WIEŚCI Z AA

KWIECIEŃ | NR 2/48 | 2020

KWARTALNIK

PISMO DLA PROFESJONALISTÓW I PRZYJACIÓŁ ANONIMOWYCH ALKOHOLIKÓW W POLSCE

JEDNOŚĆ SŁUŻBA AA ZDROWIENIE

NAUKA POTWIERDZA SKUTECZNOŚĆ AA

str. 5

Specjalnie dla WIEŚCI Z AA!



DR KEITH HUMPHREYS

Profesor psychiatrii i nauk behawioralnych Uniwersytetu Stanforda w Kalifornii (USA)



Posługa uzależnionym w Ośrodku Apostolstwa Trzeźwości w Zakroczymiu str. 9

Trzeźwienie jako troska o rozwój duchowy str. 7

30 lat AA na Białorusi i współpraca ze Służbą Więzienną str. 19

INFORMACJE REDAKCYJNE

REDAKCJA

Redaktor Naczelny Krzysztof - Słupca

Redaktor ds. wydawnictw Fundacji BSK AA Anna Kaszubowska - Warszawa

Korekta wstępna Adam - Gdańsk

Projekt i skład Krzysztof - Słupca

Adres redakcji
Pismo dla profesjonalistów i przyjaciół
Anonimowych Alkoholików w Polsce **„WIEŚCI z AA"**
ul. Chmielna 20, 00-020 Warszawa
Telefon/ faks: +48 22 828-04-94
e-mail: wiesci@aa.org.pl
Krzysztof – SŁUPCA - red. nacz., tel. +48 511 930 290

Przesłanie tekstu do Redakcji jest równoważne z oświadczeniem, że autor posiada pełne prawa autorskie do tekstu oraz wyraża zgodę na publikację przesłanego materiału w naszym czasopiśmie. Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania, poprawiania tekstów i publikacji tylko wybranych materiałów. Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych. Przesłanie tekstu na adres Redakcji oznacza zgodę na jego nieodpłatny druk bez dodatkowej zgody autora – nadawcy. Redakcja nie płaci honorariów za publikowane teksty. Osoba nadsyłająca tekst do publikacji nie zrzeka się praw autorskich ani majątkowych do niego.

Biuletyn informacyjny dla profesjonalistów "WIEŚCI z AA" ukazuje się
pod patronatem Rady Powierników i Komisji Informacji Publicznej Służby Krajowej
Anonimowych Alkoholików w Polsce.

W NUMERZE

PREAMBUŁA AA

Anonimowi Alkoholicy są wspólnotą mężczyzn i kobiet, którzy dzielą się nawzajem doświadczeniem, siłą i nadzieją, aby rozwiązać swój wspólny problem i pomagać innym w wyzdrowieniu z alkoholizmu. Jedynym warunkiem uczestnictwa we wspólnocie jest chęć zaprzestania picia. Nie ma w AA żadnych składek ani opłat, jesteśmy samowystarczalni poprzez własne dobrowolne datki. Wspólnota AA nie jest związana z żadną sektą, wyznaniem, działalnością polityczną, organizacją lub instytucją, nie angażuje się w żadne publiczne polemiki, nie popiera ani nie zwalcza żadnych poglądów. Naszym podstawowym celem jest trwać w trzeźwości i pomagać innym alkoholikom w jej osiągnięciu.

Copyright © by the A.A. Grapevine, Inc.

SŁOWO OD REDATORA

Punkt widzenia 4

NAUKA O AA

Nauka potwierdza skuteczność AA 5-6

dr Keith Humphreys - profesor psychatrii i nauk behawioralnych Uniwersytetu Stanforda

PROFESJONALIŚCI O AA

Duchowy bardziej niż religijny 6-8

ks. Dariusz Kwiatkowski MIC - kapłan ze Zgromadzenia Księży Marianów, powiernik klasy A Służby Krajowej AA w Polsce

Jestem dobry, mogę się zmienić 9-11

br. Piotr Wardawy OFMCap - kapłan i rekolekcjonista z Zakonu Braci Mniejszych Kapucynów

Czary, które się dzieją 14-15

Monika Zwierzchowska - koordynator Klubu Integracji Społecznej w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Łodzi, powiernik klasy A Regionu Łódź

PRZYJACIELE O AA

Jak Kroki AA mogą mi się przydać w życiu i dlaczego? 12-13

Paulina Urbanek - studentka profilaktyki społecznej i resocjalizacji

WSPÓŁPRACA Z AA

Spotkanie AA dla żołnierzy NATO US Army 16-17

Chris M.

30 lat AA na Białorusi 18-20

Elena, Anton, Andrei

SŁUŻBA AA

Sylwetki Powierników 21-22

ks. Dariusz Kwiatkowski MIC - kapłan ze Zgromadzenia Księży Marianów, powiernik klasy A Służby Krajowej AA w Polsce

SŁOWO OD REDAKTORA

PUNKT WIDZENIA

Patogen, który toczy współczesny świat wystawiając na próbę społeczeństwa i rządy, nasuwa mi analogię z bezsilnością wobec alkoholu. Zdaję sobie sprawę, że to kontrowersyjne i nieuprawnione porównanie, ale poczucie bezsilności, w jakiej znalazły się miliony ludzi jest tożsame.

Każdy rodzaj zniewolenia odbierający zdolność wpływania na własne życie i bieg wydarzeń wyzwala uczucie dojmującej bezsilności. My alkoholicy, którzy wyrwaliśmy się z piekła zniewolenia, wiemy jak to jest, kiedy naszym życiem steruje niewidzialne zło. Ani my, ani nikt inny nie widzi lęku, braku poczucia własnej wartości, samotności i innych rodzajów cierpienia, które trawią naszego ducha. Wszystko to odbywa się w zakamarkach naszych serc i umysłów, do których nikt nie ma dostępu, poza nami samymi. Alkohol ma jedynie przynieść ulgę, ukoić zszarpane emocje i poddać je sztucznej stymulacji. Z jakim skutkiem się to odbywa, nie trzeba nikomu tłumaczyć. Element d u c h o w e j odnowy jest kluczem do pokonania bezsilności nie tylko wobec alkoholu, ale z uwagi na charakter pisma, to on jest naszym punktem odniesienia. W pokonaniu alkoholowego zniewolenia pomaga nam Program Dwunastu Kroków, który - co dla ozdrowieńców oczywiste - jest Programem duchowym. Duchowość według AA-owskiej filozofii nie jest jednak tożsama z religijnością - jak słusznie pisze **ks. Dariusz Kwiatkowski MIC**, kapłan ze Zgromadzenia Księży Marianów w artykule *Duchowy bardziej niż religijny.* Filozofia ta zakłada bowiem całkowitą wolność wyboru wskazując jedynie na Siłę Wyższą, jakkolwiek rozumianą przez indywidualne sumienie, jako oparcie w codziennych zmaganiach. Polecam ten artykuł, bo wnikliwie analizuje jeden z głównych imperatywów AA.

Wielu z nas nie pomija jednak aspektu religijnego, a nawet osoby pozostające daleko od doświadczenia wiary, nie wahają się poszukiwać swojej drogi do trzeźwości w miejscach silnie związanych z kultem. Takim miejscem jest Ośrodek Apostolstwa Trzeźwości w Zakroczymiu, który od ponad pięciu dekad wspiera grupy samopomocowe. O posłudze osobom uzależnionym od alkoholu podczas pracy w OAT opowiada w rozmowie z **Anną Kaszubowską**, **br. Piotr Wardawy** z Zakonu Braci Mniejszych Kapucynów.

Jakkolwiek znane są różne drogi wyjścia z alkoholowego zniewolenia, to jednak najskuteczniejsza z nich wiąże się ze Wspólnotą Anonimowych Alkoholików. Tak twierdzą naukowcy, którzy przeprowadzili badania z wykorzystaniem rygorystycznej metody porównawczej *Cochrane Collaboration,* by uzyskać odpowiedź na temat skuteczności AA. Jest to krzepiąca wiadomość i kolejny dowód na to, że profesjonaliści od zarania wspierali alkoholików i bez nich trudno byłoby sobie wyobrazić kształt AA, o ile w ogóle by istnieli. Pracami badawczymi kierował **dr Keith Humphreys** - profesor psychiatrii i nauk behawioralnych kalifornijskiego Uniwersytetu Stanforda, który specjalnie dla "Wieści z AA" podzielił się swoimi spostrzeżeniami na temat badań oraz Wspólnoty.

Jednak szczególnie chciałbym zwrócić uwagę na tekst Pauliny Urbanek - studentki Instytutu Profilaktyki Społecznej i Resocjalizacji Uniwersytetu Warszawskiego, której praca jest pokłosiem cyklicznych spotkań z przedstawicielami AA w ramach zajęć. Warto poznać ten świeży punkt widzenia i pierwsze refleksje wyniesione ze spotkań, kiedyś bowiem autorka dołączy do grona profesjonalistów, którzy wspierają Wspólnotę.

A jeśli o profesjonalistach mowa, to warto zajrzeć na dalsze strony naszego pisma, gdzie swoim doświadczeniem w pracy z alkoholikami dzieli się **Monika Zwierzchowska**, która na co dzień koordynuje działania Klubu Integracji Społecznej w łódzkim MOPS-ie. Ponadto w numerze relacja ze spotkania informacyjnego w Ełku, w którym udział wzięli amerykańscy żołnierze z bazy NATO, a także rys historyczny z okazji przypadającego w tym roku 30-lecia AA na Białorusi. Kontynuujemy również cykl *Sylwetki Powierników*, w którym tym razem prezentujemy postać wspomnianego już wcześniej, **ks. Dariusza Kwiatkowskiego MIC**, marianina, wielkiego orędownika i przyjaciela Wspólnoty. Miłej lektury!

Krzysztof - SŁUPCA
Redaktor Naczelny WIEŚCI z AA

NAUKA O AA

NAUKA POTWIERDZA SKUTECZNOŚĆ AA

Amerykańscy naukowcy przeprowadzili badania, z których wynika, że spotkania Anonimowych Alkoholików są najskuteczniejszym sposobem leczenia choroby alkoholowej. Zespołowi badaczy przewodził dr Keith Humphreys, profesor psychiatrii i nauk behawioralnych Uniwersytetu Stanforda w Kalifornii (USA), jednego z najbardziej prestiżowych uniwersytetów świata.

Prowadził Pan badania nad skutecznością różnych metod leczenia alkoholizmu. Z czego się składały i co z nich wynika?

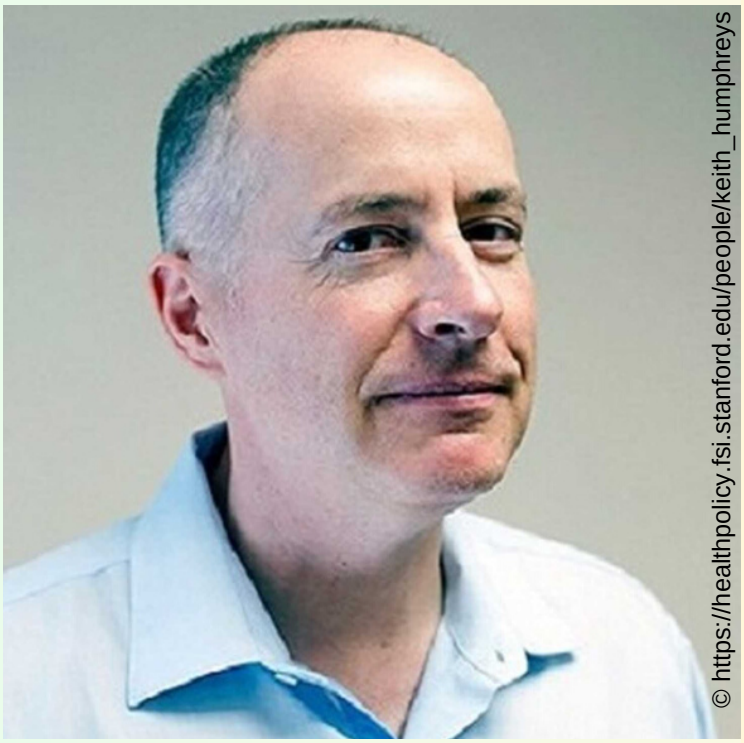
W celu połączenia rezultatów 27 najlepszych badań nad efektywnością AA zastosowaliśmy bardzo rygorystyczną metodę badawczą: Cochrane Collaboration[1] reviev proces (proces przeglądu Współpracy Cochrana). Badania te zostały przeprowadzone przez łącznie 140 naukowców z całego świata i swym zasięgiem objęły ponad 10 000 uczestników. Kiedy połączyliśmy otrzymane rezultaty przekonaliśmy się, że Wspólnota AA jest lepsza niż szeroko stosowane leczenie alkoholizmu pomagające jednostkom w utrzymaniu abstynencji od alkoholu. Było natomiast tak samo skuteczne, jak powszechnie zapewniana opieka medyczna w takich kategoriach jak picie mniejszych ilości alkoholu w dni picia. Odkryliśmy również, że AA odciążają system opieki zdrowotnej, ponieważ potrzebują mniejszego wsparcia ze strony specjalistów zajmujących się zdrowiem psychicznym.

Naukowe potwierdzenie skuteczności Wspólnoty Anonimowych Alkoholików w leczeniu uzależnienia od alkoholu będzie miało ogromne znaczenie w postrzeganiu AA. Nie brakuje przecież sceptyków zarówno wśród lekarzy, jak i tych, którzy wciąż jeszcze cierpią. Podobno również miał Pan wątpliwości jeśli chodzi o AA.

Tak, kiedy zaczynałem karierę 30 lat temu, brzmiało to dziwnie, że społeczność lokalna bez profesjonalnego nadzoru może być skutecznym podejściem do problemów alkoholowych. Jednak wyniki badań naukowych zmieniły mój pogląd i sam często odsyłam ludzi do AA.

Jak postrzega Pan społeczność AA dzisiaj, jako naukowiec?

Wspólnotę AA odbieram zarówno jako rozwiązanie problemu picia, jak i źródło przyjaźni i sensu życia dla



© https://healthpolicy.fsi.stanford.edu/people/keith_humphreys

milionów ludzi. Widzę AA również jako skarbnicę mądrości, z której powinni czerpać klinicyści i naukowcy w tej dziedzinie.

Co Pańskie badania mówią o nas jako ludziach? Czy w przypadku uzależnień sami jesteśmy dla siebie lekarstwem?

Myślę, że badania potwierdzają podstawową koncepcję AA, że alkoholicy potrafią się nawzajem zrozumieć i połączyć w unikalny, niespotykany sposób, i że pomaganie innym ludziom jest dobrym sposobem, aby pomóc sobie samemu.

Czy badanie odpowiedziało, w jaki sposób AA wpływają na alkoholików, że przestają pić?

Co prawda nie to było przedmiotem przeglądu, jednak badania przeprowadzone przez wielu uczonych wskazują, że społeczne wsparcie Wspólnoty, sposób, w jaki zwiększa ona motywację do zachowania abstynencji, nauczanie praktycznych umiejętności radzenia sobie oraz duchowy element – wszystko to razem jest ważne w procesie zmiany.

CIĄG DALSZY NA str. 6

Czy kiedykolwiek poznamy powód, dla którego jeden człowiek jest uzależniony od alkoholu, a inny nie?

Podejrzewam, że w przyszłości będziemy wiedzieć więcej niż obecnie, ale natura uzależnienia od alkoholu, podobnie jak sama ludzka kondycja, zawsze będzie złożona i tajemnicza. Na szczęście mamy AA, a także inne znane nam metody, które mogą pomóc osobom uzależnionym od alkoholu.

Rozmawiał
Krzysztof - SŁUPCA
Redaktor Naczelny WIEŚCI z AA

Tłumaczenie tekstu
Artur - Warszawa

[1]**Cochrane Collaboration** to międzynarodowa niezależna organizacja non profit, której celem jest udostępnianie aktualnych, dokładnych informacji o funkcjonowaniu opieki zdrowotnej na całym świecie. Opracowuje i rozpowszechnia systematyczne przeglądy działalności opieki zdrowotnej i promuje poszukiwanie dowodów w postaci prób klinicznych i innych badań dot. działalności medycznej. Cochrane Collaboration została założona w 1993 roku i nazwana na cześć brytyjskiego epidemiologa Archiego Cochrane. Głównym celem The Cochrane Collaboration jest opracowanie systematycznych przeglądów najsilniejszych dostępnych dowodów/przykładów na temat interwencji medycznych. Konsumenci i pracownicy służby zdrowia mogą następnie współpracować, aby podejmować najlepsze możliwe decyzje dotyczące opieki zdrowotnej.

Dr Keith Humphreys jest profesorem i dyrektorem sekcji ds. Polityki zdrowia psychicznego na Wydziale Psychiatrii i Nauk Behawioralnych Uniwersytetu Stanforda. Jest także Starszym Naukowcem w VA Health Services Research Center w Palo Alto oraz Honorowym Profesorem Psychiatrii w Institute of Psychiatry, King's College, Londyn. Jego badania dotyczą zapobiegania i leczenia zaburzeń uzależnień, kształtowania polityki publicznej oraz zakresu, w jakim podmioty w badaniach medycznych różnią się od pacjentów obserwowanych w codziennej praktyce klinicznej. Za swoją pracę w międzynarodowych wysiłkach humanitarnych na rzecz odbudowy systemu opieki psychiatrycznej w Iraku oraz w narodowym przeprojektowaniu usług zdrowia psychicznego VA dla weteranów wojennych w Iraku zdobył nagrodę American Psychological Association Award 2009 za wybitny wkład w interes publiczny. On i autorzy „Drug Policy and the Public Good" zdobyli nagrodę British Medical Association w 2010 roku za książkę roku na temat zdrowia publicznego. Dr Humphreys był zaangażowany w tworzenie polityki publicznej, będąc członkiem Komisji Białego Domu ds. Społeczności Bez Leków, Narodowej Grupy Zadaniowej Zdrowia Psychicznego VA oraz Krajowej Rady Doradczej ds. Nadużywania Substancji i Zdrowia Psychicznego. Podczas administracji Obamy spędził rok naukowy jako starszy doradca ds. Polityki w Biurze ds. Krajowej polityki kontroli narkotyków w Białym Domu. Wielokrotnie występował w parlamencie i doradzał wielu agencjom rządowym w Wielkiej Brytanii.
https://healthpolicy.fsi.stanford.edu/people/keith_humphreys [dostęp: 1 kwietnia 2020 r.]

DUCHOWY BARDZIEJ NIŻ RELIGIJNY

Perspektywa pracy nad duchowością wywołuje tak typowe dla alkoholika uczucie lęku, gdyż często kojarzy on duchowość z religijnością, dalej z Kościołem, a idąc jeszcze dalej z księdzem oraz kultem. I tak powstaje bariera - pisze ks. Dariusz Kwiatkowski, marianin, powiernik klasy A Służby Krajowej Wspólnoty AA w Polsce.

Gdy alkoholicy mówią o Programie AA, że jest duchowy, a nie religijny, jest to ich doświadczenie. Słyszałem tę opinię od wielu osób związanych ze Wspólnotą: „*Program AA jest programem duchowym, nie jest programem religijnym*". Można pomyśleć, że jest programem nawet a-religijnym, bo w jednym z punktów Preambuły czytamy: „*Wspólnota AA nie jest związana z żadną sektą czy wyznaniem*". Dusza alkoholika, przekorna i zraniona odrzuci każdy agresywny program o charakterze religijnym i moralizatorskim. Założyciele Wspólnoty chcieli, by Program AA był programem duchowym, nie religijnym, bo wiedzieli, że płaszczyzna religijna może

PROFESJONALIŚCI O AA

być dla duszy alkoholika wielkim zagrożeniem. “Duchowy, a nie religijny” albo „duchowy bardziej niż religijny”. Niektórych zniechęca to do AA, ponieważ obawiają się, że uczestnictwo we Wspólnocie zmusi ich do praktyk religijnych: chodzenia do kościoła, spowiadania się, przyjęcia światopoglądu chrześcijańskiego. Warto zastanowić się, czym jest owa „duchowość”? Kim jest człowiek „duchowy”?



© ks. D. Kwiatkowski

Czy termin ten odnosi się do Boga, do religii, czy może mieć inne, szersze znaczenie?

Perspektywa pracy nad duchowością wywołuje tak typowe dla alkoholika uczucie lęku, gdyż często kojarzy on duchowość z religijnością, dalej z Kościołem, a idąc jeszcze dalej - z księdzem oraz kultem. I tak powstaje bariera, o którą rozbija się wielu początkujących w trzeźwieniu alkoholików. W rzeczywistości Wspólnoty AA duchowość nie jest tożsama z religijnością. W praktyce trzeźwienia ma zastosowanie szerokie pojęcie duchowości. Ma ono charakter praktyczny i użyteczny, pomocny w zdrowieniu. Dotyczy odbudowy takich dziedzin życia jak: zainteresowania, zamiłowania i hobby; dotyczy entuzjazmu i ducha do życia tak stłamszonego przez picie alkoholu. Mówimy, że trzeźwienie to proces, to przemiana tak myślenia jak charakteru życia i ducha. Nie mijamy się z prawdą, gdy charakteryzujemy trzeźwienie jako pracę nad duchowością, jako troskę o rozwój duchowy. W pracy jedni kładą nacisk na wyrabianie charakteru i cnót, inni na dynamizm duchowej energii, wolę życia i entuzjazm. Powstaje pytanie o jaką duchowość chodzi, co jest jej istotą?

Tylko w potocznym ujęciu duchowość jest utożsamiana z religijnością. Przymiotnik duchowy jest wtedy zarezerwowany do sfery zjawisk związanych z praktykami określonego systemu religijnego oraz wyznania. Inna definicja duchowości wynika z utożsamiania rozwoju duchowego z osiąganiem dojrzałości przez stopniowy rozwój hierarchii potrzeb, aby nie dominowały w niej potrzeby natury fizycznej czy emocjonalnej, ale potrzeby wyższego rzędu np.: kontaktu z pięknem, dobrem, wykraczania poza siebie, altruizm, twórczość. Człowiek duchowy realizuje się poprzez miłość oraz wolę, entuzjazm i zapał. Duchowość wiąże się wtedy z jakością relacji z rzeczami, sprawami oraz ludźmi zajmującymi najważniejsze miejsce w życiu. Duchowość jest zatem ściśle powiązana z wartościami, priorytetami i celami. Duchowość jest uprzywilejowaną częścią naszego człowieczeństwa, życie ma aspekt duchowy przez sam fakt, iż jesteśmy ludźmi. **Ks. Marek Dziewiecki** definiuje duchowość jako sferę funkcjonowania człowieka, w której rozgrywa się poszukiwanie odpowiedzi na pytanie o sens życia człowieka oraz jego cel. „*Dojrzała duchowość jest centralnym systemem sterującym życiem człowieka. Człowiek rozwinięty duchowo jest człowiekiem wolnym, zdolnym do dokonywania wyborów w oparciu o wyższe wartości, wykraczające poza własną, doraźną korzyść*”.[1] W tym podejściu z rozwojem duchowym nieodłącznie wiążemy rozwój etyczny, moralny, religijny, posiadanie czułego sumienia, zdolność do zadośćuczynienia. Prof. Krystyna Ostrowska definiuje pojęcie duchowości wskazując na zdolność osoby dojrzałej duchowo do aktów miłości, pojmowanej nie jako emocja, lecz jako postawa, która jest wynikiem świadomego wyboru troski o innych, wykraczania poza własne dobro. Miłość jest decyzją, nie tylko zakochaniem się czy gamą skomplikowanych uczuć.

Elementy służące rozwojowi duchowemu można znaleźć tak w programie terapeutycznym jak również Programie duchowym AA. Wtedy, gdy osoba uzależniona wyzwala się z mechanizmów uzależnienia, uczy się konfrontowania z sobą, swoimi prawdziwymi motywami, zaczyna dostrzegać zło, które wyrządziła, uczy się akceptacji siebie, przyjmowania odpowiedzialności za swoje czyny. Rozważa kwestie zadośćuczynienia, uczy

CIĄG DALSZY NA str. 8

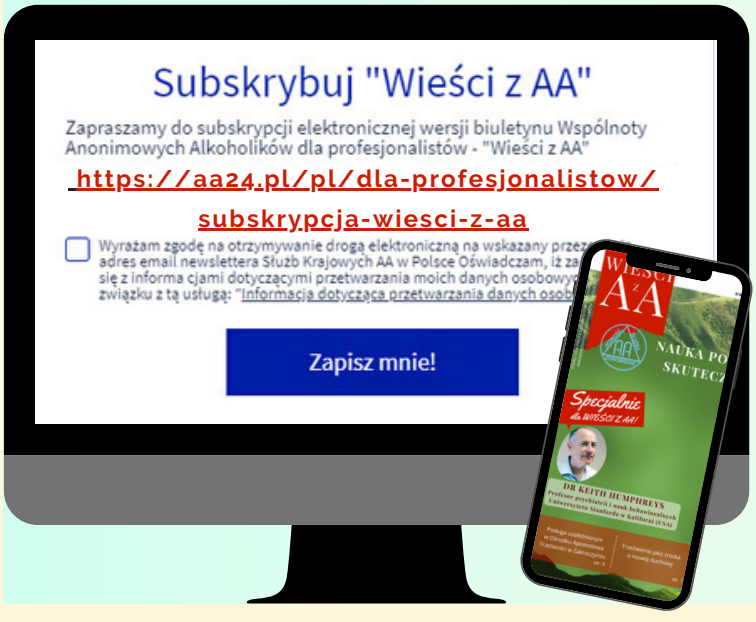
się na trzeźwo spotykać z wyzwaniami życia, również tymi z przeszłości. W programie różnych terapii oraz w pracy na Dwunastu Krokach, osoba uzależniona uczy się stawiać pierwsze kroki na drodze do przyjęcia odpowiedzialności i dojrzałości w rozwoju duchowym, który wybiera i podejmuje w sposób wolny i świadomy. Duchowość umożliwia odkrycie odpowiedzialnego stylu życia zgodnego z naturą człowieka i jego najgłębszymi aspiracjami.

Na uwagę zasługuje duchowość Programu wspólnoty AA. Trzeźwość i rozwój człowieka opisany w Dwunastu Krokach i Dwunastu Tradycjach jest rozwojem ducho wym. Nie ma wątpliwości, że AA wskazuje kierunek rozwoju duchowego, nie jest to jednak duchowość tylko religijna. Program AA jest bardziej duchowy niż religijny. Duchowość chrześcijańska jest oddaniem swojego życia konkretnemu, osobowemu Bogu. Duchowość AA kładzie nacisk na poddanie się Sile Wyższej, Bogu jakkolwiek byśmy Go pojmowali. Może to być grupa, Wspólnota, jej sumienie czy sponsor, wspólne jest poszukiwanie znaczenia i sensu poza sobą samym, poza własnym „Ja". Anonimowi Alkoholicy są Wspólnotą mężczyzn i kobiet, którzy mają jeden, jedyny cel: trwać w trzeźwości oraz pomagać innym w wyzdrowieniu z alkoholizmu. Bill W. w książce: *AA wkraczają w dojrzałość,* opisując końcowe prace nad Dwunastoma Krokami AA, dlaczego i w jaki sposób pojawiła się: "Siła większa" oraz Bóg, jakkolwiek Go pojmujemy" - napisze: *Takie były ostateczne ustępstwa na rzecz tych o niewielkiej wierze lub wręcz niewierzących; był to ogromnie cenny wkład naszych ateistów i agnostyków. Poszerzyli oni wejście do naszej Wspólnoty na tyle, że wszyscy cierpiący mogli się w nim pomieścić, niezależnie od tego czy byli wierzący, czy też niewierzący. Bóg z pewnością był obecny w naszych Krokach, ale był On opisany w terminach, które każdy – dosłownie każdy – mógł zaakceptować i wypróbować.*[2]

Podsumowanie:

Poszukiwanie Boga, budowanie więzi z Nim, jakkolwiek Go ktoś pojmuje, jest rzeczywiście istotnym elementem Programu AA. Jak ważny to element Programu świadczą zapisy w „Wielkiej Księdze", gdzie Bill W. m.in, napisał: *Wbij do głowy każdemu alkoholikowi tę prawdę, że zdrowieć może niezależnie od czegoś, czy kogoś. Jedynym warunkiem zdrowienia jest zaufanie Bogu i uporządkowanie własnego życia*.[3] Czy też inny fragment: *musieliśmy pozbyć się obaw i dokonać wyboru, czy Bóg jest dla nas wszystkim, czy niczym. Albo istnieje, albo Go nie ma*.[4] Program AA będąc programem duchowego rozwoju alkoholika, ma w sobie elementy religijności, rozumianej „jako poszukiwanie więzi z Bogiem". Bóg jest doskonałością absolutną, alkoholik stosujący zasady Programu AA i rozwijając się duchowo zbliża się do Boga, tak jak Go pojmuje. Postępując według niego w trzeźwości, w miarę swojego rozwoju, pojawia się u niego potrzeba głębszej wiary, a także religijności. Wydaje się, że Program AA jest bardziej duchowy niż religijny. Akcentowanie szeroko rozumianej duchowości Programu jest sprawdzoną metodą i drogą Wspólnoty AA. Uczy ona tolerancji i szacunku dla drugiego człowieka, inaczej myślącego i wierzącego, ale też odpowiada na najgłębszą potrzebę poszukiwania Boga. Program i duchowość AA są tak skomponowane oraz ułożone, że w konsekwencji doprowadzą alkoholika do spotkania Boga jakkolwiek Go pojmuje, dojrzałości duchowej we właściwym czasie i miejscu, jako wolnego aktu wyboru.

ks. Dariusz Kwiatkowski MIC
Powiernik klasy A Służby Krajowej
Wspólnoty AA w Polsce



[1] Ks. Marek Dziewiecki, *Duchowość, dojrzałość, wolność, https://opoka.org.pl/biblioteka/T/TS/duchowosc_dojrz_w.html,* 25.11.2005.

[2] *Anonimowi Alkoholicy wkraczają w dojrzałość. Krótka historia AA,* Fundacja Biuro Służby Krajowej Anonimowych Alkoholików w Polsce, Warszawa 2019, s. 217.

[3] *Anonimowi Alkoholicy,* wyd. II, Fundacja Biuro Służby Krajowej Anonimowych Alkoholików w Polsce, Warszawa 2015, s. 85.

[4] *Anonimowi Alkoholicy,* wyd. II, Fundacja Biuro Służby Krajowej Anonimowych Alkoholików w Polsce, Warszawa 2015, s. 45.

PROFESJONALIŚCI O AA

JESTEM DOBRY, MOGĘ SIĘ ZMIENIĆ!

O posłudze osobom uzależnionym od alkoholu podczas pracy w Ośrodku Apostolstwa Trzeźwości w Zakroczymiu opowiada br. Piotr Wardawy z Zakonu Braci Mniejszych Kapucynów.

Ośrodek Apostolstwa Trzeźwości w Zakroczymiu powstał w 1968 roku z inicjatywy kapucyna ojca Benignusa Sosnowskiego, początkowo jako Dom Rekolekcyjny Duszpasterstwa Trzeźwości przewidziany na zaplecze dla misjonarzy oraz miejsce formacji animatorów trzeźwości. Co skłoniło braci kapucynów do decyzji o zaangażowaniu akurat w duszpasterstwo trzeźwości?

Bracia kapucyni mieli szczególne umiłowanie do pomagania ludziom ubogim, szczególnie uzależnionym. Już w XIX wieku nasz błogosławiony współbrat Honorat Koźmiński podjął taką inicjatywę. Naprzeciw klasztoru w Zakroczymiu znajduje się do tej pory dom jednorodzinny, w którym kiedyś siostry służki – założone przez błogosławionego Honorata – przy pomocy braci kapucynów prowadziły gospodę bezalkoholową. W czasach zaboru, gdy zaborca rozpijał naród, kapucyni podjęli mocną inicjatywę tworzenia gospód bezalkoholowych. Wówczas gospody prowadziła głównie społeczność żydowska, narzucano wysoką lichwę. Bracia wyszli naprzeciw potrzebie lokalnych mieszkańców oraz przyjeżdżających chłopów, aby mogli pójść do gospody bezalkoholowej i nie tracili pieniędzy, po prostu je przepijając.

A w samym ośrodku? Czy to znaczy, że bracia przyjmowali w nim osoby uzależnione?

Ojciec Benignus, który jako młody brat zakonny był w obozie koncentracyjnym w Dachau, podjął tę inicjatywę, widząc, co dzieje się w społeczeństwie. Zarzewiem był jego osobisty charyzmat. On poczuł ważność tej sprawy, zaczął ludzi przygarniać. Nawet miał przy klasztorze zakroczymskim specjalne drzwi, gdzie – nie łamiąc klauzury zakonnej – przyjmował ludzi na rozmowy. Właściwie on podjął inicjatywę, aby przy klasztorze w Zakroczymiu zbudować centrum pomocy osobom uzależnionym. Episkopat Polski, gdy rozwijał prace nad duszpasterstwem trzeźwości, miał do wyboru dwa ośrodki, dedykowane na centrum pracy trzeźwościowej: Krościenko nad Dunajcem, gdzie pracował ks. Franciszek Blachnicki, oraz Zakroczym, w którym prężnie działał ojciec Benignus. Wybrano Zakroczym.To dzieło trwa do dzisiaj. Obecnie w OAT systematycznie odbywają się spotkania grup samopomocowych.

Na czym polegają takie spotkania?

Uczestnicy spotkań pracują przede wszystkim w ramach specyfiki własnej wspólnoty samopomocowej, zaliczają się do nich: Anonimowi Alkoholicy, Al-Anon, Dorosłe Dzieci Alkoholików, Anonimowi Hazardziści. Odbywają mityngi, konferencje, spotkania ze specjalistami. Bracia kapucyni z OAT-u zajmują się posługą duszpasterską, proponują msze święte, adoracje, konferencje, możliwość rozmowy lub spowiedzi.

Kto układa program takich spotkań?

Program zawsze opracowują organizatorzy konkretnego spotkania, którzy sami proszą braci kapucynów o poprowadzenie punktów duszpasterskich.

Pracował Brat w Ośrodku Apostolstwa Trzeźwości przez sześć lat. Na czym polegała ta praca? W jakiej mierze dotyczyła działań z grupą, w jakiej mierze zaś pracy indywidualnej?

Moja praca w ośrodku polegała przede wszystkim na pracy indywidualnej z uczestnikami spotkań. Spowiadałem i rozmawiałem. Gdy przyjeżdżała grupa licząca 80–100 osób (nierzadko jeszcze więcej), jako bracia kapucyni przez dwa dni przyjmowaliśmy osoby na rozmowy indywidualne i spowiedzi. Oprócz tego głosiłem konferencje, odprawiałem Msze Święte, prowadziłem nabożeństwa. Jednakże w ośrodku istnieją również inne spotkania, nie tylko dla grup samopomocowych. Przykładowo, kurso-rekolekcje, czyli spotkania ze specjalistami łączące perspektywę intelektualną (rozszerzające wiedzę na temat z uzależnień), z perspektywą duszpasterską. Pomagają głębiej wniknąć w problematykę uzależnień i współuzależnień. Ponadto odbywają się spotkania dla kobiet (związanych ze Wspólnotami Dwunastokrokowymi, ale i wyłączonych z tego nurtu, samodzielnie szukających drogi rozwoju osobistego), dla mężczyzn oraz dla dzieci z rodzin dysfunkcyjnych (zaini-

CIĄG DALSZY NA str. 10

cjowane kiedyś przez Wspólnotę Alateen).

Wiemy o tym, że Program AA nie promuje żadnego wyznania, ani nie łączy się z żadną religią. W jaki sposób w ośrodku prowadzonym przez braci kapucynów związanych z Kościołem Katolickim udaje się pogodzić autonomię Programu AA z chrześcijaństwem?

Spójrzmy na to w ten sposób: jako bracia kapucyni wynajmujemy ośrodek określonej grupie, ona układa program i na życzenie korzysta z zaplecza duszpasterskiego. Zawsze uzgadniamy, w jakiej mierze i co konkretnie możemy zaproponować. Niczego nie narzucamy, posługujemy danej grupie.

Członkowie Wspólnoty AA mówią, iż Program AA jest programem duchowym. Używają określenia „Bóg" lub „Siła Wyższa", jakkolwiek każdy nazywa ten byt w zgodzie ze sobą samym. Na czym z Brata perspektywy – jako kapłana i duszpasterza – polega duchowość Programu AA, jeśli można określić go mianem duchowego?

Myślę, że Program AA jest przede wszystkim duchowy. W moim rozumieniu duchowość to współpraca trzech obszarów: cielesności i emocjonalności człowieka, intelektu oraz sfery duchowej (określanej niekiedy jako wymiar serca). Te trzy obszary doskonale zazębiają się w Programie AA. Moje doświadczenie pozwala mi zauważyć, iż każda osoba rozpoczynająca pracę na Programie doświadcza głębokiej duchowej przemiany, która wcale nie musi ściśle wiązać się z Kościołem katolickim. Człowiek ma w sobie zdolność do rozwoju i odkrywania wewnętrznego dobra, które zagubił. Program dwunastokrokowy jest doskonałym narzędziem odnajdywania w sobie tego dobra.

Wspomniał Brat o trzech obszarach, trzech przestrzeniach rozwoju osoby. Czy na kanwie swojego doświadczenia w pracy z AA uważa Brat, że osoba uzależniona od alkoholu potrzebuje pomocy we wszystkich trzech sferach?

Zdecydowanie tak. Niczego poważnego nie osiągniemy we własnym rozwoju, jeśli pominiemy jedną ze sfer. Mówi o tym choćby Program HALT. Gdy ktoś jest głodny, nigdy nie nakarmi; gdy jest samotny, nie wejdzie w relację; gdy odczuwa zmęczenie, słabość fizyczną lub psychiczną, oraz jeśli nie uznaje własnych uczuć, nie odnajduje szansy na dobry rozwój.

Tak rozumiany rozwój dokonuje się przez całe życie?

Oczywiście, dobrze prowadzony rozwój przenika przez te trzy obszary. Jeśli dbamy o emocje, lepiej czujemy się w ciele. Gdy dobrze czujemy się w ciele, zmienia się nasza duchowość. Rozróżnienie ciała i duchowości, umysłu i emocjonalności jest czysto robocze, ponieważ człowiek jest jednością. Trzy sfery osoby są jak naczynia połączone, traktujemy bowiem człowieka integralnie. Szczególną cechą OAT-u jest to, że proponuje podejście do człowieka jako całości – nie sku-



© Piotr Wardawy

CIĄG DALSZY NA str. 11

piamy się tylko na duchowości bądź religijności ani tylko na emocjonalności, ani wyłącznie na fizyczności. Osoba stanowi całość. Z tej racji, dbając o dobrą kuchnię w ośrodku, odpowiednią atmosferę emocjonalną, poczucie bezpieczeństwa oraz sferę duchową (choćby przez modlitwę) docieramy do osób przyjeżdżających poprzez te wszystkie wymiary.

W jakim stopniu odnosi się Brat do przeszłości podczas pracy indywidualnej z alkoholikiem? Jaki nacisk kładziemy na to, co było, jaką uwagę przykładamy do tego, co jest obecnie, a jaką na pole do pracy, do zmiany?

Moje doświadczenie pokazuje mi, że najgłębsza zmiana w człowieku dokonuje się, gdy potrafi on spojrzeć na swoje życie z obecnej perspektywy. Możemy postawić pytanie: „Jak teraz (dzisiaj) przeżywasz swoje doświadczenie życiowe?”. Uchwycenie momentu „tu i teraz”, zauważenie odczuć i emocji, zauważenie siebie samego obecnego w danej chwili okazuje się najmocniejszym doświadczeniem. Dokonuje się spotkanie z samym sobą, bez względu na historię życia. Gdy człowiek dotknie siebie, w duchu łagodności, zrozumienia i akceptacji, znajduje się w doskonałym punkcie wyjścia – może pójść dalej.

Czy spotkał Brat osoby, które dzięki takiemu wysiłkowi odnalazły relację z Bogiem?

Tak, cały czas poruszam się w tym obszarze. Chciałbym natomiast doprecyzować, iż odnaleźć relację z Bogiem nie oznacza stać się człowiekiem pobożnym albo stricte religijnym. Odnaleźć relację z Bogiem to dotknąć tajemnicy istnienia, iż jest jakieś absolutne dobro. Ta tajemnica przekracza nasze religijne poznanie i rozumienie. Gdy dotykamy wspólnej nam wszystkim tajemnicy dobra, miłości i piękna, nagle wypełniamy się życiem.

Czy w ośrodku znajdują pomoc tylko osoby uzależnione od alkoholu? Czy również ich najbliżsi?

Pomoc znajdują osoby uzależnione oraz ich rodziny, szczególnie współmałżonkowie i dzieci z rodzin alkoholowych oraz dysfunkcyjnych. Trafiają też osoby, które – widząc, co dzieje się w ośrodku – przychodzą ze swoimi problemami, niekoniecznie spowodowanymi przez nadużywanie alkoholu. Ośrodek pozostaje otwarty dla każdej osoby pragnącej się rozwijać.

Na czym polega najgłębsza rana w człowieku spowodowana uzależnieniem bądź z nim związana?

Na utracie poczucia własnej wartości. Tracę pewność siebie, mam wrażenie, że jestem już kimś gorszym. Ta rana poczucia własnej wartości ma swoje konsekwencje – kształtuje przekonanie, iż całe moje życie jest pozbawione sensu. To narusza fundament gwarantujący, iż człowiek cieszy się swoim istnieniem, życiem, stale doświadcza piękna i dobra. Ponadto uzależnienie sprawia, że tracę zaufanie do swoich uczuć i myśli, do własnego ciała. Zostaję niejako odcięty od samego siebie, od poczucia pewności i stabilności bycia w świecie.

Czy to oznacza, iż odnalezienie poczucia własnej wartości otwiera mnie samego na zmianę, na nową jakość życia?

Tak, to absolutnie punkt wyjścia – w aktualnym momencie uzależnienia lub wychodzenia z uzależnienia zauważyć, iż jestem dobry, mogę się zmienić, jestem powołany do czegoś szczególnego i nic nie jest w stanie przekreślić mojej godności osoby ludzkiej, nawet najtrudniejsze formy uzależnienia.

Co z pracy z osobami uzależnionymi zaczerpnął Brat dla siebie?

Uczyłem się zdolności do rozwoju, czerpałem chęć, by go podejmować. Ustawicznie niezwykłe wrażenie wywierał na mnie fakt, iż ludzie z różnych warstw społecznych i zawodowych, przedstawiciele odmiennych stanów, młodzi i starzy, chcą się rozwijać w sposób bardzo poważny i głęboki. To zawsze mnie zadziwiało, przybliżało do tych osób oraz inspirowało do pracy nad sobą.

Rozmawiała
Anna Kaszubowska
redaktor ds. wydawnictw
Fundacji BSK AA w Polsce

Piotr Wardawy OFMCap – kapłan, rekolekcjonista, trener Focusingu; w latach 2012–2018 duszpasterz Ośrodka Apostolstwa Trzeźwości w Zakroczymiu. Obecnie pracuje w Centrum Duchowości „Honoratianum” w Zakroczymiu, gdzie prowadzi *Szkołę modlitwy nieustannej*, *Warsztaty skupienia i obecności* oraz rekolekcje dla kobiet *Przyjaciółka samej siebie*.

fot. Paweł S. - *Warszawa*
fot. Paweł - *Warszawa*

PRZYJACIELE O AA

Na przełomie 2019 i 2020 roku po raz kolejny miał miejsce cykl spotkań ze studentami Instytutu Profilaktyki Społecznej i Resocjalizacji Uniwersytetu Warszawskiego. Zajęcia zapoczątkowane w 2016 roku, już po dwóch latach zostały rozszerzone także na studentów studiów zaocznych. W trakcie semestru obejmują więc aktualnie około 60 osób. Słuchacze zapoznają się z Programem Dwunastu Kroków AA, historią i sytuacją obecną Wspólnoty Anonimowych Alkoholików, niesieniem posłania, a także, dzięki wystąpieniom zaprzyjaźnionych z nami profesjonalistów, w tym Powierników klasy A, dowiadują się, jak mogą w przyszłości zawodowej współpracować z AA. Zwieńczeniem spotkań ze strony studentów jest praca pisemna. Poniżej jedna z takich prac.

Robert - Pruszków

JAK KROKI AA MOGĄ MI SIĘ PRZYDAĆ W ŻYCIU I DLACZEGO?

Program Dwunastu Kroków zmusza do pracy nad własnym życiem, nadaje mu nowy sens. Wyznacza również zasady, jakimi powinien kierować się człowiek - pisze Paulina Urbanek, studentka Uniwersytetu Warszawskiego.

Anonimowi Alkoholicy to prężnie działająca społeczność, skupiająca osoby zmagające się z uzależnieniem od alkoholu. Zarówno trzeźwiejący jak i trzeźwi alkoholicy znajdują oparcie wśród innych osób przechodzących przez te same problemy. Wsparcie to jest bardzo cenne dla każdego uczestniczącego członka Wspólnoty. Na całym świecie mityngi organizowane są przez około 115 tysięcy grup. Podczas ich trwania alkoholicy opisują sytuacje zaistniałe w ich życiu. Zarówno te, w których alkohol przejął kontrolę nad ich życiem, jak i te, gdy udało im się wyjść na prostą.

Wspólnota posiada własny Program powrotu do zdrowia, składający się z Dwunastu Kroków. To one pomagają w wyjściu z nałogu, ale również pomagają w zwykłym codziennym życiu. Może się do nich stosować każdy człowiek, w wielu różnych sytuacjach, bez względu na to czy ma on problemy z alkoholem czy nie. Program Dwunastu Kroków jest bardzo uniwersalny i nie zamyka się na jedną grupę społeczną. Pierwszą i najważniejszą rzeczą jest to, że program powrotu do zdrowia mogę wykorzystać, spotykając w swoim życiu osobę potrzebującą pomocy w tym zakresie. Sama wiedza o istnieniu tych kilkunastu, jakże wartościowych i ważnych zdań może okazać się przydatna. Chociażby po to, aby móc poszerzyć krąg osób posiadających tę informację i w ten sposób dotrzeć do potencjalnych potrzebujących. Im więcej osób wie o Programie, tym większa świadomość społeczeństwa.

Odnosząc Program Dwunastu Kroków do własnego życia z całą pewnością jestem w stanie stwierdzić, iż wszystkie Kroki przydadzą mi się jako motywacja do działania. Nie tylko jako jednolita całość, jako zbiór pewnego rodzaju przykazań, ale również jako pojedyncze wskazówki, które pomagają spojrzeć na życie z innej perspektywy. Mogę traktować je również jako pomoc w umocnieniu i pogłębieniu wiary, ponieważ niektóre Kroki odnoszą się do Siły Wyższej, przez niektórych uosabianej przez Boga.

Uważam również, że Program Dwunastu Kroków jest pomocny, gdy w swoim życiu spotykamy trudne do pokonania problemy i przeszkody. To swego rodzaju terapia, dająca kilkanaście wskazówek, które można dostosować do swojego obecnego stanu. Pierwsze trzy Kroki to poddanie, przyjęcie i zaakceptowanie tego, co nastąpiło. Kolejne cztery kroki wymagają uporządkowania przeszłości. W kolejnych etapach jest mowa o zadośćuczynieniu, a na końcu o działaniu. Taki schemat daje możliwości przepracowania własnych problemów. Według mojej opinii Program powrotu do zdrowia mogę wykorzystać do poprawienia relacji z samą sobą. Wszystkie punkty zmuszają do pewnych refleksji, z których można wyciągnąć wnioski o nas samych. Dają nam pozytywną energię i wiarę w to, że dzięki działaniu można wiele osiągnąć. Idzie za tym podniesienie własnej wartości i uwierzenie w siebie. Warto być szczerym nie tylko wobec innych. Zrzucenie poczucia winy z siebie, zaakceptowanie stanu jaki aktualnie istnieje. To wszystko pomaga w uporządkowaniu wewnętrznego „Ja".

CIĄG DALSZY NA str. 13

PRZYJACIELE O AA

Program Dwunastu Kroków zmusza do pracy nad własnym życiem, nadaje mu nowy sens. Wyznacza również zasady, jakimi powinien kierować się człowiek. Nie tylko ten, który ma problem z uzależnieniem. Według mnie Program mógłby pomóc mi zapanować nad pewnymi emocjami, takimi jak zazdrość, niecierpliwość czy nieuważność w słuchaniu potrzeb drugiego człowieka. Zdumiewające jest to do jak wielu kwestii można odnieść Program Dwunastu Kroków. Na pierwszy rzut oka przeznaczony jest tylko dla alkoholików, jednak po głębszej analizie dochodzę do wniosku, iż każdy człowiek może szukać w nim pomocy i wparcia. Nie tylko w problemach dotyczących alkoholu czy też innych uzależnień. Sam fakt, że tysiące alkoholików przestało pić dzięki temu Programowi daje siłę i motywacje do pokonywania trudności oraz pomaga uwierzyć, że mając odpowiednie podejście, udaje się robić rzeczy niemożliwe. Program Dwunastu Kroków posiada naprawdę niesamowitą moc.

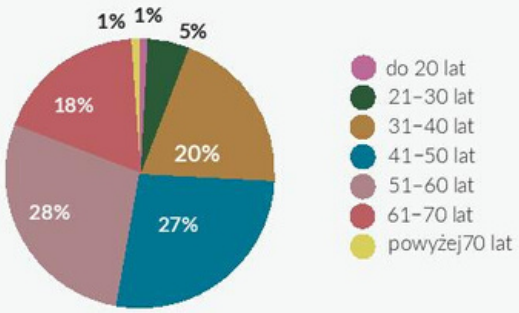
Paulina Urbanek
Studentka I roku studiów o kierunku profilaktyka społeczna i resocjalizacja Uniwersytetu Warszawskiego

Wyniki badania ankietowego AA w Polsce przeprowadzonego w latach 2017 - 2018

PŁEĆ BADANYCH



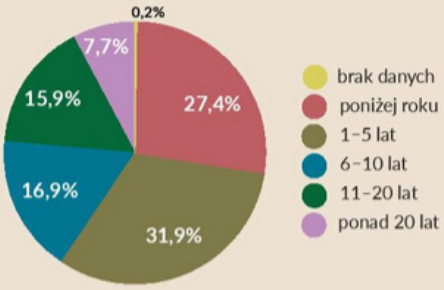
WIEK BADANYCH



CO POMAGA?
CZYNNIKI SZCZEGÓLNIE WAŻNE W TRZEŹWIENIU



OKRES ABSTYNENCJI



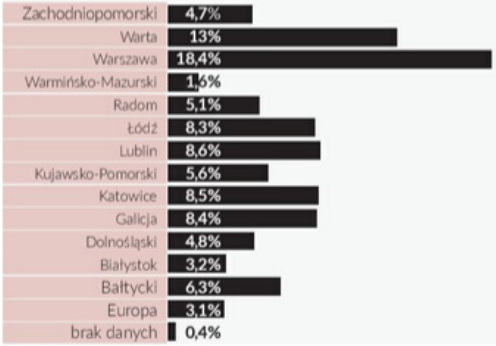
CZĘSTOTLIWOŚĆ UCZESTNICTWA W MITYNGACH



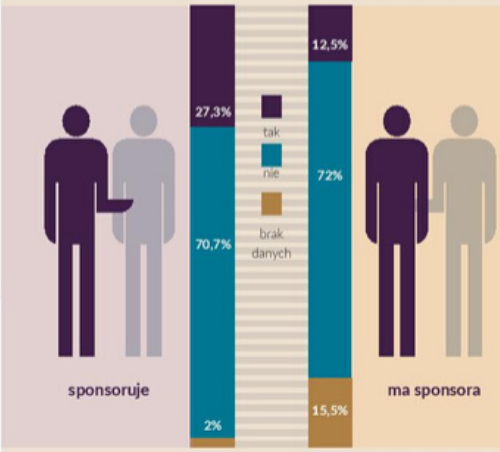
ŹRÓDŁA WIEDZY O WSPÓLNOCIE AA



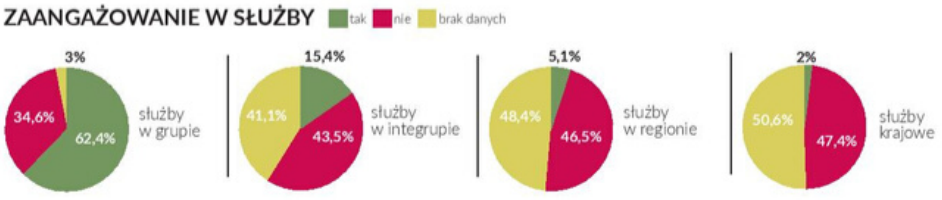
ODSETEK ANKIET Z POSZCZEGÓLNYCH REGIONÓW



SPONSOROWANIE



ZAANGAŻOWANIE W SŁUŻBY



PROFESJONALIŚCI O AA

CZARY, KTÓRE SIĘ DZIEJĄ

Do dziś jest tak, że kiedy spotykam się z członkami AA, to nie tylko oni czerpią ze mnie, ale ja również czerpię z nich - mówi Monika Zwierzchowska, koordynator Klubu Integracji Społecznej w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Łodzi oraz powiernik klasy A Regionu Łódź.

Spotkałyśmy się dzisiaj, żeby porozmawiać o Twoich kontaktach ze Wspólnotą Anonimowych Alkoholików. Najpierw poproszę Cię, żebyś się przedstawiła.

Nazywam się Monika Zwierzchowska. Jestem koordynatorem Klubu Integracji Społecznej w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej. Na terenie Klubu Integracji Społecznej, który jest częścią Wydziału Wspierania Ekonomii Społecznej w MOPS, organizuję spotkania edukacyjno–informacyjne, z członkami Wspólnoty Anonimowych Alkoholików. Ze Wspólnotą jestem związana od prawie sześciu lat.



© M. Zwierzchowska

Alkoholików do AA przyciąga choroba alkoholowa. Ty nie jesteś uzależniona od alkoholu, co w takim razie Ciebie przyciągnęło do AA?

Magia. Te czary, które się tam dzieją i ta pozytywna energia, która jest we Wspólnocie. Kiedy po raz pierwszy miałam styczność z AA na studiach, uczyłam się, zdobywałam informacje, ale to wszystko było teoretyczne. Natomiast praktycznie, gdy spotkałam się z ośmioma przedstawicielami Wspólnoty AA, którzy prowadzili spotkanie informacyjne dla kuratorów i opowiadali swoje historie, zrobiło to na mnie olbrzymie wrażenie. Pomyślałam, że jeżeli na mnie robi to tak duże wrażenie, a ja pracuję na co dzień z osobami wykluczonymi społecznie i zagrożonymi wykluczeniem, to fantastycznie byłoby podzielić się tym doświadczeniem i pokazać, że można. Można zmienić swoje życie. I do dnia dzisiejszego jest tak, że jak się z nimi (członkami AA) spotykam, to nie tylko oni czerpią ze mnie, ale ja również czerpię z nich. Jak sama mam gorsze dni i obniżony nastrój, to fakt, że oni sobie poradzili pokazuje, że ja też mogę sobie wtedy powiedzieć: Monia, dasz radę! Ponadto Wspólnota uczy mnie pokory i nieoceniania, bo to ważne, aby być tu i teraz, tak jak na mityngu.

Czy trudno jest niealkoholikowi zrozumieć zasady działania AA? Na przykład struktury, rotację, brak przewodniczących.

Mnie osobiście nie było trudno i to też mnie ujęło, że nie ma tam konkretnych stanowisk. Oczywiście musi być podział zadań na osoby odpowiedzialne, na przykład za kolportaż informacji związanych z AA czy za informację publiczną. To, że musi być również ciało prawne we Wspólnocie, żeby można było dokonywać podpisywania umów czy drukowania różnych materiałów, to też jest dla mnie zrozumiałe. Choć często zapominam o strukturze. Na warsztatach zawsze jest ktoś z AA, kto mi podpowie czy to Region czy Intergrupa.

Poświęcasz sporo czasu i energii dla Wspólnoty. Jakie Ty masz korzyści z tego, może osobiste, może zawodowe?

Nie powiedziałabym, że poświęcam dużo czasu. Bardzo lubię być zapraszana na spotkania Wspólnoty, np. warsztaty. Było mi bardzo miło, gdy mogłam uczestniczyć w spotkaniach informacyjnych poza Łodzią i dzielić się doświadczeniem na temat współpracy Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej ze Wspólnotą Anonimowych Alkoholików. Uważam, że jest to bardzo niewykorzystana płaszczyzna i jest bardzo dużo do zrobienia

CIĄG DALSZY NA str. 15

w tej materii. Pracownicy socjalni i inni specjaliści nie dostrzegają tego, że po zakończeniu terapii alkoholik potrzebuje nadal wsparcia. Terapia może trwać rok, dwa, trzy lata, ale później pozostaje przestrzeń niezagospodarowana i tutaj Wspólnota ma wiele do zrobienia. Uwielbiam terapeutów i lekarzy, którzy uważają, że jednocześnie możemy być w terapii i we Wspólnocie Anonimowych Alkoholików i czerpać z ich doświadczenia. Jak mówi Ewa Woydyłło, nauka nie wymyśliła czegoś lepszego, jeśli chodzi o chorobę alkoholową niż Wspólnota Anonimowych Alkoholików.

Mówiłaś o czasie, a jakie masz korzyści?

Jakie korzyści? Jak już wspominałam, we Wspólnocie tkwi energia i moc, z której czerpię. Ostatnio byłam świadkiem sytuacji konfliktowej na spotkaniu Rady Regionu. Dla mnie, jako mediatora, było to coś niesamowitego, że została ona tak dobrze rozwiązana. Jest to przykład, że konflikty można rozwiązać inaczej niż poprzez gniew, agresję, złość czy obrażanie się. Co jeszcze? Czuję się częścią Wspólnoty, pomimo tego, że nie jestem alkoholiczką. Na spotkaniach odczuwam bezwarunkową akceptację, mam możliwość wyrażania swojego zdania, zabierania głosu, jeśli jest taka potrzeba.

No, ale to jest specjalny przywilej związany z tym, że jesteś powierniczką klasy A Regionu Łódź.

Ciągle zapominam o tym nazewnictwie. Mam wrażenie, że gdybym to ja potrzebowała pomocy, na pewno bym ją uzyskała. Zagłębiając się w Program Dwunastu Kroków, jest on dla mnie programem uniwersalnym, nie tylko dla osób wychodzących z uzależnienia, ale mogącym towarzyszyć każdemu z nas.

Czy były jakieś humorystyczne wydarzenia związane z AA?

Oczywiście. Na spotkaniu przyjaciół w Ślesinie była taka sytuacja. Moja koleżanka, która miała mieszkać ze mną w pokoju, nie przyjechała i w związku z tym przyjaciółki ze Wspólnoty przygarnęły mnie do swojego. Mogłam być z nimi praktycznie 24 godziny na dobę. Kiedy odbywały się warsztaty i rozdawano materiały edukacyjne i informacyjne, okazało się, że zostałam pomyłkowo wzięta za jedną z alkoholiczek ze Wspólnoty AA. Niczego mi to nie ujęło, ale wszyscy gorąco się z tego później śmialiśmy. Ponadto pełnię różne funkcje społeczne, jestem kuratorem społecznym w sądzie i bardzo często zdarza się taka reakcja: *A, to pani też jest alkoholiczką, bo pani tak dobrze zna tę Wspólnotę.*

Jak z perspektywy lat i Twoich doświadczeń zmienia się Wspólnota AA?

Bardzo się zmienia. Myślę, że ona po prostu dojrzewa, z nastolatka teraz robi się takim dojrzałym tworem. Dla mnie, jako pracownika Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej, z perspektywy czasu bardzo istotne jest to, że osoba która uczestniczy w mityngach może uzyskać potwierdzenie obecności. Pracownik socjalny czy terapeuta czy każdy inny specjalista ma możliwość rozliczenia tej osoby z tego, czy ona na ten mityng poszła. Sama takiego młodego faceta skierowałam i powiedziałam: *proszę mi przynosić pieczątki*. To jest bardzo fajne, bo nie narusza anonimowości. Przeglądając prasę codzienną widzę też, że pojawiają się stopki z informacją, że jest Punkt Informacyjno-Kontaktowy, że można tam zawsze zadzwonić, że jest to dostępne. Poza tym wychodzenie do różnych środowisk, czyli to, że są mityngi np. w zakładach karnych, o czym dziś się mówi i to jest słyszalne. Przychodzą do mnie osoby po zakładzie karnym i mówią: *A ja ich znam, oni przychodzili za mury*. Zmienia się również wizerunek Wspólnoty. Kiedy jeszcze studiowałam, Wspólnota kojarzyła się z sektą religijną, a w tej chwili wzrasta świadomość, że chodzi o coś innego - o Siłę większą ode mnie, że tą Siłą nie musi być Bóg katolicki. Jak przedstawiciele Wspólnoty dają świadectwo, to ja bardzo często przerywam w tym momencie i mówię: to nieważne w co wierzycie, tylko z czego czerpiecie tę energię. Ja wierzę we Wspólnotę i jej siłę.

Rozmawiała
Iza - ŁÓDŹ



WSPÓŁPRACA Z AA

SPOTKANIE AA DLA ŻOŁNIERZY NATO US ARMY

Od końca 2018 r. NATO ma pełną zdolność operacyjną w krajach bałtyckich i w Polsce. W tych granicznych bazach stacjonują żołnierze różnych narodowości, w tym z USA, Wielkiej Brytanii, Polski i z innych krajów członkowskich NATO.

16 grudnia 2019 r. w Ełku odbyło się spotkanie informacyjne AA dla żołnierzy amerykańskich stacjonujących w Polsce. Był to wspólny wysiłek środowiska zdrowiejącego (warszawskich i gdańskich anglojęzycznych grup AA, polskojęzycznych uczestników AA w Ełku) oraz Oddziału 18 Stowarzyszenia Zdrowiejących Motocyklistów ARM we współpracy z dowództwem i personelem bazy wojskowej.

Pomysł na spotkanie informacyjne narodził się, gdy Frank G., z New Jersey, pracujący jako Oficer Nauk Behawioralnych (profesjonalny terapeuta) w bazie Bemowo Piskie, odwiedził niedzielne spotkanie warszawskiej grupy AA. Frank poinformował grupę, że chociaż baza już działa i pomimo znacznych potrzeb ze względu na dużą liczbę młodych żołnierzy, jak dotąd nie ma tam spotkań dwunastokrokowych w języku angielskim, ani w bazie, ani poza nią.

W spotkaniu w Ełku, około trzydziestu kilometrów od samej bazy wzięło udział jedenastu żołnierzy i oficerów. Dla większości było to pierwsze zetknięcie się z AA. Podczas 90-minutowego spotkania czterech członków ARM dzieliło się swoimi historiami, a ostatnia z nich została opowiedziana po polsku, z tłumaczeniem - i otrzymała największe brawa! W przerwach między historiami osobistymi krótko przedstawiono publicznie dostępne informacje dotyczące AA: czym jest Wspólnota AA, pochodzenie Wspólnoty, rola duchowości i jak korzystamy z naszej literatury. Po wszystkich historiach i prezentacjach pojawiła się okazja do dyskusji – wówczas prawie wszyscy żołnierze podzielili się własnymi opowieściami. Było w nich wiele nadziei, koleżeństwa i śmiechu; zdarzały się także poważne wyznania osobiste. Spotkanie trwało 30 minut dłużej niż zaplanowano i zakończyło się wspólną *Modlitwą o Pogodę Ducha*.

Frank przekazał certyfikaty uznania od Battle Group Poland – Task Force Pacesetter, Chrisowi ze stołecznego AA oraz Jerseyowi, Prezydentowi Oddziału 18 ARM, którego członkowie jechali ponad 3 godziny z Warszawy do Gdańska i z powrotem na motocyklach (sic!), by nieść posłanie zdrowienia AA. Dowództwo i personel bazy NATO odegrały istotną rolę w wydarzeniu przede wszystkim udzielając zgody na organizację spotkania, a także znajdując i wynajmując pomieszczenie poza bazą. Ponadto przeprowadzono kampanię informacyjną o spotkaniu i zachęcano żołnierzy do wzięcia udziału organizując busy do transportu. Każdy z uczestników spotkania mógł być dumny z udziału w nim. Wiele osób zostało poruszonych do łez i z pewnością zasiano ziarno powrotu do zdrowia. Spotkanie było owocem wspólnego wysiłku, co pokazuje, o ile skuteczniej i łatwiej działamy, gdy współpracujemy z innymi.

Tekst: **Chris M.**
Tłumaczenie: **Matt C.**



Wywiad z Nancy McCarthy

Wywiad z Nancy McCarthy - powiernikiem klasy A. Od ponad 30 lat jest związana ze Wspólnotą AA w USA. Była kuratorem, pracowała w zakładach karnych i domu wychowawczym dla małoletnich przestępców.



PUSH BUTTON

AA MEETING FOR SOLDIERS OF NATO US ARMY

Since late 2018 the North Atlantic Treaty Organization (NATO) has had full operational capability at locations throughout the Baltic States and Poland. These Forward Presence bases are staffed by multinational soldiers from US, British, Polish and other NATO members.

On December 16, 2019, an AA meeting and Public Information outreach was held for US soldiers stationed in Poland. This was a joint effort of the recovery community (Warsaw and Gdansk English-speaking AA groups, Elk Polish-speaking AA) and Association of Recovering Motorcyclists (ARM) Chapter 18, working hand in hand with the military base staff headquarters and personnel.

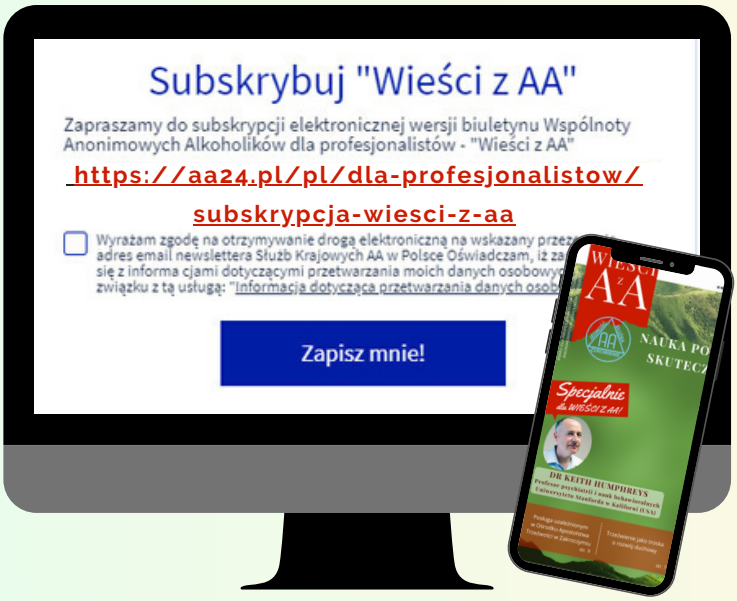
The idea for the outreach meeting was born when Frank G. from New Jersey then serving as Behavioral Sciences Officer (professional therapist) on the Bemowo Piskie base, visited a Sunday meeting of the Warsaw AA Fellowship. Frank related that, though the base is fully operational and despite plenty of need due to the large number of young soldiers, there are as yet no 12-step meetings in English, neither on nor off-base.

Eleven soldiers and officers from the base attended the meeting, which began at 6pm sharp on a rainy Monday night in the town of Elk, about thirty kilometers away from the base itself. For most of the soldiers, it was their first exposure to AA. The format of the scheduled 90-minute meeting was that four ARM members shared their stories for 5-7 minutes each; the final story was told by one of the Elk AA members - in Polish with translation provided – this one received the largest applause! In between each personal story, other members briefly presented aspects of AA public information: what is AA, the origin of the fellowship, the role of spirituality, and how we utilize the literature. Following all the stories/ presentations came opportunity for discussion: nearly all of the soldiers shared - lots of hope, fellowship and laughter; some serious truth bombs were dropped. The meeting went on for 30 minutes past its scheduled time and ended with the entire room holding hands in a circle reciting the Serenity Prayer together.

Certificates of appreciation from Battle Group Poland - Task Force Pacesetter were presented by Frank to Chris from the Warsaw AA fellowship and to Jersey, President of ARM Chapter 18 who had driven upwards of 3 hours each way from Warsaw and Gdansk (on motorcycles!) to carry the message of recovery AA. The NATO base headquarters and personnel played essential roles by a) granting permission for the event to take place, b) finding and renting the off-base location, c) publicizing the event and getting soldiers to come, d) arranging vans to transport the soldiers to and from the base.

The event was something which everyone involved was proud to have been a part of. Many people were moved to tears and some seeds of recovery definitely planted. It was a collective effort that demonstrates how much better and easier things are when we work with other people.

Tekst: **Chris M.**



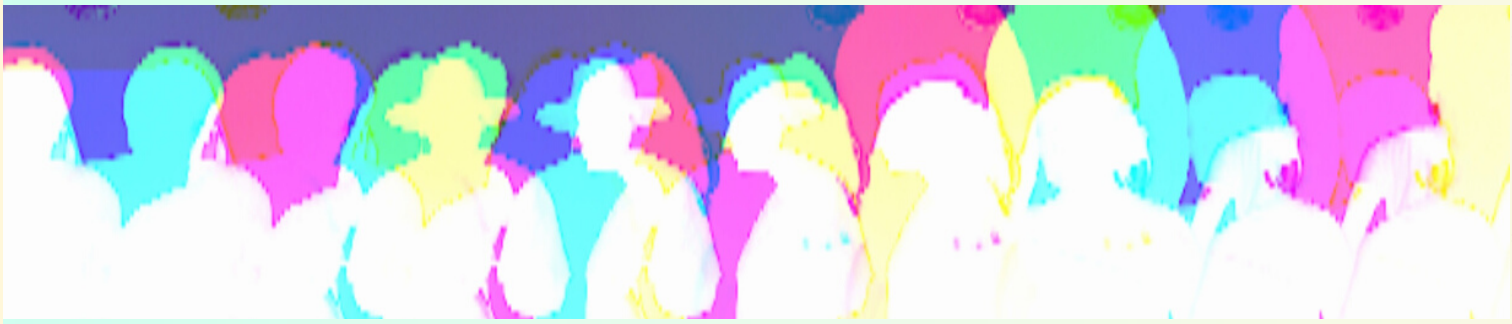
WSPÓŁPRACA Z AA

30 LAT AA NA BIAŁORUSI

Wspólnota AA na Białorusi powstała wiosną 1990 roku. W tym roku obchodzić będzie 30-lecie swojego istnienia.

Pojawienie się AA na Białorusi

W tym odległym czasie - wspomina jeden z pierwszych członków białoruskiej społeczności Stanisław - *zadzwonili do mnie z propozycją zorganizowania spotkania z profesorem Uniwersytetu Kalifornijskiego Leo Kylie, który obiecał opowiedzieć o nowej metodzie leczenia alkoholizmu. Spotkanie odbyło się 28 kwietnia 1990 roku w przychodni lekarskiej leczenia uzależnienia od alkoholu przy ulicy Wołgogradzkiej w Mińsku. Wraz z amerykańskim naukowcem na Białoruś przyjechali dwaj chłopcy z Wilna (Litwa) i dwaj z Łucka (Ukraina), gdzie zorganizowano już grupy AA. Mówili, jak można pozostać trzeźwym. To było nowe dla nas wszystkich. Co najważniejsze, opowiadali to wszystko tak szczerze i otwarcie, że osobiście było to dla mnie szokiem. I podobało mi się to. Nas wszystkich łączyło to, że byliśmy wśród swoich. Że nie można się bać słowa alkoholik, które dotyczy każdego z nas* – opowiada Stanisław.



© https://www.canva.com/design

Spotkanie było impulsem do pojawienia się pierwszej grupy AA na Białorusi, a pierwszy mityng odbył się 12 maja 1990 roku. Grupa otrzymała nazwę "Nadzieja" i zbierała się w każdą sobotę. Około dwóch lat później pojawiła się kolejna grupa w Mińsku – na narkologii przy ulicy Stachanowskiej. - *Lekarze ze zrozumieniem nas traktowali kierując do nas ludzi, być może z tego powodu grupa powstała dość dobra. Potem zaczęli się do nas zwracać lekarze z innych miast z propozycją spotkań. Zaprzyjaźniliśmy się również ze służbami Ministerstwa Spraw Wewnętrznych, jeździliśmy z posłaniem do Nowogródka, Żodzina. Byliśmy rozumiani i akceptowani"* - wspomina Stanisław. Społeczność zaczęła się stopniowo rozrastać, a grupy AA pojawiły się również w innych miastach Białorusi. Teraz jest ich ponad sto w różnych częściach kraju. W białoruskiej społeczności aktywnie praktykuje się Kroki i Tradycje, rozwija się sponsoring i odwiedzanie placówek leczniczych w ramach Piątej Tradycji. Obecnie Wspólnota AA na Białorusi ściśle współpracuje z zakładami karnymi.

Współpraca ze Wspólnotą zagraniczną

Ważną rolę w rozwoju białoruskiej społeczności odegrała współpraca z Anonimowymi Alkoholikami z innych krajów. Na początku lat 90-tych Białoruś często odwiedzali członkowie AA ze Stanów Zjednoczonych, co *było wielką zachętą dla nas wszystkich*. Alkoholicy ze Stanów wysyłali literaturę i dzielili się doświadczeniami. W 1995 roku przedstawiciele mińskiej grupy "Nadzieja" brali udział w Międzynarodowym Forum AA w San Diego w Kalifornii. Wspólnota AA na Białorusi aktywnie współpracuje również ze społecznością z Polski, która udzieliła wielkiej pomocy zapraszając Anonimowych Alkoholików i lekarzy z Białorusi na seminaria w latach 1995-2000.

Doświadczenie społeczności polskiej przyczyniło się do nawiązania współpracy AA z Białorusi z zakładami karnymi. Współpraca z polską Wspólnotą w tym zakresie rozpoczęła się w 2017 roku. Jak wspomina członek AA na Białorusi Anton, jesienią 2017 roku w Homlu odbyło się forum, na które przybyli Anonimowi Alkoholicy, a także funkcjonariusz systemu penitencjarnego z Polski, Paweł Suski. Na nieformalne spotkanie zaproszono również funkcjonariuszy z białoruskiego systemu karne-

CIĄG DALSZY NA str. 19

go. Od tego czasu kontakty między białoruską a polską Wspólnotą rozszerzyły się i zaczęły przybierać regularny charakter. W trybie bezwizowym Polacy zaczęli przyjeżdżać do Grodna i uczestniczyć w mityngach AA. Mówili o Programie Dwunastu Kroków i dzielili się swoimi doświadczeniami z jego realizacji, a także o znaczeniu niesienia posłania AA do zakładów karnych. Z kolei Białorusini zaczęli dojeżdżać do polskich więzień z prelegentami i aktywnie brać udział w warsztatach pracy w IU, które były organizowane przez AA z Polski. W latach 2018-2019 w takich warsztatach wzięli udział również pracownicy Departamentu wykonywania kar Ministerstwa Spraw Wewnętrznych Białorusi (DIN MSW).

Wzajemna współpraca Anonimowych Alkoholików obu krajów pokazała, że nie ma różnicy w alkoholizmie w różnych krajach. Białorusini na własne oczy mogli zobaczyć, jak działają AA w polskich zakładach karnych. Doświadczenie strony polskiej pozwoliło zrozumieć również, że sponsorowanie w ZK naprawdę działa!

Po tym, jak funkcjonariusze Głównego Zarządu SW Białorusi pojechali do Polski, zobaczyli na własne oczy, jak tam działa AA w ZK i AŚ, zaczęli rozumieć, co robi społeczność AA w takich miejscach. Zniknęły obawy i dostaliśmy pozwolenie na indywidualną pracę z więźniami. Kiedy pracuję z podopiecznym, zostaję sam na sam, nikt nie jest obecny, przydzielono mi osobny pokój. Oznacza to, że w zakładach karnych mam zaufać i iść na spotkanie - powiedział Anton. Według niego dzięki tym wszystkim podróżom i seminariom osiągnięto wstępne porozumienie w sprawie podpisania umowy o współpracy między AA Białorusi i DIN MSW, co powinno doprowadzić do współpracy na zupełnie nowym poziomie.

Według Komitetu AA do spraw ZK i AŚ członkowie AA Białorusi mają teraz możliwość odwiedzenia ponad 20 zakładów poprawczych (Kolonia, LTP, IUOT, aresztu). Regularnie mityngi AA odbywają się w czterech koloniach karnych (Bobrujsk, Mozyrz, Nowosady i Orsza), jednej kolonii wychowawczej (Bobrujsk) i jednej LTP (Swietłogorsk). W kilku zakładach karnych (Bobrujsk, Swietłogorsk, Mozyrz) alkoholicy odbywający karę przechodzą Program ze sponsorem.

Praca AA w Kolonii wychowawczej, w której kary odbywają nieletni, była możliwa wyłącznie dzięki pomocy społeczności polskiej, dzięki której funkcjonariusze DIN mogli odwiedzić podobne instytucje w Polsce.

W wyniku tej współpracy polska i białoruska Wspólnota AA weszły na nowy poziom wymiany doświadczeń. I w ten sposób realizuje się jedna z podstawowych zasad Programu: "dając - otrzymujesz"!

АА БЕЛАРУСИ И СОТРУДНИЧЕСТВО С ЗАРУБЕЖНЫМ СООБЩЕСТВОМ

В этом году Анонимные Алкоголики Беларуси отмечают свое 30-летие. Белорусское сообщество зародилось весной 1990 года.

Появление АА в Беларуси

В то далекое время, вспоминает один из первых членов белорусского сообщества Станислав, ему позвонили и предложили встретиться с профессором Калифорнийского университета Лео Кайли, который обещал рассказать о новом методе лечения алкоголизма. Встреча прошла 28 апреля 1990 года в наркологическом диспансере на улице Волгоградской в Минске. Вместе с американским ученым в Беларусь приехали двое ребят из Вильнюса (Литва) и двое из Луцка (Украина), где уже были организованы группы АА.

- Они рассказывали как можно оставаться трезвыми. Это было новое для всех нас. Самое главное, что они все это рассказывали так откровенно и открыто, что лично для меня было шоком. И мне это понравилось. <...> Нас всех объединяло то, что мы были своими среди своих. Что можно не бояться слова алкоголик, которое как клеймо относилось к каждому из нас – рассказал Станислав.

Эта встреча послужила толчком для появления первой группы АА в Беларуси. Ее первое собрание прошло 12 мая 1990 года. Она получила название «Надежда» и собиралась каждую субботу. Примерно через два года появилась еще одна группа в Минске – в наркологии на улице Стахановской.

- Врачи с пониманием относились к нам, направляли людей, возможно, поэтому группа сформировалась довольно таки хорошая. Потом к нам стали обращаться и врачи из других городов, предлагали выступить. Также мы подружились и с МВД, ездили с выступлениями в Новогрудок, Жодино. Нас понимали и принимали – вспоминает Станислав.

CIĄG DALSZY NA str. 20

Сообщество стало постепенно разрастаться. Группы АА появились и в других городах Беларуси. Сейчас их насчитывается более сотни в разных уголках страны. В белорусском сообществе активно практикуются шаги и традиции, развит институт спонсорства и посещение лечебных учреждений в рамках пятой традиции. В настоящее время АА Беларуси тесно сотрудничет с исправительными учерждениями.

Сотрудничество с зарубежным сообществом

Важную роль в развитии белорусского сообщества сыграло сотрудничество с Анонимными Алкоголиками из других стран. В начале 90-ых годов в Беларусь часто наведывались члены АА из США, что «было большим стимулом для нас всех». Американские алкоголики постоянно присылали литературу и делились опытом. В 1995 году представители минской группы «Надежда» принимали участие в международном форуме АА в Сан-Диего в Калифорнии. АА Беларуси также активно сотрудничало с польским сообществом. АА Польши оказало большую помощь, приглашая анонимных алкоголиков и врачей наркологов из Беларуси на семинары в течение 1995-2000 годов. Опыт Польского сообщества поспособствовал налаживанию активной работы АА Беларуси с исправительными учреждениями. Активное сотрудничество с польским сообществом в этом направлении началось в 2017 году. Как вспоминает член АА Беларуси Антон, осенью 2017 года в Гомеле проходил форум, на который приехали Анонимные Алкоголики, а также офицер пенитенциарной системы из Польши, Павел Суски. На неформальную встречу также пригласили офицеров из белорусской исправительной системы. С того времени контакты между белорусским и польским сообществом расширились и начали нести регулярный характер. По безвизовому режиму поляки стали приезжать в Гродно, посещать собрания АА, больше говорить о програм-ме «12 шагов», и делиться своим опытом реализа-ции данной программы, а также о важности несения послания АА в исправительные учреждения. В свою очередь белорусы стали ездить в польские тюрьмы со спикерскими выступлениями и активно принимать участие в семинарах по работе в ИУ, которые были организованы АА Польши. В 2018-2019 годах в таких мероприятиях приняли участие и сотрудники Департамента исполнения наказаний Министерства внутренних дел Беларуси (ДИН МВД). Взаимное сотрудничество анонимных алкоголик двух стран показало, что – нет разницы в алкоголизме в разных странах, Белорусы своими глазами смогли увидеть, как налажена работа АА в исправительных учреждениях Польши. Опыт польской стороны позволил понять, что спонсирование в исправительных учреждениях это - реальность!

- После того, как офицеры ДИН РБ съездили в Польшу, увидели своими глазами, как там налажена работа АА в ИУ, то начали понимать, чем занимается сообщество АА в ИУ. У них исчезли опасения, что мы можем навредить. Нам разрешили индивидуальную работу с заключенными. Когда я работаю с подопечным, я остаюсь один на один, никто при этом не присутствует, мне вы-деляют отдельное помещение. То есть, в исправительных учреждениях нам доверяют и идут на встречу – рассказал Антон. По его словам, благодаря всем этим поездкам и семинарам достигнута устная договоренность о подписании соглашения о сотрудничестве между АА Беларуси и ДИН МВД, что должно вывести сотрудничество на принципиально новый уровень. По данным КИУ, члены АА Беларуси сейчас имеют возможность посещать более 20 исправительных учреждений (колония, ЛТП, ИУОТ, СИЗО). На регулярной основе собрания АА проводятся в четырех исправительных колониях (Бобруйск, Мозырь, Новосады и Орша), одной воспитательной колонии (Бобруйск) и одном ЛТП (Светлогорск). В нескольких исправительных учреждениях (Бобруйск, Светлогорск, Мозырь) алкоголики, отбывающие наказание, проходят программу со спонсором. Работа АА в воспитательной колонии, где отбывают наказание несовершеннолетние, стала возможна исключительно благодаря помощи польского сообщества, после того как офицеры ДИН смогли посетить подобные учреждения в Польше. В результате этого сотрудничества Польское и Белорусское сообщества АА вышли на новый уровень обмена опытом. И таким образом реализуется один из основных принципов программы: «Отдавая – приобретаешь!

Tekst: **Elena, Anton, Andrei**
Tłumaczenie wersji polskiej: **Natalia**

SŁUŻBA AA

SYLWETKI POWIERNIKÓW

KS. DARIUSZ KWIATKOWSKI

POWIERNIK KLASY **A** (NIEALKOHOLIK)

Jestem księdzem ze Zgromadzenia Księży Marianów, od wielu lat związanym z ruchem trzeźwościowym w Polsce, często kojarzonym z Ogólnopolskimi Spotkaniami w Sanktuarium Matki Bolesnej w Licheniu. Byłem tu od pierwszego spotkania w roku 1993, a także przedstawicielem wspólnoty zakonnej oraz współorganizatorem spotkań wraz z przyjaciółmi z Intergrupy "Jedność" z Konina. Zapamiętałem z tego czasu atmosferę entuzjazmu, manifestację witalności Wspólnoty, podejmowania coraz to nowych wyzwań i wymagań organizacyjnych, gdy z roku na rok rosła liczba uczestników spotkań - od 300 osób na pierwszych, do około 20 tysięcy podczas dwudziestych w 2012 roku.

Od jesieni 1999 roku miałem okazję tworzyć Licheńskie Centrum Pomocy Rodzinie i Osobom Uzależnionym, które stało się darem dla osób potrzebujących złożonym na ręce Ojca Świętego Jana Pawła II. Stało się ono dziełem apostolskim w dziedzinie trzeźwości, ewangelizacji i odnowy rodziny prowadzonym przez Księży Marianów. Wiele osób doświadcza tutaj nawrócenia i odnowy duchowej, z alkoholizmu, narkomanii i innych nałogów, rozpoczyna osobisty proces zdrowienia, drogę powołania do małżeństwa i rodziny. Centrum podjęło szerokie, integralne rozumienie problematyki uzależnień, co znalazło swój wyraz w praktyce i teorii pomagania. Stosowane w Centrum formy pomocy są wynikiem poszukiwania „złotego środka” pomiędzy pomocą psychologiczną a duchową. Ważny kontekst to cały człowiek poszukujący pomocy i cała rodzina, współdziałanie instytucji oraz środowisk trzeźwościowych, współpraca z grupami wsparcia. Miałem wtedy okazję poznać siłę oraz mądrość Wspólnoty Anonimowych Alkoholików. Podejmowałem współpracę z wolontariuszami w pierwszym kontakcie oraz niesieniu posłania dla wciąż cierpiącego alkoholika i jego rodziny. Poznałem wiele osób, które doświadczyły już pomocy w chorobie alkoholowej przez pracę na Programie Wspólnoty. Współprowadziłem warsztaty i dni skupienia w Zakroczymiu, Gostyniu, Sikorzu, Częstochowie i Licheniu.

Od jesieni 2004 roku rozpoczęła się moja przygoda z Carlsbergiem, znajdującym się na południu Niemiec, na pięknej wyżynie Pfalzu. Znajduje się tu ośrodek duszpasterski oraz ewangelizacyjny "Marianum", założony przez Sługę Bożego Franciszka Blachnickiego, twórcę uznanego ruchu oazowego "Światło - Życie", niezwykłego działacza trzeźwości. Wiosną 2003 roku, dzięki inicjatywie trzeźwych alkoholików: Michała, Marka i Ryśka z Brukseli, Ewarysta z Hamburga, Tomka i Sławka z Londynu zawiązała się wspólnota, która zorganizowała dni skupienia na podobieństwo zakroczymskich. Do ich przeprowadzenia zaproszono ks. Krzysztofa Kościeleckiego, dyrektora Ośrodka Apostolstwa Trzeźwości z Zakroczymia oraz ks. Henryka Grządko z Rokitna. Ze spotkania na spotkanie rosła świadomość realizacji głównego celu Wspólnoty czyli niesienia posłania wciąż cierpiącemu alkoholikowi. Obok nurtu religijnego i terapeutycznego powstawały struktury ruchu, przybierając kolejno postać spotkań, konwencji i konferencji dla grup w Europie Zachodniej. Na konwencji grup w Carlsbergu w 2007 roku zostałem wybrany powiernikiem klasy A, którą to służbę sprawowałem do roku 2013. Wkrótce w roku 2008 nastąpił podział spotkań na dni skupienia oraz konferencje. Aby rozwiązać problemy budowania struktur ruchu, zapraszaliśmy do Carlsberga naszych przyjaciół: dr. Bogdana Woronowicza, powiernika klasy A Wspólnoty; Witka z BSK z Warszawy, Tadeusza z Regionu Galicja, Mirka z grupą przyjaciół z Regionu Dolnego Śląska, Henryka, rzecznika powierników wraz z towarzyszami z Regionu Bałtyckiego i innych. Byliśmy świadkami jak w ogniu dyskusji podczas warsztatów Tradycji, spotkań w kuluarach rodził się projekt kolejnego XIV regionu polskojęzycznych grup AA, obejmującego Europę.

W latach 2003-2018 pracowałem w największej parafii polonijnej w Anglii i Walii, na Ealingu w zachodnim Londynie, której początki sięgają sierpnia 1950 roku, dziś dynamicznej i młodej socjologicznie, która integro-

CIĄG DALSZY NA str. 22

SŁUŻBA AA



W kolejnych numerach WIEŚCI z AA prezentujemy sylwetki Powierników klasy A (niealkoholików), którzy na co dzień służą nam nieocenioną pomocą w sprawach Wspólnoty. Pokażemy, kim są zawodowo i prywatnie, czym się interesują i jak trafili w orbitę naszego AA-owskiego przyciągania.

wała różne kręgi emigracji niepodległościowej, solidarnościowej i tej najnowszej, która po roku 2004 przybyła na Wyspy w celach zarobkowych. Wśród szerokiej gamy działań pastoralnych parafia otworzyła się na obecność grup wsparcia, pracujących na Programie Dwunastu Kroków i Tradycji: Anonimowi Alkoholicy, osoby współuzależnione z kręgu rodziny Al-anon, Dorosłe Dzieci Dysfunkcji oraz Dorosłe Dzieci Alkoholików, Anonimowi Hazardziści, Anonimowi Narkomani, a także SLAA (Sex and Love Addiction Anonymus). Przy parafii działały również grupy terapeutyczne prowadzone przez psychologów i terapeutów. Byłem świadkiem jak członkowie polskich grup zaprosili do siebie członków angielskich AA, jak mocno zainspirowani pierwotnym nurtem Wspólnoty otworzyli się na pracę na Programie, na sponsoring oraz służbę wciąż cierpiącemu alkoholikowi. Gośćmi parafii na Ealingu wiele razy byli: dr Bohdan Woronowicz, powiernik klasy A Wspólnoty; dr Ewa Woydyłło-Osiatyńska, ks. dr Marek Dziewiecki oraz ks. Biskup Antoni Długosz z Częstochowy.

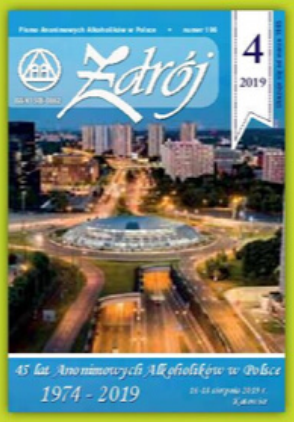
Od wielu lat towarzyszę rodzinom i osobom uzależnionym korzystając z duchowej oraz psychologicznej pomocy. Otwieram się całym sercem na fenomen obecności w moim życiu Wspólnoty AA, skarb jakim dysponuje, jej duchowy Program powrotu do zdrowia oraz wyzdrowienie ludzi uzależnionych i ich rodzin. Uważam, że owoce trzeźwości prowadzą do odbudowy osobistego życia z choroby alkoholowej, a potem do rekonstrukcji więzi małżeńskich oraz rodzinnych, stając się z czasem głównym zadaniem życia dla alkoholików.

Od początku mojego spotkania ze Wspólnotą uwierzyłem, że jest ona darem od Boga. Przez dwóch alkoholików, którym nikt i nic nie pomogło wytrzeźwieć, przez przykład ich życia i duchowy Program objawiła się niezwykła mądrość i siła do trzeźwienia. Uwierzyłem, a także podporządkowałem swój umysł, wiarę i działanie “nie chcąc wiedzieć lepiej, nie mieć swoich pomysłów”, ale wejść w logikę Wspólnoty, w jej niezwykły charakter. Oznaczało to pokorne poznawanie duchowego programu oraz służbę dla Wspólnoty. Dziękuję za spotkanie ze Wspólnotą Anonimowych Alkoholików, która zajęła wielki obszar mojego serca i powołania.

ks. Dariusz Kwiatkowski MIC,
powiernik klasy A Rady Powierników
Służby Krajowej AA w Polsce











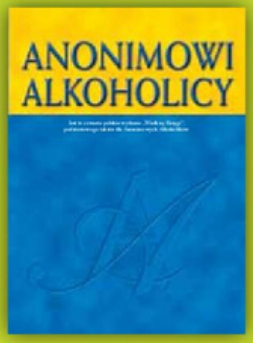




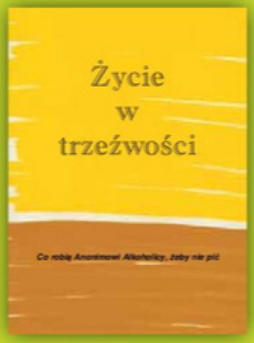




LITERATURA AA

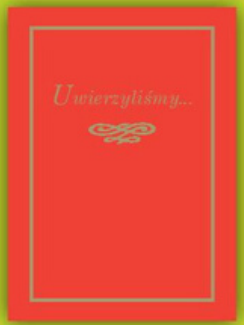




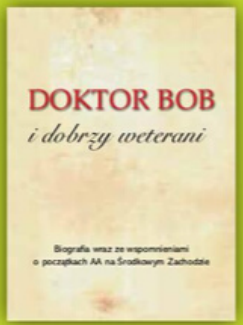




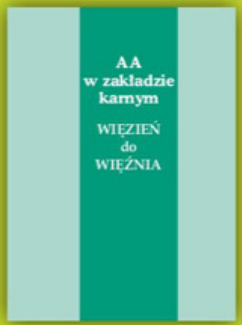


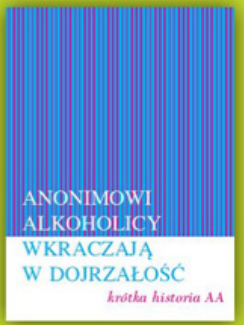












BIURO SŁUŻBY KRAJOWEJ AA

FUNDACJA BIURO SŁUŻBY KRAJOWEJ AA W POLSCE
ul. Chmielna 20, 00-020 Warszawa
tel./faks: +48 22 828 04 94; infolinia AA: 801 033 242
adres korespondencyjny: skrytka pocztowa 243, 00-950 Warszawa 1
www.aa.org.pl e-mail: aa@aa.org.pl

I-48