwanie. I żeby przetrwać, żeby swoją trzeźwość zachować, muszę się tą trzeźwością dzielić z innymi. Po to, żeby ciągle przypominać sobie swój ból istnienia, swoją rozpacz i beznadziejność sytuacji. Po to, żeby przeżywać podobną radość i również po to, żeby oderwać się od swoich problemów i bolączek, których mam nie mało.

Nagroda przeogromna, a zasługi tak nie wiele – tyle co ogniwa w łańcuchu.

Chcę się z wami podzielić tą radością, tą nagrodą, którą otrzymałem.

Podziękowania należą się wszystkim dyżurnym, którzy każdego powszedniego dnia poświęcają swój czas na dyżur przy telefonie, czy internecie. Jest to zasługa każdego AA wrzucającego symboliczną złotówkę do kapelusza, zasługa każdej grupy, skarbnika tej grupy, który tymi pieniędzmi się opiekował, przedstawiciela tej grupy który poprzez intergrupe, poprzez jej służby przekazał te pieniądze do naszego Regionu. Bo dzięki temu nasz Punkt Informacyjny – Kontaktowy może być utrzymywany, pomimo rosnących kosztów, może być opłacany telefon i ogólnopolska infolinia. Zasługa tych wszystkich osób ze Śląska, które poruszyły swoje znajomości i AA zadziało jak najsprawniejsza maszyna, dając komuś szansę na Nowe Życie.

chęć zaprzestania picia. Myślałam, że pójdzie gładko, ale okazało się, że się pomyliłam. Miałam parę zapić. Obecnie nie pije 6 miesięcy.

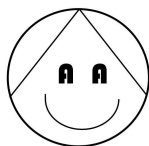
Na pierwszy rzut oka mogłabym nic ze sobą nie robić, bo na przykład nie siedziałam w więzieniu, nie miałam padaczki, itd. Ale jak tak przyrzeć się mojemu podejściu do picia, to wychodzi na to, że wcale nie potrafię go kontrolować. Wiem jaka jest potęga alkoholu. Wiem co to poczucie winy, kac fizyczny, klinowanie, urwane filmy, w tak krótkim czasie tego wszystkiego doświadczyłam, a jeszcze wszystko przede mną. Przekonałam się, że alkohol jest nie dla mnie i że sama nie jestem sama trwać w trzeźwości bez pomocy drugiego człowieka. Dlatego jestem w AA. Chodzę na mityngi, nie pije 24h i cieszę się z tego wyboru, choć czasem są chwile zwątpienia, ale ja się nie poddaję. Mogę chociaż trochę oszczędzić tej młodości. Mam 22 lata, dużo jeszcze przede mną. Pozdrawiam serdecznie i życzę pogody ducha oraz 24 godzin,

Wanda AA.

Uśmiechnij się, dziewczyno! Jeśli znalazłaś chwilę czasu i czytasz MITYNG to cieszymy się razem z Tobą. A jeśli masz ochotę podzielić się swoim doświadczeniem na drodze do trzeźwości - napisz, nie zwlekaj!

Wyślij na [redakcja@mityng.net](mailto:redakcja@mityng.net)

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



## Historia o PIK-u, krokach, tradycjach i pogodzie ducha

Całkiem niedawno temu, pod koniec lutego 2010r, przydarzyła mi się historia, która chcę się z Wami podzielić.

Na telefon warszawskiego PIK zadzwoniła kobieta. W jej głosie słychać był rozpacz, w jakiej się znajduje. Przez łyzy mówiła, że już od długiego czasu nie miała jednego dnia, bez alkoholu. Opowiadała o obietnicach składanych samej sobie i o tym jak nie była w stanie ich dotrzymać. Mówiła o tym jak bardzo chciałaby przestać pić, ale również o tym jak bardzo boi się pójść na pierwsze spotkanie Anonimowych Alkoholików.

Wszystko to było mi doskonale znane i całym sercem przeżywałem jej tragedię. Pomyślałem, a byłem wtedy na dyżurze z koleżanką ze wspólnoty, żeby zaprosić tę osobę do PIK na spotkanie lub namówić koleżankę na kontakt z tą kobietą. Okazało się jednak, że nie jest to zbyt realne, gdyż osoba ta była aż z Rudy Śląskiej. I co tak naprawdę mogę zrobić. Nie znałem wtedy, żadnego Anonimowego Alkoholika ze

2/3 razy. Może też próbować zmotywować go do znalezienia sponsora do pracy nad Programem lub nawet udzielić pomocy w znalezieniu sponsora. Jeśli akurat i nowicjusz, i osoba z Grupy XII Kroku będą mogli spotkać się w ramach dalszego sponsoringu, jest to efekt niesienia posłania naszym zdaniem zgodny z duchem AA. W ten sposób Grupa XII Kroku może przyczynić się do odbudowy lub rozwinięcia sponsoringu AA na terenie naszego Regionu.



- W myśl cytatu „*Niczego w AA nie robi się samotnie.*” (20 Światowy Mityng Służb 2008) tak też i niesienie posłania w zgodzie z XII krokiem nie powinno być niesione samotnie. Jeśli pełnimy dyżur w PIK, to w kilka osób. Jeśli zaistnieje taka sytuacja, że potrzebujący będzie chciał się spotkać poza PIK, poza mityngiem, gdzieś być może w swoim miejscu zamieszkania czy pobytu, to warto by poszły do niego dwie osoby. Takie postępowanie zwiększy bezpieczeństwo niosących posłanie jak i również ochroni przed „jednoosobowym gwiazdorstwem”. Przekazanie informacji o AA może być wzajemnie uzupełniane i staje się pełniejsze. Usłyszane przez nowicjusza dwa piciorysy zwiększają szansę pełniejszej identyfikacji.
- Zasada, że dla mężczyzny sponsorem powinien być mężczyzna a dla kobiety kobieta sprawdza się również w niesieniu posłania. Oczywiście jest w takim razie, że idąc z posłaniem do kobiety w „dwójce” powinna być przede wszystkim kobieta. Daje to możliwość pokonania przez kandydatkę do AA wstydu, zażenowania. Pozwala pełniej zidentyfikować się jak również kobieta-trzeźwiejąca alkoholiczka pokazuje swoją osobą, że AA jest również dla kobiet i daje nadzieję na zatrzymanie choroby. Kobiety często są krzywdzone fizycznie przez mężczyzn, piją samotnie w poczuciu olbrzymiego społecznego potępienia. Spotkanie z drugą kobietą daje większą szansę na zaufanie. Zachowując tę zasadę możemy również ustrzec się przed seksualnymi pokusami czy innymi romansowymi manipulacjami.
- Przed spotkaniem w celu pójścia na pierwszy mityng (lub rozmowy), warto wykonać telefon do osoby zgłaszającej taką potrzebę. Nie w celu „kontrolowania”, lecz upewnienia się, że ta osoba jest trzeźwa i podtrzymuje chęć uczestnictwa w mityngu bądź w rozmowie. Daje nam to szansę na to, że nasz czas i chęć pomocy nie zostaną zmarnowane jak również, że nie narazimy się na spotkanie z pijaną osobą. Rozmowa z osobą po alkoholu może nie przynieść efektu a i w ten sposób sami narazamy się na niepotrzebne emocje.

- Lista z numerami telefonów do osób gotowych nieść posłanie w ramach XII Kroku, znajdująca się w PIK wydaje nam się pomysłem niezbyt trafionym. Warto wymienić się numerami telefonów w celu stworzenia „pajęczyny kontaktów” przy okazji służb, dyżurów telefonicznych, internetowych, warsztatów i ewentualnych spotkań Grupy XII Kroku. W ten sposób dyżurny będzie znał osobę, do której kieruje nowicjusza/nowicjuszkę. Jeśli nie osobiście, to poprzez kontakt z inną osobą. Jest to ważne, byśmy starali się „oddawać pod opiekę” nowicjusza nie przypadkowym osobom lecz osobom nam znanym, odpowiedzialnym, pracującym na Programie ze sponsorem. W ten sposób możemy zadbać o Jedność Wspólnoty AA i nasze Tradycje.
- Dyżur telefoniczny w PIK AA nie powinien być traktowany jak telefon zaufania czy telefoniczna terapia. Dyżurny rozmawiający z osobą zgłaszającą się powinien pamiętać, że jest to miejsce i telefon finansowany przez Wspólnotę AA a dyżur pełni Anonimowi Alkoholicy (VII Tradycja). Możemy dzielić się tylko własnym doświadczeniem i tym jak Wspólnota AA pomaga nam w trzeźwieniu. Odpowiedzialność dyżurnego powinna być ukierunkowana na zasady i Tradycje AA – nie łączymy się z innymi, nie zwalczamy również innych poglądów. Mówimy o Programie AA, nie dajemy rad i nie „terapeutyzujemy”. Ani nie „podsyłamy” pacjentów do Ośrodków Terapeutycznych, ani nie „odciągamy” od nich, pamiętając, że każdy alkoholik ma swoją drogę do trzeźwości, którą sam wybiera.
- W trakcie dyżuru starać się nie angażować emocjonalnie, nie brać na siebie (w naszym mniemaniu) ewentualnej porażki, gdy nowicjusz nie skorzysta z naszej oferty, czy być może nadal pije.
- Warto też przed pełnieniem dyżuru telefonicznego czy internetowego przygotować sobie kilka zdań o sobie – „kim byłem, co się ze mną stało i jaki jestem obecnie”.



O swojej drodze w AA i co AA mi dało. Króciutka, przygotowana, przemyślana wcześniej wypowiedź może uchronić przed popełnianiem błędów a nawet przed zniechęceniem osoby szukającej pomocy. (można sobie również taką wypowiedź zapisać i mieć przy sobie – to nie zaszkodzi, a może pomóc.)

W wypowiedziach uczestników, którzy dzielili się swoim doświadczeniem odnajdywałam wielką troskę o nowicjuszy i odpowiedzialność w niesieniu posłania. Ważne było przede wszystkim to, by posłanie było niesione w zgodzie z Tradycjami i zasadami AA. Na warsztatach byli obecni przyjaciele z poza Regionu Warszawa, którzy opowiedzieli nam, że w niektórych Regionach AA Grupy XII Kroku działają i doskonale sprawdzają się. Warto więc czerpać z doświadczeń innych.

Padła propozycja, by każdy z uczestników zachęcił przynajmniej jedną osobę do uczestnictwa w Grupie XII Kroku i przyszedł z nią na kolejne warsztaty, co niniejszym z całego serca czynię, Drodzy Przyjaciele.

## LISTY DO REDAKCJI



### Moje nowe dwa tygodnie

Na imię mam Krzysiek. Jestem alkohikiem, narkomanem i hazardzistą. Zbliżałem się do trzeciej rocznicy swojej abstynencji i nic nie zapowiadało, że zapiję, zabrakło mi parę dni. W życiu prywatnym związałem się z czynną alkoholiczką, ot po prostu zakochałem się. Tu był problem – ona często upijała się, a ja tłumaczyłem jej co robię by nie pić. Z tego powodu często dochodziło między nami do kłótni, aż nastął dzień 27 stycznia. Pokłóciliśmy się, na domiar złego oblałem wewnętrzny egzamin na prawo jazdy, zrobiło mi się bardzo smutno, życie straciło sens i bezmyślnie poszedłem do sklepu i kupiłem dwie setki. Wypiłem może 50 – 60 gram, resztę zabrała mi ona, a ja wtedy uświadomiłem sobie co zrobiłem – straciłem abstynencję i zaufanie do samego siebie.

Przypominałem sobie jak wiele razy zapijałem będąc już we wspólnocie AA i że znów będzie tak samo, jak kiedyś – utrata pracy, długi i wstyd. Nie wiem czy miałbym tyle odwagi, ażeby odejść na dłużej pić a później znów wrócić. Pomimo, że chciało mi się bardzo pić, przetrzymałem na tzw. d. . .ścisku. Pamiętam jak byłem w Sikorzu na dniach skupienia i wszyscy mówili mi, że nie sztuką jest upaść, ale sztuką jest podnieść się i nie popełniać tych samych błędów, ja w to uwierzyłem.

Piszac to mam dwa tygodnie abstynencji. Dziś dziękuje Bogu i ludziom ze wspólnoty AA.

Z pozdrowieniami Krzys

### Co mnie przywiodło do AA?

Mam na imię Wanda, jestem alkoholiczką. Pierwszy kontakt z alkoholem miałam w wieku 12 lat, napiłam się czerwonego wina. Było to dla mnie wielkie wydarzenie, że pozwolono mi się napić alkoholu. I tak przy jakiś okazjach wypijałam kieliszek lub dwa. Już jako dziecko miałam kłopoty emocjonalne, w szkole byłam wybitnie nieśmiała. Odzywałam się, gdy musiałam, np. przy sprawdzaniu listy obecności. Wszyscy mnie gnębili a ja tylko płakałam. Kiedy poszłam do szkoły średniej, już było lepiej, ludzie mnie akceptowali a ja zaczęłam pokazywać własne ja. W grudniu 2005 roku po raz pierwszy zauważyłam, że alkohol zaczyna mi załatwiać pewne problemy, np. uspokaja, ośmiela. I tak coraz częściej zaczęłam szukać okazji do picia. W 2006 roku upiłam się na wigilii w klasie maturalnej, nie potrafiłam zapanować nad sobą. Pojawiło się we mnie pierwsze poczucie winy, ale nie trwało długo, ponieważ wracałam do picia i powtarzały się te same zachowania. Tak te kilka lat bujałam się pomiędzy picciem a przerwami.

Próbowałam przestać sama, ale nie dotrzymałam słowa. 26 sierpnia 2008 roku udałam się do poradni uzależnień, ale byłam pod wpływem alkoholu i nie chciało ze mną rozmawiać. Wieczorem udałam się na swój pierwszy mityng, gdzie wyraziłam



zagranicą jestem u siebie. Niezależnie od tego, czy bywam na mityngach jednej grupy regularnie czy chodzę na różne grupy. W Regionie Warszawa mam ich do wyboru ponad 200. To prawie przez cały rok mogę móc być na innej grupie a wszędzie mam prawo czuć się u siebie. To mi gwarantuje III Tradycja. Na mityngu AA mówimy o doświadczeniach osobistych wynikających z Programu AA a dotyczących utrzymania abstynencji od alkoholu. Nie „segreguję” uzależnień – dla mnie osoby z innym uzależnieniem są tak samo chore jak ja. Jeśli nie są uzależnieni dodatkowo od alkoholu, mogą przebywać na mityngach AA ale otwartych. Osoby tylko z innymi uzależnieniami (nie będące alkoholikami), współuzależnione czy sympatycy nie powinni podejmować się służb na mityngach AA i wrzucać do kapelusza (uważam, że byłaby to dotacja z zewnątrz). III Tradycja pozwala mi zachować zasadę, że AA nie śledzi swoich członków. Ja zajmuję się swoim trzeźwieniem a nie sprawdzam czy ktoś po przystąpieniu do AA łamie abstynencję. Z radością też potrafię przywitać osobę, która kolejny raz potknęła się, wróciła do picia a jednak odnalazła z powrotem drogę do AA. Wiem, że powrót do Wspólnoty czę-

sto ratuje takiej osobie życie. Dzięki III Tradycji odnajduję w sobie tolerancję, akceptację i pokorę wobec mojej choroby. Pomogła mi ona szybciej zaakceptować fakt, że alkohol nie zniknie z powierzchni ziemi a ja mam z nim nie walczyć. Ja nie mam angażować się w prohibicję. Przestałam uciekać w panice przed osobami pijanym dzięki pracy ze sponsorską na Programie. Dziś potrafię sobie radzić z emocjami, gdy ktoś obok jest pijany. Odchodzę i nie dyskutuję z osobą pijaną, ale jej nie piętnuję.

Mimo, że warsztaty przedłużyły się, to nie starczyło czasu na wypowiedzi wszystkich chętnych. Przedstawiłam tu w wielkim skrócie wypowiedzi uczestników. Usłyszałam wiele bardzo cennych doświadczeń i kolejny raz wróciłam z warsztatów bogatsza.

Terminy kolejnych warsztatów, prowadzonych przez Zespół Organizacyjny Regionu Warszawa, dotyczących Tradycji AA w 2010 roku:

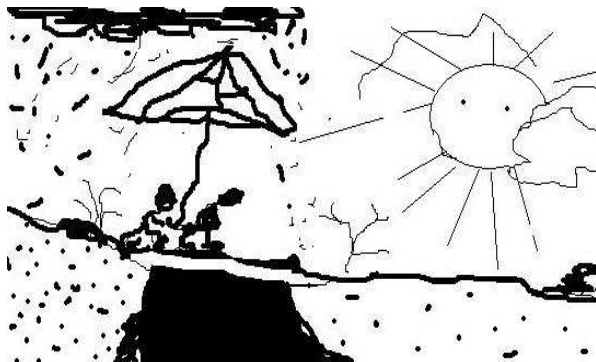
Tradycja IV-VI - 19 czerwca.

Tradycja VII-IX - 21 sierpnia

Tradycja X-XII - 18 grudnia.

Oczywiście w PIKu na Brazylijskiej 10

Krótką relację z warsztatów spisała – Alkoholiczka



Jak bardzo takie warsztaty są potrzebne i jak bardzo ważne jest utworzenie „pajęczyny kontaktów” dla dyżurnych w ramach Grupy XII Kroku, może pokazać dzisiejsza historia. Chcę również podzielić się z Wami tą radością. Tym większą, że mogłam w tym zdarzeniu uczestniczyć:

Kilka dni temu, gdy dyżur internetowy on-line pełnił przyjaciel z Radomia, zgłosiła się do niego kobieta z prośbą o pomoc. Kobieta była w Warszawie, dyżurny w Radomiu. Dzięki służbom i takim właśnie warsztatom nasz dyżurny miał kontakt telefoniczny z przyjaciółmi z naszego Regionu. Wymienił się telefonem z potrzebującą, przekazał informację... i łańcuszek w poszukiwaniu kobiety-trzeźwiejącej alkoholiczki z Warszawy ruszył... Potrzebująca pomocy dotarła na swój pierwszy mityng. A co bardzo radosnego w tej historii? A to, że w trakcie warsztatu przyszła do PIK i... no właśnie... mogła poznać osobę z Radomia, która ułatwiła jej kontakt ze Wspólnotą i zobaczyć również innych trzeźwiejących, radosnych, współpracujących ze sobą alkoholików. To efekt działania Grupy XII Kroku i „pajęczyny kontaktów”. Naszej nowicjusze i każdemu z Was z całego serca życzę trzeźwości i kolejnych spotkań w służbach.

*Notatki z warsztatu przekazała Gosiali.*

### „Anonimowi, ale nie niewidoczni”

*Gdy ktokolwiek, gdziekolwiek potrzebuje pomocy, chce by napotkał wyciągniętą ku niemu pomocną dłoń AA. I za to jestem odpowiedzialny.*

(deklaracja przyjęta w 1965 roku z okazji 30-lecia istnienia wspólnoty AA) JWB str. 332

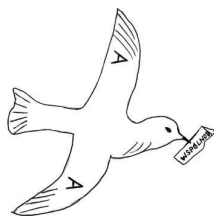
Temat - anonimowość - rysuje mi się w kilku płaszczyznach.

W sferze osobistej: kiedy nie ujawniam przynależności uczestników AA poza AA, zasłyszanych osobistych historii innych uczestników, własnych tytułów naukowych, przynależności politycznej czy religijnej choćby na mityngu. Oraz nie wypowiadam się o AA stawiając się w roli autorytetu, szczególnie poza AA. Jestem mimo to rozpoznawany, jako dawny pijak i tak już będzie do końca. Przyglądają mi się szczególnie uważnie ci, którzy sami mają problem lub ich rodziny. Wiadomymi kanałami, dowiedzieli się, że „chodzę do alkoholików” - ujawnienia trudno uniknąć. Nie jestem w klubie „niewidzialnej ręki” tej z dawnego Teleranka. Chodzę po ulicach tych samych, co dawniej i od lat mieszkam w jednym mieście. Nie noszę kominiarki. Jak mówi jedna z naszych Tradycji „nie reklamujemy się a przyciągamy” własną postawą. Czasem, aby zachęcić musowo powiedzieć: „przyjdź na mityng AA”. Tym samym pryska moja anonimowość. W obrębie służb AA, nawet w grupie nie znamy swoich nazwisk, i nie chodzi mi o przedstawianie się nazwiskiem lecz identyfikowanie osób „który to Piotrek”? Czasem trudno jest dogadać się za pomocą przezwisk, o kogo chodzi.

Anonimowość alkoholika we własnej rodzinie. Porozkładane w mieszkaniu aowskie książki zdradzają jego przynależność. Wiele razy opowiadał jeden z naszych przyjaciół historię o weselu własnego syna, gdy ten prosił go, aby ojciec nie wdawał się w umoralniające rozmowy z gośćmi. To opowiadanie ujawniło mi, że uzy-

skana trzeźwość ojca alkoholika jest radosną ulgą dla rodziny, ale niekoniecznie musi być znana kolegom syna, na przykład w rodzinie narzeczonej czy jego szkole. Choć ten ojciec wcale nie jest duchem, jest bardzo widzialny, to jednak był proszony o nie ujawnianie się.

Tak dalece jesteśmy anonimowi, że z łatwością pod naszą nazwą „AA” podszywa się wiele pokrewnych organizacji. Trudno zobaczyć oryginał dla porównania. Mówią to ludzie „spoza branży” Rzadko widuję plakat AA informujący o miejscu spotkań grup, na tablicach ogłoszeń np. w komisariacie Policji. „Jak Was znaleźć?” Pytają ludzie podczas mityngów informacyjnych.



Czasem rozmawiam z aowcami, którzy sami przekonani są, że są kluby aowskie prowadzone przez AA, że byli na pielgrzymce aowskiej, że byli w aowskim Licheniu, że salę sponsoruje nam ksiądz bo on wspiera AA, że symbolem AA jest wielbłąd choć po okresie niepicia musi się napić, że podstawową książką jest „24-godziny wydawane przez Sp. Z o.o.” bo nikomu to nie szkodzi a program AA jest niewidoczny. Jedynie krążąca, ofoliowana Tabliczka z 12 Krokami i 12 Tradycjami coś tu psuje, odstaje wyglądem.

Na niektórych Grupach AA wchodząc na sale nie uświadczysz żadnego plakatu ani znaku AA (Trójkąta wpisanego w Okrąg). Jesteśmy tak anonimowi, że nowy nie wie na pewno czy trafił do AA, sami mamy z tym chwilami trudność.

Sądzę, że w zadanym temacie Konferencji Krajowej ukryty jest głęboki sens uaktywnienia naszych starań o odróżnianie AA od instytucji o podobnej specyfice przeciwdziałania alkoholizmowi. Nie używania nazwy AA. Ułatwieniu dotarcia do Nas tym, którzy pragną powrotu do zdrowia.

Aby tego dokonać organizujemy wiele spotkań informacyjnych, warsztatów. To wszystko mało! Można o nich czytać na naszej stronie [www.aa.org.pl](http://www.aa.org.pl), w tym biuletynie „Mityng”, w Skrytce 2/4/3 wydawanej przez BSK, uczestnicząc w zespole Informacji Publicznej. Są to od lat podejmowane działania AA, z naszych skromnych własnych środków. Przez 15 lat od wydania polskiego „Anonimowi Alkoholicy” udało nam się w znaczącej części wprowadzić ją do grup AA. Literaturę własną. Choć czasem leży głęboko w szufladzie i jest niewidoczna.

Tydzień temu podczas Inwentury Grupy AA, głosowano czy ma ona pracować na literaturze AA. Nie dla wszystkich jest to oczywiste! Sporo pracy przed nami! Jestem za to odpowiedzialny!

Od niedawna w witrynie okiennej naszego Regionalnego Punktu Informacyjnego umieściliśmy prostą informację „Kim są Anonimowi Alkoholicy”, wykaz spotkań Grup AA na terenie Warszawy oraz wszelkie adresy mediów prowadzące do AA. W naszym Regionie zaczęliśmy od siebie. Może umieścimy też plakat mówiący o ofercie Literatury AA? Nie do końca jestem przekonany czy ta forma jest właściwa. Wchodzimy tam, stoimy przed wejściem, ulica jest ruchliwa, obserwujących przechodniów jest wielu.

I dobrze i źle jednocześnie. W jaki sposób być „nie niewidocznym”.

Ares

noty. Staram się spełniać warunki: - sam nie piję. Nikomu nie kupuję ani nikogo nie częstuję alkoholem. Nie uczestniczę w wydarzeniach, gdzie pojawia się alkohol. W momencie trudnym, chęci napicia się idę na mityng lub porozmawiam z drugim alkoholikiem.

- Wstępując do Wspólnoty nie piłem 2 miesiące i pytanie o pragnienie zaprzestania picia było czymś niezrozumiałym, ale przytaknąłem. Sądziłem, że tak trzeba. Gdy nie zadeklaruję, to nie mam szans. Nie mam negatywnego stosunku do innych uzależnień. Nie pomagam na siłę osobom pijącym.
- Długo mi to zajęło, ale teraz myślę, że tak. Że wyraziłem chęć zaprzestania picia. Jeżeli mam chęć zaprzestania picia i sam to zadeklaruję staję się członkiem AA. Sam mam inne uzależnienia. Osobista niezależność jest ważna, gdyż deklaruje przynależność każdemu alkoholikowi. Chęć nie przymus – to jest bardzo ważne.
- Tradycja III jest podstawą do zaprzestania picia. Tylko pragnienie zaprzestania picia otwiera drogę do trzeźwości. Wstępując do AA nie znamy Kroków I i II, nie musimy a najczęściej nie chcemy uznać swojej bezsilności i uwierzyć, że jakakolwiek Siła Wyższa zechce nam pomóc.
- III Tradycja uratowała mnie od dalszego upodlania się przez alkohol. Postanowiłam trzeźwieć dla siebie. Do AA wpadłam na chwilę i zostałam, bo uwierzyłam w sugestie naszej literatury i drugiego alkoholika. Podjęłam się służb. I teraz wiem, że dla mnie jest ważne dziś trzeźwe. Inne uzależnienia są mi obojętne.
- Dobrze, że chęć a nie przymus. U mnie to nawet tej chęci nie było. Chciałem „uzdrowić” koleżankę, która piła a sam zapomniałem o sobie. Zacząłem pić. Trzecia Tradycja pozwoliła mi wrócić do Wspólnoty.
- Na mojej grupie odbyła się inwentura. Jest zapis w zasadach grupy, że na mityngu nie ma prawa przebywać osoba pod wpływem alkoholu. Jestem zdezorientowany. Czy na mojej grupie łamie się Tradycje, skoro „jedynym warunkiem przynależności do AA jest chęć zaprzestania picia”? Tu grupa stawia warunek – ma być trzeźwy. A może na innych grupach jest taki warunek, że ma być kobietą, mężczyzną, aktorem, gejem...? Przyszedłem na Warsztaty, bo chcę wiedzieć.
- Myślałem, że dla mnie zasada nie bycia po alkoholu innych na mityngu jest dla mnie bezpieczna i dobra. Dziś to widzę inaczej. Mam dać szansę każdemu.
- Jeśli gospodarz sali (poradnia uzależnień, szpital czy proboszcz) stawia taki warunek, by na mityng nie przychodziły osoby pijane, my dla dobra większości (by ten mityng mógł się odbywać w tym miejscu) możemy zrobić takie odstępstwo i przyjmując taką zasadę.
- Na długo przed przyjściem do Wspólnoty miałam olbrzymie pragnienie zaprzestania picia. Samej mi się nie udawało, więc wyrażenie tego na moim pierwszym mityngu było tylko formalnością z mojej strony. Zostałam uczestnikiem Wspólnoty i nikt mnie z niej nie ma prawa wykluczyć. Na żadnym mityngu AA w kraju czy

mi związanymi z grupą poprzez stałe w niej uczestnictwo. Słuszne wydaje mi się zbieranie doświadczeń poprzez pełnienie służby na grupie kolejno od herbatkowego do prowadzącego.

Ja tak czyniłem. Moim autorytetem jest tylko Bóg, we Wspólnocie mam tylko wzorce godne zaufania i naśladowania. Nigdy bezwarunkowo nie narzucam swojego zdania. Zawsze staram się wysłuchać i podzielić się swoim doświadczeniem.



- Pełnię służby, ale dlatego głównie, że nie było innych kandydatów. Sumienia grupy uczyć się w służbie prowadzącego (czasami chcę sam coś uzgodnić poza grupą) AA czerpie wskazania z doświadczenia alkoholików. Czy ktoś jest dla mnie autorytetem? – Mam kilka osób. Drugiej Tradycji do tej pory nie stosowałem w moich poczynaniach.
- Zaufany sługa to ten, którego grupa obdarzy zaufaniem w pełnieniu służby. „Sumienia grupy” jest zbiorowym głosem jedności. AA czerpie wskazania z wypowiedzi innych dłużej trzeźwiejących. Służba sprawia mi satysfakcję, mogę służyć innym.
- Dla mnie zaufani to są ci, którzy działają i pomagają. Nie na pokaz tylko gdzieś w cieniu. Pomagają nie tylko na grupie ale jeszcze wciąż cierpiącemu. Ja przeszłam wszystkie służby. Starałam się i staram przekazywać swoje doświadczenia (sponsorować) tym, którzy podejmują służby i chętnie oferuję swoją pomoc.

**Tradycja Trzecia:** Jedynym warunkiem przynależności do AA jest chęć zaprzestania picia.

- Czy spełniłem warunek zawarty w III Tradycji i czy wyraziłem chęć zaprzestania picia?
- Co to znaczy, że „...każdy alkoholik zostaje członkiem Wspólnoty wtedy, gdy sam to zadeklaruje...”?
- Jaki jest mój stosunek do alkoholików mających inne uzależnienia?
- Co to znaczy dla mnie osobista niezależność i czy wynika ona z III Tradycji?
- Co myślę o chęci zaprzestania picia jako warunku przystąpienia do Wspólnoty?
- W jaki sposób stosuję Tradycję Trzecią w moich poczynaniach? – przykłady.

**Z wypowiedzi uczestników:**

- Warunek zawarty w III Tradycji oczywiście spełniłem, to podstawa. Osobiste, świadome zadeklarowanie przynależności gwarantuje poważne podejście do tematu i daje nadzieję na pracę nad swoim trzeźwieniem oraz na pomoc innym potrzebującym we Wspólnocie. Ja sam jestem uzależniony krzyżowo i wiem, że więcej jest takich osób. Mityngi AA są dla wszystkich, nawet dla nieuzależnionych (otwarte – przyp. red.) natomiast wypowiedzi powinny dotyczyć opcji mityngu. Osobista niezależność to możliwość, ale nie przymus mówienia o mojej chorobie poza AA, ale też obowiązek przedstawiania się jako „trzeźwiejący alkoholik” w ramach Wspól-

## WARSZTATY 12 TRADYCJI AA (Tradycja I-III)

Punkt Informacyjno-Kontaktowy Warszawa ul. Brazylijska 10. dn. 20.02.2010 r.

„Tak wygląda dziedzictwo odpowiedzialności za służbę światową, którą my, odchodzący pionierzy, pozostawiamy wam – obecnym i przyszłym uczestnikom AA. Wiemy, że będziecie strzec tego światowego dziedzictwa – największej zbiorowej odpowiedzialności AA, że będziecie je wspierać i kultywować.

Z wyrazami ufności i przywiązania – Bill” („Jak to widzi Bill.”)

Rozpoczęliśmy cykl 4 warsztatów dotyczących 12 Tradycji, zaproponowany przez Zespół Organizacyjny. JEDNOŚĆ – to jeden z Trzech Legatów Programu AA. Sugestie zawarte w 12 Tradycjach pozwalają nam tę jedność utrzymać. Niektórzy Anonimowi Alkoholicy mówią, że strzegą Wspólnotę AA przede mną samą. Często z nimi zgadzam się.

Do PIK z chęcią podzielenia się doświadczeniem i wysłuchania innych przybyło 35 osób.

Przywitaliśmy się deklaracją z międzynarodowego zjazdu, który odbył się w roku 1965, w trzydziestolecie istnienia Wspólnoty AA:

„Gdy ktokolwiek, gdziekolwiek potrzebuje pomocy, chcę by napotkał wyciągniętą ku niemu pomocną dłoń AA. I za to jestem odpowiedzialny. („Jak to widzi Bill”)

Prowadzący przekazał materiały oraz poinformował nas o tym, że przeznaczymy 50 min na omówienie jednej Tradycji a każdą część warsztatu będzie oddzielała 10 minutowa przerwa. W sumie na warsztaty przeznaczone miały być 3 godziny.

**Tradycja Pierwsza:** Nasze wspólne dobro Powinno być najważniejsze; wyzdrowienie każdego z nas zależy bowiem od jedności Anonimowych Alkoholików.

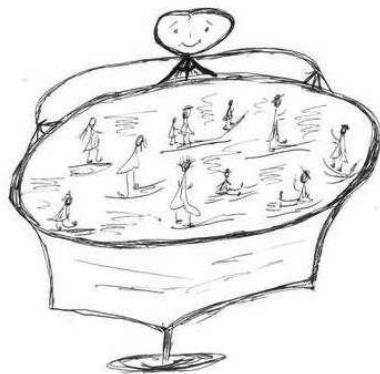
- Czym jest dla mnie „wspólne dobro” Wspólnoty AA?
- Jak się ma „wspólne dobro” Wspólnoty AA do mojego dobra jako jednostki?
- Czy muszę podporządkować się zasadom i regułom Wspólnoty i co w tym sprawia mi najwięcej trudności?
- Dlaczego Wspólnocie AA potrzebne są tradycje i zasady?
- Czy próbuję stosować zasady AA z konieczności, czy też znajduję w programie swój sposób na życie?
- W jaki sposób stosuję Tradycję Pierwszą w moich poczynaniach? – przykłady

**Z wypowiedzi uczestników:**

- Uczęszczam na mityngi, pełnię służby na grupie. Tak jak potrzebny jest mi drugi alkoholik, abym utrzymał trzeźwość tak i ja jestem komuś potrzebny w chorobie. Powinienem podporządkować się zasadom i regułom Wspólnoty. Najbardziej przeszkadza mi w tym mój egocentryzm, tendencja do samowoli.

Wspólnocie AA potrzebne są Tradycje i zasady, aby ta wielka rodzina nie zagięła.

- Wszelkie pomysły i inicjatywy dla poprawy funkcjonowania grupy AA powinny być konsultowane nie tylko w sumieniu grupy ale także na forum Intergrupy. Konsultacja to prośba o radę wynikającą z doświadczenia, a nie dyrektywy. Dobro Wspólnoty jest również moim dobrem, tylko moje dobro nie zawsze służy Wspólnocie. Bezwarunkowe trzymanie się zasad i Tradycji pozwala na jasność w postępowaniu wszystkim członkom Wspólnoty. Tworzenie nowych grup powinno być uwarunkowane potrzebami Wspólnoty w danym rejonie, a nie wynikać z chorych ambicji inicjatora. Taka inicjatywa również powinna być konsultowana przynajmniej z sumieniem Intergrupy.
- Wszyscy mamy ten sam problem, więc dbamy o wspólne dobro. Nie muszę podporządkować się zasadom i regułom, ale chcę, chociaż nie raz mam swoje zdanie. Wspólnocie AA potrzebne są Tradycje, aby był porządek i żeby grupa mogła istnieć.
- Ta Tradycja mi podpowiada, co ja mam robić i jak żyć w trzeźwości. Mam się stosować do sumienia grupy, współpracować. To znaczy podejmować się służb i pokornie przyjmować, że nie jestem żadnym autorytetem i że w AA nie ma autorytetów.
- Dla mnie jedność, to wspólne dobro – wyzdrowienie z alkoholizmu. Dzięki Pierwszej Tradycji możemy wszyscy podać sobie rękę. To właśnie wtedy czuję jedność.
- Pierwsza Tradycja pozwala mi odejść od swoich ambicji. Mam wybrać nasze wspólne dobro, nasz główny cel. Dla mnie głównym celem jest osiągnięcie jedności z innymi ludźmi, umieć z nimi porozumieć się. Jedność burzy mi niejednolita literatura czytana na mityngach – jedni czytają 24 Godziny, inni Refleksje. Gdy przychodzę na mityng AA, to mówię o tym co mi dał Program AA, abym dziś się nie napił. A na terapii mówię, co mi dała terapia. Jeśli mieszam te dwa sposoby, to wprowadzam w błąd nowoprzybyłych do AA, burzę JEDNOŚĆ.
- Rozumienie Tradycji przyszło do mnie później. Najpierw liczyło się tylko moje dobro. Potem zobaczyłem, że tam gdzie są przestrzegane nasze Tradycje, czuję się u siebie. Czuję się bezpiecznie. Moim zdaniem Kroki to cegły a Tradycje – zaprawa. Bez zaprawy cegły nie utrzymają się w solidnym murze.
- Słuchałem innych alkoholików, którzy byli za granicą. Mówili, że tam na mityngach czuli się tak samo jak w kraju. Czuli jedność. Trafiałem również w miejsca, gdzie mityngi były okazją do zarabiania pieniędzy na alkoholikach.



Słyszałem również o jakiś prywatnych mityngach czy na przykład tylko dla jakiejś grupy zawodowej. Nie mam na to zgody.

- Mieszkam teraz w nowym mieście. Chodzę tam na mityngi. Poczułem, że trafiłem do innego AA. Byłem przyzwyczajony do pracy na Programie a tam były tylko „smutki i radości”.
- Uległem „niebezpieczeństwu pomieszania” terapii z AA. Terapia dała mi wiedzę profesjonalną, medyczną. W AA odnajdywałem duchowość. Chodziłem na wiele grup i to mi mieszało. Na każdej grupie czytano inne lektury.
- Przyjechałem na warsztaty, bo nie ma we mnie zgody na łamanie Tradycji. Ja też na początku ich nie znałem i ta niewiedza przeszkadzała mi trzeźwieć. Tu uczę się działać wg zasad. Dla mnie jest ważne by była jedność na mityngach.

**Tradycja Druga:** Jedynym i najwyższym autorytetem w naszej wspólnotce jest miłujący Bóg, jakkolwiek może się on wyrażać w sumieniu każdej grupy. Nasi przewodnicy są tylko naszymi sługami, oni nami nie rządzą.

- Kto to jest „zaufany sługa”?
- Czym jest dla mnie „sumienie Grupy AA” i jakie jest moje stanowisko wobec zbiorowej decyzji Grupy?
- Skąd AA czerpie wskazania do swojego działania?
- Jakie są moje doświadczenia w służbie?
- Czy ktoś we Wspólnocie jest dla mnie autorytetem?
- W jaki sposób stosuję Tradycję Drugą w moich poczynaniach? Przykłady.

#### Z wypowiedzi uczestników:

- Myślałem, że na warsztatach będziemy mówić o duchowym aspekcie Tradycji. Ja mogę mówić tylko o Tradycjach a nie krytykować grupy, gdzie te się je łamię. Tam gdzie nie czyta się literatury AA, gdzie nie pracuje się na Programie ze sponsorem, tam łamie się Tradycje. To przyszło do mnie po latach, gdy otworzyłem się na drugiego człowieka. Nie ma w AA autorytetów. Ale musi być ktoś, kto może powiedzieć nowoprzybyłym o programie, o tradycjach.
- Moje sumienie jest częścią grupowego sumienia. Bóg wyraża się w sumieniu grupy. Ja nie chcę być autorytetem, chociaż nie piję 27 lat. Nie chcę dorabiać się na alkoholikach, na moich przyjaciółkach. Kiedyś miałem we Wspólnocie „autorytet, ale potem on zapał. I już autorytetu nie miałem.
- Sumienie grupy AA, to wszyscy alkoholicy obecni na mityngu. Druga Tradycja oznacza dla mnie uczciwość grupy wobec Programu AA.
- Wskazania do swego działania AA czerpie z doświadczenia Założycieli Wspólnoty oraz z literatury AA, z doświadczenia innych alkoholików na mityngach i warsztatach tradycji.
- „Zaufany sługa” przedkłada dobro Wspólnoty przed interes własny. Nigdy nie odmawia pomocy potrzebującemu. Sumienie grupy, to cała jej społeczność. Decyzja wynikająca z głosowania powinna jednak bazować na zdaniu, które prezentują służby danej grupy wraz z osoba-