

INSIEME

*mensile dell'Associazione
Alcolisti Anonimi*

UNITA'
RECUPERO
SERVIZIO

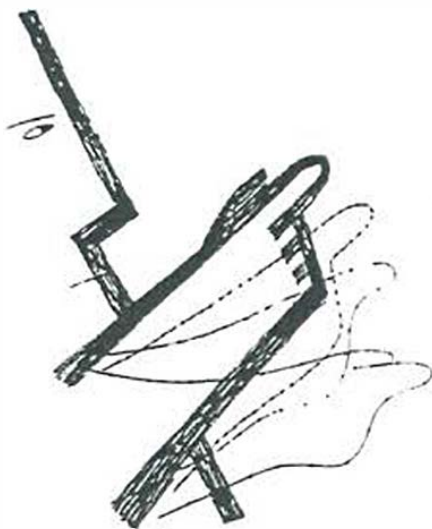
ANNO 1 - N. 3

MARZO 1982



"COMANDARE" in A.A. di Bill W.
IL LINGUAGGIO DEL CUORE
ALATEEN ANNO ZERO

Bill W. Cofondatore di A.A.



«COMANDARE» IN A.A.

LA RISOLUZIONE FINALE DELLA CONVENZIONE DEI SERVIZI GENERALI EUROPEI IN A.A.

La risoluzione finale della Convenzione dei Servizi Generali Europei di A.A. ha invitato a dare la più ampia diffusione negli A.A. dei singoli passi alla 'dichiarazione' di Bernie Smith sulle funzioni e le finalità dei Servizi Generali ed ad un articolo di Bill W. (il cofondatore di A.A.) pubblicato nel numero di aprile del 1959 su "Grapevine" sulla "leadership" in A.A., su come dovrebbe essere intesa la capacità di guida e l'attitudine al comando in A.A.

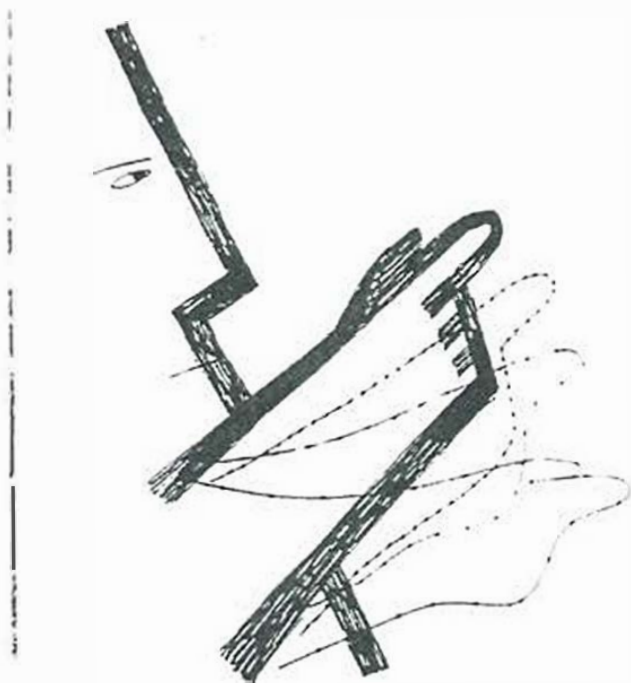
La 'dichiarazione' di Bernie Smith è stata pubblicata sul numero di novembre di Insieme. Eccovi ora l'articolo di Bill W. In adempimento all'invito di Francoforte preghiamo i rappresentanti di Gruppo ai Servizi Generali di volere leggere e commentare questi due famosi pezzi di letteratura ufficiale di A.A. sia in apposite riunioni dei loro Gruppi sia nelle riunioni di servizio del comitato degli anziani. Preghiamo inoltre il rappresentante regionale di volere dedicare parte di una riunione di servizio coi rappresentanti di Gruppo al commento ed a qualche riflessione su questi basilari orientamenti, essenziali ad una corretta ed ortodossa 'crescita' di A.A. a tutti i livelli - dal Gruppo, origine e partenza di tutto il miracolo di A.A., ai vari Servizi che, appunto "servono" il Gruppo. Abbiamo, così, assolto una parte degli adempimenti richiesti dalla nostra Convenzione Europea. Per gli altri, accennati nell'articolo apparso sul precedente numero di Insieme, chi scrive rimane a disposizione di tutti i Gruppi e Comitati di servizio italiani, disponibile ovunque si ritenga per qualunque motivo opportuna la sua presenza, e ricorda, perciò il

suo indirizzo - oltre quello presso i Servizi Generali Italiani: Roberto Campa - Via T. Salvini 15a - Roma tel. 06-803195. (Nessuna meraviglia, per favore, per la rottura dell'anonimato: a norma del Manuale di Servizio A.A. chi "serve" A.A. da Rappresentante di Gruppo in su, è tenuto a rinunciare al proprio anonimato).

L'ARTICOLO DI BILL W.

Nessuna associazione può funzionare bene senza che un abile senso del comando sia esercitato a tutti i livelli, ed A.A. non può essere una eccezione. Bisogna dire, tuttavia che noi A.A. spesso accarezziamo l'idea che possiamo fare a meno di una capacità di comando 'personalizzata' e cioè troppo incentrata in una persona. Noi tendiamo ad enfatizzare l'idea tradizionale "dei principi prima delle personalità" a tal punto che la guida, "il comando" non dovrebbe essere connesso ad una persona, che diventa automaticamente "personalità". Con la conseguenza implicita di diventare automi senza faccia che cercano di fare contenti tutti quanti. A volte, invece, accade l'opposto ed il contrario, che, cioè noi chiediamo che i "capi" di A.A. siano necessariamente persone dal giudizio limpidissimo, di assoluta moralità, di alto livello spirituale, grandi realizzatori, di esempio a tutti, e, praticamente, infallibili. Una reale capacità di comando e di guida deve esercitarsi ovviamente fra questi due opposti poli, ambedue opinabili e, certo, auspicabili. In A.A. certamente i 'capi' hanno una faccia e probabilmente nessuno di loro è perfetto. Per

fortuna la nostra Associazione è benedetta da un notevole numero di persone dotate di una reale attitudine al comando: gli A.A. attivi ed impegnati di oggi, ed i potenziali 'capi' di domani quando nuove generazioni di alcolisti si sostituiranno a noi. Noi abbiamo un gran numero di uomini e donne il cui amore per A.A. accompagnato a stabilità di carattere e talento, è tale da renderli capaci di svolgere qualunque compito e servizio in A.A. Noi dobbiamo solo cercare questa gente e dare loro il compito e la fiducia, ed il credito, di servirci. Da qualche parte nella nostra letteratura ufficiale c'è una dichiarazione che dice: "i nostri capi non ci guidano in base ad un mandato, ci guidano con l'esempio". E' in



realtà noi diciamo loro: "Agisci per noi, ma non ci comandare". Un capo in A.A. è perciò un uomo (o una donna) che può organizzare piani, principi, politica in modo talmente impegnato ed efficace che il resto di noi non vorrebbe altre che aiutarlo ed appoggiarlo. Quando la forza trainante di un capo ci guida, invece, male, noi ci ribelliamo; ma quando un capo è troppo debole e non è in grado di esprimere ed esercitare un suo autonomo e personale giudizio, beh quando un capo è così, non è per niente un capo. Una buona abilità al comando ed alla guida da origine a piani, programmi, idee, ed una politica insomma, che migliori la nostra Associazione ed i suoi

servizi. Ma in questioni nuove ed importanti è implicita una ampia consultazione prima di prendere decisioni ed iniziare azioni. Una buona capacità di guida inoltre non può ignorare che un suggerimento utile ed una buona idea può venire da chiunque e da qualunque parte. E di conseguenza una corretta attitudine al comando implica la capacità a rinunciare ai propri programmi per altri che siano migliori, e l'impegno, poi, di darne il più ampio credito a chi spetti. Una buona attitudine al comando non è rinunciataria. Una volta che si è assicurata che ha o può ottenere un sufficiente seguito, prende le decisioni e le rende operative, sempre che queste azioni siano nell'ambito di una autorità o responsabilità precedentemente definite. Un politico è un individuo che cerca di "dare alla gente ciò che vuole". Un uomo di stato è un individuo che può attentamente discriminare quando sia opportuno dare alla gente ciò che vuole e quando no. L'uomo di stato si rende conto e sa che anche larghe maggioranze se disinformate o informate male - possono qualche volta avere torto, sbagliarsi e di grosso. Quando si verificano queste situazioni, in genere occasionali, e quando qualche cosa di vitale è in giuoco, è sempre dovere di chi guida, anche se è in minoranza, di prendere posizione contro l'uragano, usando tutta la sua capacità di persuasione e tutta la sua autorità per cambiare il corso delle cose. Tuttavia niente può essere più fatale a chi esercita il comando che l'opposizione per l'opposizione. Non si può mai dire: "o a mio modo, o in nessun modo". Questo tipo di opposizione è messo in moto da un acido orgoglio privo di prospettive o dall'ansia di bloccare qualcuno o qualche cosa. Poi c'è l'opposizione che esprime il suo voto dicendo: "No, questo non mi sta bene" senza che ne siano spiegate le ragioni. E questo non può essere. Chi sa guidare deve, se richiesto, essere in grado di dare le sue ragioni, e delle buone ragioni. Ma un leader deve anche saper rendersi conto che perfino gente orgogliosa o irritata può, qualche volta, avere ragione, mentre gente serena o umilissima può avere torto. Questi esempi sono la pratica illustrazione dei tipi di attenta ricerca e di attentissima discriminazione che il vero capo deve sempre cercare di esercitare. Altra qualificante caratteristica di chi esercita la guida - del leader - è

l'abilità di arrivare ad un giusto compromesso ogni qual volta un compromesso può consentire ad una situazione di progredire verso una direzione che appaia giusta. Ora a noi ex ubriaconi che abbiamo sempre voluto tutto e subito o niente, il compromesso è di per sé estraneo e duro da accettare. Ciononostante non bisogna mai perdere di vista il fatto che il progresso è quasi sempre caratterizzato da tutta una serie di compromessi che tendono a migliorare una situazione. E, tuttavia, non si può sempre arrivare a compromessi. Qualche volta è veramente necessario rimanere tenacemente attaccati alla propria convinzione fino a saper imporla. Queste sono situazioni in cui occorre sottile tempismo ed attenta discriminazione per intuire quale strade imboccare.

.....LA NOSTRA SOCIETA' E' BENEDETTA
DA UN CERTO NUMERO DI PERSONE
DOTATE DA UNA REALE ATTITUDINE AL
COMANDO

Chi guida -il leader- è spesso costretto a far fronte a delle critiche, sovente pesanti, spesso reiterate nel tempo. Questa è una prova amara. Ci sono sempre le critiche costruttive ed amichevoli, e bisognerebbe ascoltarle con molta attenzione. Dovremmo essere pronti a consentire a queste critiche di modificare o di cambiare totalmente le nostre opinioni. Spesso ci accadrà, invece, di non essere d'accordo ed allora bisognerà opporsi, cercando di non perdere l'amicizia di chi ci ha criticato. Poi ci sono quelle che noi chiamiamo le nostre critiche "distruttive". Ci vengono da ambiziosi di potere, da politicanti mezzi maniche, e si sostanziano in accuse. Forse violente, spesso cariche di malizia. Si basano su pettegolezzi, chiacchericci, malignità, tutti mezzi buoni per raggiungere il fine - naturalmente, è ovvio!! - di giovare ad A.A. Ma in A.A. noi abbiamo alla fine imparato che questa gente, che forse è un poco più malata della maggioranza di noi, può non esercitare il suo potere distruttivo se noi siamo in grado di stare in qualche modo al loro gioco. Prima di tutto dovremmo ascoltare attentissimamente ciò che dicono.

LE QUALITA' DEI "CAPI" POSSONO FARELA DIFFERENZA TRA LA VITA E LA MORTE

Qualche volta ci dicono una intera verità, qualche altra una mezza verità. Più spesso, tuttavia, i loro ragionamenti, le loro costruzioni razionali, non hanno base, non hanno senso. E' certo comunque che sia una intera verità che una mezza verità o una falsa verità possono esserci estremamente sgradevoli. Perciò bisogna sapere ascoltare con molta attenzione. Se hanno ragione, o anche mezza ragione, è meglio ringraziarli e procedere subito al nostro rispettivo inventario, ammettendo che abbiamo torto. Se ciò che dicono, invece, è privo di senso, noi possiamo ignorarlo. O mettere tutte le carte in tavola e cercare di convincerli. Se non ci si riesce, non ci resta che prendere atto con dispiacere che quegli amici sono troppo malati per sapere ascoltarci, e tirare avanti per la nostra strada, cercando possibilmente di dimenticarci questi incidenti. Ci sono pochi altri casi in cui è necessario sapere esercitare e sviluppare una genuina pazienza e tolleranza come questi, in cui ci mettono e ci costringono alcuni fratelli che

hanno forse le migliori intenzioni ma che non vogliono rendersi conto di sbagliare. E' una dura esperienza, e non sempre ci riesce di viverla con tolleranza. Ma bisogna tentare sempre di farlo. Ed ora parliamo di quell'importante attributo che è la capacità di previsione. Che consiste, credo, nell'abilità di fare buone valutazioni per l'immediato ed il prossimo futuro. Il che sembrerà a molti una eresia perchè noi A.A. ci diciamo continuamente "viviamo un giorno alla volta". Ma questo valido principio si riferisce soprattutto alla nostra vita mentale ed emotiva e significa principalmente che noi abbiamo imparato a non essere così sciocchi da lasciarci travolgere dai ricordi del nostro passato o da sognare ad occhi aperti sul nostro futuro. Come individui e come associazione noi andremo sicuramente incontro a guai se lasciassimo l'intero compito di pianificare il nostro domani ad un nebuloso concetto di Provvidenza. La vera

Divina Provvidenza ci ha dotati di una notevole capacità di previsione, e Dio si attende evidentemente che noi la usiamo. Di conseguenza è necessario saper distinguere fra i sogni ad occhi aperti su un felice futuro e la nostra attuale capacità di fare uso di una riflessiva previsione. Qui sta la differenza fra un programmato progresso ed un imprevedibile avvenire. La previsione, perciò, è l'essenza stessa della prudenza, fra tutte le virtù una delle essenziali. Naturalmente spesso noi sbaglieremo nel calcolare il nostro futuro nel suo insieme o in parte, ma sarà sempre meglio che rifiutare di pensarci. Fare delle valutazioni implica alcune caratteristiche. Guardiamo alle passate e presenti esperienze per cercare di capirne il significato. Da questo noi cerchiamo di costruirci un indirizzo, una politica. Quindi, guardando al prossimo futuro, noi ci domandiamo come potrà funzionare il nostro programma, la nostra politica. Ci domandiamo come la nostra politica e le

nostre idee potrebbero applicarsi in condizioni varie e diverse che potrebbero insorgere e verificarsi nel prossimo futuro. Se una idea ci sembra buona, cerchiamo in qualche modo di realizzarla - magari, se possibile - in via sperimentale. Poi ci fermiamo a valutare se la nostra previsione si è realizzata. A questo punto è probabile che si debba prendere una decisione critica. Può darsi che il piano ed il programma sembrino buoni e diano apparentemente dei buoni risultati. Ma dovremmo riflettere attentamente a quelli che potrebbero essere nel tempo gli effetti ed i risultati. I vantaggi di oggi potrebbero diventare dei grossi rischi domani? La tentazione sarà quasi sempre quella di afferrare i benefici immediati e di dimenticare o sottovalutare le future dannose conseguenze di ciò che mettiamo in moto. Queste che abbiamo esposto non sono fantasiose teorie. Noi abbiamo verificato che bisogna usare questi principi di prudente previsione specialmente al livello dei servizi mondiali dove i rischi sono alti. Nelle relazioni pubbliche, per esempio, bisogna considerare le reazioni sia dei Gruppi A.A. sia del pubblico in generale a breve lungo termine. Idem per ciò che concerne la letteratura. I problemi finanziari vanno previsti e programmati. Dobbiamo pensare alle necessità e bisogni dei nostri servizi in

relazione alle generali condizioni economiche ed alla capacità e volontà, dei gruppi di contribuire. A molti di questi problemi bisogna pensare con mesi e spesso con anni di anticipo. In realtà tutte le Dodici Tradizioni di A.A. furono all'inizio una questione di previsione e visione del futuro. Anni fa, per esempio, noi abbiamo cominciato lentamente a formulare una idea sulla autosufficienza di A.A. Erano sorti problemi in qua ed in là a proposito di doni o contributi esterni. I problemi si andavano aggrovigliando ed aggravando. In conseguenza cominciammo a pensare ed a chiarirci il principio che non potessimo accettare doni o contributi esterni. Cominciammo, infatti, a sospettare che grandi donazioni ci avrebbero reso irresponsabili e ci avrebbero allontanato dal nostro scopo primario. Alla fine, poi, ci siamo resi conto che contributi finanziari esterni ci avrebbero portati in tempi lunghi alla rovina. E quella che all'inizio era appena una idea si è cristallizzata poi stabilmente in una

Tradizione di A.A. Ci siamo resi conto che bisognava sacrificare un vantaggio immediato alla futura sicurezza. Siamo andati attraverso un processo simile a questo anche per ciò che riguarda l'anonimato. Alcune fratture al livello pubblico del principio dell'anonimato parvero sortire qualche buon effetto. Ma poi si fece abbastanza chiara la visione che il sempre maggior numero di persone che rinunciavano all'anonimato creava una serie di inquietanti problemi fra noi. Ed infatti così fu: dapprima una idea, poi una politica basata su una serie di esperimenti e di tentativi, poi ancora una politica concreta, e finalmente una profonda convinzione, una visione per il domani. Questo è il nostro processo di previsione del futuro, ed un responsabile senso del comando a livello mondiale non può che basarsi su questi principi. E' una essenziale abilità indispensabile ai nostri amministratori. Molti dei quali, a parer mio, andrebbero scelti proprio per la loro capacità di previsione già dimostrata nella loro passata attività di lavoro o professione. Noi avremo un perenne e continuo bisogno di queste qualità - tolleranza, senso della responsabilità, flessibilità e capacità previsionale - fra i nostri leaders A.A. a qualunque livello di servizio. Questi principi basilari della capacità di guida e di comando saranno

sempre gli stessi a qualunque livello di responsabilità. Forse può sembrare che noi lentiamo di descrivere uno speciale privilegiato e superiore tipo di Alcolista Anonimo. Ma, in realtà, non è così. Noi semplicemente e pragmaticamente, prendiamo atto che i nostri talenti variano,

sono diversi. Il direttore di una grande orchestra non è necessariamente un gran finanziere. Ed è assai improbabile che un eccellente finanziere sia un grande interprete della musica. E così discutendo della capacità di guida e di comando in A.A. noi semplicemente dichiariamo che dovremmo scegliere i nostri leaders cercando i migliori talenti disponibili. Questo articolo è stato pensato e scritto riflettendo sulle capacità di guida e di comando necessarie nei nostri servizi mondiali, ma è probabile che buona parte dei nostri suggerimenti siano validi per chiunque assume una responsabilità a qualunque livello in A.A. Quanto abbiamo detto si applica anche, e particolarmente, nel Dodicesimo Passo, una attività nella quale quasi tutti noi siamo attivamente impegnati. Ogni sponsor, ogni padrino, è di necessità un leader. La posta in giuoco è altissima: una vita umana, e la sopravvivenza, forse, felice di una famiglia. Ciò che un padrino fa e dice, come sa prevedere le reazioni del nuovo venuto, come sa calibrare e graduare il suo approccio, come smorzare e rispondere alle critiche, come sa guidare il nuovo venuto sulla base del suo personale e spirituale esempio - ecco, queste capacità di guida possono fare una grande differenza, spesso la differenza fra la vita e la morte. Ringraziamo Iddio che Alcolisti Anonimi sia benedetta da tanta capacità di guida e di comando in tutti i suoi affari".

Copyright by The A.A. Grapevine Inc.

AGISCI PER NOI,
MA NON CI COMANDARE.

Due poesie di Ettore di Firenze

Qui non c'è scampo-
-un passo ancora
dove rovi ed erbacce
nascondono trincee
per precipitare laggiù-
nella palude-
-Solo Potere Divino,
puoi salvare
quel poco che resta
di un filo di vita,
un filo d'erba,
creato un giorno;
che con le mani tese
è appeso a un cielo
pieno di pensieri,
finalmente terso,
senza angeli e demoni,
rimpianti
per un ieri pagato
o con ansia
attendere domani-
-solo che oggi ci resta.-

Non desiderio
di vivere o morire
ma rifiuto
mi imprigionò l'aima-
-Chiusi porte e finestre
nella mia villa
sui colli fiorentini
per fuggire
nella fuligine di un'idea fissa,
nell'affumicato
sopore dell'alcol
per non sentire
i fringuelli
né vedere
più gli alberi morire dalla testa,
come noi,
come se di sola scorza
fosse fatto
quest'ansito per l'altro-

VII PASSO: NOI GLI ABBIAMO UMILMENTE CHIESTO DI RIMEDIARE ALLE NOSTRE DEFICIENZE.

(da una riunione di un Gruppo romano)

Sono un Alcolista Anonimo. L'umiltà. Leggo nel Quarto Passo le mie riflessioni su questo concetto: "...Ora che sto imparando che non è umiliante ammettere la mia impotenza o inadeguatezza di fronte a qualche problema (impotenza o impossibilità di controllare tutto in senso assoluto) trovo che è più facile essere uomini. Essere umili non significa essere deboli: vuol dire accettare le proprie doti assieme alle proprie debolezze, riconoscere onestamente i propri limiti reali..." Ho perduto una vita intera nel tentativo di convincermi che la mia intelligenza e la mia formazione personale sarebbero stati più che sufficienti a risolvere i miei problemi sia materiali che spirituali. Ero convinto che la valorizzazione del mio "io" fosse la sola mèta da raggiungere per conquistare la vera felicità. Purtroppo, però, molto spesso, come era logico, mi sono trovato di fronte a problemi talmente al di sopra della mia reale portata emotiva che non ho saputo far altro che cercare sicurezza, forza, equilibrio nella bottiglia. Quando mi rendevo conto di non poter controllare qualche avvenimento o qualche mia reazione di fronte a qualche avvenimento, mi riempivo di rabbia, e, non volendo accettare la mia inadeguatezza, mi convincevo che la colpa non era mia ma di qualcuno che, chissà, perchè e con quali mezzi, per umiliarmi, mi aveva messo il "bastone fra le ruote". E mi riempivo di risentimenti, e fuggivo gli altri e, non sopportando tale situazione, cercavo conforto nella bottiglia. Anche le conquiste, anche le vittorie mi facevano male perchè le ritenevo sempre inadeguate a quelle che erano i miei meriti effettivi. Entrando in Alcolisti Anonimi, mi sembrò che l'atto di umiltà di riconoscere la mia impotenza di

fronte all'alcool fosse una costrizione: non potevo fare altrimenti, viste le condizioni in cui mi trovavo! Una seconda costrizione fu quella di accettare di non poter uscire dal problema con le mie sole capacità: anche qui non potevo fare altrimenti, visti i miei ripetuti fallimenti. Ma tutto questo che inizialmente consideravo solo un "compromesso", una rinuncia momentanea al mio orgoglio, divenne la base su cui lavorare per trovare quella serenità di cui avevo tanto bisogno. Non bevendo, iniziai a vedermi dentro in un modo più realistico, iniziai ad analizzarmi, seguendo i suggerimenti degli amici di A.A., per vedere se realmente non vi fosse qualcosa che non andasse in me fino al punto di togliermi la possibilità di vivere una vita normale e serena. E queste cose, da sobrio, le ho trovate col IV Passo, le ho riconosciute ed accettate col V Passo, ho iniziato ad eliminarle col VI Passo in un modo sistematico e completo. Oggi che ho la fortuna di poter vedere chiaramente in me, sto imparando ad accettarmi ed ad apprezzarmi per quello che realmente valgo, sto imparando che non è umiliante farsi aiutare dagli altri, sto imparando che sbagliare è umano e che molto spesso si sbaglia proprio perchè non si ha l'umiltà di chiedere consiglio ed aiuto agli altri, sto imparando che rinchiudendomi nella roccaforte del mio orgoglio e della mia superbia, non ho goduto del dono più bello che la vita avesse potuto offrirmi: l'amore.



IL LINGUAGGIO DEL CUORE

Siamo tutti qui insieme da molti Paesi diversi con linguaggi diversi, però quello che ci unisce è il linguaggio del cuore.



Lloyd Stiernberg -
Finlandia

Appena arrivato in A.A. chiesi al mio padrino come smettere di bere e come mantenermi sobrio. Lui mi rispose di partecipare alla vita di A.A. e di seguire i 12 Passi uno alla volta. Così ho fatto ed ho imparato che dando si riceve e che, però, prima di poter dare bisogna sapere cosa si dà. Ho continuato a lavorare seriamente sul Programma e dopo un pò ho imparato che era inutile dire belle cose se poi non le mettevo in pratica. Ho capito che era necessario parlare di meno ed esercitare di più i 12 Passi. Finalmente, arrivato all'undicesimo passo conobbi la risposta e vidi Lloyd di fronte a sé stesso; ormai conoscevo la differenza fra preghiera e meditazione e la Sua volontà. A quel punto Il mi sono sentito libero dentro. Leggendo tutta la letteratura di A.A. ho capito che il messaggio più profondo lo aveva espresso il nostro co-fondatore ed è questo che vorrei dire però non so come. Dato che sono il padrino di tre alcolisti ho delle ottime possibilità. Devo essere un buon esempio per loro e quando hanno problemi devo dare loro amore e comprensione e, con tutto me stesso, cercare di far loro capire il linguaggio del cuore. Sempre quando un nuovo arrivato assiste alla sua prima riunione e sente le storie dei

membri più anziani sembra che Dio sia presente all'incontro. Tutti cercano di dare in qualche modo, però raramente i nuovi arrivati riescono a capirci qualcosa. In quel momento, i membri parlano una lingua straniera- la lingua del cuore. I vecchi membri cercano di aiutare con tutto il loro cuore però il nuovo non riceve il messaggio perchè è talmente confuso nella sua mente ammalata. Proprio in momenti come questi il padrino è un elemento necessario al nuovo arrivato. Il padrino è responsabile dell'informazione e del programma di A.A. passati al nuovo membro. E' pure molto importante spiegare la parte spirituale. Durante un viaggio di affari in Olanda qualche anno fa ho avuto un'esperienza molto interessante. Ero stato invitato a parlare ad un gruppo di olandesi che poi hanno tradotto il mio discorso nella loro lingua. Il soggetto del mio discorso era "Sentimenti di Odio nei nostri primi anni di vita". Dopo il discorso c'è stata una discussione nella loro lingua che io non capivo ma guardando le loro facce avevo capito che ero con gente come me. La mia famiglia è molto contenta che molti

membri abbiano raccontato le loro esperienze con ragazzi alcolisti nelle loro case. Il mio figlio più giovane è un alcolista ed a causa del suo alcolismo la nostra vita era un inferno. Avevo grande difficoltà a capire come mio figlio potesse essere un ubriacone. Con l'aiuto di altre famiglie abbiamo capito che amore e comprensione è tutto ciò che si poteva dare. Dovevamo allontanarci dal problema ma non da lui. Dovevamo comprendere quando lui aveva bisogno di noi ed in quel momento aiutarlo a braccia aperte. Dopo moltissime brutte esperienze, tutto d'un colpo lui divenne un membro di A.A. Nel nostro caso, l'aiuto è venuto da altri membri che conoscono il linguaggio del cuore. La risposta venne dal mio padrino quando una volta mi chiamò e mi chiese "Come sta tuo figlio?" - voglio dire quello che ti ha fatto crescere?"



Avevo grandi difficoltà perchè potevo vedere me stesso in mio figlio. Poi, finalmente, ho capito il Primo Passo. Io non avevo nessun potere sulla mia vita e su quella di mio figlio. Era solamente con la mia fede in Dio e nel Suo volere che avrei potuto fare qualcosa affinché la stessa fede fosse data anche a mio figlio. Penso che il linguaggio del cuore sia una lingua che alcuni di noi possono parlare ma che pochissimi possono comprendere. Pur non di meno è importante per tutti noi esercitarvisi in modo che possa diventare più facile comprenderla. Vi sono ancora centinaia di migliaia di persone che soffrono ed hanno bisogno di aiuto. Con il linguaggio del nostro cuore ognuno di noi può dargli ciò che noi abbiamo oggi.

(Valerie Lloyd, Gran Bretagna)

È veramente un grande privilegio per me di essere qui con tutti voi oggi, in questo primo Incontro Europeo di Servizio. Io considero questo come una speciale benedizione che desidero dividere con tutti voi. Oggi ho riacquisito la salute, la serenità, una abbondanza di amicizie e di amore. La Comunità di A.A. mi ha dato tutti ciò attraverso la grazia del Signore e il linguaggio del Suo cuore. Ma, ancora più importante, A.A. mi ha permesso di riconoscere queste grazie, di esserne consapevole e di partecipare alla realtà della vita. Quando venni in A.A. così piena di paura, solitudine, disperazione, odiando me stessa, ho trovato stanze piene di gente che stavano aspettando proprio me. Gente che aveva provato ciò che io provavo, gente che conosceva gli orrori dell'ubriachezza e dell'alcolismo. Attraverso l'unità ed il passaggio del messaggio di A.A. dato a Bill W. e a Dott. Bob dalla Grazia di Dio, essi mi aprirono i loro cuori assicurandomi che anche io potevo guarire dalla mia fisica, mentale e spirituale malattia. La stessa Unità è sempre presente oggi ogni qualvolta e in qualunque

posto i membri di A.A. si incontrano. Io ricordo lo statuto datoci da Bill W. che disse della nostra società: "Senza l'Unità, il cuore di A.A. cesserebbe di battere: Le nostre vite e le vite di coloro che verranno più tardi dipendono da questa." Quanto è stato vero tutto questo per me. Quei membri al mio primo incontro erano uniti per darmi il mio primo messaggio: quello della speranza. Ciò riempì il mio cuore con la sensazione di essere arrivata a casa ed in una famiglia che mi capiva. Essi mi dissero: "Se noi possiamo fare questo anche tu lo potrai fare". Essi si preoccupavano e pensavano che io non potevo riconoscere tutto ciò ma non di meno essi mi amarono condividendo le loro esperienze, la loro forza e la loro speranza con me. Tutto ciò mi è stato dato così liberamente in calore, in comprensione e in fede. La mia speranza gradualmente sviluppò questa Fede. Nel mio cuore io cominciai a sentire che nella dipendenza da Dio e da i membri di A.A. anche io avrei potuto ottenere la guarigione. Mi fu spiegato il programma dei Dodici Passi

e mi fu suggerito di provare a vivere con essi ogni giorno; nel parlarmi dei passi questi membri mi aprirono completamente i loro cuori e le loro sensazioni. Fu solo quando realizzai che io dovevo fare lo stesso che cominciai a provare un certo grado di conforto nella mia sobrietà. Con il dividere il mio cuore pieno di paure, risentimenti, senso di colpa ed altri difetti del mio carattere che mi avevano allontanato da Dio e dalla vita intera, io cominciai a sentirmi libera e cominciai a provare a me stessa di avere una certa capacità di vivere. Io credo che i principi più importanti in questi Passi per oggi sono: Onestà, Umiltà, Amore, e Servizio. Nel praticare questi Passi ogni giorno sono arrivata a credere in Dio e a dipendere da Lui più profondamente. Così la mia fede è cresciuta, la speranza è stata fortificata e così è diventato più sicuro che l'amore che mi era stato promesso nei primi

giorni non aveva solo il significato di una parola ma veramente di sentimento profondo. In me la crescita e la coscienza di questi sentimenti si sviluppò soprattutto nella sponsorizzazione. Prima di tutto essendo stata io stessa sponsorizzata e poi sponsorizzando gli altri. Io sentii sentimenti di amore crescere nel mio cuore e vidi lo stesso sentimento nel cuore degli altri. Sentii la vergogna e il senso di colpa dissolversi, il risentimento e la pietà di me stessa iniziò a svanire, le gelosie diminuire, con lo scambio e con la verità e la rigorosa onestà che si erano sviluppate in me durante la sponsorizzazione. Quale gioia mi fu data di vedere gli occhi cominciare a brillare su volti che prima erano tanto pieni di pena. E' veramente una delle più care benedizioni che si possano ricevere da Dio nella vita, questo dono della sobrietà e il vedere la stessa soddisfazione negli altri. Tutto questo col solo, semplice messaggio di A.A. scambiato attraverso il linguaggio del cuore. Qui sorge alla mente una parte della preghiera di San Francesco riportata dal nostro Undicesimo Passo: "Signore rendimi un canale della tua pace... dove vi sia il dubbio, che io possa portare Fede; dove vi sia disperazione, che io possa portare la Speranza... dove vi siano le tenebre, che io possa portare la luce e dove vi sia la tristezza che io possa portare gioia". Prosegue poi dicendo: "Che io possa cercare di confortare piuttosto di essere confortato, di capire

piuttosto che di essere capito, di amare piuttosto che di essere amato. Perché sta nel dimenticare se stessi che ci si può ritrovare." Quanto buona potrebbe essere la mia vita oggi se potessi riempirla con i principi di questa preghiera; il progresso spirituale sarebbe sicuramente completo. Io devo la mia vita e il mio modo di vivere attuale alla comunità di A.A.



Questa comunità è la più profonda di tutte le benedizioni spirituali che Dio manda a me ogni giorno. Attraverso il suo linguaggio del cuore A.A. mi ha dato così tante libertà e attraverso la sua voce che entra nel mio cuore mi dice che ho ancora tanto da imparare, e, sì, ancora benedizioni da ricevere. Mi dice che io devo andare ad apprendere e ad ascoltare in modo tale che quello che A.A. mi ha dato possa io essere pronta a darlo a quelli che devono ancora venire. Io sono talmente grata a Dio dal momento che l'ho capito, sono grata a A.A. ed ai membri che mi hanno aiutato lungo la via ed a tutti voi che siete qui adesso, voi che siete parte della mia vita e del mio vivere oggi. Possa io ringraziare ognuno di voi per la vostra comprensione e possa Dio benedire tutti noi.

vita dei gruppi

BERGAMO

In data da stabilirsi, i membri di A.A. con la collaborazione medica, previo consenso del nuovo Provveditore agli studi, sono invitati a tenere delle riunioni nelle scuole superiori per sensibilizzare gli studenti sui problemi dell'alcool.

I membri del Comitato Informatore Permanente degli Ospedali Riuniti di Bergamo, ci hanno incaricato di organizzare tre serate per sensibilizzare il personale sia medico che infermieristico dell'ospedale stesso.

MILANO—SPERANZA

...continuano con successo le riunioni che teniamo nell'Ospedale di Vimerate nei locali che hanno concesso. È evidente che le riunioni si svolgono in maniera atipica perchè i partecipanti sono degenti e quindi il discorso è transitorio, ma serve a far conoscere A.A. e dove ci troveranno quando verranno dimessi. Il giorno 16 febbraio, io e Laura, siamo stati invitati dal TG3 ad una trasmissione sull'alcolismo che poi verrà riciclata sul TG2. Il giorno 15 febbraio, su invito della Direzione dell'Ospedale Bassini, ho tenuto una riunione a 50 infermiere del 2° anno di Corso; a parte il successo ottenuto parlando dell'alcolismo visto in tutti i suoi aspetti e la maniera come guarire, ritengo significativo il fatto di essere stato retribuito per questa prestazione di un favoloso onorario di ben £ 10.000 pagate dalla Regione e, naturalmente devolute alla cassa di A.A. In questi giorni sono stato contattato dall'equipe del Prof. Riggi che si occupa dei Servizi Territoriali Psichiatrici di Milano e ha chiesto una nostra collaborazione. Non vorrei che pensaste che siamo presuntuosi, ma facendo un serio bilancio su come stà operando il Gruppo 'Speranza' e come veniamo richiesti a vari livelli, ciò vuol dire che il 12° Passo da noi fatto stà dando veramente i suoi frutti.

ROMA

Il Gruppo LA VITA di Via Collazia 2F, ha proceduto venerdì 19 marzo alla costituzione della sua struttura di servizio. Sono risultati eletti:

Segretario	:	Robertino
Vice Segretario - Tesoriere	:	Marcella
RGSG	:	Viviana

Auguri vivissimi di buon lavoro anche da parte del nostro giornale.

SOSTENETE IL NOSTRO GIORNALE!

Abbiamo ricevuto, fino ad oggi, L. 3.500.000 per abbonamenti o integrazioni di quanto già versato per il vecchio notiziario. In totale abbiamo superato i 300 abbonamenti. Il mese prossimo pubblicheremo in dettaglio l'esito della nostra campagna abbonamenti. Nel frattempo se volete abbonarvi fateci subito inviando un vaglia postale di L. 12.000 a: INSIEME - Mensile dell'Associazione Alcolisti Anonimi.

Via Lupatelli, 62 - 00149 - Roma.

Alle amiche ed amici Al-Anon.

Allo scopo di semplificare i contatti fra il nostro Giornale e tutti i membri di Al-Anon, preghiamo di inviare ogni tipo di corrispondenza (articoli, testimonianze, suggerimenti, abbonamenti, ecc..) al seguente indirizzo:

GINA - Redazione di "INSIEME".

A.A. - Via Lupatelli, 62

00149 - Roma



Questa nostra

C A S A ...

C'era un fiore sul nostro tavolo di riunione quella prima sera in via Lupatelli. Lo aveva portato Maria Pia, un'alcolista che avrebbe compiuto l'anno di sobrietà di lì a poco; non so se era un augurio per se o per il Gruppo, so solo che in quel luogo di anniversari se ne celebrarono parecchi. Il Gruppo della Magliana nacque dalla necessità sentita di avere a Roma un secondo Gruppo ma soprattutto dalla speranza che un giorno in quei locali i Servizi Generali di A.A. avrebbero dato l'impulso formidabile per affrontare in maniera capillare il problema dell'alcolismo in Italia. Via Lupatelli, 62 è stato per più di due anni il recapito ufficiale di A.A. nel nostro Paese, è rimasto aperto tutti i giorni, con riunioni tutte le sere, il servizio telefonico con grandi sacrifici è stato mantenuto efficiente dalle 9 alle 13 del mattino (grazie a Pia) e dalle 16 alle 21 grazie al volontariato dei membri del Gruppo (la notte e la domenica funzionava la segreteria telefonica). A Via Lupatelli è nato il nostro Bollettino di informazioni, nella sua prima veste, grazie all'iniziativa e all'abnegazione di un personaggio che per la sua modestia e riserbo è sconosciuto alla stragrande maggioranza degli alcolisti, la cara Laura (n.d.r. Laura è un'Al Anon ed è stata il primo coordinatore di questa Associazione), che si è fatta carico a lungo anche di spedire la letteratura in tutti i Gruppi. Giovanni, veterano di A.A. ha smistato migliaia di telefonate, coordinati XII Passi, ricoverato alcolisti, consigliato ed incoraggiato familiari, svolgendo così un servizio di ineguagliabile valore sociale ed umano. Lina che si è fatta carico delle pulizie e della cura del giardino, Carla ha disegnato i nostri slogan ed i nostri simboli. Mi è veramente caro in queste righe ricordare tutti quelli che hanno collaborato in questi anni alla vita del Gruppo, Viviana, Marcella, Irmela, Cecilia, Gianni e quelli che, per ragioni di spazio, non nomino. Angelo primo segretario di questo Gruppo, Anna, Nino, Giulio, Ida, Kristina, Chiara, Orlando e tanti altri. Ringrazio A.A. di aver avuto il privilegio di servire come segretario di questo Gruppo, e

Carlo Ceruti per aver voluto fortemente tutto questo, che solo grazie al suo esempio e fede si è realizzato. Cosa resta ora di tutto questo? Un gruppo meraviglioso che si è trovato più unito e saldo che mai proprio nel difficile momento del trasloco, un Gruppo unito e veramente al servizio di A.A.; e soprattutto la grande soddisfazione di sapere che il lavoro e i sacrifici fatti in questi anni sono stati ripagati dalla effettiva nascita dei Comitati di Servizio dei Servizi Generali di A.A.; Via Lupatelli ha assolto un compito che è stata una tappa importante nella vita e nella crescita di A.A. Adesso tutti lavoriamo per continuare sulla stessa strada "Insieme".

Robertino

NON LASCIAMOCI — RESTIAMO INSIEME — — AMIAMOCI L'UN L'ALTRO —

Sono stato molto male in questi ultimi tempi: la mia ipersensibilità e la mia emotività mi stavano facendo il brutto scherzo di farmi vedere tutto nero, troppo nero. Tre Gruppi romani stavano chiudendo per mancanza di locali e, per giunta, anche i Servizi Generali erano costretti a cercarsi una nuova sede. Mi sembrava che il mondo mi crollasse addosso ed, insieme al mondo, mi crollava addosso quello che ho di più caro: A.A. Sono andato alla riunione di Firenze a pezzi. Ma, a Firenze, ritrovando tutti i miei amici, mi sono sentito rassicurato, forse protetto. Tutti i miei amici erano là, volontariamente, magari dopo un'alzataccia ed un lungo viaggio, perchè credevano in A.A. e perchè volevano dare il loro contributo alla crescita di A.A. Ed anche a Firenze, A.A. è cresciuta, soprattutto perchè, anche là, si è sentita chiara la necessità di rafforzare e cementare questa nostra bella amicizia sulla base di rapporti chiari, trasparenti, leali e nel rispetto reciproco. E tutti eravamo d'accordo che doveva essere così e ci siamo salutati coscienti del fatto che, se così non fosse, sarebbe fatalmente decretata, e senza appello, la morte di A.A.

qui AL-ANON

VII PASSO: NOI GLI ABBIAMO UMILMENTE CHiesto DI RIMEDIARE ALLE NOSTRE DEFICIENZE

Il mio nome è Maria e sono un'Al-Anon. Il "Settimo Passo" mi richiama soprattutto la parola "Umiltà". Cosa vuol dire? L'umiltà è l'essere umili. Dal Poliziano: "non umil cosa parmi...". Umile è colui che non dà importanza ai propri meriti, alle proprie virtù e capacità, ma tiene sempre presente i propri difetti e i propri limiti, che ha rispetto per tutti, deponendo i sentimenti e l'atteggiamento di superbia. Per chiedere di rimediare alle proprie deficienze, come si dice il settimo passo, occorre dunque umiltà quella intesa nel vero senso della parola e non in quello distorto cui si dà oggi. Umiltà significa non emergere per il proprio tornaconto, non soddisfare i propri istinti, non dedicarsi alle attività culturali per fare solo mostra di sé e presentarsi nella società come un uomo da invidiare, ma spronare tutti per capire quale sia il vero concetto dell'umiltà stessa, che vuole al primo posto i valori spirituali coi quali essa indica la mèta da raggiungere per migliorare il nostro carattere, cosa che ci viene data e diamo, scambiandoci i segni della umiltà medesima. Un alcolista che accetta A.A. ed un familiare che accetta AL-ANON, compie già un atto di umiltà che è necessario per ritrovare la Serenità per sé e per gli altri. Ciò che senza umiltà si spera di fare da soli, crolla, mentre emerge il valore vero della vita con la intuizione e la pratica della vera Umiltà che opera un profondo cambiamento e la trasformazione dai valori negativi a quelli positivi. Un alcolista rifiutò A.A., disse che sarebbe stato capace di diventare sobrio da solo: è ancora nel problema ed è infelice spiritualmente; un'altro accettò subito A.A., entrò nel gruppo, si dichiarò con umiltà alcolista, ed ora è sobrio, ha vinto il serpente alcolico ed è felice e sereno spiritualmente! Carlo Coccioli nel libro "Uomini in fuga", dice giustamente: "Si ricade perchè non si pratica l'Umiltà".



Mi chiamo Bettina e sono un'Al-Anon

Quando entrai per la prima volta in Al-Anon, la forza e l'amore che vi trovai mi dettero la capacità di andare avanti che mi permise di trovare quella strada giusta che da sempre cercavo per capire la malattia di mio marito, che fino a quel momento, avevo considerato un brutto vizio. In Al-Anon acquisii tutti i principi di cui avevo bisogno. Mio marito, alcolista, non frequentava il gruppo A.A. e neppure voleva saperne. Ero molto disperata, e poichè lo vedevo distruggersi inesorabilmente giorno per giorno. I medici, avendole provate ormai tutte, si rifiutavano di aiutarlo, poichè neanche loro sapevano dell'alcolismo-malattia, e le loro capacità non andavano oltre il dialogo e a qualche medicina, il cui effetto non serviva che a peggiorare la situazione. Ad un certo punto mi ritrovai sola (la gente che aveva cercato di aiutarci se ne era lavata le mani) con mio marito aggredito ogni giorno dall'alcool. Malgrado tutto non volli rinunciare alla lotta e alla mèta a cui mi ero prefissata di arrivare: far smettere di bere mio marito. Mai fui tentata di abbandonarlo a se stesso. Continuai a cercare una qualsiasi strada, finchè un giorno la mano del Signore non mi guidò finalmente su quella giusta. Conobbi perciò l'esistenza di un gruppo Al-Anon. Già alla prima riunione fui commossa per la carica di unità che vi regnava. Nel gruppo Al-Anon del quale oggi faccio parte ritrovai l'amore, la fede, la speranza e la forza che riuscii non facilmente, a trasmettere a mio marito, affinchè questo potesse entrare nel gruppo A.A. Fu una dura lotta che durò non poco, ma per mezzo della quale capii una parte dei miei errori e imparai, in parte a correggerli; tutto grazie al gruppo Al-Anon. Mio marito iniziò la sua sobrietà 18 mesi fa e sino ad oggi, ringraziando Iddio, tutto è andato bene. Io, Al-Anon ho cercato di aiutare mio marito e spero di aiutare tanti altri alcolisti che non conoscono la strada di A.A.

ALATEEN

anno zero

Una lettera di Gianna ed Angela del gruppo Al-Anon di Milano-Via Stratico

Il gruppo Al-Anon Milano, via Stratico 9-Milano, ha aperto ufficialmente il gruppo Alateen, sabato 16 gennaio u.s. Le riunioni si terranno ogni quindici giorni al sabato alle ore 15. Essendo Alateen, come Al-Anon, senza confini né barriere di qualsiasi genere, sono invitati tutti gli Alateens dei gruppi limitrofi. Il gruppo Alateen Milano, è condotto da Maurizio un Al-Anon di 24 anni, futuro medico, figlio di un alcolista, ci sembra la persona più adatta perchè conosce personalmente i problemi dei ragazzi. I ragazzi presenti alla prima riunione era 12, come inizio è promettente, considerando anche gli assenti giustificati da malattia. Il pensiero di aprire il gruppo Alateen era già nell'aria da parecchi mesi, soprattutto per il desiderio dei giovani. Già nel 1980 avevamo tradotto la documentazione Alateen (solo dal francese, quindi non ufficiale, ma sempre indispensabile), nell'estate del 1981 come già comunicato, si erano tenute parecchie riunioni con diversi ragazzi, presso il gruppo di Saronno. Alcune difficoltà intralciavano il nostro programma, ma il problema più grosso era ed è indubbiamente in nostro grado di maturità e il senso di enorme responsabilità che ci assumevamo e ci dobbiamo assumere continuamente. Ci rendiamo conto che prendere tra le mani le vite già abbastanza travagliate di decine di ragazzi è una responsabilità terribile; saremo sempre in grado di dare loro il meglio, e di aiutarli nel modo migliore? La Coscienza di gruppo ha ritenuto che l'Al-Anon dopo due anni e mezzo di crescita e maturazione potesse essere in grado ora di dare vita all'Alateen, ed il Potere Superiore ci ha aiutato a superare ogni difficoltà, dandoci tanto coraggio e serenità. Con l'augurio che presto altri gruppi Alateen potranno sorgere in Italia, salutiamo tutti affettuosamente.



UNA TESTIMONIANZA

Il problema dei figli è senz'altro un problema. È grosso. È da risolvere. Agli inizi si credeva che il programma dei 12 Passi servisse solo agli alcolisti, poi, pian, piano, si è compreso che esso non era soltanto "un sistema per smettere di bere", ma un vero e proprio "stile" di vita buono per tutti. Fu così che le mogli o i mariti degli alcolisti iniziarono a cercare nel Programma dei 12 Passi il modo per risolvere i gravissimi problemi familiari e di coppia che erano nati dalla malattia del loro congiunto. Queste mogli e questi mariti trovarono, nelle riunioni di Al Anon, sufficienti risposte alle loro esigenze spirituali, iniziarono a condurre una vita diversa perchè basata su concezioni diverse e trovarono finalmente la strada della serenità. Anche quelli che non videro il loro congiunto uscire dal problema alcolico, impararono ad aspettare e riuscirono a soffrire di meno perchè accettarono la loro impotenza di fronte al terribile male. A questo punto i figli, i nostri figli, assistendo al nostro radicale cambiamento, ci hanno chiesto se vi fosse anche per loro la possibilità di accettare, o almeno dimenticare, quei lunghi giorni di paure, di insicurezze, di vergogna... I nostri figli ci hanno chiesto questo, e noi abbiamo risposto d'impulso di sì, che c'era questa possibilità e che era nei 12 Passi.

Facciamo il giornale insieme: ecco cosa occorre!

Pubblichiamo un repertorio di temi che ci ha inviato Mauro di Udine, come Appendice ai suoi preziosissimi consigli di cui faremo tesoro nel nostro lavoro quotidiano.

- *12 Passi. Come sei riuscito a fare il primo, il secondo, ecc..... Il dodicesimo Passo. Un resoconto per ogni Passo, a scelta.*
- *12 Tradizioni. Descrivi degli avvenimenti in cui hai tenuto conto delle Tradizioni. Un resoconto per Tradizione.*
- *Che cosa fai o hai fatto per diffondere il messaggio?*
- *Quanti alcolisti della zona sanno che il gruppo è disponibile?*
- *Calcola quale possa essere il totale di essi e quanti possano essere informati. Scrivi poi una piccola relazione.*
- *Quanti medici, magistrati, insegnanti, sacerdoti, artigiani, commercianti, impresari ed uomini politici ne sono informati? Prova a fare un elenco.*
- *Nel gruppo gli alcolisti appartengono ad una sola categoria sociale o a tutte le categorie? Quali categorie mancano? Prova a spiegare il perchè, ma senza dare la causa a loro.*
- *Il numero delle donne nel gruppo è troppo piccolo rispetto a quello degli uomini. Come mai? Che cosa potresti fare in proposito?*
- *I nuovi venuti restano tutti, o la maggior parte non si fa più vedere? Perchè?*
- *Hai mai fatto il padrino? Se lo hai fatto, che cosa ti è capitato, anche se non hai avuto successo?*
- *Hai qualche incarico nel gruppo? Come lo svolgi? Quali sono le difficoltà? C'è qualcuno che ti aiuta?*
- *Hai mai visitato altri gruppi? Se sì, che cosa hai visto o sentito di nuovo? Se no, perchè non lo hai fatto?*
- *Nel tuo gruppo, in quanti fanno il dodicesimo Passo? Come lo fanno? Ti pare che si potrebbe fare meglio? Che cosa ne pensi degli insuccessi?*
- *Hai festeggiato qualche Anniversario? Come si è svolta la festa? Che cosa hai detto? Come ti sei sentito?*
- *Leggi qualcosa sull'alcolismo? Leggi i libri ed i libretti di A.A.? Ti interessano? Quanto tempo dedichi alla lettura? Pensi che il leggere ti aiuti a guarire?*
- *Che cosa pensi dei Servizi Generali? Cerca di avere il coraggio di essere sincero. Se ne parli troppo male, come se ne parli troppo bene, cercheremo forse di non pubblicare le tue idee?*
- *Hai fatto qualche amicizia nel gruppo? Racconta come è successo.*
- *Se tu fossi un potente mago, o una maga, che cosa faresti per il tuo gruppo, o per gli alcolisti che ancora non conosci?*
- *Hai mai fatto fatica a non rompere l'anonimato? Racconta.*
- *Ti piace ridere? Raccontaci qualche "barzelletta" sull'alcool. Potremo fare una raccolta nazionale, non ti pare?*
- *Da quando hai smesso di bere, come vanno le cose in famiglia? Raccontaci anche i piccoli particolari.*
- *Come sei arrivato in A.A.. Racconta anche come è successo che ci sei rimasto.*
- *Se hai qualcosa di tuo da raccontare, scrivilo e mandacelo.*

COMPLEANNI

FESTEGGIATO AGLI «ALCOLISTI ANONIMI»

Un curioso compleanno: cinque anni di sobrietà

ROMA - Una festa di compleanno fuori dal comune quella a cui ho partecipato qualche sera fa. In una saletta di una chiesa episcopale in un quartiere medio-borghese di Roma, il gruppo degli «Alcolisti anonimi» ha festeggiato il quinto anno di sobrietà di due suoi membri: Tea e Pia. Tea è una donna sulla cinquantina, ancora piacente, di origine straniera. E' il tipico esempio di bevitrice casalinga: beveva, dice lei stessa, per affrontare le piccole noie quotidiane, pulire, lavare, stirare fare la spesa, badare ai figli.

Cercando continuo rifugio nel vino acquistò l'abitudine al bere, ma questa abitudine, mentre la liberava dai suoi problemi e dai suoi conflitti, la investiva in modo ossessivo per cui riteneva che solo bevendo e continuando a bere potesse placare effettivamente le proprie contrarietà.

Ormai gli sprazzi di felicità, i piccoli momenti di energia e di gioia le venivano solo dall'alcol, il suo unico amico era l'alcol, aveva rotto tutti i rapporti, si vergognava e, nessuno, pensava lei, la comprendeva più.

Conobbe per caso il gruppo degli «Alcolisti anonimi» (uomini e donne alcolisti che cercano la sobrietà mettendo in comune le loro esperienze); il giorno dopo smise di bere non senza grande sofferenza; tuttavia aveva imparato la tecnica giusta: doveva ripetersi giorno per giorno: «Oggi non bevo, bevo domani».

Ma il domani era l'oggi e così ha rimandato sempre, lo scherzetto ha funzionato così per cinque anni.

Pia è una giovane donna molto intelligente e dinamica, una serie di piccole sconfitte susseguitesi a breve distanza l'una dall'altra dall'età dell'adolescenza l'hanno trascinata a sua insaputa nel vortice dell'alcolismo.

L'alcolismo è stato dunque il suo compagno in quelli che sarebbero dovuti essere gli anni più belli della sua vita. Contrariamente a Tea, Pia non parla volentieri del passato, preferisce parlare di quello che è successo dopo, di come il gruppo degli «Alcolisti anonimi» l'abbia salvata e cosa sia in realtà questa associazione per un alcolista.

Ella ha trovato subito nel gruppo un sostegno, l'appoggio aleatorio che cercava nell'alcol l'ha trovato vero in mezzo ad altri alcolisti, perché solo chi ha vissuto questa esperienza è in grado di capire fino in fondo. Ha accettato la consapevolezza del proprio alcolismo, ha scoperto che esso non era altro che un alibi a problemi risolvibili altrimenti; ha ricominciato poco per volta la sua vita puntando tutto su se stessa e sull'aiuto del gruppo, ha preteso poco ed ha ricevuto molto.

Il narcisismo, la megalomania e l'autocommisurazione tipiche dell'eulista si sono lentamente dissolti per dar luogo al riconoscimento dei propri limiti e difetti, all'autocoscienza e all'umiltà. Pia ha sottolineato infine il grande amore ricevuto nel gruppo, l'amore sincero da parte di tutti messo a disposizione di chi arriva sperduto e disperato.

Proprio questo amore colpisce chi non è alcolista; par-

tecipando alle riunioni mentre ad uno ad uno gli eulisti parlano di sé, si percepisce nell'aria, nei sorrisi, negli occhi e anche nella mano che ti allunga il portacenere, la ricchezza di cui loro si sono impossessati con sforzi e sofferenze e che sono disposti a dividere con altri ancora.

Lo scoprire nel gruppo tante persone amabili aiuta l'alcolizzato a liberarsi dall'idea che chi beve, e lui stesso in particolare, sia un essere spregevole, aumenta quindi l'autostima ed inizia così il processo di recupero e la volontà di riuscire.

Anna Virdis

GAZZETTA DI PARMA

Venerdì 5 Marzo 1982

COMPLEANNI



AOSTA

- Robert un anno

BERGAMO

- Dianora due anni
- Guido un anno
- Lisetta un anno
- Loredana un anno
- Mario un anno
- Pier Antonio un anno
- Piero un anno
- Protasio due anni
- Renata un anno
- Roberto quattro anni

CASTIONS DI STRADA

- Bepi un anno
- Gino un anno
- Luigina un anno
- Mario un anno

ROMA-CENTRO 1

- Annie tre anni
- Deo Gratias un anno
- Erminia un anno
- Nicola un anno

ROMA-CENTRO 2

- Fausto un anno

ROMA-MONTESACRO

- Aldo un anno
- Vincenzo un anno
- Wanda un anno

ROMA-LA GIUSTINIANA

- Marina due anni

VICENZA

- Elvira un anno
- Giuseppe un anno

AUGURI



BUONA PASQUA

Giunga a tutti l'augurio di una Pasqua
serena.

SIGNORE,
dammi la SERENITA' di
accettare le cose che non posso
cambiare ...
la FORZA e il CORAGGIO
di cambiare quelle che posso ...
è la SAGGEZZA di
conoscere la differenza ...

Mensile di prop. dell'Associazione A.A. Alcolisti Anonimi, prevalentemente ceduto agli associati.

Direzione, Redazione-Amministrazione: Via Domenico Lupatelli, 62 - 00149 Roma - tel. (06) 5280476 - C.C.P. 80224009

Direttore responsabile: Elio

Registrazione Tribunale di Roma n. 60/82 del 13/2/1982

Stampa: centro grafico C.G. - via Tuscolana 1092 - Roma

