

ANONIMOWOŚĆ NA ZLOCIE

My, Anonimowi Alkoholicy, mimo że nabywamy we Wspólnocie wielu zalet, często korzystamy z dawnych (lub ciągle obecnych) wad i chyba niektórzy z nas bardzo je lubią. Na przykład dopatrujemy się niedociągnięć lub nie respektowania tradycji w naszych służbach lub u naszych przewodników. Słyszałem głosy krytyki na zlocie dotyczące łamania tradycji anonimowości przy akredytacji, gdzie potrzebne było podanie pewnych danych. Próbowałem sobie wyobrazić inny sposób akredytacji, ale nie udało mi się nic nowego wymyślić. No bo jak rozróżnić wpłatę, a więc przewidzieć i policzyć miejsca, które trzeba przygotować dla 150 Jasiów, Stasiów, 200 Anek, Ew itp. A jak mój bank ma przelać 20 zł z mojego konta na konto BSK, zachowując w pokwitowaniu tylko moje imię. A co z prawnymi wymogami księgowania i organizowania takich imprez. Jako trzeźwy, odpowiedzialny i darzący zaufaniem nasze służby, wierzę, że robią to (z niekoniecznie mi znanych powodów), co niezbędne. A tak naprawdę moje imię i nazwisko dane w akredytacji mówią komukolwiek tylko to, że jestem uczestnikiem zlotu, nie rozróżniając czy jestem alkoholiczkiem, profesjonalistą czy przyjacielem AA. Nie są te dane również udostępniane do prasy, radia, filmu więc gdzie tu łamanie tradycji? Za to nie słyszałem uwag krytycznych do „błyskających fleszy” na ceremonii otwarcia mimo wyraźnego apelu prowadzących, aby nie robić zdjęć. Ale te uwagi i pretensje, w tym i mój artykuł, to też urok naszej Wspólnoty i nawet one już jej nie zaszkodzą, a my się jednak zmieniamy. Jest nas coraz więcej, a radość i tak wygra.

Mirek A

KLUCZ DO PARADOKSU

Członek AA musi podporządkować się regułom, (...) jego życie uzależnione jest od przestrzegania duchowych zasad wspólnoty.” (Dwanaście kroków i Dwanaście Tradycji str. 130.). Dość długo

zastanawiałem się czy mam się czym podzielić w temacie Dwunastej Tradycji. Przecież mamy wiele pozycji naszej literatury mówiące o anonimowości. I czym ja się mogę podzielić, no cóż tak jak często mówimy „doświadczeniem, siłą i nadzieją”. Ale moje doświadczenie jest często subiektywne, dobre albo złe. Tak jak autorytety dobry i zły o których pisze Bill w książce „Anonimowi Alkoholicy Wkraczają w Dojrzałość str. 136.). Dzielać się ostatnio w swoich pisanych tekstach doświadczeniem zastanawiałem się czy powinienem dzielić się tym „złym”. Na ten czas mam przekonanie że tak. Przecież jeżeli widzę, że jeśli te reguły nie są przestrzegane, to łamią duchowy program Wspólnoty. Ja, będąc świadomy tych zasad, jeżeli nie zareaguję staję się automatycznie kimś kto ich nie przestrzega. Jest to dla mnie zagrożeniem. To coś podobnego gdy jestem świadkiem przestępstwa, ukrywając je staję się współwinnym. Drugim powodem do podzielenia się moimi przemyśleniami i przekonaniem, że Tradycje mają tą samą wagę co Dwanaście Kroków do utrwalania mojej pokory jest sytuacja, że coraz częściej spotykam osoby twierdzące że pracując na programie Dwunastu Kroków najważniejszy jest dla nich rozwój osobisty, a Tradycje są nie potrzebne. W takim momencie zastanawiam się jak to się ma do Tradycji Dwunastej przedstawianej jako nakaz całkowitej konspiracji. Jest takie powiedzenie „Żeby to mogło działać, musisz kupić cały zestaw”. Dla mnie tym zestawem są trzy nasze dziedzictwa. W Legacie Jedność Tradycja Pierwsza jest strażnikiem wszystkich Tradycji a Tradycja Dwunasta duchowym posumowaniem. Kluczem do tej tradycji jest pokora wyrażająca się w poświęceniu i działaniu. Anonimowość, pokora i poświęcenie jest fundamentem każdej kolejnej Tradycji. Postaram się pokrótce napisać czego nie robię, i co nieraz udaje się mi zrobić, żeby być w zgodzie z duchowym fundamentem tej Tradycji. Na pierwszym miejscu stawiam dobro Wspólnoty i dobro mojej grupy macierzystej. Uważam że wspólnym dobrem jest grupa, literatura oraz nasze doświadczenie. Dlatego na spotkaniu AA w czasie czytania tekstów początkowych nie mieszam kawy, nie stawiam tej kawy na naszych tekstach, które leżą na stole. Pamiętam, że to nie ja jestem ostatecznym autorytetem, dlatego swoim postępowaniem staram się łączyć a nie dzielić. Dostosowuję się do zdania większości. Staram się służyć, zdając sobie sprawę że służba w AA nigdy się nie kończy. Nie zadaję pytań nowicjuszowi czy jest alkoholikiem i chce zdrowieć. Ja mu po prostu wierzę. Staram się być aktywnym

uczestnikiem grupy, pamiętając o tym żeby grupa nie podejmowała żadnych działań stanowiących zagrożenie dla Wspólnoty. Włączam się w działania grupy mające na celu informację o tym, że jest sposób na wyzdrowienie, pamiętając o tym żeby grupa nie łączyła się z innymi przedsięwzięciami. Nie uczestniczę w mityngach opłatkowych, organizacji pielgrzymek czy dawaniu „świadcstwa”. Pamiętam, że Wspólnota jest samowystarczalna, dlatego nie „czyszczę portfela” a staram się systematycznie wspierać Wspólnotę datkami do kapelusza oraz uczestniczę w programie urodzinowym. Będąc na rocznicach przyjaciół nie daję w prezencie wielbłądów dwu i jednogarbnych, słoni ani szabli. Daję literaturę AA-owską. Za to co robię nie oczekuję żadnej nagrody. Od początku swojego uczestnictwa we Wspólnocie biorę udział w służbach na różnych poziomach, starając się pełnić służbę odpowiedzialnie. Zawsze zastanawiam się, czy mam coś do powiedzenia i nie zabieram głosu w imieniu Wspólnoty. Szczególnie na spotkaniach informacyjnych w szpitalach nie mówię o terapii, kwalifikacjach personelu bądź stowarzyszeniach czy klubach. Jako zdrowiejący alkoholik staram się być widoczny, i wiele osób wie, że jestem uczestnikiem Wspólnoty. Pamiętam, że zdrowienie nie jest moją zasługą lecz efektem stosowania Programu; darem, który otrzymałem. To działa pod warunkiem mojej ciągłej gotowości do służenia i pomocy innym. Znając te powyższe zasady mogę z pokorą, poświęceniem działać dla dobra Wspólnoty i drugiego człowieka. To w rozdziale 7 książki „Anonimowi Alkoholicy” jest napisane „Wyłącznym naszym celem jest pomaganie innym”. Pomagając innym, pomagam sobie. Tak, że w moim odczuciu Dwunasta Tradycja jest kontynuacją Kroku Dwunastego. Kluczem do mojego zdrowienia jest pokora, wyrażająca się w poświęceniu i działaniu, a paradoksem to, że pomagając innym, na pewno pomagam sobie.

Pindulaa

MOJA DROGA DO WOLNOŚCI

Przez całe lata walczyłam w ringu z dwoma bardzo silnymi przeciwnikami: alkoholem i panem X. Nie wiem, który był silniejszy, bo od dłuższego czasu trwaliśmy w morderczym uścisku. We troje. Raz mocniej ścisnął mnie jeden, zaraz później - drugi. Tyle razy

schodziłam pokiereszowana: połamane paznokcie po imprezach, siniaki nie wiadomo skąd, podbite oko - i to pod własną bramą. Policzek od X. Wiele razy próbowałam coś zrobić: starałam się wprowadzić kontrolę picia (powstrzymywałam się w dni, kiedy uprawiałam sport, starałam się pić co drugi, trzeci dzień lub tylko w weekendy) lub znormalizować relację z X. (starałam się zachowywać asertywnie, nie kontaktować po większych awanturach, przeformułować relację na przyjacielską). Nic z tego nie wychodziło. Po kilku dniach lub tygodniach znowu stawiałam do walki. I znowu byłam w tym samym młynie: uporczywe myśli o X towarzyszyły mi od samego rana. Dzwoniłam więc do niego po kilka razy dziennie w różnych sprawach, a właściwie pod różnymi pretekstami. Gdy to przestało działać, wymyślałam sytuacje, w których potrzebowałam jego pomocy, np. popsuty samochód. No i oczywiście piłam: wieczorem, po pracy siadałam na kanapie z butelką wina. Później miałam niejasne wspomnienia co się działo. Albo budziłam się nad ranem w dresie, z rozmazanym makijażem, często zapłakana. I oczywiście pijana. Mętne wspomnienia powrotów z imprez, licznych awantur i ciągle dręczące pytania: o co poszło? kto zaczął? I ten ciągły lęk, że znowu X. będzie o coś zły. Ciągłe się miotalam. I głos w głowie: a może odejść? Ale nie! Musiałam powalczyć dalej. Więc próbowałam: przestałam być sobą, ograniczyłam wyjścia ze znajomymi. I nic nie pomagało. Więc piłam. Piłam i robiłam głupoty. Prowadziłam zajęcia (lub samochód) na kacu, często jeszcze pijana. Izolowałam się lub wręcz przeciwnie - mocno imprezowałam z bliższymi lub dalszymi znajomymi. Te imprezy kończyły się różnie: czasami przypadkowym seksem z przypadkowym facetem, czasami niebezpiecznym powrotem do domu, najczęściej rozpaczliwym telefonem w środku nocy do X. I ogromnym kacem. Czułam się tak źle, że nie byłam w stanie nic zrobić, leżałam tylko i czekałam aż mi przejdzie. Kiedy przechodziło rzucałam się znowu w ten wir. Z czasem zaczęłam lekceważyć kolejne sygnały mojego ciała, pojawiły się myśli "a może skoczyć pod ten pociąg?". Przedłużające się stany przygnębienia, bezsenność. I to "bycie poza ciałem" jakbym to nie była ja. Trochę jakby dusza wychodziła z mojego pijanego ciała. No i oczywiście agresja: awantury, rękoczyny, wyzwiska. Zawsze po pijaku. Na trzeźwo przepraszałam i miałam ogromne wyrzuty sumienia. No bo co było robić? Trzeba je było zalać dobrym,

czerwonym winem. I kołowrotek ruszał od nowa. Czasami myślę, że alkohol był moją strategią na przetrwanie w związku. On z kolei był mi potrzeby, by usprawiedliwić picie; tylko tak mogłam przetrwać. Śmiertelny uścisk dwóch najbardziej wymagających kochanków świata. Teraz wiem, że mam wolną wolę i mogę wybierać. I wybieram to, co dla mnie dobre: nie wchodzę już na ten ring, bo wiem, że po raz kolejny przegram. Trzeźwa patrzę w tamtą stronę i widzę X. w rękawicach bokerskich. Czeka na kolejne starcie. Wzmocniona mityngami, terapią i pracą na programie 1 2 kroków mijam go i widzę, że jest zaskoczony. Woła mnie. Idę dalej, gaszę światło i wychodzę poznawać nową wolność i nowe szczęście. Zamykam za sobą drzwi. Oddycham.

J.

CENZURA W BIULETYNIE

Ostatnio, rozmowa telefoniczna z jedną alkoholiczką, przypomniła mi o odwiecznym problemie cenzury w naszym Biuletynie. Kiedy uczestniczyłem w spotkaniach Zespołu d/s Literatury i jako mandatariusz na Intergrupie lub Konferencji Służb Regionu ten temat pojawiał się co jakiś czas. Potrzebowałem i czasu i doświadczenia, aby nabrać dystansu i wyrobić własne zdanie, a raczej zweryfikować własne myślenie na ten temat. Pamiętam moment, kiedy dzięki sponsorowi i kolegom z AA, zacząłem pisać swoje pierwsze artykuły do Biuletynu. Byłem święcie przekonany, że to co piszę to jest prawda, moja prawda i jedynie słuszna prawda. Nikt nie ma prawa tego zmieniać, udoskonalać i tak ma pozostać. Nie zdawałem sobie wtedy sprawy z tego, że pisząc artykuł, dzięki zaleceniom sponsora, poddaję pod weryfikację swoje myślenie z rzeczywistością taką jaka ona jest, a nie taką jak ja myślę. Dzięki temu, że to, co napisałem, najpierw wysyłałem do innego alkoholika i później o tym rozmawiałem, mogłem poprzez inne spojrzenie i doświadczenie zmienić swoje przekonania, myślenie i otwierałem swoją głowę na coś zupełnie nowego, bo byłem ograniczony swoimi iluzjami i wyobrażeniami. Moje odkrycie, że mam zakutą głowę było dla mnie przełomem własnej pychy, dumy, urażonych ambicji, przekory. Niektóre słowa, a czasem zdania, które zmieniałem po rozmowie ze sponsorem, nie były cenzurą. Miały służyć temu aby tekst był lepiej zrozumiały dla

czytelnika. Pamiętam moment, kiedy miałem wrażenie, że jestem bardzo uduchowiony i napisałem artykuł o akceptacji. Kiedy zacząłem rozmawiać ze sponsorem o tym co napisałem, sam nie potrafiłem powiedzieć, o co mi tak naprawdę chodziło i co to znaczy. Napisałem kilkanaście zasłyszanych lub przeczytanych sloganów, które nie miały nic wspólnego ani ze mną ani z moim życiem czy trzeźwieniem. Zaczęło do mnie docierać po tej niezwykle cennej i wartościowej lekcji pokory, że moje trzeźwienie to nie jest zgrabne, teoretyczne wypracowanie i zlepek nic nie znaczących dla mnie haseł, które ładnie brzmią. Zdałem sobie sprawę z tego, że nasz program zdrowienia, o którym nic jeszcze nie wiem najpierw mam przy pomocy innego alkoholika poznać, zaakceptować i stosować w swoim życiu, a nie pisać co inni mają robić poprzez teoretyczne wywody. Pamiętam jak jeden z przyjaciół, który mi bardzo pomógł, odpowiedział, abym to co piszę odkładał lub zapisywał na komputerze. Po jakimś czasie sam będę mógł stwierdzić, czy moje myślenie na tematy, o których piszę, zmieniło się czy nie. Miał rację. Dzisiaj z tego artykułu o akceptacji sam się śmieję i nie tylko z tego, ale śmieję się, bo zmieniły się moje wyobrażenia o sobie samym. Jeżeli nie mam odwagi skonfrontować tego co myślę o sobie z tym, co myśli inny alkoholik, drugi człowiek, nie potrafię przyjąć konstruktywnej krytyki - to nie mam odwagi poznać, a tym bardziej przyjąć prawdy o sobie i zmieniać się. Jeżeli przychodzę na mityng AA i opowiadam tą samą historię o tym jak piłem albo jak inni mają trzeźwieć aby chwilę pobłyszczuć, to czy to coś wnosi dla ogólnego dobra dla mnie czy dla innych? Myślę, że nie. Kiedy piszę kolejny artykuł do naszego biuletynu zawsze zadaję sobie pytanie, czy to co piszę, to jest prawda, czy po prostu mój sposób myślenia, który być może mam zmienić. Takie nastawienie pozwala mi przyjąć, a tym bardziej wysłuchać opinii, zdania innego alkoholika, sponsora, człowieka, który coś widzi inaczej niż ja. Na koniec przypomniało mi się takie powiedzenie, które było dla mnie po jakimś czasie odkryciem „Chcesz mieć swoją rację, czy wolisz być szczęśliwy”. Moja fałszywa duma i przekora była jednym z powodów mojej zakutej głowy i tym co odgradzało mnie od innych ludzi i Boga.

Mariusz AA !

MITYNG ŚWIATOWY

Światowy Mityng Służb AA w Warszawie dla mnie -alkoholika z krótkim stażem trzeźwości - był wydarzeniem bez precedensu. Wyjątkowym. Tuż obok. Delegaci krajowi z całego świata. Często z rodzinami. Ile państw należy do Wspólnoty, ile regionów, ile intergrup, ile grup, ilu alkoholików takich jak ja - to wszystko jest poza moim wyobrażeniem. Przedstawiciele całego świata zjechali do Warszawy. Dzień później taka polska inicjatywa, bodajże pierwszy raz w historii AA, czyli mityng po mityngu. Niektórzy delegaci zgodzili się podzielić swoim doświadczeniem na mityngu w NOT na Czackiego, na temat: "Służba w AA duchowym darem". Jak to określił mój przyjaciel, z trzymiesięczną abstynencją - to mnie przerasta, że ci wielcy mówią do mnie tak zwyczajnie. I dla mnie to było mocne przeżycie. Dużo wypowiedzi. Alkoholicy wyrwani z otchłani zatracenia, po iluś latach obcowania z programem, dzielą się ze mną własnym doświadczeniem. Zapadła mi w pamięci wzmianka o pięcioosobowej grupie AA delegata z Danii, z jakiegoś małego miasteczka. Później uścisnąłem mu rękę, podziękowałem, bo w Warszawie jak na jakąś grupę przychodzi pięć osób, to słyhać lament, że grupa upada. Duńska skromność i pokora. Był Japończyk, którego tłumaczył Amerykanin z Bostonu, którego z kolei tłumaczono na polski. Nie znam japońskiego, a w każdym słowie czułem pogodę ducha, ciepło i serdeczność. (Tak na marginesie, w lutym przyszłego roku będzie czterdziestolecie Wspólnoty AA w Japonii). Radości było bardzo, bardzo dużo. Nie do opisania te wszystkie uściski, uśmiechy, gesty przyjaźni. O służbach, o pomocy drugiemu alkoholikowi. Opowieść Australijki, jak rozwijała się duchowo, że wpierw zysk dla siebie, później dla innych, satysfakcja ze wzrastania we Wspólnocie. Jej słowa - skoro czegoś we Wspólnocie nie chcę zrobić, to pewne, że potrzebuję to zrobić. To, co robię wbrew sobie, jest daniem siebie. Mogłem być tylko na pierwszej części, bo później miałem zaszczyt służyć swojej grupie prowadząc mityng - te dwie godziny zapadły na długo w moim sercu. I taka dygresja. Oni wszyscy przedstawiali się z imienia i nazwiska. Anonimowi jak najbardziej.

Sławek alkoholik i hazardzista

KOŃCZĄC SŁUŻBĘ DELEGATA

Do służby Wspólnota przygotowywała mnie od wielu lat, obdarzając zaufaniem. Schodząc kolejno na „niższe szczeble” służb światowych poprzez służbę mandatariusza, łącznika intergrupy, przewodniczącego zespołu Regionu i delegata, miałem szansę poznać siłę jej działania. A także ludzi, którzy tak wiele dają naszej Wspólnocie i pozwalają i jej, i mnie rozwijać się, wzrastać i dojrzewać. Kiedy zacząłem pełnić służby, trójkąt symbolizujący strukturę służb AA pokazywał, że będę musiał się wspinać coraz wyżej. Okazało się, że jest znacznie łatwiej, ponieważ od „najniższych struktur”, które mają służyć grupie, wystarczy schodzić coraz niżej, co jest znacznie łatwiejsze, ale zarazem bardziej odpowiedzialne. Dziś dzięki działaniu i stosowaniu przeze mnie programu AA, mam spokój wewnętrzny i pogodę ducha. Bóg jest moim przyjacielem na ścieżce mego życia. Co daje służba? Pewnie najlepiej odpowiedzieliby na to pytanie moi bliscy i otaczający mnie ludzie. Kolejna rocznica mojej trzeźwości i symboliczna laurka z podpisami tak wielu członków Wspólnoty jest pewnym symbolem. Oznacza kolejny rok, kiedy mogłem służyć alkoholikowi, który wciąż jeszcze cierpi i oddać Wspólnocie, choć część tego, co otrzymuję. Myślę, że ta laurka jest także symbolem wdzięczności dla Mirosława, który powiedział mi 10 lat temu „bierz się do roboty”. I tak zostałem mandatariuszem, a potem powierzano mi kolejne służby, abym mógł poznawać siebie, służąc bezinteresownie potrzebującym i grupie. Od wielu lat nie mierzę już człowieka interesownym „czy mi się opłaca” i nie wybieram mityngu rozglądając się, jakimi samochodami tam przyjeżdżają. Ta symboliczna laurka jest pewnym odzwierciedleniem czasu spędzonego w służbach i ich oddziaływania na mnie, a także inspiracją na kolejny dzień - mam nadzieję -trzeźwego życia oraz służenia alkoholikowi, który cierpi, choć może jeszcze o tym nie wie. Moje dalsze plany!? Powierzono mi kolejne zadanie i włączono do prac w zespole biuletynu „Wieści”. Aby służyć w tym zespole potrzebne są chęci i pewne doświadczenie, które uzyskałem już wcześniej. Moje doświadczenie wskazuje, że ważne jest, aby mieć pewną wiedzę o działaniu Programu Wspólnoty oraz jej zasadach działaniach w szerszej skali niż grupa. Potrzebne jest pozostawienie lęków przed oceną moich działań. Każda służba wymaga też pewnej pasji. W związku z tym warto pełnić służby, w których mogę dać coś,

co potrafię robić lub się na tym znam. Oczywiście życie weryfikuje pewne poglądy, ale Siła większa od nas samych potrafi ukierunkować i wesprzeć w działaniu, a Bóg na pewno pomoże, jeśli wyzbywamy się swojego „ego” i gotowi jesteśmy przyjąć to odpowiednio z pokorą. Nie twierdzę, że zawsze robiłem to z pokorą. Nie raz miałem chęć pokazać swoje „ja”, a najlepiej obrazić się. Tylko to niczego by nie zmieniło, a rozsądek podpowiadał, że należy korzystać z doświadczeń innych i nie zawsze moje „szczerze chęci” będą służyć dobrze innym lub mieć pozytywny wpływ na ich stan duchowy oraz chęć działania. Dziś mam świadomość, że mogłem siedzieć na mityngu i rozważać, jak znów się nie napić i co zrobić, żeby zmienić na lepsze żonę oraz samochód. Tyle tylko, że szukałem rady na zmienianie kogoś lub czegoś, tylko nie siebie. Wiem, że mityng, doświadczenie alkoholika jest mi niezbędne w utrzymaniu trzeźwości, ale dzięki służbom zrozumiałem, że nie zyskam wiele, jeśli nie będę zmieniał samego siebie. To było znacznie prostsze dzięki bezinteresownej służbie drugiemu człowiekowi. Piszac to podsumowanie pragnę podziękować wszystkim członkom naszej Wspólnoty, jak również mojej rodzinie, profesjonalistom oraz alkoholikom, którzy wciąż jeszcze cierpią. Do zobaczenia w trzeźwości, na drodze trzeźwienia, służby tym, którzy oczekują naszej pomocy.

Z wdzięcznością Arek

MIGAWKA Z KONFERENCJI SŁUŻBY KRAJOWEJ

Konferencja Służby Krajowej, w dużej części składa się z sesji sprawozdawczo wyborczej. Pierwszego dnia sprawozdanie składał Rzecznik Rady Powierników, przedstawił czym zajmowała się Rada do tej pory i przedstawił plany na przyszłość. Od Delegatów Narodowych dowiedzieliśmy się jak funkcjonuje Światowy Mityng Służb, który odbył się w Warszawie oraz jak postrzegają nas wspólnoty z innych krajów. Swój przebieg służby – pracy zrelacjonowali redaktorzy Zdroju, Skrytki 2/4/3 oraz Wieści z AA oraz ustępujący Powiernicy. Konferencja uzupełniła swój skład o pięciu nowych służebnych Powierników oraz jednego Powiernika Klasy A. Odbyły się spotkania w komisjach. Nasza Komisja Literatury i Publikacji podczas konferencji spotkała się trzy razy. Na pierwszym

spotkaniu podsumowaliśmy naszą pracę, omówiliśmy co nam się udało zrobić oraz to, co udało nam się nieco mniej, zaproponowaliśmy również temat najbliższej Konferencji. W kolejnym spotkaniu staraliśmy się odpowiedzieć na pytania, które nadesłano do KSK. W naszej komisji uczestniczyli Brytyjczycy, Słowenki, delegatka z Rosji, kolega z Bułgarii, przedstawiciele Ukrainy. Dzięki temu mieliśmy szansę wysłuchać ich doświadczeń, a tym samym przekonać się, że niekiedy problemy Wspólnoty w różnych krajach są takie same. Okazało się, że odpowiedź na zadane pytania nie jest wcale taka oczywista. Staraliśmy się dojść do jednomysłności aby pytający otrzymali odpowiedź. Inspiracji szukaliśmy w naszej literaturze. Osobiście na KSK zabrakło mi panelu zagranicznego, gdzie delegaci mogliby podzielić się swoim doświadczeniem i opowiedzieć jak wygląda wspólnota w ich rodzinnych krajach. Niektórzy wykorzystali okazję zabierając głos w sesji „Czym chciałbym się podzielić”. Szczególnie ujęło mnie wystąpienie delegatki z Ukrainy, która mówiła jak wielki postęp dokonał się we wspólnocie AA na Ukrainie. Szczerze dziękowała za pomoc jaką otrzymali od polskojęzycznego AA. Poczulem dumę z tego, że jestem Polakiem, że jestem uczestnikiem Wspólnoty AA. To naprawdę wspaniałe uczucie. Więcej informacji na temat Konferencji Służby Krajowej w grudniowej Skrytce 2/4/3.

Delegat KLiP SK Robert

KAWAŁEK MNIE

Jestem Joshua, mam dwadzieścia siedem lat i jestem alkoholikiem. Jestem także osobą transseksualną. Odbywam karę w ZK. Problemy z alkoholem zacząłem mieć w wieku piętnastu lat. Alkohol był dla mnie lekarstwem, mogłem zapomnieć o problemach, z którymi borykałem się na co dzień, a związanych z moją tożsamością. Nienawidziłem sam siebie za to, że jestem kobietą, a czuję się mężczyzną. Coraz częściej sięgałem po alkohol i mogłem przez chwilę zapomnieć o swoich problemach. Dowartościowywałem się imprezami i towarzystwem pięknych kobiet, bo wtedy czułem się jak "prawdziwy mężczyzna" - tak wtedy myślałem. W poszukiwaniu pomocy wyjechałem za granicę, by poddać się psychoterapii związanej ze zmianą płci. Poznałem tam ludzi, którzy bardzo mi pomogli i akceptowali mnie takiego, jakim

jestem, za co jestem im bardzo wdzięczny. Postanowiłem przestać pić i ułożyć sobie życie od nowa i żyć w trzeźwości, ale powracałem do picia, bo myślałem, że poradzę sobie sam. Na okres mojej psychoterapii dotyczącej zmiany płci odstawiłem alkohol. Poszedłem również do pracy, aby nie myśleć o alkoholu. Zostałem zakwalifikowany do operacji zmiany płci, bo specjaliści stwierdzili, że jestem mężczyzną w ciele kobiety. Bardzo mnie to ucieszyło. Zrozumiałem także, że problemy z alkoholem wynikały w dużej mierze z problemami mojej tożsamości. Byłem osobą poszukiwaną na terenie Polski więc postanowiłem się stawić do zakładu karnego, by odsiedzieć swój wyrok i móc zacząć życie od nowa. Podczas mojego pobytu w ZK odbyłem terapię alkoholową w Krzywańcu. Dzięki niej zrozumiałem swoje uzależnienie i poznałem sposoby jak sobie z nim radzić. Już w Krzywańcu poszedłem na pierwsze mityngi, które bardzo mi się spodobały i poznałem miłych ludzi. W ten sposób trafiłem do Wspólnoty AA. Myślę, że jestem na dobrej drodze do trzeźwego życia, w czym Wspólnota AA zapewne mi pomoże. I życzę wszystkim innym alkoholikom wszystkiego dobrego w powracaniu do życia w trzeźwości.

Joshua alkoholik
