

KALENDARIUM SPOTKAŃ SŁUŻB AA W REGIONIE WARSZAWA

- INTERGRUPA AA „ATLAS” – trzecia niedziela godz. 14⁰⁰ spotkania w terenie
adres koresp. 08-110 SIEDLCE 2, skrytka pocztowa 24
- INTERGRUPA AA „MAZOWIECKA” – pierwsza sobota godz. 15⁰⁰
05-120 Legionowo, ul. Ks. Kordeckiego (Kościół na Górcie)
- INTERGRUPA AA „MOKOTÓW” – ostatni poniedziałek godz. 18⁰⁰
02-672 WARSZAWA ul. Dereniowa 12, Dom Parafialny
- INTERGRUPA AA „NAREW” – pierwsza niedziela godz. 17⁰⁰
07-400 OSTROŁĘKA ul. Szwedzka 2, Dom Parafialny sala III
- INTERGRUPA AA „PÓLNOĆ” - druga środa godz. 18⁰⁰, 01-188 W-wa, ul. Karolkowa 49a
- INTERGRUPA AA „SAWA” – ostatnia sobota godz. 17⁰⁰ 03-946 W-wa, ul. Brazylijska 10
- INTERGRUPA AA „WARS” – pierwszy piątek godz. 18⁰⁰
02-532 W-wa, ul. Rakowiecka 61, Kościół A. Boboli
- INTERGRUPA AA „WSCHÓD” - ostatnia środa godz. 18⁰⁰ WARSZAWA ul. Brazylijska 10

ZESPOŁY SŁUŻB AA REGIONU WARSZAWA

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

ds. **FINANSÓW** pierwszy poniedziałek m-ca godz. 18⁰⁰.

ds. **INFORMACJI PUBLICZNEJ I WSPÓŁPRACY**

Z PROFESJONALISTAMI pierwszy czwartek m-ca godz. 18⁰⁰

ds. **INTERNETU** ostatnia sobota m-ca godz. 15⁰⁰

ds. **LITERATURY** drugi czwartek m-ca godz. 18⁰⁰

ds. **ORGANIZACJI** trzeci czwartek m-ca godz. 18⁰⁰

ds. **ZAKŁADÓW KARNYCH** czwarty czwartek m-ca godz. 18⁰⁰

prace nad **ARCHIWUM** - pierwszy wtorek m-ca godz. 18⁰⁰

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

Sprzedaż Literatury w PIK: każdy *Poniedziałek, Wtorek, Czwartek* od 16-00

RADA REGIONU AA WARSZAWA

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

Spotkania odbywają się w trzecią sobotę – miesiące nieparzyste

Najbliższe spotkanie odbędzie się **18 wrzesień 2010r. o godz. 15:00**

PUNKT INFORMACYJNO - KONTAKTOWY (PIK)

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



Poniedziałki - dyżury pełni Intergrupa

Wtorki - dyżury pełni Intergrupa

Środy - dyżury pełni Intergrupa

Czwartki - dyżury pełni Intergrupa

Piątki - dyżury pełni Intergrupa

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

WSCHÓD

SAWA/MAZOWIECKA - II wt.

WARS

MOKOTÓW

PÓLNOĆ

Redakcja Regionalnego Biuletynu Informacyjnego **MITYNG**:

Artykuły archiwalne dostępne są na stronie **www.mityng.net**

PISZCIE DO NAS: **redakcja@mityng.net**

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

Infolinia AA: 0 - 801 033 242

Biuletyn Regionu Warszawa

MITYNG

www.mityng.net

NUMER 9/159/2010 Ukazuje się od października 1992 **Wrzesień**

Temat wiodący: **Nasza literatura pomocą w trzeźwości?**

A za miesiąc: **Służba jako wdzięczność w działaniu**

Wrzesień i IX Krok

„Wszak gotowość przyjęcia odpowiedzialności za popełnione w przeszłości uczynki – przy jednoczesnym zachowaniu poczucia odpowiedzialności za dobro innych – stanowi duchową istotę Dziewiątego Kroku.” („Dwanaście kroków i Dwanaście Tradycji” str.87)

Łada moment, już za chwilę zacznie się jesień. Moja ulubiona pora roku. Skończy się letni skwar a przyroda założy na siebie najpiękniejszą suknię – pomarańcze, czerwienie, ciepłe brązy i złoto zawładną światem. Na krótko, na tak bardzo krótko. Listopadowe szarugi potargają liście i wymiotą ostatnie wspomnienia lata. To nie początek roku kalendarzowego przynosił mi nadzieję na zmiany, noworoczne postanowienia czy chęć zaczynania czegoś nowego.

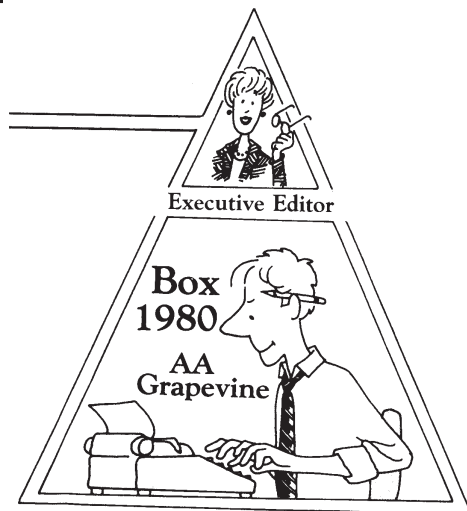
U mnie takim miesiącem był wrzesień. Odkąd pamiętam to koniec wakacji budził we mnie prawie pewność, że w moim życiu pojawi się coś cudownego, nowego. I ta moja pewność wciąż jest, chociaż przecież daty znaczące w moim życiu mówiły zupełnie coś innego: urodziłam się w środku zimy, rodzinę założyłam na przedwiośniu, córkę urodziłam latem a nowe życie po zaprzestaniu picia zaczęłam w maju. No a wrzesień? Wrzesień dawno, bardzo dawno temu przyniósł mi narodziny dwóch moich synów. Co ma wspólnego początek artykułu z moim zdrowieniem z alkoholizmu?

Z Programem AA? Właściwie oprócz tego, że dziś to widzę, że pamiętam, że mnie to cieszy i że nie wstydę się o tym pisać, to nie ma nic. Nic? Nieprawda. Ma. Wracam do normalności! Na mityngach pracujemy na Krokach wg schematu – wrzesień-IX Krok. W pracy ze sponsorką idę swoim rytmem. Nie wyznacza nam kalendarz kolejnego Kroku – nad Dziewiątym pracowałyśmy w inne miesiące. Po zrobieniu listy osób, najpierw przyszła chęć wycofania się, ukrycia przed ludźmi. Taka moja stara



Spis treści;

- Str.1 Wrzesień i IX Krok
 Str.4 Przysłowia, aforyzmy
 Str.6 Takie Samo Życie
 Str.8 Inwentura
 Str.10 Czy literatura AA pomaga w trzeźwieniu
 Str.13 Czy posłanie AA działa
 jeśli się robi dla pieniędzy
 Str.14 Czas wakacji
 Str.16 Co dalej po roku nie picia
 Str.17 Nasza literatura pomaga w trzeźwieniu
 Str.18 Szanowna redakcyjno Mityngu
 Str.19 Osiąganie sumienia grupy
 Str.21 Kto jeszcze nie zna Tradycji
 Str.21 Zapiski z mojej pamięci
 Str.23 Dwanaście Kroków i Dwanaście Tradycji

**Zaproszenia grup, informacje**

W 2-gą sobotę września (11.09.10r.) o godz. 15tej w P.I.K. ul. Brazylijska 10 odbędą się warsztaty na temat: "Służba kolportera - odpowiedzialność za wspólne dobro i współpraca z Zespołem ds. Literatury" (pierwsza godzina). Druga godzina przeznaczona będzie na omówienie organizacji VII Ogólnopolskich Warsztatów Kolporterów 2011 r. w Niepokalanowie

Zespół zadaniowy ds. organizacji „Złotu Radości – Święta *Zdroju* z okazji XL - lecia AA w POLSCE” **Zaprasza wszystkich chętnych na spotkanie organizacyjne 06 września 2010r. o godz. 17:00 w PIK AA Regionu Warszawa przy ul. Brazylijskiej 10**

Celem spotkania jest: 1. Tworzenie zespołów i osób chętnych do organizacji Złotu.

2. Przygotowania do organizacji Złotu Radości - Święta *Zdroju* z okazji XL- lecia AA w Polsce

03.09.2010 o godzinie 17:00 odbędzie się 12 rocznica grupy "Nimb"

Wileńska 69 (Par. MB. z Lourdes, dom parafialny).

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

Infolinia AA: 0 - 801 033 242

SAWA	WSCHÓD	WARS	Północ
07.09. - OSTROBRAM-SKA / TARGÓWEK	06.09.- ORLIK	1.09.- FOKSAL	03.09. -Urszula
21.09. - PRZEKAŻ DALEJ / SZEMBEK	13.09.- WRZOS	8.09. - SAMI SWOI	10.09. - Koło
28.09.- SKARYSZEWSKA / WITOLIN	20.09. - ODRÓDZENIE	15.09. - WSZECH-SWIAT	17.09. - Młodzi AA
	27.09. -- CEGIELKA	22.09.- BARKA	24.09. - służby Intergrupy
		29.09.- WALENTY	



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.

Dwanaście Kroków i Dwanaście Tradycji

Współzałożyciel Wspólnoty AA Bill W. nazywa Dwanaście Kroków zbiorem „zasad duchowych, które stosowane jako sposób życia mogą uwolnić od obsesji picia i dopomóc cierpiącemu, by stał się zdrowym, szczęśliwym i pożytecznym człowiekiem”. Drugi współzałożyciel AA Dr Bob powiedział: „W postaci skondensowanej naszych Dwanaście Kroków sprowadza się do słów: miłość i służba”. Pracować nad Programem AA to znaczy pracować nad Krokami. Cały program Dwunastu Kroków wymaga stałego i osobistego wysiłku w stosowaniu się do jego zasad i ma na celu zmianę określonych nawyków, utartych schematów myślenia i zmianę dotychczasowego oglądu siebie i świata. Praca nad Krokami pozwala osiągnąć trzeźwość i trwać w niej. Program 12 Kroków Anonimowych Alkoholików znajduje także zastosowanie w codziennym życiu poza Wspólnotą AA – część Kroku Dwunastego mówi *...i stosować te zasady we wszystkich swoich poczynaniach*. Wiele ludzi nie będących alkoholikami uważa, że w rezultacie stosowania Dwunastu Kroków zdołali rozwiązać wiele innych problemów życiowych dla wielu ludzi zarówno alkoholików jak i nie alkoholików.

Dwanaście Tradycji odnosi się do życia Wspólnoty AA. Określają one metody za pomocą, których AA utrzymuje jedność wewnątrz oraz kształtuje swoje stosunki ze światem. Te zasady zostały po raz pierwszy spisane w 1946 roku i od nich w wielkim stopniu zależy przetrwanie Wspólnoty Anonimowych Alkoholików. Dwanaście Tradycji ma tę samą wagę i znaczenie dla grupowego przetrwania i harmonii, co Dwanaście Kroków dla trzeźwości i spokoju ducha każdego indywidualnego uczestnika AA.

To właśnie w stosunkach z ludźmi byliśmy wyjątkowo bezmyślni i uparci. Przede wszystkim nie chcieliśmy i nie mogliśmy uznać tego, że całkowicie brak nam umiejętności nawiązywania partnerstwa z drugim człowiekiem. Nasz egocentryzm zastawia na nas dwie katastrofalne pułapki. Albo usiłujemy uzależnić od siebie bliskich nam ludzi albo sami popadamy w nadmierną od nich zależność. Jeśli zbyt mocno opieramy się na innych to wcześniej czy później muszą nas zawieść, bo są tylko ludźmi i nie będą mogli sprostać naszym stale rosnącym żądaniom(...). Kiedy natomiast próbujemy stele manipulować innymi według własnego” widzimisie” wywołujemy reakcję buntu i zdecydowanego oporu (...).Nigdy nie zdarzyło się nam abyśmy chcieli być po prostu jednym z przyjaciół, szeregowym pracownikiem, czy po prostu pożyteczną jednostką w społeczeństwie. Zawsze chcieliśmy wspinać się na szczyty drabiny albo ukryć się w cieniu.

To egocentryczne zachowanie uniemożliwiło nam nawiązanie partnerskich stosunków z jakimkolwiek człowiekiem w naszym otoczeniu. O prawdziwym braterstwie mieliśmy bardzo mgliste wyobrażenia.

Około 1993 roku po prawej stronie Warszawy z miejscem spotkań na Wileńskiej zawiązała się Intergrupa SAWA. To spowodowało podział Intergrupy Warszawskiej na Intergrupy WARS i SAWE. W 1994 powstał Region z przynależnością Intergrup: WARS, SAWA, POŁUDNIE.

W styczniu 1992r znalazłem się na Grupie AA „Syrenka” i to tam jeden z przyjaciół zaczął mnie wprowadzać w kolportaż. Kupowałem za własne pieniądze literaturę i przenosiłem na Grupę Szembek. Gdy powstała Intergrupa Sawa, z majątku intergrupy za 2000 zł zakupiliśmy literaturę na Konferencję w Orzyszu. Za te 10% prowizji, jakie otrzymywaliśmy, budował się fundusz literatury. W ten sposób literatura mogła być dostępna na Ul. Wileński ej – była zapakowana w szafy. Dyżur kolportera był w środy o 16.00 a 17 zaczynał się mityng.

W ten sposób zostałem kolporterem Intergrupy SAWA. Gdy powstało BSK, literatura była wciąż magazynowana na Wileńskiej, jeszcze przez około pół roku. Literaturę dostaliśmy w spadku po Biurze Usług Ogólnych z Konina. Pamiętam pierwszą wysyłkę Wielkiej Księgi i „Życia w trzeźwości” w języku polskim do GSO do USA, aby przekazano na grupy polskojęzyczne. Całe paki książek zawinałem w folię, by ją jak najlepiej zabezpieczyć. To była przesyłka zagraniczna, trudno było mi wypełnić te wszystkie druczki, pracownik poczty udzielał nam instruktażu.

To było dla mnie zagmatwane, musiałem się ze wszystkimi rozliczać, przeliczać prowizję, to wszystko było dla mnie bardzo trudne. Potem zaczęły się starania BSK o kredyt około 10000 dolarów w GSO na drukowanie naszej literatury. To znaczy GSO opłacało faktury wystawiane przez drukarnię. Nie dostaliśmy tej kwoty w gotówce a zaciągnięty kredyt spłacaliśmy literaturą.

A ja swoje trzeźwienie wciąż opierałem na służbie wokół literatury i jej kolportażu. Podczas powstawania Intergrup przyjeżdżali alkoholicy z różnych stron i kupowali literaturę AA. Pomyślałem sobie, by wzorem grupy Szembek, która miała już swoją literaturę, na innych grupach była ona też dostępna. Niektóre grupy, podjęły się tego wyzwania i stworzyły fundusz literatury z własnego kapelusza ale i również korzystali z komisju.

W 1995 r. było już 11 kolporterów grupowych.

W tej chwili organizowanych jest wiele warsztatów na temat kolportażu. Uczestniczą w nich kolporterzy grupowi, intergrupowi i regionalni. Raz w roku spotykamy się na warsztatach ogólnokrajowych. Omawiamy tam nie tylko sposób rozliczeń kolporterów ze Wspólnotą ale również wszystkie trudności na jakie napotykają kolporterzy pełniąc swoją służbę.

Rozliczenie kolportera powinno być robione również w ten sposób by on i jego rodzina nie była poszkodowana finansowo. Dotarcie z literaturą AA do alkoholików łączy się często z wyjazdami, które kosztują. Łączy się też często z wysyłką literatury. Jakie mamy trudności, jak trudno pogodzić życie prywatne ze służbą kolportera - powinny wiedzieć służby Intergrup i Regionów, powinny nieść pomoc kolporterom.

Kolporter Krajowy Andrzej

reakcja na to co nieprzyjemne dla mnie, zbyt bolesne czy wstydlliwe. Nie trwało to długo. Całe szczęście, bo takie stany pchały mnie do picia. Nie chciałam jednak w tym stanie zawieszenia zostawać. Rozmowy ze sponsorką i szperanie w literaturze AA - "Jak to widzi Bill" - i tym razem dały mi siłę. W każdym Kroku (I-VII) poznałam siebie, swoje niedoskonałości, błędy. Uczylałam się świata i ludzi. Przystałam się ukrywać w lękach i urazach.

Wybaczałam sobie i innym. Uczylałam się rozumieć siebie i innych. Nauczyłam się rozróżniać pokorę od upokorzenia. Kiedyś myślałam, że przeprosiny upokarzają mnie. A ja przecież byłam dumną i hardą kobietą. Dziś pokora pozwoliła mi zadośćuczynić i poczuć ulgę. To właśnie wraz z pokorą przyszła do mnie gotowość, ... gdy zniknęły urazy i lęki. Nieśmiało zaczynałam czuć chęć spotkania się z każdą z osób oddzielnie i spojrzenia jej w oczy, chęć przeprowadzenia szczerej rozmowy.

Po każdym z takich spotkań, miałam poczucie ulgi i wybaczenia samej sobie. Nie spotkałam się z odrzuceniem czy niezrozumieniem. W jednym przypadku mimo, że dzień wcześniej były słowa wzajemnego przebaczenia, to dzień następny przyniósł zerwanie całkowicie kontaktów. To było dla mnie zaskoczeniem. W podejmowaniu działań związanych z IX Krokiem, z większością osób skrzywdzonych przeze mnie, nie działałam na „wariackich papierach”.

Starałam się być uczciwa w tym co robię. Dwa razy rozpedziłam się z przeprosinami i zadośćuczynieniem - zrobiłam to za wcześnie, niegotowa. Poniosłam konsekwencje pogorszeniem stosunków w jednym przypadku i poczucie niespełnienia, niedokończenia, złego "wykonania zadania" w drugim. W tym drugim przypadku podjęłam się po kilku latach naprawienia swojego zbyt wczesnego zadośćuczynienia a ten pierwszy wciąż jeszcze czeka. Jako jedyny, ale czeka. Na moją gotowość. Dzięki Krokowi IX nie mam ani na plecach, ani w sercu ciężkich kamieni, które niosłam latami. Dziś zdecydowanie lżej mi się idzie. Nie boję się, że nagła choroba, uniemożliwiająca kontakt z ludźmi czy śmierć zastanie mnie z zababranym sumieniem. Dziękuję Bogu, że stawia mi wszystkich ludzi na drodze.

I tych przyjaźnie do mnie nastawionych, i tych obojętnych na mój los, i tych, którzy uważają mnie za swojego wroga. Tak bardzo bałam się niedawno każdego człowieka, dziś wiem, że są mi wszyscy potrzebni. Staram się nie ranić, nie zbierać kolejnych kamieni do dziś już prawie pustego mojego plecaka. Nie wyobrażam sobie życia tu i teraz ani przejścia na drugą stronę rzeki bez ludzi będących wokół mnie i tych, którzy pozostaną już tylko w moim sercu.

To dzięki nim polubiłam i pokochałam też siebie. Bóg wspierał mnie i wspiera. Czuję jego obecność. Wierzę w jego mądrość. Dostawałam od Niego w trakcie pracy nad sobą wiele doświadczeń. Czasami miałam wrażenie, że ich nie udźwignę na trzeźwo. Dziś wiem, że robił to po to, by mnie wzmocnić. I za to Ci Panie Boże dziękuję. Nadejdzie kolejny wrzesień... ja pozostaję z nadzieją. Z nadzieją na piękną jesień i kolejny, dobry rok.

Gosiali-AA

Przysłowia, aforyzmy, porzekadła, maksymy, sentencje, złote myśli...

– *Najpierw rzeczy (sprawy) najważniejsze.*

Podstawowe znaczenie dotyczy abstynencji. Dopóki alkoholik nie pije, wszystko jest możliwe. Jeśli jest w stanie zrobić wszystko (no, prawie) dla utrzymania abstynencji, wtedy ma szansę na normalne życie. Warto jednak pamiętać, że rzeczą najważniejszą, dla osoby uzależnionej, jest abstynencja, a nie... komfort i wygoda zdrowienia.

Głębsze znaczenie ma związek z pokorą i realizacją niektórych Kroków, choćby Siódmego, czy Dziewiątego. Mój czas na tym najpiękniejszym ze światów jest dość ograniczony, nie będę przecież żył wiecznie, a to oznacza, że nie na wszystko wystarczy mi czasu. Zdając sobie z tego sprawę, mając taką świadomość, muszę nauczyć się wybierać właśnie to, co jest dla mnie najważniejsze. Rzecz jasna wcześniej powinienem swoje priorytety rozpoznać.

– *Nikt tego za ciebie nie robi, ale nigdy nie zrobisz tego sam.*

Zabawna gra słów, pozorna sprzeczność. Nikt za ciebie nie przestanie pić, nie zrealizuje Programu, nie wytrzeźwieje, jednak nie poradzisz sobie z tymi zadaniami bez pomocy i wsparcia, na przykład sponsora, czy grupy. Naucz się prosić, bo samotnie nie masz możliwości osiągnąć celu.

– *Przestać pić? To było najłatwiejsze ze wszystkiego – wystarczyło tylko zmienić całe swoje życie.*

Każdy alkoholik robił sobie krótsze lub dłuższe przerwy w picciu, ale przerwa w picciu, to jeszcze nie trzeźwość – żeby nie wrócić do picia i ostatecznie wytrzeźwieć, trzeba było całkowicie przebudować system przekonań, sposób myślenia, reakcje, zachowania, stosunki z innymi ludźmi... całe życie.

– *Rąbiesz nie to drzewo.*

Przysłowie, które może przyjmować dwa odmienne znaczenia. Pierwsze, życzliwe: ciężko pracujesz i widać, że w to, co robisz, wkładasz wiele wysiłku i zaangażowania, ale jeżeli efektów nie widać, to może problem leży w innym miejscu, może nie tu jest „pies pogrzebany”? Drugie, niechętnie: odczep się, daj sobie spokój, nie szukaj dziury w całym, prowokując awanturę niczego nie osiągniesz.

– *Tak głęboka jest twoja choroba, jak głębokie są twoje tajemnice.*

Maksyma powtarzana często przy okazji tematów związanych z Czwartym i Piątym Krokiem. Mroczne tajemnice, te wszystkie „gdyby oni się kiedyś do-

„Kto jeszcze nie zna Tradycji..., niech słucha.”

Chcesz się cieszyć z nami, to stosuj zasady i zachowuj Tradycje AA

Też byłem nowicjuszem w AA i chciałem mówić, a raczej chwalić się swoimi uzależnieniami. To było 24 lata temu. Kiedy w 1992 roku wyszedłem z terapii, wyzwolony dzięki uczciwości i nie miałem problemów z alkoholem, bo to nie on był przyczyną moich uzależnień, ale ja sam stanowiłem zagrożenie dla siebie i innych. Wszystkie moje uzależnienia są skutkiem mojej nieodpowiedzialności za swoje życie. W darze dostałem szansę powrotu do świadomości i odpowiedzialności za swoje życie. Przestałem chwalić się swoimi uzależnieniami poza alkoholizmem, o którym w AA mogę mówić. Na spotkaniu AA – mityngu mogę mówić: „Jestem alkoholikiem i mam na imię Andrzej”. Wspólnota AA jest dla alkoholików a imiona wymienia się po tym kim jestem. Wspólnota AA ma swoje Tradycje i jest ich dwanaście, które chronimy. We Wspólnocie AA na mityngu zamkniętym nie wymienia się innych uzależnień, po to by nie łamać naszych Tradycji AA. Wspólnota AA nie zajmuje się innymi uzależnieniami i przestrzegamy tych zasad jak i tradycji. Jeśli nowicjusz o tym nie wie, to można mu przypomnieć o zasadach. Nic to nie da i nikomu nie pomoże mówienie o innych uzależnieniach. Są inne wspólnoty, które zajmują się poszczególnymi uzależnieniami, to znaczy spotykają się tam ludzie, którzy mają z tym problem. Ja nie zapominam o programie 12 Kroków, który służy mi do zdrowienia w sposób właściwy dla mojego alkoholizmu. Dla mnie alkoholika łamanie zasad mityngu i nie zachowywanie tradycji jest skazywaniem mnie na dodatkowe cierpienia. Pamiętajmy o tym, że choroba alkoholowa jest podstępna, przebiegła i potrafi zabić każdego, kto manipuluje programem lub go odrzuci. Mityng dla alkoholików jest miejsce dzielenia się doświadczeniem, siłą i nadzieją po to, by zajmować się problemem alkoholizmu. Wspólnota AA nie posiada monopolu na inne uzależnienia. Są lekarze, psycholodzy, psychiatry, psychoterapeuci i wszyscy profesjonaliści, którzy zajmują się uzależnieniami. Kto ma taką potrzebę, ten może skorzystać z takich usług. Na mityngu AA żaden alkoholik nie ma możliwości zajmować się innymi problemami. Tradycje AA bronią Wspólnotę AA od 1946 roku i robią to skutecznie. Bronią przed alkoholikami, którzy jeszcze cierpią, bo chcą cierpieć. Każde uzależnienie ma swoją wspólnotę, a jak nie, to można ją założyć. Wystarczy dwóch, którzy są przekonani o tym, że mogą sobie pomóc. Właśnie tak powstała Wspólnota AA, gdzie spotkali się Bill i Bob, rozmawiając o problemie utrzymania trzeźwości. Jesteśmy im wdzięczni, bo możemy także odnajdywać siebie i rozmawiać o problemie alkoholizmu na mityngach AA. Zachowując Tradycje AA, mogę utrzymywać trzeźwość dzisiaj przez 24 godziny.

Andrzej

Zapiski z mojej pamięci...

Do AA przyszedłem w roku 1991. Wtedy istniała Intergrupa Warszawska. Spotkania Intergrupy Warszawskiej odbywały się w podziemiach kościoła Św. Andrzeja przy ul. Chłodnej a potem naprzeciwko kościoła w budynku parafii na trzecim piętrze. Mieściły się tam również różne inne instytucje samopomocowe.

Czy dyskusje, jakie prowadzimy osiągając sumienie grupy są zawsze dobre? Nie, wcale nie. Podam konkretny przykład. Jak wszyscy pewnie doświadczyliście tego w swoich krajach, w Polsce trudno jest znaleźć nowych członków, chętnych do pełnienia służb. W mojej grupie nie obsadzona była służba skarbnika. Później, nowicjusz z dwoma miesiącami trzeźwości zaproponował swoją kandydaturę, mówiąc, że jest gotowy stawić czoła wyzwaniu. I pomimo wątpliwości kandydat ten został jednomyślnie wybrany przez grupę na skarbnika. Po dwóch miesiącach nasz przyjaciel zniknął ze wszystkimi pieniędzmi. Trudno byłoby wyrazić co wówczas czułem.

Pal dużo pieniędzy. Nie są takie ważne. Ale miałem wyrzuty sumienia, ponieważ mężczyzna ten wrócił do picia. I zdałem sobie sprawę, że podjąłem złą decyzję. Podjąłem tę decyzję w pośpiechu, bez namysłu. Po prostu chciałem, aby „ten problem” został rozwiązany. Dlatego jestem pewny, że czasami lepiej odłożyć dyskusję, głosowanie i w końcu decyzję, aby uniknąć pewnych strat.

Co więcej decyzja raz podjęta może zostać zmieniona, jeżeli zrobienie tego jest dobra dla AA. Podczas jednej z konferencji, na której byłem, sugestia dotycząca wydania ważnej broszury dla młodych ludzi, która została odrzucona z jakichś formalnych powodów, po kilku godzinach i dzięki głosowi mniejszości, została zmieniona. Konferencja jednomyślnie zgodziła się na wydanie broszury. Była to Koncepcja Piąta w działaniu.

Zastanawiając się nad sumieniem grupy, musimy wspomnieć specjalną rolę mandatariusza. Ta pozycja w służbach jest łącznikiem pomiędzy pojedynczą grupą i AA jako całością, poprzez struktury. Podczas spotkań intergrup czy regionalnych, mandatariusz ma prawo głosu i podejmowania decyzji. Czy on/ona powinni stosować się do sugestii grupy? Oczywiście, że tak, jeżeli jest to możliwe.

Ale często nie ma możliwości skonsultowania omawianych tematów. Tak więc reprezentant służb powinien słuchać własnego sumienia, zgodnie ze swoim doświadczeniem i wiedzą.

Moim zdaniem jest to część Koncepcji Trzeciej, tradycyjnego Prawa do Decyzji. Ponadto on czy ona jest zaufanym sługą i to zaufanie zostało udzielone jemu lub jej przez grupę. W tym przypadku bardzo pomocna jest Tradycja IV w swojej długiej formie: „We wszystkich własnych sprawach grupa AA kieruje się wyłącznie nakazami swego grupowego sumienia. Gdy jednak jej plany dotyczą również innych grup, powinny zostać z nimi uzgodnione. Żadna grupa, żadna intergrupa czy rada regionalna ani żaden pojedynczy członek AA nigdy nie powinni podejmować działań, które mogłyby wpłynąć na AA jako na całość bez uprzedniego porozumienia się z powiernikami. W takich sprawach nasza wspólna pomyślność jest absolutnie nadrzędna.”

Moi drodzy przyjaciele, na koniec co nie mniej ważne, wierzę, że będąc delegatem narodowym, faktycznie działam jak mandatariusz i moja grupa jest trochę większa, niż zazwyczaj. Jest to mój kraj – Polska. Podczas tego mityngu wielokrotnie musimy osiągać sumienie grupy. Mogę jedynie prosić Boga, jakkolwiek Go pojmuję, aby udzielił mi pogody ducha, odwagi i mądrości. Będzie to dla mnie najlepsze zabezpieczenie przy podejmowaniu decyzji odnośnie małych i dużych spraw dla przyszłości AA.

Światowy Mityng Służb

wiedzieli, to...”, powodują lęki i poczucie alienacji, wyobcowania. Człowiek dręczony niewyjawionymi demonami własnej przeszłości, ma problemy z bliskością, więziami, cierpi.

– *Ten Program działa, kiedy ja działam.*

Program AA jest programem działania, a nie tylko gadania, czy słuchania. Oczywiście, zawsze warto, przed przystąpieniem do pracy, dowiedzieć się, jak ją wykonać, ale to tylko wstęp, przygotowanie. Mogę całymi latami chałdzać na mityngi i słuchać, jak to robią inni, ale jeśli nie podejmę działania, nie osiągnę raczej nic więcej, jak tylko niezbyt pewną abstynencję, a przecież nie tylko o nią tu chodzi.

Kilka dni temu słuchałem kolejnej smutnej opowieści o zapiciu po dłuższej abstynencji – tym razem po czterestu latach. Jak wiele innych, kończyła się stwierdzeniem: „i nawet nie wiem, jak znalazłem się w knajpie”. Ja za to wiem jedno – nigdy w życiu nie słyszałem historii przerwanej abstynencji, której „bohater” opowiadał, że korzystał z pomocy poradni odwykowej, regularnie chodził na mityngi, pracował ze sponsorem, realizował Program w życiu, czytał literaturę aowską i... zupełnie nie wie, jak się znalazł w knajpie z kieliszkiem w ręku.

– *Trzymaj z wygranymi.*

Wygranymi są tu oczywiście ci, którzy nie piją, zdrowieją, rozwijają się. Alkoholizm jest bezwzględnie chorobą, bądź gotów rozstać się z przyjacielem z terapii lub mityngów, gdy ten postanowi wrócić do picia. Jemu nie pomożesz, a siebie i swoją trzeźwość wystawisz na ogromne ryzyko. Gdy gra toczy się o życie, nie ma zbyt wiele miejsca na sentymenty. Trzymaj z wygranymi, naśladowaj ich, podglądaj, staraj zdobyć to, co oni osiągnęli: trzeźwość, spokój, pogodę ducha. Nie możesz dać komuś czegoś, czego sam jeszcze nie masz.

– *Wyjmij watę z uszu i wsadź do ust.*

Pomysł z lekka odrażający, gdyby go traktować dosłownie, ale oczywiście nie o to tu chodzi. Pewien schemat postępowania, czy zachowania, można w AA obserwować bardzo często. Alkoholicy speszzeni w pierwszych dniach nowym środowiskiem, nieznanymi ludźmi, zwykle zachowują milczenie. Dzięki atmosferze życzliwej akceptacji panującej zwykle na mityngach „otwierają się” i po kilku tygodniach, lub miesiącach, zaczynają mówić. O trzeźwieniu, zasadach AA, realizacji Programu, nowym życiu, mają do powiedzenia o wiele więcej niż weterani, którzy w tych tematach rzeczywiście mają jakieś doświadczenie. Nowicjusz, który ma mnóstwo do powiedzenia,

„AA ani nie popiera ani nie przeciwstawia się czymkolwiek publikacjom – my po prostu oferujemy nasze własne.”

nie bardzo wiedząc o czym mówi, już nie słucha innych – słucha samego siebie, swoich przekonań, wyobrażeń, rojeń. To może być dla niego niebezpieczne. Stąd właśnie wskazówka: przestań tyle gadać, zacznij dla odmiany słuchać!

– *Z ogórka kiszzonego nie da się na powrót zrobić świeżego. Alkoholizm jest podobny do ciąży.*

Uzależnienie od alkoholu jest chorobą trwałą. Powrót do stanu sprzed zachorowania nie jest możliwy. Tak, jak nie można być trochę w ciąży, tak samo nie da się być trochę alkoholikiem. Albo – albo.

– *Żyj i daj żyć innym.*

Wiktor Osiatyński w książce „Alkoholizm i grzech, i choroba, i...” pisał o, typowym dla uzależnionych, niedobrze podstawowych umiejętności społecznych. We Wspólnocie AA mówią „żyj i daj żyć innym”. Myślę, że na jedno wychodzi. Odstawienie alkoholu nie spowodowało jeszcze automatycznie, że przestałem być dla ludzi i świata uciążliwym problemem, a jeżeli nie dysponuję bezludną wyspą, muszę się wreszcie nauczyć żyć z ludźmi, a nie przeciwko nim i... sobie.

Takie Samo Życie

Wiem, że nic nowego nie napisze, prócz tego, co już wielu wie. I całe szczęście, że nie wszyscy wszystko wiedza, Są tacy, co im potrzeba przeczytania tego sprawi, może radość, może załamanie, może odnajdą swoją drogę do nieba, przepraszam, drogę do siebie, do zrozumienia swojego zachowania, swojego postępowania, a może najpierw zmianę myślenia, a reszta za tym pójdzie sama. No, no, coś mi się tu chyba pokręciło, jak to samo pójdzie?

To nic więcej nie muszę robić samo się wszystko pouklada? Aha, AA działa, to już teraz lepiej.

Wystarczy jak tylko przeczytam te wypowiedzi, jakiegoś tam Piciorys, zobaczę DNO kogoś tam, reszta się sama załatwi? TAK?

No tak prolog już jest, teraz trzeba napisać sedno sprawy.

Wszystkie biuletyny Wspólnoty AA zajmują się sprawami wspólnoty „Zdrój”, „Mityng”, „Karlik”, bo te tylko czytam od czasu do czasu i chce napisać, że Są bar-



„Wielu członków AA zawsze nosi ze sobą jakąś publikację również dlatego że odświeża nasz umysł i zapewnia wytnięcie w trudnych chwilach.”

zmieniać, że są ze mną w trudnych dla mnie chwilach, ale też dziękuję osadzonemu, którzy przychodzą na nasze mityngi, bo my ludzie z problemem alkoholowym z chorobą, która nas dosięgła, musimy trzymać się razem. Serdeczne pozdrowienia dla całej redakcji Mityngu i życzeń wszystkim Pogody Ducha.

Tomek AA ZK Potulice

Osiąganie sumienia grupy

Sumienie. Co to takiego? Czasami mówimy, że ktoś ma „niespokojne sumienie”. Doskonale rozumiem to zdanie. Kiedy piłem, doświadczałem tego bolesnego uczucia wiele razy – kiedy kłamałem, oszukiwałem, dokonywałem wyborów, które wielu innym przynosiły ból.

Podczas swojego pierwszego mityngu AA usłyszałem o „sumieniu grupy” ... Brzmiało dobrze. Ale niespodzianką było dla mnie to, że grupa ekspijaków mogła mieć coś w rodzaju „sumienia”. Teraz rozumiem „sumienie grupy” jako wolę Bożą dotyczącą grupy, której jestem częścią i do której należę.

Tradycja Druga mówi o osiąganiu sumienia grupy: „miłujący Bóg, jakkolwiek może się On wyrażać w sumieniu każdej grupy”. Oznacza to, że kiedy osiągamy sumienie grupy, musimy słuchać wskazówek Boga. Jak to robimy? Podczas wszystkich naszych mityngów, kiedy podejmujemy decyzje, głosujemy. Stosujemy demokratyczne zasady – zwykła większość, większość $\frac{2}{3}$, większość $\frac{3}{4}$ głosów, Procedura Trzeciego Legatu, itd. Ale myślę, że nasze sumienie grupy jest czymś szerszym, niż po prostu demokracją. Od 1989 r. Polska jest demokratycznym krajem i wielokrotnie miałem możliwość oglądania polskiego Sejmu w akcji. Oni także jak my w AA stosują demokratyczne narzędzia, ale głęboko wierzę, że różnica jest bardzo widoczna. Dlaczego? Może dlatego, że my w AA mamy tylko jeden główny cel i dojrzelismy? Więc my w AA szukamy sposobów, aby osiągnąć „ogólną większość”. Oznacza to, że każdy, lub prawie każdy, zgadza się iść we właściwym kierunku – wyciągnąć dłoń AA do tych, którzy wciąż jeszcze cierpią i aby zapewnić nasze wspólne dobro. Ponadto, staramy się to osiągnąć zgodnie z zasadami duchowymi.

Z przykrością muszę powiedzieć, że kiedy zobaczyłem swoją pierwszą Konferencję Służby Krajowej AA w Polsce w 1997 roku, byłem przerażony – dyskusja była twarzą, pełna emocji, był gniew itd. Dzięki Bogu to się zmieniło! Biorąc tylko ten czynnik pod uwagę, mogę powiedzieć, że faktycznie wkroczyliśmy w dojrzałość.

Wróćmy do słowa „osiąganie”. W praktyce, bardzo dobrym pomysłem jest organizowanie mityngów sumienia grupy na regularnej zasadzie. Moja grupa robi to co roku. Podczas mityngu dyskutujemy nad tym, jak skuteczniej nieść posłanie, kto będzie w komitecie powitalnym, kto będzie rzecznikiem, mandatariuszem, jak rozdzielić pieniądze grupy, które szpitale i ośrodki zdrowia muszą być odwiedzane, itd. Takie mityngi są także organizowane na poziomie intergrupy, regionu, Rady Powierników (pierwsze spotkanie rady po corocznej Konferencji to mityng sumienia grupy).

za każdym razem odnajdę coś nowego, lub coś co jest mi potrzebne na daną chwilę. Kilka dni temu wstałem rano i jakoś dziwnie się czułem zacząłem czytać „Wielką Księgę” po raz kolejny znalazłem to co było mi pomocne, przypomniałem sobie wiele ważnych rzeczy. Moja choroba mnie nie opuszcza i powinnam o tym pamiętać przypomniałem też sobie co oferuje mi wspólnota. Kolejny raz literatura okazała się pomocna w moim trzeźwieniu bym mógł zobaczyć w którym jestem miejscu i czy za bardzo nie zbaczam z wytyczonego szlaku. Życzę wszystkim Pogody Ducha,

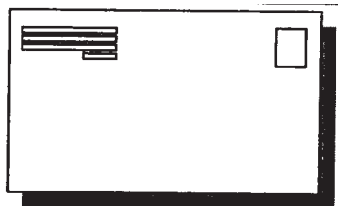
pozdrawiam Robert

Szanowna Redakcjo Mityngu

Postanowiłem do was napisać, gdyż zaszła pewna sytuacja wymagająca wyjaśnienia. Prosiłbym szanowną redakcję, aby mój list został opublikowany na łamach biuletynu. Ale może zacznę od początku, przebywam w zakładzie karnym w Potulicach, gdzie uczęszczam na spotkania grupy AA „Wieczernik”. Ponad rok temu wysłałem do was list, abyście umożliwili mi zakup świeżej prasy aowskiej, bo uważałem, że mamy jej tu za mało, że są to bardzo stare wydania. Myślałem, że robię dobrze, że w ten sposób pomogę swojej grupie, że będę tym super alkoholiczkiem. Wtedy tak myślałem, bo trzeźwiałem na pokaz – dzisiaj trzeźwię dla siebie z pomocą przyjaciół z AA. Moi przyjaciele z AA uświadomili mi, że ten list osiągnął zupełnie inne skutki jakie miał osiągnąć, uświadomili mi, że nawet archiwalne wydania prasy aowskiej są bardzo cenne i na dzień dzisiejszy z chęcią z nich korzystam. W oczach wszystkich anonimowych alkoholiczków przedstawiłem swojego przyjaciela Grzegorza, który zajmuje się do dzisiaj dostarczaniem nam prasy, że się z tego nie wywiązuje, że w naszej grupie tego brakuje, ale tu właśnie chciałbym coś sprostować, bo prasy nam nie brakuje, bo Grześ dostarcza nam systematycznie świeżą prasę, dostarcza nam również świeżych informacji z wolności o działaniach wspólnoty AA. Jest wolontariuszem naszej grupy i z powierzonej mu służby moim zdaniem wywiązuje się w 100%, dlatego serdecznie chciałbym go przeprosić za ten błędny wizerunek w jakim go postawiłem. Na swoje usprawiedliwienie mogę powiedzieć tyle, że w tamtym, gdy pisałem do was pierwszy list tak naprawdę nie wiedziałem co to jest grupa AA, co ona mi daje i z czym tak naprawdę się to je. Wtedy trzeźwiałem na pokaz...

Ja zanim pomyślałem, to już zrobiłem, jest mi w jakimś stopniu głupio, bo taka sytuacja nie powinna mieć miejsca. Dlatego ja Tomek alkoholiczek jeszcze raz z głębi serca przeproszam Grzegorza mandatariusza grupy „Wieczernik” za wizerunek, w jakim go postawiłem i przeproszam całą swoją grupę za moje zachowanie.

Na koniec mojego listu chciałbym również podziękować przyjaciołom z wolności, którzy do nas do zakładu karnego przychodzą na spotkania AA, że pomagają mi się



dzo przydatne i pożyteczne w zachowaniu trzeźwości, utrzymywaniu jej. Są przejrzystą drogą, mityngiem we dwoje, ja i biuletyn, penetrującą wnikliwością i właściwą praktyką, wskazówką, aby dowiedzieć się, co w trawie piszczy i to prawie na każdy temat. Piszemy o swojej drodze przeciętnego alkoholika, przepraszam właściwego alkoholika, zdanego na własne siły, na bycie Bogiem, na robienie, co tylko dusza zapagnie, przebycie wielu zakrętów życiowych, wiele przyjemności, o tym piszemy mało, ale więcej nieprzyjemności, utrapień, cierpień, upokorzeń, utraty zaufania, utraty pracy, osiągnięcia dużych zysków, żeby w chwili potem je stracić. Nie wiary w to, co się robi, za chwilę o wielkiej euforii, podziękowaniach, chwalenia BOGA jakkolwiek Go pojmujemy, co nam przeszkadza na drodze trzeźwienia, co chcielibyśmy, aby tylko to było, bo dla nas pasuje. Kiedy w ZK odzyskujemy wiarę, bo uczestniczymy w mityngach AA i zobaczyliśmy skalę zniszczeń pozostawioną za murami oraz swój powrót do poprzedniego życia, osiągnięcie właściwego DNA? I znowu pobyt w ciepłych pieluchach, wstyd, co tu wykombinować, aby powrót do Wspólnoty AA był w miarę bezbolesny, to tak jak bym czytał o sobie, przypominał, co takiego inni jeszcze muszą napisać abym zrozumiał, że to tyczy mnie. Podziękowania same cisną się na usta.

Komu, myślę, że całej Wspólnocie AA, za to że jest, że są biuletyny, że w każdej złej chwili można do nich sięgnąć, przeczytać jak to robią inni w takim właśnie stanie osobowości, w jakim się znalazłem? A tam proponują program zwykły, prosty w użyciu, spróbuj może ci się powiedzie, ale nie kombinuj, idź prosto. Dziel się doświadczeniem, siłą, nadzieją. Tylko tyle, tak tylko tyle, popatrz jakie to proste. Do tej pory kręciłeś swoją drogą jak tylko umiałeś, chadzałeś tu i tam, teraz spocznijsz, przemyśl może znów napisali o Tobie.

W 90 % piciorysach odnalazłem swoją pychę, moją słabość do alkoholu, może nie była tak silna jak właśnie moja pycha, która i teraz jest i z którą już nie walczę tylko wykrywam, próbuje zrozumieć, dlaczego właśnie w tej danej chwili tak się zachowuje, właśnie jak pyszny, zarozumiały, pewny siebie, nie dający innym mieć swoje zdanie na dany temat. No właśnie dlaczego? Ano właśnie, dlatego że jestem pyszny. Kropka i basta. Mimo, wielu, wielu godzin spędzonych na terapii, warsztatach, zajęciach, mityngach, moja pycha jest największą moją słabością. Jednak uznałem moją bezsilność wobec alkoholu, i dalej samo się nie poukladało, to ja chce naprawy samego siebie, jak to zrobić, kiedy pycha przeszkadza. Jestem alkoholiczkiem pokreconym przez samego siebie, bo nadużywałem substancji psychoaktywnych. Chce powrotu do normalności, wspólnota mi w tym pomaga swoją prostotą, zaufaniem, doświadczeniem. Każdy uczestnik wspólnoty wyrażając chęć bycia we wspólnocie przyjmuje na siebie odpowiedzialność za nią, w sposób na ile potrafi umie rozumieć kroki i tradycje a koncepcje służb, gdzie, kiedy?. Są regiony gdzie, aby być służebnym trzeba czekać latami, a są też takie gdzie brak chętnych do jakiegokolwiek służby. Widać, że troska o wspólne dobro nie w każdym miejscu jednakowa.

Wiec myślę, że to jest tak jak ze swoją drogą do trzeźwości, każdy ma swoją, później drogą w samej trzeźwości, i znalezienia swojego miejsca w szeregu. Komu będzie przeszkadzała np. Msza Św. rocznicowa, czy w Zakrocymiu, czy Droga Krzyżowa po drózkach Kalwarii, czy czytanie czytanek jak to jeden z naszych napisał, w trosce o kupowanie naszej literatury, czy jaki inny sposób uduchowienia, bo program AA jest duchowy, to lepiej niech sobie wybierze swoją drogę do trzeźwości i nie przeszkadza innym w wyborze np., Mszy Św, czy innego rodzaju nabożeństw? To jest ich droga, doświadczenie, siła i nadzieja na lepsze jutro.

Każdy ma prawo wybrać swoją, ale jedno jest pewne AA DZIAŁA. Są różne drogi dojścia do zrozumienia rzeczywistości, najlepsze są poprzez swoje doświadczenia, ale te są długie, mozolne i bardzo boją. Pewne jest tylko to, że BOG Moja Siłą wyższa istnieje, jest przy mnie zawsze, kiedy ja potrzebuje, mimo że moja pycha czasami odpycha mnie od niej. Zawsze zaufanie do Boga pozwoliło mi na powracanie i zwracanie się do ludzi, bez których nie umie, nie potrafię żyć w samotności. Bez cierpliwości i poświęcenia się drugiemu człowiekowi, służbie na pewno nie było by mnie tu gdzie teraz jestem. A jestem trzeźwy, cóż z tego, że nie potrafię sobie radzić ze wszystkimi emocjami, stale się czegoś uczę, chce się uczyć, chce się zmieniać, ale już na lepsze jutro, bo dziś nie pije.

Cel mam jeden Życie w trzeźwości, teraz wiem że reszta nie przyjdzie sama, to ja chce, muszę, się postarać o to, aby było ono znośniejsze dla mnie i dla ludzi, z którymi się spotykam. Do zobaczenia na szlaku. Krzyś alkoholik

INWENTURA GRUPA „OSTROBRAMSKA”

(16.07.10 i 23.07.10)

Miesiąc wcześniej w sprawach organizacyjnych została podana informacja o przeprowadzeniu inwentury grupy. Mogliśmy wcześniej wszyscy zastanowić się nad tym jak nasza grupa funkcjonuje i jak realizuje swój główny cel – niesienie posłania.

Dla uczestników spotkania zostały przygotowane kartki z wydrukowanym fragmentem broszury „Grupa AA” wydanej przez BSK. (fragmenty te można odnaleźć również w MITYNG SŁUŻB Region Warszawa lub w Archiwum Biuletynu MITYNG na www.mityng.net. Osoby, które uczestniczyły po raz pierwszy w inwenturze grupy, mogły zapoznać się wcześniej, na czym takie spotkanie polega i co będzie m.in. omawiane.

Podczas drugiej godziny mityngu dnia 16.07.10 zaczęliśmy spotkanie robocze wg zasugerowanego przez rzeczownika grupy planu:

- termin i miejsce spotkań grupy
- służby grupy
- zasady obowiązujące na mityngu
- literatura, na której grupa będzie pracowała

to jeszcze wystarczające, ale pomału można dojść do umiejętności radowania się z życia. Jest to najważniejsza sprawa mojego ponownego zdrowienia. Najpiękniejszą modlitwą dla Boga, jest umiejętność cieszenia się z życia. Jest to dla Niego miłe, dowiedziałam się też, że Bóg po to dał mi wady charakteru, bym miała nad czym pracować. Teraz wiem po sobie, że to prawda, bo gdybym była ideałem, to leżałabym i nic nie robiła. Można żyć tylko aby przeżyć a można żyć godnie i to jest ta zasadnicza różnica. Czym dla mnie jest bezsilność wobec alkoholu? Jeśli sięgnę po alkohol to nie wiem ile wypiję, jak się będę zachowywać i ile będę pić. Taka jest potęga alkoholu, z którą nie mam szans. Na szczęście jest ktoś ponad moje możliwości i ponad siłę alkoholu. Ten ktoś to Bóg, nie ważne jaki jest, ale wiem, że może mi przywrócić rozsądek i pogodę ducha. Na przykład na łonie natury odczuwam obecność siły wyższej, kiedy mam taką świadomość to doświadczam spokoju. Tak to czuje po roku trzeźwienia. Nie chce tylko na tym poprzestać, a więc będę szła dalej. Zobaczmy co mi przyniesie następny rok, ale najważniejsze są 24 godziny, tu i teraz. Do zobaczenia po wakacjach, wytrwałości i Pogody Ducha. Wanda AA

Nasza literatura pomocą w trzeźwieniu

Gdy trafiłem do wspólnoty AA na mityngach słyszałem jak niektórzy uczestnicy mówili, że w trzeźwieniu pomaga im literatura, że codziennie czytają literaturę itp. Nie miałem pojęcia o jaką literaturę chodzi, bo na grupie nie było jeszcze kolportażu. Pragnąc trzeźwieć przypomniałem sobie o kilku zaległych lekturach które odkurzyłem je z domowej biblioteki i też zacząłem czytać. Wkrótce dowiedziałem się że AA dorobili się własnej literatury. Czytając „Wielką Księgę” nie mogłem uwierzyć że ta książka została po raz pierwszy wydana w 1939 r. Przecież opisane w niej było moje życie. Dziś wiem że lektura ta pomogła mi zidentyfikować się z alkoholikiem, i zaakceptować moją chorobę, podjąłem też decyzję o pozostaniu we wspólnocie. Po jakimś czasie zgromadziłem swoją bibliotekę były w niej pozycje wydawane przez BSK nie tylko książki ale i ulotki. Odkryłem w nich prawdziwą kopalnię wiedzy np. „Grupa AA ...”mój „pierwszy poradnik służb”, „12 Tradycji ilustrowanych! 'gdzie w przejrzysty i jasny sposób opisani są tradycje w „44 pytań-h” znalazłem wiele odpowiedzi na nurtujące mnie pytania i wiele, wiele innych. Gdy zacząłem pracować ze sponsorem podstawą naszej współpracy uczyniliśmy literaturę AA „Wielka Księga”, „Jak to widzi Bill”, „Życie w trzeźwości”, „12 na 12” w tych pozycjach mogłem znaleźć odpowiedzi na problemy dnia codziennego. Po jakimś czasie podjąłem służbę kolportera na grupie zdopingowało mnie to do jeszcze lepszego zaznajomienia się z literaturą, uważałem że dobrze jest się orientować w tym czym się zajmuję. Dzięki tej służbie odniosłem wiele korzyści. Jedną z wielu rzeczy które podobają mi się w literaturze AA jest to że mogę ją czytać na okrągło i

wszystko jest chore. Trzeźwiejąc nie zapominajmy o własnych dzieciach i ich wolności. Nie zagłaskujmy ich na śmierć. Uczmy ich odpowiedzialności dając siebie na przykład. Życzę wszystkim trzeźwych wakacji i radości z bycia trzeźwymi. Mimo wszystko w pogodnym nastroju życzy wam trzeźwy alkoholik Pogody Ducha.

Andrzej

PS. Wyciągajcie zdrowe wnioski z choroby

Co dalej po roku niepicia?

27 lipca minął rok mojego niepicia. Ta rocznica była piękna, obchodziłam ją razem z przyjacielem, któremu minęło 18 lat niepicia. Az trudno mi uwierzyć, że dotrwałam, ale Bogu dziękuję za ten cud. Nie chce oczywiście spoczywać na laurach, jeśli chce trzeźwieć to potrzebna jest mi gruntowna praca nad sobą, chce żyć a nie tylko nie pić. Na pewno po roku są pewne zmiany, bardziej jestem pojętna na to co mi przekazują inni alkoholicy, moje emocje są bardziej stabilne, mam więcej pogody ducha i staram się do życia nie podchodzić zbyt serio. Ten artykuł miałam pisać nad jeziorkiem kamionkowskim przy Wedlu, chciałam pisać na łonie natury, ale podsiadł mnie młody człowiek pod wpływem alkoholu. Zaproponował mi bym się z nim napiła, ale odmówiłam, na dziś nie potrzebuję już alkoholu do śmiałości, umiem się radować na trzeźwo. Wiem, że jeden łyk zabierze moja pogodę ducha, a ja bardzo się cieszę z tego, że nie piję. Natomiast ze swoim pisaniem przeniosłam się do PIK-u. teraz wyjeżdżam na miesiąc na wieś, w tamtym roku piłam tam jeszcze alkohol i było to dla mnie przykre doświadczenie. Dlatego też wiem, że z ta choroba nie ma żartów, jednak ucieczka nie jest rozwiązaniem, dlatego jadę. Zabieram ze sobą niezbędną literaturę i narzędzia, które otrzymałam. Nie będę już sobie zakładać, że coś się stanie, mam nadzieję, że wszystko będzie dobrze i wrócę bez złamanej abstynencji. Najważniejsze dla mnie są 24 godziny i to że bóg jakkolwiek Go pojmuje, mnie nie opuści. Trzeźwienie nie jest łatwym procesem, ale jest możliwe i to ma sens. Jak to dalej będzie zobaczymy, może nie będzie źle. Nauczyła się szukania pozytywnej strony dnia, jak to trudno odszukać a zarazem jak łatwo się nad sobą użalać. Jako alkoholiczka mam tendencje do martwienia się naprzód, ale teraz uczę się szukać tego co cieszy. Wymaga to gruntownej pracy, ale widzę, że taki wysiłek przynosi satysfakcję. Zamartwianie się albo użalanie jaka to jestem biedna prowadzi do alkoholu a ja tego już nie chcę. Nie mówię, że po roku czasu są kokosy i wszystko cacy, cacy, ale na pewno jest inaczej. Nie jest



Pilaś? - Nie lataj!

- jak grupa niesie posłanie
- sponsorowanie
- wnioski do inwentury

Zostały złożone wnioski:

- wprowadzenie kartek z tematem dotyczącym pracy na Kroku na 2 godzinie mityngu (Andrzej)
- na mityngu, na którym pojawi się nowoprzybyły odczytanie „Czego AA nie robi” z ulotki „Rzut oka na AA” oraz z ostatniej strony „Scenariusza mityngu” – wyjaśnienie symboli, z którymi można spotkać się na mityngach AA (kapelusz, świeca, Trójkąt (Aga))
- praca na literaturze AA (Codzienne Refleksje – 1 godz. Na drugiej godzinie: 1 i 2 mityng miesiąca czytamy Krok z 12x12, 3 mityng w miesiącu – „Życie w trzeźwości”, na otwartym Tradycja z 12x12 (Seba))
- umieszczenie w Internecie informacji o grupie (strona internetowa - historia grupy, dane) korzystając z możliwości serwera, na którym umieszczona jest strona o AA w Polsce. (Andrzej)
- podjęcie się osób z grupy wypełniania służby „sponsora tymczasowego” dla nowoprzybyłych.

Zaczęliśmy omawiać każdy z punktów.

Po głosowaniach sumienie grupy ustaliło:

termin i miejsce spotkań grupy pozostaje bez zmian: piątek, godz.17.00, ul.

Ostrobramska 72, mityng trwa 2 godz. z przerwą

rotacja w służbach:

Prowadzący – prowadzi Aga a od stycznia 2011 – Seba,

Skarbnik – od października 2010 – Wiesio (do tego czasu Wiesio współpracuje z dotychczasowym skarbnikiem,

Mandatuariusz – służbę pełni Anastazja a od kwietnia 2011 – Andrzej,

Rzecznik – służbę pełni od stycznia 2010 do 2012 – Gosia,

Kolporter - Jola

zasady mityngu pozostają bez zmian

literatura: została przyjęta propozycja pracy również na książce „Życie w trzeźwości” (wg wniosku) – „Codzienne Refleksje – 1 godz. Na drugiej godzinie: 1 i 2 mityng miesiąca czytamy Krok z 12x12, 3 mityng w miesiącu – „Życie w trzeźwości”, na otwartym Tradycja z 12x12

Niesienie posłania:

- ulotki do Ośrodka Uzależnień i przed kancelarią parafialną, plakat na drzwiach wejściowych, pakiet ultek dla nowoprzybyłych;
- raz w miesiącu grupa pełni dyżur telefoniczny, członkowie grupy – dyżur online, posłanie na detox Kolska;
- budowa strony internetowej

Sponsorowanie: Grupa uznała, że do książeczki adresowej powinna być podana i formacja, o służbie sponsora tymczasowego dla nowicjusza na naszej grupie. W wykazie mityngów będzie dodana literka „S”. Służby tej podjęło się dwóch Andrzejów, Aga i Gosia.

Sprawozdanie z Inwentury zostało odczytane w sprawach organizacyjnych na mityngu 30.07.10. Po naniesieniu koniecznych poprawek - zaaprobowane przez sumienie grupy.

Rzecznik Grupy „Ostrobramska”

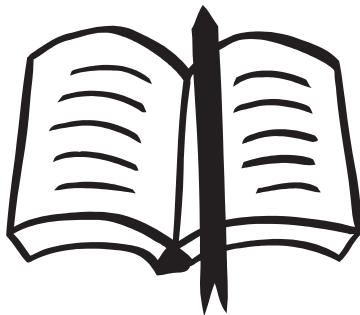
Czy literatura AA pomaga w trzeźwieniu?

Kiedy na forum dyskusyjnym padło pytanie o ewentualne korzyści z literatury aowskiej, przypomniała mi się wypowiedź jednego z weteranów: „ja tam żadnej literatury czytać nie potrzebuję, bo i bez niej trzeźwieję z powodzeniem już od osiemnastu lat”. Następnie weteran podzielił się ochoczo swoim doświadczeniem, siłą i nadzieją, to jest opowiedział o niepojętym braku wdzięczności, a może nawet piramidalnej głupocie swojej żony, która ma wobec niego jakieś zupełnie nieuzasadnione pretensje i twierdzi, że jak pił, to łatwiej się z nim było porozumieć, niż teraz. Kiedy jeszcze użył określenia „głupia baba!”, ponad połowa uczestników mityngu uśmiechnęła się porozumiewawczo i ze zrozumieniem.

Wychodzi więc na to, że w trzeźwieniu, które z założenia nigdy nie ma zakończyć się wytrzeźwieniem i trwać będzie, daj Boże, do końca życia, literatura, taka czy inna, specjalnie potrzebna nie jest. Może nawet wręcz przeciwnie, bo przecież nie raz słyszałem, że do Programu AA nie można być za głupim, ale można być za mądrym, a wiadomo, że cała ta szkodliwa mądrość, to właśnie z książek pochodzi.

Jeszcze nie całkiem przestałem pić (już się leczyłem, chodziłem na mityngi, ale jeszcze nie potrafiłem utrzymać abstynencji i co jakiś czas zapijałem), kiedy kupiłem u aowskiego kolportera „24 godziny” – książeczkę wydawaną przez Duszpasterstwo Trzeźwości, która wtedy była podstawową literaturą alkoholika z AA.

Owszem, czasem (rzadko!) na stole przed prowadzącym mityng leżała Wielka Księga i „12x12”, ale nie przypominam sobie, żeby ktoś coś z tego czytał; uważałem to raczej za swego rodzaju dekorację. W każdym razie, jak u nas na mityngach mawiano, ważne były i liczyły się tylko te „24 godziny” i ja z zapałem, uporem i zaangażowaniem studiowałem tę pozycję przez jakieś



koholowej. Rodzina niczego nie negocjowała. Przecież należał im się ten wypoczynek. Pozostawały niestety tylko marzenia. Rzeczywistość wskazywała wyraźnie na mój problem alkoholizmu. Co z tego, że chciałem, jak siebie nie znałem. Psulem wszystko, zostawał tylko żal i rozgoryczenie. Jedno moje pijaństwo i podle zachowania psuły wszelkie dobre chęci. Trwało to tak przez 20 lat życia małżeńskiego. Dzieci nie miały przy mnie i ze mną łatwego życia. Nigdy nie poznałem ich myśli i uczuć. Często udawały bojąc się o swoje życie.

Ciągle niepokoję żadnemu nie pozwoliły na radość dzieciństwa i przygody. To ja miałem przygody ich kosztem i kosztem moich trzech żon. Odchodziłem od dzieci w wieku przedszkolnym, tak że nie nacieszyłem się ich rozwojem. Odchodziłem nie mając nadziei na lepsze życie. Zawsze odchodziłem w niezgodzie ze sobą i za każdym razem bardziej zrezygnowany. Wyizolowany w poczuciu nicości w beznadziei. Moje wakacje rodzinne były koszmarem dla wszystkich. Rozwiązanie problemów załatwiał zawsze alkohol i dalsze wpadki życiowe, które stawały się ponad moją wytrzymałość. Próby zamachów na siebie nigdy „sukcesem”, ale przedłużały moją agonię. Najczęściej tę agonię przedłużali moi bliscy łudząc się jakąś na działanie boże albo istotne zmiany u mnie, chorego ciężko alkoholika, niezdolnego już do kierowania własnym życiem. Często byłem zrezygnowany, ale nie miałem Siły z tym skończyć. Byłem po prostu tchórzem, nie wiedząc o tym, że jest sposób na wyjście z tej obsesji myślenia o alkoholu i obsesji picia kasacyjnego.

Moje pływania, opalenizny niczego nie zmieniły. Pozostawałem ciągle niedorozwojem umysłowym i mimo prób leczenia przez te 20 lat życia małżeńskiego zdążyłem zmienić trzy żony i trzy mieszkania, które i tak utraciłem, jak również kontakt z trójką dzieci. Podzieliłem wszystko równo: trzy żony, trójka dzieci, trzy mieszkania a w głowie coraz puściej. Takie piękne wakacje nad morzem, w górach, nie dawały mi motywacji, dalej piłem i marnowałem życie. Tylko dlaczego innym, którzy mnie kochali? Tego do dzisiaj nie wiem. Ostatni rozwód ugodowy był w 1987 roku. Wtedy zmarła mi też matka iostałem jeszcze spadkowym milionerem.

Wystarczyło do marca 1988 roku. Dalej była już tragedia, rozpacz i wizja bezdomności, z dorobkiem 42 lat udawania, że żyję. Dzisiaj wiem, że nic się już nie odmieni. Mam prawie 64 lata i brak motywacji takiej, która zrewolucjonizowałaby mi to wszystko.

Żyje mi się na pewno lepiej bez alkoholu i papierosów, ale czegoś mi jednak brakuje. Z pewnością właśnie tej pewności siebie. Od 19 lat nie byłam na prawdziwych wakacjach. Po prostu brakuje mi pomysłów. Nie nauczyłem się odpowiedzialności za swoje życie i do 41 roku życia byłem uzależniony od swojej matki. Była ważniejsza od żon i dzieci. I to było niezauważalne, ale emocjonalnie prawdziwe. Zagłaskiwała mnie na śmierć, myśląc, że wszystko dobrze robi. Matkę ma się jedną i trzeba to szanować, ale nie trzeba to szanować, ale nie wolno być dzidziusem do starości. To

Moje życie całkowicie potwierdza prawidłowość tych słów. Wiosną 1948 r., w Chicago, Paul S, jeden z wcześniejszych członków AA ciągle powtarzał w swoim przemówieniu: **AA jest sama dla siebie wystarczająca**. Jeśli w mym życiu nie jest tak, jak być powinno, to najlepsze, co mogę zrobić, to iść po radę do specjalisty, skorzystać z terapii albo poprosić o pomoc członka AA, który uzyskał wystarczająco dużo efektów w pracy z Dwunastoma Krokami. Taki AA pomoże zrozumieć jak to działa wyjaśniając dokładnie, co sam uczynił, aby uzyskać widoczne dla wszystkich rezultaty. Dr Leonard Borman, dyrektor Centrum Instytutu Samopomocy, który lata spędził studiując rozwój ruchów samopomocowych, powiedział kiedyś:

W AA są dwie podstawowe zasady. Jedna z nich jest taka, że osoba, która wyleczyła się z problemu jest o wiele bardziej pomocna niż profesjonalista, który używa tylko wiedzy teoretycznej. Druga to to, że indywidualna pomoc kogoś drugiego bez profesjonalnych obciążeń, może być bardzo korzystna dla obydwu osób. Dwanaście Kroków dostarcza precyzyjną formułę trzeźwości, drogę do umysłowego, emocjonalnego i duchowego zdrowia.

Daje wskazówki pożytecznego życia pełnego radości. Jeżeli pracujemy z innym alkoholikiem, ma miejsce duchowa wymiana i my oboje na tym korzystamy. Jeżeli z drugiej strony mamy za to płacone, to staje się to transakcją pieniężną, w której czynnik duchowy jest zniszczony.

Psychiatra, autor dobrze sprzedającej się książki - Terapia rzeczywista - dr William Glasser stwierdza: Gdyby wszyscy terapeuci dzisiaj zniknęli, to nie sprawi to wielkiej straty, ponieważ ludzie zawsze znajdą kogoś innego, z kim mogą jutro porozmawiać. Inną rzeczą, jaką mówił było to: Kiedy płacisz terapeutę, próbujesz kupić przyjaciela. Posłanie AA jest bezpłatne. Nie można go kupić ani sprzedać. Pieniądze korumpują.

Rezygnujemy z pieniędzy będąc wdzięczni za nasze własne uzdrowienie. Jest to zapomniane znaczenie ósmej Tradycji. Naszym przywilejem jest darmo pomagać innym, uczestniczyć w głębokim przebudzeniu duchowym innego alkoholika, z którym pracujemy i cieszyć się postępami leczenia, pogłębiając nasze programowe zasady. Box 1995

Czas wakacji

Wiele razy wyjeżdżałem już w maju i czerwcu, kiedy jeszcze mogłem częściowo kontrolować decyzje, ale nie życie. Plany moje były związane z rodziną i odpoczynkiem. Na pewno moje założenia były właściwe. Najczęściej zapomniałem o swojej chorobie i nieodpowiedzialności. To było na drugim miejscu. Najważniejsze były założenia i ambicje wobec rodziny. Nigdy nie było rezerwy na wypadek choroby al-

dwa lata, czytając stosowny tekst przynajmniej raz dziennie.

Przez całe te dwa lata nie wpadło mi jakoś do głowy, żeby z literatury faktycznie aowskiej przeczytać cokolwiek. Wynikało to z różnych przyczyn: a to bardziej doświadczeni koledzy mówili, że „24 godziny” wystarczą, a to błędnie i właściwie sam nie wiem czemu założyłem, że reszta książek w AA jest w podobny sposób bombastycznie-religijna, a to musiałem (ze względów zawodowych) czytać mnóstwo innych rzeczy. Tak czy inaczej teraz mam świadomość, że te dwa lata w istotny sposób opóźniły moje wytrzeźwienie. Z pomocą literatury aowskiej byłoby na pewno szybciej i czasami może mniej boleśnie.

W kilkuletnim procesie zdrowienia popełniłem całą masę błędów i straciłem mnóstwo czasu na... jak to mówią, wyważanie otwartych drzwi, czyli odkrywanie od nowa przeróżnych prawd, rozwiązań, technik, sposobów i metod znanych już anonimowym alkoholikom od wielu dziesiątków lat. Pamiętam jak nie wiedziałem, czy się mam śmiać czy płakać, kiedy okazywało się, że na przykład przez dwa lata ciężko pracowałem i głowiłem się nad problemem, którego rozwiązanie opisane było, jak się to potem okazało, w jednej z naszych książek – wystarczyło po prostu po nią sięgnąć i przeczytać. Problematyka literatury aowskiej ma również ścisły związek z powracającym jak bumerang co pewien czas zagadnieniem, pytaniem, wątpliwością: wiara, czy wiedza?

Z założenia i dość konsekwentnie staram się nie odpowiadać na pytanie: czy alkoholikowi w AA bardziej potrzebna jest wiara, czy wiedza? Ja głęboko wierzę, że Program AA jest dobrym pomysłem na moje życie – tak, na życie, bo nie tylko na niepicie. Wierzę też w mądrość wielu naszych, aowskich, prostych powiedzeń, choćby tego, które mówi, że „*ten Program działa, kiedy ja działam*”. Jednak jeśli już mam działać, to chyba lepiej byłoby dla mnie, żebym wiedział, co i w jaki sposób, mam zrobić, żeby osiągnąć pożądane i oczekiwane efekty, czego się ode mnie oczekuje, na czym konkretnie ma polegać realizacja zadania, które mam wykonać.

W pijanym widzie, próbowałem podejmować się najróżniejszych prac, o których nie miałem żadnego pojęcia, na których kompletnie się nie znałem. Duma i pycha nie pozwalały mi przyznać, że czegoś nie wiem i poprosić o radę, wskazówki, pomoc, lub instrukcje. Kierowany zupełnie nierealistycznymi, czyli po prostu pijanymi rojeniami o własnych możliwościach, umiejętnościach i zdolnościach, wierzyłem, że potrafię naprawić zegarek, gaźnik, aparat fotograficzny. Rezultaty były zawsze opłakane. Wierzę, że objawem obłądzenia jest oczekiwanie odmiennych efektów przy niezmiennych działaniach (w AA mówią w takich sytuacjach „*rabiesz nie to drzewo*”), dlatego w trzeźwym życiu chcę postępować inaczej: a więc najpierw dowie-

- dzieć się, zorientować, co mam zrobić i jak się do tego zabrać, a dopiero później działać. Wierzę, że wiara, zapał i dobra wola są niezwykle ważne, ale obawiam się, że w wielu wypadkach po prostu jednak nie wystarczą.

Dziesięć, i więcej, lat temu Program Wspólnoty AA był na mityngach w moim mieście obecny o tyle, że ceremonialnie odczytywano go do na początku, bo tak wynikało ze scenariusza.

Chodzi mi oczywiście o Kroki i Tradycje. O bezsilności mogliśmy rozprawić długo i namiętnie. Czasem w kwietniu ktoś bąknął, że – jak wszyscy – ma wady, nie jest świętym i nie chce nim być. Rzadko we wrześniu ktoś pochwalił się, że przeprosił swoją rodzinę; wtedy jeszcze wydawało mi się, że przeprosiny mogą zastąpić, a może nawet faktycznie są, zadośćuczynieniem. I to było wszystko.

W każdym razie, jeśli chciałem skorzystać z Programu, jeśli chciałem dowie-



dzieć się konkretnie, jak go w praktyce realizować, a chciałem, bo pewnego razu przyszedł mi do głowy zupełnie szalony na tamte czasy pomysł: zapragnąłem mianowicie wytrzeźwieć, to musiałem – tak, właśnie MUSIAŁEM – sięgnąć do wspólnotowych książek. W pewnym sensie byłem na nie skazany.

I tak oto, w trzecim roku abstinencji, sięgnąłem do literatury aowskiej. Do chwili obecnej przeczytałem już wszystko, co się po polsku ukazało (i nie tylko), większość pozycji nawet po kilka razy, za każdym odkrywając coś nowego, ważnego, intrygującego,

mobilizującego.

Dużo mi dała literatura traktująca o historii Wspólnoty AA, a zwłaszcza „Doktor Bob i dobrzy weterani”, „Przekaż dalej” i „Anonimowi Alkoholicy wkraczają w dojrzałość”.

Okazało się, że w swoich początkach Anonimowi Alkoholicy popełnili chyba wszystkie możliwe błędy, a to w praktyce oznacza, że nie muszą ich popełniać ja sam. Dzięki tym książkom mogę skorzystać z doświadczeń 75 lat Wspólnoty AA oraz dziesiątków, może setek tysięcy alkoholików – to jednak jest Siła znacznie większa niż moja własna, nawet jeśli wspomagana przez siłę kilkunastu lubianych i cenionych kolegów z mityngów. *Meszuge*

CZY POSŁANIE AA DZIAŁA,

JEŚLI SIĘ ROBI DLA PIENIĘDZY?

Pierwsze słowa ósmej Tradycji to: Działalność we wspólnocie AA powinna na zawsze pozostać honorowa... wyjaśniają, że praca Dwunastego Kroku AA nigdy nie powinna być opłacana. Te słowa są często całkowicie ignorowane. Posłanie AA to poufna informacja jednego alkoholika do drugiego. Wspólnota AA zaczęła się tak, gdy nie było innych, równie skutecznych sposobów pomocy alkoholikom. Nie było nic innego, co by przynosiło takie dobre rezultaty. Czy ktoś mógłby nie zrozumieć słów w ósmej Tradycji?

Przyjaciel AA (niealkoholik) dr Vincent odchodząc na emeryturę powiedział: Moją największą troską o przyszłość AA jest to, aby zasada osobistej i bezinteresownej pomocy nie mogła być wyparta przez pieniądze i profesjonalizm. W czerwcu r. dr Bob powiedział: Nie zaśmiecajmy tego kompleksami freudowskimi ani rzeczami, które są interesujące dla umysłów naukowych.. Róbmy nasze małe starania, które są przydatne dla naszej wspólnoty.

Wcześniej, kiedy Billowi W oferowano pracę w Towns Hospital, jako płatnemu terapeutce, jeden z członków wczesnego AA powiedział - Bill, nie musisz tego robić dla nas.

Pomysł tylko, co stanie się z naszą, opartą na przyjaźni grupą. **Wydaje się, że im dalej sięgamy do doświadczeń naszych założycieli, tym więcej osiągamy tego, co stało się ich udziałem.** Tak właśnie dzieje się w AA. Wielka Księga wyjaśnia działanie Kroków. Mamy nasze spotkania, zapobiegające ponownemu wpadnięciu w nałóg. Oczywistym faktem jest, że jeśli pracujemy z Dwunastoma Krokami, staniemy się trzeźwi i mamy szansę, aby cieszyć się fizycznym i emocjonalnym zdrowiem.

Niektórzy alkoholicy potrzebują lekarstwa, ale wielu z nich zaczyna coraz lepiej radzić sobie z depresją, apatią, niepokojem czy strachem. Posłanie AA jest czymś innym niż terapią czy postępowaniem zgodnym z ewangelią, jest przebudzeniem duchowym jako rezultat Dwunastu Kroków.

Przedmowa do 12 Kroków i 12 Tradycji mówi: Dwanaście Kroków to zbiór zasad duchowych, które stosowane jako sposób życia, mogą uwolnić od obsesji picia i pomóc cierpiącemu, by stał się zdrowym, szczęśliwym i użytecznym człowiekiem.

