

WIĘŚCI A z A

STYCZEŃ | NR 1/47 | 2020

KWARTALNIK

"WIĘZIENIE POTRZEBUJE AA"



PISMO DLA PROFESJONALISTÓW I PRZYJACIÓŁ
ANONIMOWYCH ALKOHOLIKÓW W POLSCE

rozmowa

z dr. Pawłem Moczydłowskim
byłym szefem polskiego więziennictwa

O służebnej roli Fundacji BSK AA
w Polsce pisze Alicja Darkowska -
Kowalska - nowa dyrektor Fundacji

Czym jest Informacja
Publiczna w AA? - wyjaśnia
Iza z Łodzi

Psycholog więzienny Monika
Zapert o momencie
przełomowym w kontakcie
z AA

INFORMACJE REDAKCYJNE

REDAKCJA

Redaktor Naczelny Krzysztof - Stupca

Redaktor ds. wydawnictw BSK AA Anna Kaszubowska - Warszawa

Korekta wstępna Adam - Gdańsk

Projekt i skład Krzysztof - Stupca

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. Adres e-mail redakcji: wiesci@aa.org.pl

*Nadchodzący Nowy Rok
to nie tylko okres radości,
ale również zadumy
nad tym co minęło i nad tym co nas czeka.
Życzymy wszystkim dużo optymizmu
i wiary w pogodne jutro*

REDAKCJA

W NUMERZE

PREAMBUŁA AA

Anonimowi Alkoholicy są wspólnotą mężczyzn i kobiet, którzy dzielą się nawzajem doświadczeniem, siłą i nadzieją, aby rozwiązywać 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 AA Grapevine, inc; przedrukowano za zgodą



SŁOWO OD REDATORA

Łączą nas zasady

4

O WSPÓLNOCIE AA

Fundacja w służbie alkoholikom

5-6

Alicja Darkowska-Kowalska - dyrektor Fundacji BSK AA

PROFESJONALIŚCI O AA

Więzienie potrzebuje AA

7-10

dr Paweł Moczydłowski - polski socjolog, kryminolog, publicysta i urzędnik państwowy, pułkownik Służby Więziennej. W latach 1990-1994 kierował Centralnym Zarządem Zakładów Karnych w Ministerstwie Sprawiedliwości

Coś we mnie pękło

16-17

Monika Zapert - psycholog Zakładu Karnego w Nowogardzie

SŁUŻBA

O Informacji Publicznej stów kilka

11-12

Iza - Łódź - Była przewodnicząca Komisji Informacji Publicznej Wspólnoty AA w Polsce

LITERATURA AA

Alergia + obsesja (nie) do opanowania?*

12-13

Anna Kaszubowska - Redaktor ds. wydawnictw BSK AA

PRZYJACIELE AA

Sylwetki powierników

14-15

Andrzej Bujkowski - psycholog, specjalista terapii uzależnień, kapitan Służby Więziennej, Kierownik Działu Terapeutycznego Aresztu Śledczego w Suwałkach, powiernik klasy A

WSPÓŁPRACA Z AA

Po co jest AA?

18-19

Małgorzata - Kraków - redaktor językowy biuletynu "Zdrój"

ŚLADY NA PIASKU

20

PROPOZYCJA WSPÓŁPRACY DLA PROFESJONALISTÓW

21

ŁĄCZĄ NAS ZASADY

NIE POSIADAMY ŻADNEGO KIEROWNICTWA, ŻADNYCH DEPARTAMENTÓW CZY DZIAŁÓW. NIE PRZYJMujemy ŻADNYCH DOTACJI, SUBSYDIÓW ANI INNYCH FINANSOWYCH DARÓW. NIE POSIADAMY OSOBOWOŚCI PRAWNEJ. WSZYSTKIE DECYZJE PODEJMUJEMY ZGODNIE ZE ZBIOROWYM SUMIENIEM, PRZY MAKSYMALNYM WYSIŁKU NA WYPRACOWANIE JEDNOMYŚLNOŚCI. POCHODZIMY Z RÓŻNYCH ŚRODOWISK, NASZ ŚWIATOPOGLĄD I POLITYCZNE SYMPATIE ODZWIERCIEDLAJĄ PEŁNE SPEKTRUM LUDZKICH ZAPATRYWAŃ NA RZECZYWISTOŚĆ. NASZA LICZEBNOŚĆ SZACOWANA JEST NA DZIESIĄTKI TYSIĘCY OSÓB W KRAJU I MILIONY W SKALI GLOBU. NIE MAMY WŁAŚCIWIE NIC OPRÓCZ SIEBIE I NAJWAŻNIEJSZEGO SPOIWA, KTÓRE UTRZYMUJE TĘ LUŻNĄ ZBIOROWOŚĆ W JEDNOŚCI - ZASAD. JESTEŚMY CZŁONKAMI WSPÓLNOTY ANONIMOWYCH ALKOHOLIKÓW.

Łączy nas doświadczenie śmiertelnej choroby i pragnienie dzielenia się nim z tymi, którzy wciąż jeszcze cierpią. Żeby dzielić się tym darem, potrzebujemy narzędzi, które umożliwiają nam dotarcie do miejsc, środowisk, osób. Najważniejszym z narzędzi jest Fundacja Biuro Służby Krajowej Anonimowych Alkoholików, która jako podmiot prawny, reprezentuje interesy AA wobec urzędów państwowych, samorządów i instytucji. Prowadzi m.in. działalność wydawniczą, dzięki której pisma wydawane przez AA docierają do Ośrodków Leczenia Uzależnień, na oddziały szpitalne leczące alkoholików, detoksy, do Zakładów Karnych, MOPS-ów i wielu innych miejsc. Od października 2019 roku Fundacją BSK AA kieruje **Alicja Darkowska-Kowalska**, jedyna dyrektor w Polsce, która zatrudniana jest przez alkoholików po to, by im służyć, a nie nimi zarządzać. Sądzę, że trzeba przybliżyć ten ważny aspekt Wspólnoty, czyli służebność, która jest podstawą naszego powrotu do zdrowia. Alicja, jak mało kto, potrafiła to objaśnić, co znajduje swój wyraz w artykule na kolejnych stronach.

Narzędziem są również wspomniane pisma ogólnopolskie i regionalne kierowane do alkoholików przebywających w różnych miejscach. Przykładem może być kwartalnik „Nadzieja”, który trafia pod cele aresztów śledczych i więzień w całym kraju, niosąc tytułowy promyk nadziei na wyzdrowienie. Kiedy dr **Paweł Moczydłowski** – były szef Centralnego Zarządu Służby Więziennej otwierał w latach 90., bramy Zakładów Karnych dla Wspólnoty AA, miał nadzieję i wiarę w wartość takiej współpracy, choć niewiele wówczas o AA

wiedział. Czas pokazał, że nie pomylił się ani trochę. Dzięki temu psycholog **Monika Zapert** z Zakładu Karnego w Nowogardzie, która jeszcze niedawno miała, eufemistycznie mówiąc, mieszane uczucia, odnośnie AA i mityngów za murami, dziś jest orędowniczką Wspólnoty i jej przyjacielem. Na co dzień pomaga osadzonym alkoholikom odmienić ich życie. Aby jednak dotrzeć do miejsc, gdzie potrzebna jest pomoc Wspólnoty i przybliżyć ją ogółowi społeczeństwa, musimy działać aktywnie na płaszczyźnie informacji publicznej. O tym, czym jest ta część działalności AA i jak funkcjonuje, pisze **Iza z Łodzi**, która służbie informacji publicznej we Wspólnocie poświęciła ostatnie trzy lata.

Nie zapominajmy też o literaturze, gdzie wśród bogatego wolumenu AA-owskich publikacji znajduje się wydany ostatnio po polsku *Język serca* Billa W. stanowiący kompendium wiedzy na temat rozwoju myśli założyciela Wspólnoty. Tę długo wyczekiwaną przez polskich AA pozycję przybliży w kolejnych numerach **Anna Kaszubowska**, redaktor ds. wydawnictw Fundacji BSK AA.

Ponadto w numerze kolejna sylwetka powiernika niealkoholika, tym razem **Andrzeja Bujkowskiego**, przewodniczącego Zespołu Informacji Publicznej Rady Powierników. Refleksyjnym felietonem kończy natomiast **Andrzej Jastrzebski** - postać tyleż ciekawa, co tajemnicza.

FUNDACJA W SŁUŻBIE ALKOHOLIKOM

OFICJALNIE 1 PAŹDZIERNIKA BR. UZUPEŁNIŁAM SKŁAD ZARZĄDU FUNDACJI BIURO SŁUŻBY KRAJOWEJ AA W POLSCE (...). NA DYREKTORA WYBRANO MNIE 22 CZERWCA, O CZYM DOWIEDZIAŁAM SIĘ JESZCZE TEGO SAMEGO DNIA WIECZOREM. DO TEJ PORY PAMIĘTAM MOJE WZRUSZENIE, ALE JEDNOCZEŚNIE ŚWIADOMOŚĆ OGROMU ZADANIA, KTÓRE JEST PRZEDĘ MNĄ - PISZE **ALICJA DARKOWSKA-KOWALSKA** - NOWA DYREKTOR FUNDACJI BSK AA W POLSCE.

CELE FUNDACJI

Fundacja BSK AA w Polsce została ustanowiona aktem notarialnym w dniu 1 czerwca 1995 r. Jej fundatorami byli mgr Maria Matuszewska z Poznania oraz dr Bohdan T. Woronowicz z Warszawy, którzy uczynili odpowiednimi zapisami w Statucie Fundacji samych członków Wspólnoty AA oraz jej przyjaciół niealkoholików, tzw. „profesjonalistów” (w mniejszości), władnymi kierowania i zarządzania nią. Podobnie zrobili założyciele pierwszej Fundacji Alkoholików w USA, gdy tworzyli w 1938 r., powiernictwo na rzecz AA. Tym samym Fundacja BSK stała się oficjalnym, formalnym przedstawicielstwem Wspólnoty AA w Polsce.

Fundacja realizuje swoje cele poprzez organizowanie i finansowanie przedsięwzięć służących upowszechnianiu wiedzy w społeczeństwie na temat idei Anonimowych Alkoholików, działalność informacyjną i wydawniczą związaną z rozwiązywaniem problemów alkoholowych i niesieniem pomocy alkoholikom, w tym: opracowywanie, tłumaczenie i druk książek, broszur i ulotek; pozyskiwanie praw na tłumaczenie, wydawanie i wprowadzanie do obrotu wspomnianych utworów i dzieł; opracowywanie i rozpowszechnianie materiałów na nośnikach elektronicznych i audiowizualnych; tworzenie stron internetowych, a także przygotowywanie i rozpowszechnianie innych materiałów. Ponadto fundacja zajmuje się obsługą służb, kongresów, zlotów i spotkań Anonimowych Alkoholików, współpracą i wymianą doświadczeń ze służbami Anonimowych Alkoholików na poziomie międzynarodowym i pokrywa w związku z tym koszty udziału przedstawicieli delegowanych na spotkania Anonimowych Alkoholików za granicą. Podejmuje także działania mające na celu ochronę praw autorskich i symbolu - znaku Anonimowych Alkoholików. Pełną kontrolę nad jej działaniem sprawują poprzez swoich zaufanych przedstawicieli Powiernicy, członkowie Rady Fundacji, którzy wybie-

rani są dzięki wypracowanemu systemowi wyborów bezpośrednio przez przedstawicieli grup AA. Tak więc Zarząd Fundacji odpowiada za swoje działanie bezpośrednio wobec grup AA i wszystkich członków Wspólnoty.

NASZA CODZIENNOŚĆ

Oficjalnie 1 października tego roku uzupełniłam skład Zarządu, w którym pracowali już od kwietnia dwaj inni członkowie Zarządu: Marek Pluciński i Krzysztof Otrębski. Dwaj wolontariusze wspierający Fundację swoim doświadczeniem zawodowym i znajomością Wspólnoty AA. W naszej pracy korzystamy też z doświadczeń naszych poprzedników – członków i dyrektorów Zarządu. Jeden z nich nadal pracuje w biurze Fundacji. Jego pomoc jest bezcenna. Na co dzień nasza praca polega na podpisywaniu i negocjowaniu w imieniu grup, regionów, intergrup AA wszelkiego rodzaju umów i porozumień. Szczególnie ważne są tutaj umowy zawierane z Zakładami i Aresztami Śledczymi, umowy najmu lokali na przeróżne potrzeby, od pomieszczeń dla grup począwszy, poprzez lokale Punktów Informacyjno-Kontaktowych intergrup i regionów, na wielkich halach sportowych, ośrodkach wypoczynkowych, wynajmowanych na potrzeby zlotów AA, zakończone. Prowadzimy finansową obsługę Wspólnoty. Reprezentujemy Anonimowych Alkoholików w kontaktach z profesjonalistami, mogącymi pomóc w dotarciu z ideą Programu Dwunastu Kroków AA do osób uzależnionych od alkoholu. Szczególną uwagę poświęcamy naszym wydawnictwom, których jakość jest ważna nie tylko dla przekazywania informacji o sposobie wychodzenia z uzależnienia, jak i dla postrzegania Wspólnoty AA przez całe społeczeństwo. Drukujemy ulotki, broszury, książki, biuletyny (w tym: „WIEŚCI z AA”, „Zdrój”, „Nadzieja”, „Skrętka 2/4/3” i inne),

O WSPÓLNOCIE

wydawnictwa okazjonalne, plakaty. Przygotowują je anonimowi alkoholicy, wolontariusze niepiszący na co dzień, ale i zawodowi pisarze, dziennikarze, tłumacze. By ich wspomóc, Fundacja zatrudnia w biurze doświadczonego pracownika, profesjonalnego redaktora wydawnictw.

Pracujemy obecnie nad unowocześnieniem dystrybucji naszych publikacji. Uwagi wymaga cały system informatyczny Fundacji i Wspólnoty. Strona z wyszukiwarką mityngów, strona informacyjna Fundacji, strona biuletynu „Zdrój”, praca wewnętrznego systemu informacyjnego Emitent, dystrybucja biuletynów „Więści z AA” i „Skrytka 2/4/3”, sklep internetowy i wiele innych stanowią obecnie obiekt naszych zainteresowań. Nie obawiamy się trudności, bo mamy obecnie wspaniały team wolontariuszy - informatyków pracujących dla Fundacji. Pomagamy w organizacji warsztatów tematycznych dla członków Wspólnoty, zlotów, konferencji służb. Codziennie odbieramy liczne telefony od członków Wspólnoty. Odpowiadamy na zapytania z grup. Kierujemy pytających do odpowiednich komisji, zespołów powierniczych. Odbieramy korespondencję od członków AA osadzonych w zakładach penitencjarnych. Wszyscy zatrudnieni w Fundacji alkoholicy (pracują u nas także osoby nieuzależnione) prowadzą rozmowy z dzwoniącymi na infolinię AA. Tutaj praca zawodowa miesza się z tzw. „niesieniem posłania”. Członkowie Wspólnoty AA są bardzo kreatywni, zaradni, wykonują sami wiele prac niezbędnych dla funkcjonowania Wspólnoty AA w Polsce i na świecie. Fundacja BSK AA w Polsce, można stwierdzić, finalizuje te działania. Daje im „ostatni szlif”, służąc Wspólnocie kompetentną kadrami. Nasz profesjonalizm lub jego brak może mieć wpływ na komfort pracy służb AA. Już nie wspomnę, że od tego, jak będzie się prezentowała Fundacja, taki będzie wizerunek grup AA i każdego anonimowego alkoholika.

OTWARTOŚĆ NA WSPÓŁPRACĘ

Fundacja zawsze pozostaje do dyspozycji Państwa; terapeutów uzależnień, lekarzy, kuratorów, pedagogów, pracowników PARPA, służby więziennej, służb socjalnych, urzędów gmin, dziennikarzy. Jesteście naszymi przyjaciółmi, którym okazujemy i dalej będziemy okazywać szacunek i wdzięczność za pomoc, którą nam bezinteresownie ofiarowujecie. Zadań do wykonania jest wiele. Odpowiedzialność ogromna nie

tylko wobec nadzorujących Fundację urzędów państwowych, ale przede wszystkim wobec dziesiątek tysięcy Anonimowych Alkoholików. Cieszę się, że będę mogła wykorzystać całą moją wiedzę i doświadczenie zawodowe służąc przyjaciołom.

Alicja Darkowska-Kowalska

Dyrektor Fundacji Biuro Służby Krajowej
Anonimowych Alkoholików w Polsce

Alicja Darkowska-Kowalska

Dyrektor Fundacji BSK AA w Polsce

Filolog germański, absolwentka Wydziału Neofilologii Uniwersytetu Warszawskiego.

W latach osiemdziesiątych pracowała w spółkach handlu zagranicznego obsługując rynki europejskie. Od roku 1992 prowadziła własną działalność gospodarczą w zakresie prowadzenia ksiąg rachunkowych oraz prowadzenia transakcji handlu zagranicznego i wewnętrznego. Przez 19 lat była wiceprezesem firmy Stanimex Biz Sp. z o.o. w Warszawie. W latach 2016 – 2017 trzykrotnie przebywała Stanach Zjednoczonych, podróżowała też po Europie. W ramach osobistego rozwoju odwiedziła Czechy, Niemcy, Wielką Brytanię, Mołdawię, Białoruś i Ukrainę. Biegła włada językiem niemieckim, mówi również po angielsku, francusku i rosyjsku. Interesuje się historią, w szczególności wpływem hitlerizmu na społeczeństwo niemieckie w okresie III Rzeszy. Jest ponadto miłośniczką trekkingu górskiego i z pasją oddaje się nauce języków obcych.

Opracował
Krzysztof - SŁUPCA

www.poznanska38.pl
www.facebook.com/poznanska38/

**POZ
NANSKA
38**

STOWARZYSZENIE INTEGRACJI SPOŁECZNEJ
„Klub Poznańska 38”
Warszawa
ul. Poznańska 38

ZAPRASZAMY NA PREZENTACJĘ KSIĄŻKI JĘZYK SERCA

Teksty Billa W. dla magazynu „Grapevine”

Prezentację
poprowadzi
Anna

Kazubowska
redaktor ds.
wydawnictw
Fundacji BSK AA

NIEDZIELA
5 STYCZNIA
GODZ. 16.00



JĘZYK SERCA
Teksty Billa W.
dla magazynu „Grapevine”

Książka stanowi zbiór ponad stu artykułów Billa W. napisanych w latach 1944–1970 dla „Grapevine’a”, międzynarodowego pisma Wspólnoty AA. Publikacja dokumentuje rozwój myśli inicjatora Anonimowych Alkoholików w kontekście jego przemiany wewnętrznej, napływ nowych członków do Wspólnoty, zawiązywanie się struktur AA. Zawiera artykuły tematyczne, listy, teksty wspomnieniowe, życzenia i podziwienia okolicznościowe, refleksje nt. czasopisma „Grapevine”. Na tę edycję Wspólnota AA w Polsce czekała ponad dziesięć lat. Premiera książki odbyła się w sierpniu 2019 r. w Katowicach, podczas obchodów 45-lecia AA w Polsce.

STOWARZYSZENIE INTEGRACJI SPOŁECZNEJ
„Klub Poznańska 38”
Warszawa
ul. Poznańska 38

**POZ
NANSKA
38**

www.poznanska38.pl
www.facebook.com/poznanska38/

WIĘZIENIE POTRZEBUJE AA

BYŁEM WDZIĘCZNY LOSOWI, ŻE MNIE Z TYM ZETKNAŁ I WZBOGACIŁ MOJE MYŚLENIE O ŻYCIU I LUDZIACH CHORYCH NA ALKOHOLIZM - MÓWI **DR PAWEŁ MOCZYDŁOWSKI** - POLSKI SOCJOLOG, KRYMINOLOG, PUBLICYSTA I URZĘDNIK PAŃSTWOWY, PUŁKOWNIK SŁUŻBY WIĘZIENNEJ. W LATACH 1990-1994 KIEROWAŁ CENTRALNYM ZARZĄDEM ZAKŁADÓW KARNYCH W MINISTERSTWIE SPRAWIEDLIWOŚCI.

Jest Pan ekspertem od więziennictwa zorientowanym w sytuacji polskiego systemu penitencjarnego. Jaka jest liczebność grupy osadzonych w polskich zakładach karnych, którzy spełniają kryteria diagnostyczne uzależnienia od substancji psychoaktywnych?

Ta liczba jest nierozpoznana w tym sensie, że przy przyjęciu do zakładu karnego więźniowie są pytani o uzależnienia, kontakt z alkoholem czy narkotykami,



fot. Paweł - Warszawa

natomiast nie każdy definiuje się ze względu na swój problem. Z badań wynikało kiedyś, że 25 proc. miało kontakt z narkotykami. Natomiast z alkoholem w sposób, o którym można powiedzieć, że jest problematyczny, kontakt miała około połowa, może nawet 70 proc. To wynika z tego, że mamy do czynienia z przestępcami, których przestępstwo jest reakcją na sytuację życiową. To nie jest definicja, która miałaby usprawiedliwiać

przestępstwo, ale z reguły jest tak, że przy tych pierwszych czynach towarzyszy temu lęk, jakieś podniecenie. To są często osoby, które mają problemy z dojrzałością, a elementem tej dojrzałości jest umiejętność kontrolowania siebie i swoich emocji. Ponieważ sobie nie radzą, to w takich sytuacjach pomaga jakaś używka, np. alkohol. Sytuacja przestępcza wywołująca lęk, podniecenie, ekscytację jest okolicznością, z którą wiąże się alkohol jako reduktor lęku. Po udanym czynie przestępczym jest z kolei czynnikiem nagradzającym. W zakładach karnych jest sporo ludzi, którzy z alkoholem są związani lub na niego narażeni. Ilu z nich ma świadomość, że alkohol towarzyszy im za mocno? Więźniowie nie mają skłonności analitycznych do diagnozowania u siebie takich problemów. Odpychają taką myśl.

Uczestniczyłem w mityngach AA w więzieniu i frekwencja na ogół była dość wysoka. Trudno jednak uwierzyć, aby wszyscy obecni byli zainteresowani rozwiązaniem swojego problemu, tym bardziej że, jak Pan mówi, nie każdy identyfikuje się z uzależnieniem.

To nieważne, z jakiego powodu uczestniczą, czy chodzi o wyjście z celi, czy ucieczkę przed jakąś trudną sytuacją w celi, bo i tak bywa. Jakikolwiek powód, który wydaje się nawet daleki od problemu alkoholowego, jest dobrą okolicznością, żeby się w AA zaczął.

Co Pan myślał, kiedy pierwszy raz zetknął się z AA?

Kiedy przyszedłem na stanowisko dyrektora Centralnego Zarządu Służby Więziennej, nie miałem specjalnie zdania o AA czy też o leczeniu.

To był początek lat dziewięćdziesiątych.

Tak. To było wtedy dalekie ode mnie. Miałem oczywiście dobrą wolę, ale termin "walka z alkoholizmem" nie bardzo mi odpowiadał, bo „walka” to jest taki termin który podnosi poziom napięcia, lęku, strachu, ekscytacji, a alkohol to jest coś, co w tym klimacie dobrze się zako-

PROFESJONALIŚCI O AA

rzenia. Taka wojenna terminologia w zmienianiu człowieka, aby te zmiany były trwałe, nie jest dobra. W tamtym czasie zostałem zaproszony na otwarty mityng w Zakładzie Karnym na Rakowieckiej. Miałem pewne wyobrażenie o więzieniu i o tym, co tam jest możliwe. Przyglądałem się, słuchałem. Pewien więzień podzielił się wyznaniem, niesłychanie poruszającym, i mówił to otwarcie, przy innych. O swoich przeżyciach z okresu picia opowiadał z taką emfazą emocjonalną, wspominając, jak nie mógł jeść, bo w posiłku widział robaki, nie mógł pić, bo z kubka wychodziły pająki, i że właściwie Zakład Karny ocalił mu życie. Tego typu mocne doświadczenia i jego łzy w oczach, w dodatku przy rodzinie, bo też brała udział w tym mityngu sprawiły, że zrozumiałem, że dzieje się coś niesamowitego, prawdziwego. Nie ukrywam, że jednocześnie towarzyszyła mi pewna podejrzliwość, myślałem sobie: nie, on tutaj oszukuje.

To był przełom?

Rzeczywiście, otworzyło mnie to na nowe doświadczenie. Kiedy później byłem gdzieś zapraszany na wizytację czy jako gość, to chętnie uczestniczyłem w tych spotkaniach. Czuć było, że AA ma potencjał do zmieniania, że rzeczywiście coś się z człowiekiem dzieje. On może to potem stracić, ulec pokusom, ale była jakaś fascynacja i podziw dla mocy, która gdzieś tam jest. Zrozumiałem, że nie jest to coś, co można pominąć, że więzienie tego potrzebuje bardziej niż AA więzienia. Taka była moja styczność od strony praktycznej

I został Pan sojusznikiem i przyjacielem Wspólnoty AA.

Zostałem takim dobrym duchem AA, gdzie mogłem, tam wspierałem Wspólnotę. Niewątpliwie było to dla mnie duże doświadczenie emocjonalne i intelektualne. Mogłem na własne oczy zobaczyć, jak człowiek może osiągnąć dno i znaleźć tę moc w sobie, żeby wyjść z najgorszej sytuacji. Uważałem to za fascynujące, byłem wdzięczny losowi, że mnie z tym zetknął i wzbogacił moje myślenie o życiu i ludziach chorych na alkoholizm. Muszę szczerze powiedzieć, bez kokieterii, że jedną z wartościowszych rzeczy, która mnie w życiu spotkała był kontakt z AA.

Było też inne doświadczenie.

Kilka lat temu koło Ustki byłem na spotkaniu, którego wiodący motyw dotyczył ludzi z AA pracujących w zakładach karnych. Przyjechali tam również pracownicy

więziennictwa, którzy zajmowali się współpracą z AA. Byłem z żoną i córką, która była wtedy w podstawówce. Córka, ze względu na wiek, w tych spotkaniach oczywiście nie uczestniczyła. Kiedyś wybraliśmy się na spacer i natknęliśmy na leżącego, pijanego człowieka. Odsunąłem dziecko, obeszlśmy tego człowieka i poszliśmy dalej. Kiedy wracaliśmy, jakichś dwóch ludzi pochylało się nad nim i próbowało nawiązać kontakt. Domyśliłem się, że to ludzie z AA. Byłem tym bardzo zbudowany, jednocześnie zawstydzony, że unikałem problemu, a są tacy, którzy pochylają się nad tym upadłym człowiekiem i o niego walczą. To było dla mnie tak optymistyczne, że nigdy nie pozbyłem się myśli, że nawet jeśli któryś z przychodzących do więzienia z zewnątrz, alkoholików, coś skrewi, coś złego zrobi, co jest niebezpieczne w warunkach więziennych, bo zaraz się rozejdzie, nagłośni, wrogowie używają... to warto.

Zawsze w to wierzyłem i wierzę do tej pory. To pochylanie się i niesienie pomocy drugiemu człowiekowi, który znalazł się na dnie, jest dla mnie fascynujące. W takich kategoriach o AA myślałem i myślę do tej pory, a o niewielu rzeczach w życiu tak myślę.

Współpraca polskiego AA z zakładami karnymi dobrze się rozwija, biorą z nas przykład sąsiedzi ze Wschodu, m.in. z Ukrainy, Białorusi, Rosji, Mołdawii, Litwy, Łotwy. Pan jest ekspertem w sprawach więziennictwa nie tylko w Polsce. Zna Pan również systemy penitencjarne naszych sąsiadów. Jak tam wygląda współpraca z Pańskiej perspektywy?

Miałem okazję opowiadać o naszych doświadczeniach jeszcze jak byłem dyrektorem. Na Ukrainie pewna zaprzyjaźniona Pani dyrektor, która nazywała się nomen omen, Kałasznikow, była zachwycona reformami polskimi i moją osobą jako reformatora. Tam w szkole dla funkcjonariuszy więziennictwa na ścianach były nawet jakieś cytaty z moich książek. Spotkałem tam ludzi, którzy byli zaangażowani w formy samopomocy w rodzaju AA i przekonywałem, żeby weszli z tym do więzień, żeby się nie bali, żeby się otworzyli. Ale wie Pan, w takim więzieniu, gdzie święta brutalności, chamstwa i przemocy są codziennością, wyjść z ideą, która przynosi inne widzenie świata, inny język, inny sposób odnoszenia się... to nie jest takie proste. Ale opowiadałem o moim sposobie zapoznawania się z AA i moich doświadczeniach. Opowiadałem jako taki zachwycony Wspólnotą, amator. No i to się podobało.

PROFESJONALIŚCI O AA

O programie ATLANTIS*, czyli leczeniu uzależnień w warunkach izolacji, mówił Pan nawet w Azji.

Proszę Pana, to zaszło niemal pod Himalaje! Pracowałem w programie Open Society Justice Initiative jako doradca więzień z krajów posowieckiej Azji, m.in. Gruzji, Azerbejdżanu, Tadżykistanu, Kirgistanu. W Kirgistanie spotkałem ludzi z United Nation Development Program, którzy słyszeli o moich reformach. To dłuższa historia, ale dość powiedzieć, że zostałem w końcu dopuszczony do tajemnic kolonii karnych całej centralnej Azji, czyli Turkmenistanu, Uzbekistanu, Tadżykistanu, Kirgistanu, Kazachstanu, także azjatyckiej części Rosji. W tych koloniach na przysłowiowym końcu świata była taka bieda, że sprawy opierały się o głód czy wręcz incydentalnie o kanibalizm i inne rzeczy ekstremalne. Tamtejsza sytuacja pokazywała wymiar kryzysu, jaki nastąpił w koloniach karnych po upadku Związku Radzieckiego. A my mówiliśmy tam o polskim doświadczeniu, o Anonimowych Alkoholikach, o programie Atlantis, o tym, że daje się to leczyć. Proszę Pana! Oni tego słuchali jak bajki o żelaznym wilku, nie wierzyli, że tak można. Myśmy tam zmieniali stosunek do alkoholika, choć może nie tyle do alkoholika, bo wódka jest doświadczeniem - szczególnie w służbach mundurowych - dość popularnym. Z alkoholikami nie było tak źle, ale do narkomana, który tam jawił się jako ostatni „śmieć”, którego należy zatłuc. Myśmy zmieniali taką radykalną i niekorzystną dla programu leczenia i dla ludzi dotkniętych uzależnieniem, opinię. Było to ekstre-

malne doświadczenie i czasem trzeba było tam używać ekstremalnego języka.

Więźniowie przymierali głodem, a Wy o leczeniu uzależnień. Rzeczywiście, biegunowa skala problemów.

Więziennictwo w Kirgistanie było tak upadłe, że nic nie robiło dla tych więźniów. Nędzna miska zupy czy raczej ciepłej wody, po której pływały jakieś oczka z tłuszczu. Wszystkich utrzymywały rodziny, które jeszcze musiały oddawać dolę klawiszom. Nie przebierałem w słowach, kiedy naczelnikowi kolonii dla gruźlików, który odmawiał udziału w programie Atlantis więźniowi – nosicielowi wirusa HIV i z zaleconą gruźlicą - opowiadałem o Matce Teresie z Kalkuty. Ta cicha, skromna kobieta zbierała z ulic ludzi leżących w błocie, cuchnących, wycieńczonych, gnijących i umierających. Zapewniała im prysznic i czystą pościel, aby mogli godnie umrzeć. Tylko tyle. Za to była kochana i szanowana, miała posłuch i w pewnym sensie władzę nad ludźmi. To jest historia o „l e g i t y m a c j i w ł a d z y”. I mówię mu: (...) *Każda władza, jeśli chce akceptacji ludzi w zarządzaniu nimi, musi dla nich coś robić. Nawet ta, która chce rządzić więźniami !!! Inaczej, jak to zdarza się u was, rządzi w koloniach „Wor w Zakonie”**, a was od czasu do czasu więźniowie wyganiają z Zony. Właśnie dlatego, że wy nie możecie zapewnić podstawowych warunków więźniom, zwłaszcza temu, który ma HIV, gruźlicę czy inną chorobę, albo mówicie, że nie macie pieniędzy, żeby go pochować jak umrze, odmawiają*



fot. Paweł - Warszawa

PROFESJONALIŚCI O AA

podporządkowania się waszej władzy ! On i inni tam obecni stali wstrząśnięci i miałem wrażenie, że zaczęli rozumieć, na czym polega lekcja Matki Teresy o legitymacji moralnej do sprawowania władzy.

A jak było w Rosji?

Przed olimpiadą zimową w Soczi zwołali przedstawicieli więziennictwa z całej Europy i świata. Nie przyjechał nikt oprócz byłych demoludów. Byliśmy tam również jako przedstawiciele Polski. Opowiadałem tam o polskim doświadczeniu, a sala na stojąco biła oklaski. Naprawdę to był aplauz i byłem zaskoczony. Niestety tamtejsi decydenci przestraszyli się tej "rewolucyjności sali" i właściwie nas stamtąd wygonili. Ale Rosjan, zwykłą kadrę, interesowały programy leczenia i wiem, że tam cieszy się dobrą opinią to, co dzieje się w Polsce w tym obszarze. Nie ma jednak odgórnego wsparcia. Moje doświadczenie z tzw. „górami” jest takie, że nie ma co uprawiać dyplomacji, tylko mówić twardo: macie to dla ludzi zrobić i koniec. Oni jednak poszli inną drogą, jest tam duży poziom nieufności na szczeblu politycznym.

Zawiózł Pan również polskie doświadczenia do Kolumbii.

Nie wiem dlaczego, ale najwięcej cytowań moich artykułów jest w Ameryce Południowej. W Kolumbii rzeczywiście też opowiadałem o polskim doświadczeniu.

Polskie doświadczenia i praktyka są imponujące, zwłaszcza na tle krajów wschodnich, ale nie wszystko wygląda tak różowo. Jest za mało oddziałów terapeutycznych, więźniowie czekają na przyjęcie nawet trzy lata. Czy chodzi o pieniądze?

Nie, to jest niesprzyjający klimat. Nie chcę spekulować, bo nie wiem, czy dobrze zrobiłbym idei leczenia i AA, ale zgadzam się, że to jest niedostateczne. Każdy rejon powinien mieć dobry, na profesjonalnym poziomie ośrodek leczenia uzależnień. Kadra powinna być obowiązkowo zapoznawana z wiedzą o AA i programem leczenia. To powinien być standard, którym oddycha każde więzienie, co do tego nie mam żadnych wątpliwości. AA daje inny język, daje doświadczenie, daje kontakty. Jest jak pierwsze butle z tlenem trafiającym z ratunkiem do więzienia. Z kolei leczenie jest bardziej usystematyzowane, bardziej wciągające. Ale po wyjściu na wolność więźniów dalej powinien kontynuować leczenie w AA i na Programie.

Polska Wspólnota AA wydaje m.in. biuletyn „Nadzieja” adresowany do osadzonych w Zakładach Karnych. Przez wielu jest to oczekiwane wydawni -

ctwo niosące ważny przekaz dla wciąż cierpiących alkoholików odbywających kary więzienia.

Są w więzieniach nośniki, jak radio wewnętrzne, są wychowawcy itd. i to powinno być systematycznie emitowane w formie komunikatów. Więzienie jest taką instytucją, gdzie jedni przychodzą, inni wychodzą, więc powinna być taka audycja powiadamiająca, a oprócz tego rozprowadzana literatura, udzielana informacja. Nawet jak ktoś jest ślepy, głuchy i bez nóg, powinien potknąć się o AA. Tak powinno być.

Czy AA może zrobić coś więcej?

Dzięki Wam za to, że przychodzicie i za to, co robicie. Dużo więcej natomiast powinno robić więziennictwo, a mówię o tym obszarze, bo się na nim znam i wiem, czego można od więziennictwa wymagać. Wy rzeczywiście zrobiliście bardzo dużo. Niemal jak Jurand ze Spychowa w siermiężnej włosiennicy staliście długo pod murami i prosiliście, żeby was wpuścić. Zostaliście wpuszczeni, ale to trzeba znormalizować, to ma być standard i to musi zrobić więziennictwo.

Dr Paweł Moczydłowski - od 1990 do 1994 zajmował stanowisko dyrektora generalnego Centralnego Zarządu Zakładów Karnych w randze pułkownika Służby Więziennej. Zasiadał w Zespole Doradczym ds. Reformy Systemu Bezpieczeństwa Państwa w MSW (1990) oraz w Komisji ds. Reformy Prawa Karnego w Ministerstwie Sprawiedliwości (1991). Był także doradcą w Kancelarii Prezydenta RP Lecha Wałęsy (1995). Od 1995 r. działa w sektorze pozarządowym. Od 2000 r. prowadzi własną działalność konsultingową. Współpracował z *Open Society Institute* jako ekspert ds. więziennictwa w postkomunistycznych krajach azjatyckich: Azerbejdżanie (1999), Mongolii (2000), Tadżykistanie (2000–2001), Kirgistanie (2000–2004) i Gruzji (2000–2004). Prowadził również badania w wielu krajach Europy (Finlandia, Szwecja, Norwegia, Dania, Białoruś, Mołdawia, Czechy, Węgry, Niemcy, Austria, Szwajcaria, Włochy, Francja, Anglia i Walia, Rosja) i obu Ameryk (Kanada - Quebec; USA - Stany New York, Missouri, Illinois, Colorado, Minnesota; Peru, Wenezuela) i Azji (poza już wymienionymi krajami, ponadto Indie, Kazachstan, Filipiny). Autor książek i ponad 100 artykułów w Polsce i zagranicą.

Rozmawiał

Krzysztof - SŁUPCA

Redaktor Naczelny WIEŚCI z AA

Sesja zdjęciowa

Paweł - Warszawa

SŁUŻBY AA

***Program Atlantis** - program resocjalizacji skazanych, uzależnionych od alkoholu, odbywających karę pozbawienia wolności. (źródło: www.parpa.pl)

****Wor w Zakonie** - przywódca podziemia kryminalnego krajów byłego ZSRR, obecnej Rosji i republikach postradzieckich. Jest mniej więcej odpowiednikiem „ojca chrzestnego” w mafii włoskiej. Kryminaliści z tym tytułem cieszą się wielkim autorytetem w przestępczym podziemiu. (źródło: www.wikipedia.org)

O INFORMACJI PUBLICZNEJ SŁÓW KILKA

REALIZACJA WSPÓLNOTOWEJ MISJI ANONIMOWYCH ALKOHOLIKÓW NIE BYŁABY MOŻLIWA BEZ UPOWSZECHNIANIA WIEDZY O TYM, ŻE JEST ROZWIĄZANIE - O DZIAŁANIU IP PISZE IZA Z ŁODZI.

Czym jest Informacja Publiczna w AA?

Najprościej mówiąc, jest to informowanie społeczeństwa o Wspólnocie Anonimowych Alkoholików. Mówimy o tym, kim jesteśmy, jak działamy, co robimy, a czego nie robimy, jak pomagamy sobie nawzajem. Możemy przekazywać te informacje bezpośrednio potencjalnym alkoholikom, trafiamy na detoksy, do szpitali psychiatrycznych, na oddziały terapeutyczne, do Zakładów Karnych i Aresztów Śledczych. Docieramy do tych, którzy jeszcze są w aktywnej fazie swojej choroby, ale już odczuli skutki nadużywania alkoholu, są skłonni ratować swoje życie i szukać rozwiązania. My proponujemy sposób, który nam pomógł. Opowiadamy o mityngach, naszych historiach osobistych, przemianie osobowości i wzajemnym wsparciu, roznosimy ulotki informacyjne, plakaty, spisy mityngów i literaturę.

Z drugiej strony poszukujemy odbiorców wśród różnych grup społecznych, które zawodowo stykają się z osobami uzależnionymi od alkoholu. Organizujemy spotkania informacyjne dla kuratorów sądowych zawodowych i społecznych, pracowników ośrodków pomocy społecznej, policjantów, strażników miejskich, duchownych, nauczycieli, lekarzy, studentów kierunków medycznych i resocjalizacji i wielu innych. Podczas tych spotkań, które trwają około 1 – 1,5 godziny, informujemy o różnych rodzajach mityngów: czym jest mityng otwarty, zamknięty, spikerski, czym jest sponsorowanie. Wspominamy o historii powstania Wspólnoty w USA, w Polsce i w konkretnym regionie lub mieście, o programie Dwunastu Kroków i Dwunastu Tradycji, prezentujemy naszą literaturę, dane kontaktowe. Jest oczywiście również czas na zadawanie pytań i dyskusję. Często padają pytania o wiek członków naszej Wspólnoty, jak często uczestniczymy w mityngach, co nam pomaga wracać do zdrowia, skąd dowiedzieliśmy się o Anonimowych Alko-

holikach. Na szczęście znamy już odpowiedzi na te pytania, ponieważ w latach 2017–2018 przeprowadziliśmy anonimową ankietę i uzyskaliśmy dane statystyczne.

Jaki jest cel działań?

Realizujemy w ten sposób nasz podstawowy cel, czyli „niesienie posłania alkoholikowi, który wciąż jeszcze cierpi”. Obok oczywistej korzyści, jaką jest uratowanie komuś życia, mamy do czynienia ze wzrostem liczby członków naszej Wspólnoty. Ponadto pomagając innym, pomagamy sobie, bo ratujemy się przed powrotem do picia – jest to paradoks odkryty przez założycieli AA, Billa W. i doktora Boba. Wyrażamy też w ten sposób wdzięczność za uratowanie nam życia.

Wśród profesjonalistów, czyli osób zawodowo stykających się z alkoholikami, znajdujemy też naszych przyjaciół. Są to osoby, które zarażone naszymi ideami i Programem powrotu do zdrowia, stają się rzecznikami naszej sprawy i wspierają nas swoim doświadczeniem i mądrością. Niektórzy z nich zostają powiernikami klasy A (nie-alkoholikami), pomagają naszej Wspólnocie wzrastać, mówią o nas i reklamują nas. W ostatnim roku pomogli nam zrealizować spoty telewizyjne dostępne w serwisie YouTube oraz reportaży z naszego święta obchodów 45-lecia powstania AA w Polsce, które odbyło się w sierpniu w Katowicach.

Czy widać nas w mediach?

Wielu z nas udziela wywiadów i informacji do prasy, radia lub telewizji. Dzięki współpracy z dziennikarzem Jackiem Alexandrem w USA i publikacji artykułu w "Saturday Evening Post" z 1 marca 1941 liczba członków wzrosła ze stu do dwóch tysięcy w ciągu kilku tygodni. Musimy jednak pamiętać o zachowaniu osobistej anonimowości. Nie pokazujemy swojej twarzy, nie ujawniamy nazwiska. Jeśli mówimy o sobie, że jesteśmy członkami AA, to przedstawiamy się tylko imieniem lub pseu-

LITERATURA AA

donimem. Chroni nas to przed zbytnim wzrastaniem pychy i egoizmu, które są dla nas bardzo niebezpieczne. Jednocześnie zabezpiecza to Wspólnotę przed dominacją jednostek i silnych osobowości.

Kto może być członkiem informacji publicznej?

Opisane wyżej zadania mogą realizować wszyscy, którzy chcą działać i znają Tradycje, czyli zasady współdziałania grup i AA jako całości. Zaczynając od poziomu grupy, która powiesi na drzwiach sali informację „Tutaj odbywa się mityng grupy AA...”, zaniesie informację do gospodarza obiektu, od którego wynajmuje salę, zapyta go o możliwość powieszenia plakatu lub

rozłożenia ulotek. Poprzez zespoły intergrupowe, które organizują spotkania informacyjne, nawiązują kontakty w lokalnym środowisku i podtrzymują je, dbają o fundusze i zaopatrują w literaturę, dzielą się doświadczeniem z innymi członkami podczas spotkań zespołu. Kończąc na poziomie służb krajowych: Delegatach Konferencji Służby Krajowej oraz zespołach powierniczych, które realizują zadania na poziomie ogólnokrajowym. Każdy z nas, indywidualnie, niesie informację o Wspólnocie Anonimowych Alkoholików zmieniając swoje życie, dbając o swój wygląd zewnętrzny, pogodę ducha, postępując uczciwie i godnie.

XIII OGÓLNOPOLSKIE WARSZTATY TRADYCJI

Temin: 07 - 09 lutego 2020 r.

Lokalizacja: Góra Św. Anny, Dom Pielgrzyma, al. Jana Pawła II 7, 47-154 Góra Św. Anny

Kontakt: PIK KATOWICE - 32 725-74-04

Iza - Łódź

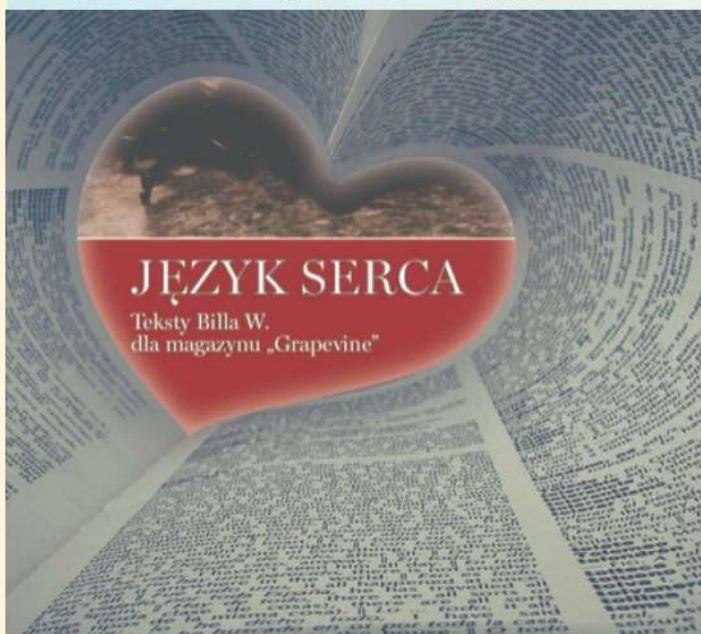
Była przewodnicząca Komisji Informacji Publicznej AA w Polsce

ALERGIA + OBSESJA (NIE) DO OPANOWANIA? 1*

„DRODZY LEKARZE, MOŻE PRZYJDZIECIE NA MITYNG?” - TYMI SŁOWAMI BILL W., INICJATOR AA, ZWRÓCIŁ SIĘ DO PSYCHIATRÓW ZE SZPITALA W NEW JERSEY W PIERWSZEJ POŁOWIE XX WIEKU. PRZYSZLI. ZOBACZYLI I WYSŁUCHALI ZATRACEŃCÓW OCALAŁYCH Z OBSESJI UMYŚLU I ALERGII ORGANIZMU.

Doktor William Duncan Silkworth ze szpitala Charlesa B. Townsa w Nowym Jorku, słynącego z otrzeźwiania licznych pacjentów, wypracował własną teorię na temat śmiertelnej choroby toczącej alkoholików. Uznał, iż władą nimi obsesja picia, nakazująca sięgać po destrukcyjny kieliszek wbrew ich własnej woli oraz interesom, połączona z alergią ciała powodującą szaleństwo

lub śmierć organizmów nietolerujących już alkoholu. „Mały doktor, który kochał pijaków”, nieustannie powtarzał: „Kiedyś znajdziemy rozwiązanie”. Ufność nie pozabawiała go realizmu, konsekwentnie komunikował więc „beznadziejnym przypadkom” nagą prawdę. Takową z jego ust usłyszał Bill W., przyszły założyciel Wspólnoty AA: *Oto ani moje, ani jego, ani żadne inne zasoby i środki, które znał, nie mogły powstrzymać mojego picia; trzeba mnie będzie umieścić w zakładzie zamkniętym albo doznam uszkodzenia mózgu, albo umrę w przeciągu roku. Takiego orzeczenia nie przyjąłbym od nikogo innego. Jednak on mówił do mnie językiem serca, toteż byłem w stanie przyjąć prawdę, którą mi przedstawił. Tylko że była to prawda straszna i beznadziejna. Przemawiał w imieniu nauki, którą głęboko szanowałem.*

**XVI OGÓLNOPOLSKIE WARSZTATY KOLPORTERÓW I LITERATURY**

Temin: 20 - 22 marca 2020 r.

Lokalizacja: Pieczyska nad Zalewem Koronowskim, Ośrodek Wypoczynkowy "Rewita Żagiel", ul. Wypoczynkowa 1, 86-010 Koronowo

Kontakt: 504 166 488, 788 303 528, 661 458 007

LITERATURA AA

Właśnie ona wydawała się mnie skreślać. (...) Dziś każdy członek AA wpaja nowicjuszowi dokładnie to, co doktor Silkworth tak mocno wpoił mnie. Wiemy, że nowicjusz musi osiągnąć dna; inaczej niewiele może się wydarzyć. Ponieważ jesteśmy «pijakiem, którzy rozumieją», możemy posłużyć się dziadkiem do orzechów, którego jednym ramieniem jest obsesja, a drugim alergia, i wykorzystać go jako potężne narzędzie, które rozetrze na proch wybujałe ego nowicjusza. Tylko w ten sposób możemy go przekonać, że bez pomocy jego szanse są nikłe albo żadne 2**.

Każdy nowo przybyły uczestnik mityngu AA doświadcza „linii transmisyjnej” jednego alkoholika z drugim, wyzutej z frazesów i konwencjonalnych recept na zacne postępowanie. Świadomy wyroku medycyny wobec trawiącej go choroby, skonfrontowany z żywym dowodem uwolnienia, uzna-

wszy własną bezsilność wobec alkoholu, staje w obliczu decyzji. Zdobyć się na uczciwość i szczerłość wobec siebie? Omówić z drugim własne wady i problemy? Naprawić krzywdy wyrządzone innym? Poddać się tym Dwunastu Krokom? Przywołani psychiatrzy z New Jersey w przeciągu miesiąca od udziału w mityngu AA, otworzyli swój szpital dla Anonimowych Alkoholików. Zaczęła formować się w nim nowa grupa. Bynajmniej nie o sukcesie tu mowa... Drodzy Przyjaciele – terapeuci, psychologowie, wszyscy pracujący z alkoholikami – może przyjdziecie na mityng?

Anna Kaszubowska
Redaktor ds. wydawnictw
Fundacji Biuro Służby Krajowej AA
w Polsce

1* Tekst bazuje na artykułach Billa W. zebranych w książce *Język serca. Teksty Billa W. dla magazynu „Grapevine”*.

2** *Język serca. Teksty Billa W. dla magazynu „Grapevine”*, Fundacja Biuro Służby Krajowej Anonimowych Alkoholików w Polsce, Warszawa 2019, s. 394-395.



JĘZYK SERCA

Teksty Billa W. dla magazynu „Grapevine”

Zbiór ponad stu artykułów Billa W. napisanych dla „Grapevine’a”, międzynarodowego pisma Wspólnoty AA. Publikacja dokumentująca rozwój myśli inicjatora Anonimowych Alkoholików w kontekście jego przemiany wewnętrznej, napływ nowych członków do Wspólnoty, zawiązywanie się struktur AA.

Jak rozumieć anonimowość i jej strzec? Z czego wynika i na czym bazuje służba we Wspólnocie AA? Jak budować relacje pomiędzy Wspólnotą AA i mediami? O czym należy pamiętać podczas niesienia posłania? Jak wprowadzać nowicjuszy?

Edycja zawiera:

- artykuły tematyczne
- korespondencję Billa W. z Karolem Gustawem Jungiem oraz przedstawicielem Uniwersytetu Yale
- życzenia i pozdrowienia okolicznościowe
- pulę tekstów wspomnieniowych
- refleksje dotyczące magazynu „Grapevine”

Książka do nabycia:

- w Biurze Służby Krajowej AA: ul. Chmielna 20, 00-020 Warszawa tel. (+48) 22 828 04 94
- w Magazynie Literatury AA: ul. Dobrowoja 8/1, 04-003 Warszawa tel. (+48) 22 114 91 33; 604 867 406
- poprzez sklep internetowy Fundacji BSK AA: <https://sklep.aa.org.pl/>

Tytuł oryginalny: *The Language of the Heart. Bill W.'s Grapevine Writings*

Wydanie: Warszawa, 1, 2019

Wydawca: Fundacja Biuro Służby Krajowej Anonimowych Alkoholików w Polsce

Typ oprawy: twarda

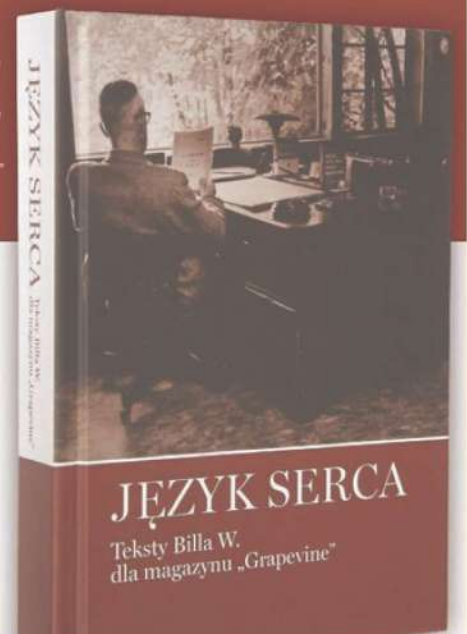
ISBN: 978-83-87043-84-1

EAN: 9788387043841

Liczba stron: 632

Wymiary: 14,4×20,1 cm

Cena: 35 zł



SYLWETKI POWIERNIKÓW

ANDRZEJ BUJKOWSKI

POWIERNIK KLASY A (NIEALKOHOLIK)

Nazywam się **Andrzej Bujkowski**. Urodziłem się w uroczym mieście Suwałki w północno-wschodniej Polsce. Mam obecnie 40 lat. Swoje lata dziecięce oraz lata młodości spędziłem w Suwałkach. W moim rodzinnym mieście rozpocząłem naukę w szkole podstawowej, a następnie kontynuowałem edukację w Technikum Energoelektronicznym. Po ukończeniu szkoły średniej na pięć lat przeniósłem się do Warszawy, gdzie podjąłem studia psychologiczne na Uniwersytecie Kardynała Stefana Wyszyńskiego. Po uzyskaniu w 2004 r. dyplomu magistra psychologii podjąłem decyzję o powrocie do mojego rodzinnego miasta, gdzie mieszkam do dziś. Po przybyciu do Suwałk podjąłem pracę w Izbie Wyrzeźwiń. Tam pierwszy raz zawodowo zetknąłem się z problemem alkoholizmu. Była to specyficzna, wymagająca i trudna praca. Tam też pierwszy raz usłyszałem o Wspólnocie AA. Po pewnym czasie podjąłem pracę w Suwalskim Szpitalu Psychiatrycznym, a następnie w 2005 r. rozpocząłem służbę w Areszcie Śledczym w Suwałkach. Początkowo jako wychowawca, a następnie jako psycholog w oddziale terapeutycznym dla skazanych uzależnionych od alkoholu oraz środków odurzających lub substancji psychotropowych. Pomaganie osobom uzależnionym stało się moją misją. W związku z powyższym, aby zwiększyć swoje kompetencje w tym zakresie, ukończyłem Studium Pomocy Psychologicznej, a następnie podjąłem i ukończyłem studia podyplomowe w zakresie Specjalisty Terapii Uzależnień. To właśnie w oddziale terapeutycznym w Suwalskim Areszcie po raz pierwszy miałem bezpośredni kontakt ze Wspólnotą AA. Początkowo jako psycholog pomagałem swoim podopiecznym w kontaktach z członkami Wspólnoty. Następnie po objęciu stanowiska kierownika

fot. archiwum A. Bujkowskiego



działu terapeutycznego stałem się odpowiedzialny za współpracę Aresztu Śledczego w Suwałkach ze Wspólnotą AA. Coraz częściej pojawiałem się na mityngach otwartych oraz na spotkaniach informacyjnych organizowanych na terenie naszej jednostki, jak i poza nią. Przyjaciele ze Wspólnoty otoczyli mnie swoją opieką i niezmierną życzliwością. Zaczęli zapraszać mnie na różnego rodzaju warsztaty oraz zloty radości, gdzie miałem okazję pogłębiać swoją świadomość dotyczącą Wspólnoty oraz program, jaki oferuje. Nasza współpraca roz-

PRZYJACIELE AA

wijała się na tyle intensywnie i satysfakcjonująco, że przyjaciele z Regionu Białystok zaproponowali moją osobę na powiernika kl. A. Komisja Nominacyjna przyjęła moją kandydaturę, a następnie Konferencja Służby Krajowej w 2017 r. przyjęła mnie do Wspólnoty. Od tamtego momentu pełnię we Wspólnocie AA służbę powiernika klasy A. W Radzie Powierników jestem przewodniczącym Zespołu do spraw Informacji Publicznej oraz Współpracy z Innymi.

Na co dzień koordynuję niesienie posłania do Aresztu Śledczego w Suwałkach oraz wspieram w tym zakresie inne jednostki penitencjarne. Biorę również czynny udział w organizacji oraz przeprowadzaniu spotkań informacyjnych dla różnych grup zawodowych i społecznych. Do moich obowiązków należy również podejmowanie oraz koordynacja działań z zakresu Informacji Publicznej na poziomie Zespołu powierniczego zarówno na gruncie krajowym, jak i zagranicznym.

We Wspólnocie czuję się jak w rodzinie. Daje mi ona mnóstwo radości i satysfakcji wynikającej z pomagania osobom tego potrzebującym. Wspólnota AA to nieograniczone, niewyczerpalne źródło energii, radości i szczęścia. Wystarczy tylko wstąpić w jej szeregi, aby poczuć się szczęśliwym człowiekiem lub pomnażać to szczęście i dzielić się nim z innymi. Prywatnie jestem szczęśliwym mężem i tatą dwójki wspaniałych dzieci. Czas wolny spędzam bardzo aktywnie, uprawiając różne dyscypliny sportowe (kolarstwo górskie, bieganie, żeglarstwo, jazda na nartach biegowych, trekking górski). Fascynują mnie również podróże. Uwielbiam podróżować ze swoją rodziną w różne zakątki Europy naszym małym kamperem. W wolnych chwilach lubię poczytać, jest to przeważnie literatura faktu. Interesuję się również starą motoryzacją oraz starym meblami z duszą.

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.

POZnań* - GOSPODARZEM 50-LECIA W POLSCE

STOLICA WIELKOPOLSKI PRZYJMIE WIELOTYSIĘCZNĄ RZESZĘ CZŁONKÓW WSPÓLNOTY ANONIMOWYCH ALKOHOOLIKÓW, KTÓRZY ŚWIĘTOWAĆ BĘDĄ JUBILEUSZOWY ZŁOT RADOŚCI W SIERPNIU 2024 ROKU

Jeszcze nie w pełni wybrzmiały echa tegorocznego 45-go jubileuszu Wspólnoty AA w Polsce, którego kulminacją był zlot w Katowicach, a już ruszyły przygotowania do obchodów półwiecza tego ruchu. Na listopadowej Konferencji Służby Krajowej AA w Polsce podjęto decyzję o wyborze organizatora rocznicy, którym został Region Warta. Oznacza to, że polscy AA celebrować będą swoje powstanie w Poznaniu, gdzie w 1974 r. rozpoczęła działalność pierwsza grupa AA pod nazwą "Eleusis". Wybór Poznania jest więc głęboko zakorzeniony historycznie i wydawał się zrazu wyborem oczywistym. Wiele miesięcy temu okazało się jednak, że aspiracje do podjęcia organizacyjnego wysiłku ma również Region Kujawsko-Pomorski z siedzibą w Bydgoszczy. Rozmowy pomiędzy obydwoma ośrodkami doprowadziły jednak do wypracowania wspólnego stanowiska i ostatecznie to Poznań będzie gospodarzem 50-lecia, a Bydgoszcz przysłuży się pomocą. Jubileusz odbędzie się na terenie Międzynarodowych Targów Poznańskich, które posiadają odpowiednią infrastrukturę do organizacji imprez o charakterze masowym.

Krzysztof - SŁUPCA



COŚ WE MNIE PEKŁO

NA POCZĄTKU SŁYSZAŁAM WIELE STEREOTYPÓW - ŻE «DZIWAKI», ŻE «SEKTA», ŻE «PIJAKI»- MÓWI **MONIKA ZAPERT** - PSYCHOLOG ZAKŁADU KARNEGO W NOWOGARDZIE, KTÓRA SŁUŻBOWY OBOWIĄZEK ZAMIENIŁA W PEŁNĄ ZROZUMIENIA PASJĘ.

„Za jakie grzechy?” - to była pierwsza myśl, kiedy dostałaś pod opiekę więzienną grupę AA. Jak to było?

Zastępowałam koleżankę, która była na długotrwałym zwolnieniu i AA dostałam w spadku. Myślałam sobie: za jakie grzechy? Początkowo zajmowałam się tylko sprawami organizacyjnymi, czyli zgody, wykazy, telefony. Z czasem jednak zaczęłam brać udział w mityngach otwartych i spikerskich. Ze spotkania na spotkanie wsłuchiwałam się w każde świadectwo i po prostu przyszedł taki moment, że coś zaskoczyło i coś we mnie pękło. I właśnie dlatego zawsze powtarzam moim skazanym, że nigdy nie wiemy, kiedy nastąpi taki moment zaskoczenia, więc warto spróbować, zanim dokonamy oceny.

Jak jest teraz?

Dzisiaj czuję się jak członek rodziny AA. Nie tylko dlatego, że poznałam wielu wspaniałych przyjaciół, ale również dlatego, że dojrzałam do bycia częścią tej Wspólnoty. Obecnie współpraca z AA już nie jest dla mnie pracą i obowiązkiem. Teraz jest to dzielenie się cudami, których byłam świadkiem z tymi, którzy tego bardzo potrzebują. Dzięki temu, że jestem całym sercem we Wspólnocie, jest mi łatwiej pomagać moim skazanym. Opowiadając im o mityngach czy o Dwunastu Krokach mówię to, co czuję, więc dla nich jestem szczerą i wiarygodną. Jedno jest pewne: nie wyobrażam sobie już mojego życia bez Wspólnoty...

Wynika z tego, że istnieje potrzeba organizacji w Zakładach Karnych spotkań informacyjnych dotyczących Wspólnoty AA.

Ogromna! Staramy się w miarę możliwości takie organizować. Czasami po prostu opowiadamy naszym kolegom o cudach, które się dzieją i o tym, jak wiele skazani czerpią z mityngów. Mówimy: przyjdź, posłuchaj, a zrozumiesz.

Jaka jest codzienność psychologa więziennego?



fot. archiwum M. Zapert

Codziennosc psychologa więziennego to człowiek. Nie ma dnia bez spotkania. Zadaniem psychologa jest nie tylko wsparcie w ważnych i trudnych chwilach. Czasami jest to zwykła rozmowa, doradztwo psychologiczne. Bardzo często działamy na zasadzie interwencji kryzysowej, czyli dostajemy telefon i dosłownie trzeba gdzieś biec. Tego typu sytuacje dotyczą głównie zachowań agresywnych i autoagresywnych, również samobójczych. Z perspektywy czasu widzę jednak, że największa część pracy psychologa w więzieniu dotyczy obszaru profilaktyki uzależnień. Jest to zarówno diagnoza, jak i dostosowanie różnego rodzaju oddziaływań. Jeśli termin końca kary jest zbyt krótki, aby osadzony odbył terapię, to realizuje spotkania z psychologiem, które nazywamy Krótką Interwencją. Jest to pewnego rodzaju przygotowanie do terapii. Podczas takich spotkań określamy cel, nad którym chce pracować skazany, rozmawiamy na temat etapu zmiany, na którym się znajduje i zastanawiamy się co dalej. Psycholog więzienny prowadzi również różnego rodzaju programy resocjalizacyjne/readaptacyjne, które mają na celu pracę nad deficytami, ale także wzmacnianie mocnych stron i zasobów skaza-

PROFESJONALIŚCI O AA

nego.

Mnóstwo zadań...

Tak, codzienność naszej pracy to również ogrom dokumentacji, którą musimy sporządzić, ale jest ona niezwykle ważna i pomocna w dalszej pracy ze skazanym. A tak poza tym, to pożyczamy książki, dzielimy się kolorowymi kartkami do origami, robimy razem kartki świąteczne i tym samym staramy się zająć czymś głowy naszych podopiecznych, a przy okazji zbudować relację, która jest podstawą do jakichkolwiek oddziaływań.

Czy program terapeutyczny w warunkach izolacji różni się czymś od tego wolnościowego?

Program terapeutyczny w warunkach izolacji więziennej jest przygotowywany przez specjalistycznie wyszkolony zespół terapeutyczny składający się z terapeutów uzależnień i psychologów. Teoretycznie program ten nie odbiega niczym od tych, które prowadzone są w warunkach wolnościowych. W praktyce jednak różnice są istotne. Pacjenci oddziałów terapeutycznych w więzieniach to osoby skazane, a personel to głównie funkcjonariusze. Oddziaływania wobec skazanych pacjentów są zdecydowanie inne, ponieważ pozostają do dyspozycji sądy, system nagród i kar jest inny niż ten w warunkach wolnościowych. Skazani, którzy nie wyrażają zgody na odbycie terapii, kierowani są na nią decyzją sądu. W warunkach izolacji również organizowane są mityngi AA i NA, które cieszą się ogromnym zainteresowaniem wśród skazanych i bardzo chętnie z nich korzystają.

Terapia uzależnień to forma oddziaływania obarczona elementem rygoru, a nierzadko przymusu. Natomiast mityngi AA czy NA i związana z nimi filozofia to zasady i dobrowolność. Chcę lub mogę bardziej przemawiać do osadzonego, niż muszę.

Zdecydowanie tak. Skazani chętniej korzystają z oddziaływań, na które się godzą lub sami się zgłaszają. Jestem przekonana, że przynosi to lepsze efekty i większe owoce. W rozmowach indywidualnych moi podopieczni często dzielą się refleksjami dotyczącymi mityngów i chwają sobie tego typu formę oddziaływań, szczególnie kiedy w spotkaniach biorą udział przedstawiciele Wspólnoty AA spoza więzienia. Sami przyznają, że najbardziej przekonują ich świadectwa innych alkoholików czy narkomanów niż zajęcia ze specjalistami. Osadzeni cenią szczególnie mityngi otwarte i spiker-skie, w których mogą brać udział członkowie ich rodzin, ponieważ potrzebują udziału swoich bliskich na drodze

powrotu do zdrowia.

Są też tacy, którzy chcą coś ugrać.

Oczywiście mityngi w warunkach izolacji więziennej są również dla niektórych okazją do spotkań i załatwienia różnych spraw, ale myślę, że jest to mniejszy odsetek w porównaniu do tych, którzy naprawdę potrzebują mityngu i biorą w nim szczerzy udział.

Do udziału w mityngu, tym bardziej otwartym, w którym udział biorą bliscy osoby uzależnionej, droga jest dość daleka. Niektórych nawet więzienie nie przekonuje, że osiągnęli już swoje dno. Jaki psychologiczny mechanizm karze tkwić w sytuacji beznadziejnej i odrzucać wszelką pomoc?

Jest to przede wszystkim mechanizm iluzji i zaprzeczeń. Zasadniczym problemem skazanych uzależnionych jest fakt, że nie potrafią przyjąć tożsamości alkoholika, narkomana itp. To powoduje, że na wszelkie próby pomocy reagują negatywnie lub niechętnie. Najczęściej racjonalizują, zrzucają winę na innych i są przekonani, że w pełni kontrolują używanie alkoholu lub narkotyków czy innych substancji i w każdej chwili mogą przestać. Niestety jest to ogromne utrudnienie w zakresie udzielenia takiemu skazanemu pomocy.

Nie da się pomóc komuś, kto tego nie chce.

Właśnie, czasami okazuje się, że przymusowa terapia bardzo pomaga w tych przypadkach. Skazani, którzy są zobligowani do jej odbycia i wiedzą, że rezygnacja wiąże się z istotnymi konsekwencjami, ostatecznie podejmują leczenie i niejednokrotnie w trakcie programu ich myślenie i nastawienie się zmienia. Sama często powtarzam moim skazanym, że czasami jedno słowo, zdanie lub człowiek może zmienić ludzkie życie, więc trzeba mieć nadzieję, wierzyć, a przede wszystkim pozwolić innym na pomoc i zaufać.

Rozmawiał
Krzysztof - SŁUPCA
Redaktor Naczelny
WIEŚCI z AA

XIV OGÓLNOPOLSKIE WARSZTATY NIESIENIA POŚLANIA AA
DO ZAKŁADÓW KARNYCH I ARESZTÓW ŚLEDZCZYCH

Temin: 24 - 26 kwietnia 2020 r.

Lokalizacja: Sielcowa Wielka k. Końskich, Ośrodek Wypoczynkowy ŁUCZNIK,
ul. Spacerowa 11, 26-200 Końskie

Kontakt: 723 411 296, 602 791 863

PO CO JEST AA?

CZĘSTO SIĘ ZDARZA, ŻE LEKARZE PIERWSZEGO KONTAKTU, PEŁNI NAJLEPSZYCH CHĘCI I NAPRAWDĘ PRZEJĘCI LOSEM SWOICH PACJENTÓW, WYPISUJĄ KOLEJNE RECEPTY I SKIEROWANIA NIEPIJĄCEMU ALKOHOLOWIKOWI, KTÓRY - POZBAWIONY ROZWIĄZANIA - NIE JEST ZDOLNY DO FUNKCJONOWANIA - PISZE MAŁGORZATA Z KRAKOWA.

Grupa wsparcia? Stowarzyszenie abstynentów? Sekta? – celem tego artykułu jest rozwianie wątpliwości i powszechnie panujących opinii na temat AA. Zdaję sobie sprawę, że potrzeba do tego znacznie więcej niż kilku zdań, przede wszystkim doświadczenia, niech będą jednak one choć inspiracją do zmiany poglądów.

Zaprzyjaźniona ze mną od wielu lat lekarka pierwszego kontaktu nie mogła wyjść ze zdumienia, gdy jeden z jej pacjentów - alkoholików po odbyciu terapii odwykowej, początkowo pełen optymizmu i entuzjazmu, z czasem był u niej coraz częstszym gościem, skarżąc się na bezsenność i obniżony nastrój. Uczęszczał na grupę wsparcia do ośrodka, w którym odbywał terapię. Był świadomy swojej choroby i zagrożeń, jakie z niej wynikały, nie chciał pić alkoholu, powoli jednak uzależnił się od środków psychoaktywnych i właściwie kwalifikował się do leczenia szpitalnego. Moja przyjaciółka wypisywała mu kolejne recepty oraz zwolnienia lekarskie i nie miała pomysłu, gdzie skierować owego pacjenta. Wspomniała mi o tym, gdyż była świadkiem mojego popadania w alkoholizm, a także drogi wyjścia.

Dodała też, że ma kilku innych pacjentów, którzy mimo odbycia wielu terapii alkoholowych wciąż wracają do picia. Zapytałam, czy kieruje ich na mityngi AA. Okazało się, że uważa AA za coś w rodzaju wsparcia psychicznego po odbytej terapii. Skoro nie pomaga terapia, nie pomoże i AA. Pacjent, o którym mowa na początku przyszedł jednak na mityng AA i znalazł sponsora, który pomaga mu wdrożyć w życie program Dwunastu Kroków. Powoli wraca do zdrowia. Książka „Anonimowi Alkoholicy”, wydana w 1939 r. i w niezmienionej do dziś formie opisująca „sposób wyjścia z alkoholizmu”, podaje na str. 17 typologię alkoholików, zaobserwowaną w owych czasach przez pierwszych członków wspólnoty i zaprzyjaźnionych z nimi lekarzy. Według niej – do osobnej kategorii należą ludzie, których podstawowym problemem jest nadużywanie alkoholu. Oni to, uświadomieni w kwestii zagrożeń, dodatkowo wystraszeni utratą zdrowia bądź pozycji materialnej i rodzinnej, są w stanie przy wydatnej pomocy lekarskiej ograniczyć, a czasem i porzucić picie alkoholu. W książce określa się ich mianem „heavy drinkers” – nałogowi pijacy. Istnieje



WSPÓŁPRACA Z AA

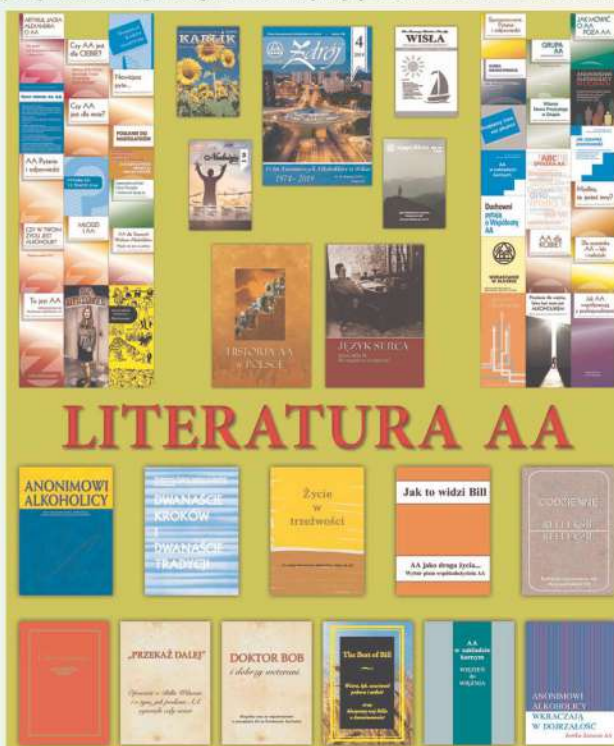
też jednak typ alkoholika, na którego nie działają ostrzeżenia, perswazje i świadomość swojej sytuacji. Nie potrafi zastosować w praktyce treningu zachowań asertywnych. Nie umie w chwili słabości przywołać w pamięci konsekwencji picia. Mimo kolejnych strat wciąż wraca do nałogu, gdyż alkohol jest tylko symptomem głębszego problemu – człowiek ów nie potrafi żyć w otaczającym go świecie. Wyposażony na terapii w niezbędne narzędzia, mające mu ułatwiać zachowanie abstynencji, z czasem po prostu o nich zapomina, a pragnienie napicia się staje się coraz silniejsze, wreszcie nie do przezwyciężenia. Pijąc alkohol, taki człowiek jest w stanie choć na chwilę zapomnieć o swoich lękach i złości. Alkohol nie stanowi jego problemu, lecz jest rozwiązaniem dręczących go zmor. Rozwiązaniem, które go powoli zabija.

Często się zdarza, że lekarze pierwszego kontaktu, pełni najlepszych chęci i naprawdę przejęci losem swoich pacjentów, wypisują kolejne recepty i skierowania niepijącemu alkoholikowi, który – pozbawiony rozwiązania – nie jest zdolny do funkcjonowania w społeczeństwie. Lekarze tacy niekiedy nie są w ogóle świadomi istnienia AA, a jeśli zdarza się, że o nim słyszeli, uważają je za dodatek do terapii antyalkoholowej. Rozwiązanie AA jest jednak czymś zupełnie innym niż terapia. Nie ma, oczywiście, jak i ona, stuprocentowej skuteczności, gdyż zbyt wiele czynników jest niezbędnych – przede wszystkim wola pacjenta – by abstynencja pozostała trwała, niemniej jednak w znaczącym stopniu podnosi szansę każdego człowieka na szczęśliwe i wolne od nałogu życie. Niewątpliwie, najczęściej konieczny jest najpierw proces oczyszczenia organizmu alkoholika (detoks), a niekiedy i umieszczenie go z dala od zagrożeń (terapia stacjonarna). Wartościowa jest wiedza na temat choroby alkoholowej, która rokrocznie zbiera coraz większe żniwo. Rzadko w karcie zgonu jako jego przyczyna pojawia się alkoholizm. Częściej widnieją tam: choroby wątroby i trzustki, choroby serca, wypadki, samobójstwa – jakże często za każdym z tych określeń kryje się nadużywanie alkoholu. Mityngi AA nie są spotkaniami klubu abstynentów. Uczestnicząc w nich, nie dzielimy się swoimi smutkami i problemami (a przynajmniej nie jest to głównym celem tych spotkań) – dzielimy się rozwiązaniem, z którego czerpiemy teraz wspólnie. I potrzebujemy tego rozwiązania w takim samym stopniu, w jakim wcześniej potrzebowaliśmy alkoholu. Program Dwunastu Kroków skonstruowany jest

w taki sposób, by każdy pozbawiony jakiegokolwiek nadziei, skoncentrowany na sobie, przepelnionymi urazami i uprzedzeniami alkoholik, realizując go, porzucał stopniowo swoje dotychczasowe postawy i działania i zastępował je nowymi. Fakt, że przemiana ta dokonuje się przy wsparciu i w obecności dłużej trzeźwiejących alkoholików sprawia, że wiele propozycji, odrzucanych wcześniej z niechęcią jako narzucone z zewnątrz, jesteśmy w stanie zaakceptować i wprowadzić w życie. Dodatkowym atutem tych spotkań jest brak zobowiązań – alkoholik, pragnący włączyć się do wspólnoty AA nie jest zobligowany do podpisywania jakichkolwiek deklaracji, nawet utrzymywania abstynencji. Paradoksalnie, ta właśnie dobrowolność sprawia, że uparci z natury i drażliwi ludzie chętnie uczestniczą w spotkaniach, podejmują służby na rzecz AA i pomagają innym. Zachęcamy każdego lekarza, a także każdą osobę pracującą w służbie zdrowia i mającą na co dzień w swojej pracy kontakt z osobami uzależnionymi, do udziału w otwartych bądź spikerskich mityngach AA, by na własne oczy mogli się przekonać o skuteczności tej prostej metody, jaką jest realizacja programu Dwunastu Kroków. Wierzmy, że wysiłki, jakie podejmuje dr Wiernikowski*, rozmawiając i współpracując z nami, sprawią, że jeszcze więcej alkoholików i ich rodzin zazna spokojnego i wartościowego życia.

Małgorzata - Kraków

*Dr Adam Wiernikowski - lekarz, specjalista chorób wewnętrznych i specjalista toksykologii klinicznej, były szef MKRPA w Krakowie.

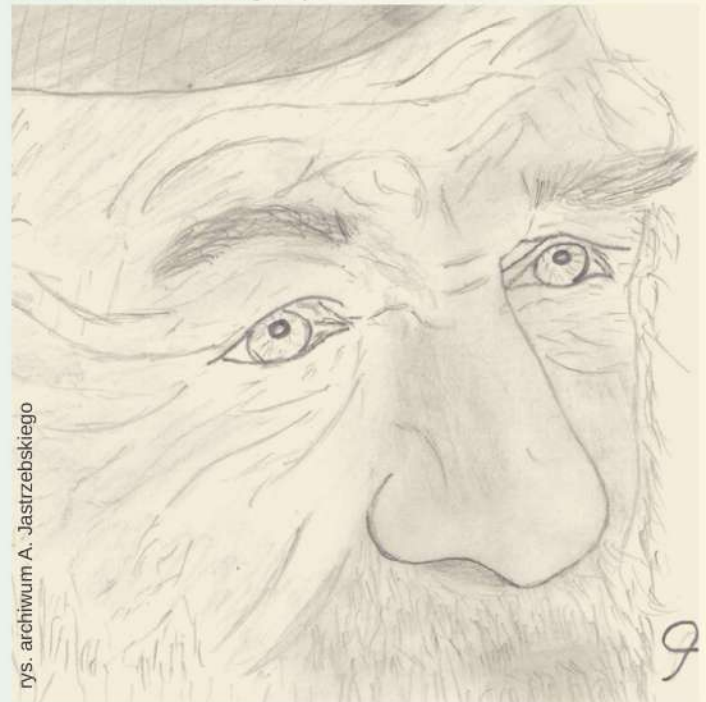


ŚLADY NA PIASKU

COŚ MNIE TAK NASZŁO, ABY SOBIE DZISIAJ POFILOZOFOWAĆ - PISZE **ANDRZEJ JASTRZEBSKI** - PEDAGOG SOCJALNY, KIEROWAŁ OŚRODKAMI DLA TRUDNEJ MŁODZIEŻY, PRACOWAŁ JAKO STREETWORKER, ZARZĄDZA STRONĄ «ANDRZEJ JASTRZEBSKI» NA FB, GDZIE DZIELI SIĘ SWOIM DOŚWIADCZENIEM.

Podążam nieustannie tą mozolną drogą do trzeźwości, która jest w moim pojęciu drogą do siebie samego. Jest to droga, która stała się sama w sobie celem, gdyż moim zdaniem nie osiąga się trzeźwości - ot, tak. Dążenie do trzeźwości jest nieustannym procesem związanym ze zwróceniem uwagi na siebie samego, na mój wewnętrzny świat uczuć i z nim nieodzownie związanym kształtowaniem mojego świata zewnętrznego. Każdego ranka staram się przeczytać choćby parę linijek jakiegoś tekstu, który ma być inspiracją do krótkiej porannej medytacji. Pisanie, rozmowa na tematy płaczące mi się w głowie prowadzą z reguły do ich rozjaśnienia i zaczynam coraz lepiej rozumieć siebie samego oraz otaczający mnie świat. Dzisiejszego ranka natknąłem się na tekst kanadyjki niemieckiego pochodzenia, Pani Margaret Fishback Powers *Ślady na piasku*, o którym wspomniał Wiktor Osiatyński w swojej książce *Litacja*. Autorka napisała ten tekst w latach 60-tych, który na dzień dzisiejszy można znaleźć w różnych wersjach. Pojawia się na świeczkach, plakatach, kartkach pocztowych itp. jako ślady stóp na piasku. Ten tekst opowiada o śnie pewnego człowieka, jego rozmowę z Bogiem podczas ich spaceru na plaży. Na nocnym niebie rozbłyskiwały światła przedstawiając sceny z jego życia. Z każdą odsłoną widoczne były na piasku ślady stóp zarówno jego jak i Boga. Po rozbłyśnięciu ostatniej sceny z jego życia obejrzał się ów człowiek za siebie i ku jego zdumieniu stwierdził, że niejednokrotnie, szczególnie w najtrudniejszych dla niego okresach życia były widoczne na piasku tylko jedno ślady. Zmartwiony zwrócił się do Boga, który mu przecież obiecał, że jak pójdzie Jego śladami, to go nigdy nie opuści. A jednak zauważył, że w chwilach, gdy Go najbardziej potrzebował, widnieje na piasku tylko jedna para stóp. Nie potrafił zrozumieć, dlaczego Bóg właśnie w takich momentach nie był przy nim. Na to Bóg mu odparł: *Kochane dziecko, ja cię kocham i nigdy cię samego nie zostawię, a na pewno nie w potrzebie i trudnościach*

Tam, gdzie widziałeś tylko jeden ślad, Ja ciebie niosłem. (tłumaczenie własne z tekstu Margaret Fishback Powers, Brunnen-Verlag Gießen 1996; www.brunnen-verlag.de).



rys. archiwum A. Jastrzebskiego

Tak zastanawiając się nad tym tekstem i swoim życiem, z pewnością w moim śnie ujrzałbym na swojej życiowej ścieżce w większości ślady tylko jednej pary stóp i to nie dlatego, że całe swoje życie majstrowałem sam. Gdyby tak było, to z pewnością nie siedziałbym dzisiaj za biurkiem i pisał ten tekst. Mimo wielu przeciwności, proroctwa wielu lekarzy i innych profesjonalistów, nadal pozostawiam ślady na swojej ścieżce. Pytanie jest tylko, czy odbijają się na niej dwie pary stóp, czy tylko jedna. Pogody Ducha!

Andrzej Jastrzebski

Więcej tekstów znajdziecie na
<https://www.facebook.com/andrzej.jastrzebski.pragnienie.duszy/>

PROPOZYCJA WSPÓŁPRACY DLA PROFESJONALISTÓW

Wspólnota AA rozwija się w Polsce dzięki Przyjaciołom, którzy sami nie są dotknięci problemem, ale którzy mówią o Wspólnocie, wskazując cierpiącemu alkoholikowi, że istnieją ludzie, którzy nie piją. Pomagają w znalezieniu miejsca na spotkania AA /Mityngi/ itp. Doświadczenie Wspólnoty wskazuje,

że Przyjaciele Wspólnoty mają o wiele większe możliwości przekazywania informacji o AA niż sami alkoholicy.

Dlatego też szukając sposobu na pozyskanie nowych przyjaciół naszej Wspólnoty, możemy zorganizować spotkanie informacyjne, w którym oprócz trzeźwych alkoholików, mogliby wziąć udział lekarze, psychologowie, terapeuci, kuratorzy, pracownicy Służby Więziennej oraz przedstawiciele innych profesji, którzy na gruncie zawodowym stykają się z osobami uzależnionymi.

**Anonimowi Alkoholicy reprezentowani w Polsce przez Fundację Biuro Służby Krajowej AA
ul. Chmielna 20, Warszawa**

oferują:

Przeprowadzenie mityngów informacyjnych o Wspólnocie AA w temacie szkoleń służb mundurowych, zajęć dla studentów medycyny, psychiatrii, szkolenia pracowników socjalnych lub innych zorganizowanych grup zawodowych np: kuratorów sądowych. Proponujemy dwugodzinne spotkanie informacyjne dla każdego kursu szkoleniowego na terenie całego kraju. Celem tych spotkań jest udzielenie informacji o Wspólnocie AA i jej Programie, jako często skutecznym sposobie pomocy dla osób uzależnionych od alkoholu.

Informacje spełniają dwa zadania:

1. Dostarczają wiedzy o miejscu pomocy dla osób uzależnionych, wobec których podejmowane są różne profesjonalne interwencje.
2. Są elementem wiedzy o profilaktyce uzależnień również dla przyszłych profesjonalistów.

W przypadku zainteresowania naszą propozycją prosimy o kontakt z Biurem Fundacji BSK AA w Warszawie tel.: 22 828 04 94 lub ze służbami Regionalnych Punktów Informacyjno-Kontaktowych AA.

aa24.pl



REGIONY AA

Region AA BAŁTYCKI

Dane teleadresowe:
e-mail: baltycki@aa.org.pl

Region AA BIAŁYSTOK

Punkt Informacyjno-Kontaktowy (PIK)
Telefon: (85) 664 17 70,
wt, czw, nd 17:00-21:00
e-mail: pik002@aa.org.pl
15-959 Białystok
ul. Pietkiewicza 8b lok.9
e-mail: bialystok@aa.org.pl

Region AA DOLNOŚLĄSKI

Punkt Informacyjno-Kontaktowy (PIK)
Telefon: 71 321 21 24,
czynny pn - pt, 16:00-21:00
50-244 Wrocław Plac Św. Macieja 5
e-mail: dolnoslaski@aa.org.pl

Region AA GALICJA

Telefon: tel. 12 431 22 48
e-mail: galicja@aa.org.pl
www: <http://www.aagalicja.pl>

Region AA KATOWICE

Punkt Informacyjno-Kontaktowy (PIK)
Telefon: 32 725 74 04
40-006 Katowice,
ul. Warszawska 6/202
e-mail: katowice@aa.org.pl

Region AA KUJAWSKO-POMORSKI

e-mail: kujawsko-pomorski@aa.org.pl

Region AA LUBLIN

Punkt Informacyjno-Kontaktowy (PIK)
Telefon: 81 563 10 82, czynny
w pn - pt godz.17:00 -19:00
20-124 Lublin ul.Bazylianówka 85
e-mail: lublin@aa.org.pl
pik007@aa.org.pl

Region AA ŁÓDŹ

Punkt Informacyjno-Kontaktowy (PIK)
Telefon: 42 632 44 77 czynny pn - nd
w godz. 18:00 - 20:00
90-721 Łódź ul. Więckowskiego 13, II p.
e-mail: lodz@aa.org.pl

Region AA RADOM

Punkt Informacyjno-Kontaktowy (PIK)
Telefon: 48 363 20 18
26-600 Radom ul. Limanowskiego 60
e-mail: radom@aa.org.pl

Region AA WARMIŃSKO-MAZURSKI

e-mail: warminsko-mazurski@aa.org.pl
Olsztyn 10-225, al. Wojska Polskiego 8
(wjazd od ul. Nad Jarem)

Region AA MAZOWSZE

Punkt Informacyjno-Kontaktowy (PIK)
Telefon: 22 616 05 68
03-946 Warszawa ul. Brazylijska 10
e-mail: warszawa@aa.org.pl
PIK czynny pn - pt w godz. 16:00 - 21:00

Region AA WARTA

Punkt Informacyjno-Kontaktowy (PIK)
Telefon: 61 853 16 16 czynny codziennie
od 18:00 do 22:00, 60-841 Poznań
ul. Dąbrowskiego 28A
e-mail: pik010@aa.org.pl

Region AA ZACHODNIOPOMORSKI

Punkt Informacyjno-Kontaktowy (PIK)
Infolinia AA: 801 033 242
czynna codziennie od 8:00 do 22:00
Tel. PIK: 91 450 01 76
pn - pt w godz. 17:00-19:00,
70-452 Szczecin Pl. Ofiar Katynia 1
(od ul. Unisławy, klasztor Dominikanów)
e-mail: zachodniopomorski@aa.org.pl
PIK e-mail: pik011@aa.org.pl
Tel. kom. 511050129 czynny codziennie
w godz. 8:00-21:00

Region AA EUROPA

Region Grup polskojęzycznych
w Europie i na Świecie
e-mail: eu@aa.org.pl

Fundacja Biuro Służby Krajowej Anonimowych Alkoholików w Polsce

00-020 Warszawa
ul. Chmielna 20
tel. 22 828-04-94 (od pon.-pt. w godz. 8:00-16:00)
e-mail: aa@aa.org.pl

INFOLINIA AA:

801 033 242

czynna we wszystkie dni tygodnia w godz. 8:00-22:00

Uwaga! Infolinia obsługuje telefony stacjonarne i komórkowe.

W godzinach 8:00-16:00 wszystkie połączenia kierowane są do Biura Służby Krajowej AA w Warszawie. W pozostałych godzinach infolinia obsługiwana jest przez Punkty Informacyjno-Kontaktowe Regionów AA w Polsce. Koszt połączenia jak za połączenie lokalne, zgodnie z tabelą opłat operatora telekomunikacyjnego abonenta telefonu stacjonarnego. Koszt połączenia z telefonu komórkowego ok 36 gr. za minutę połączenia.