

INSIEME

*mensile dell'Associazione
Alcolisti Anonimi*

UNITA'
RECUPERO
SERVIZIO

ANNO I° - NN. 10-11

OTTOBRE-NOVEMBRE 1982



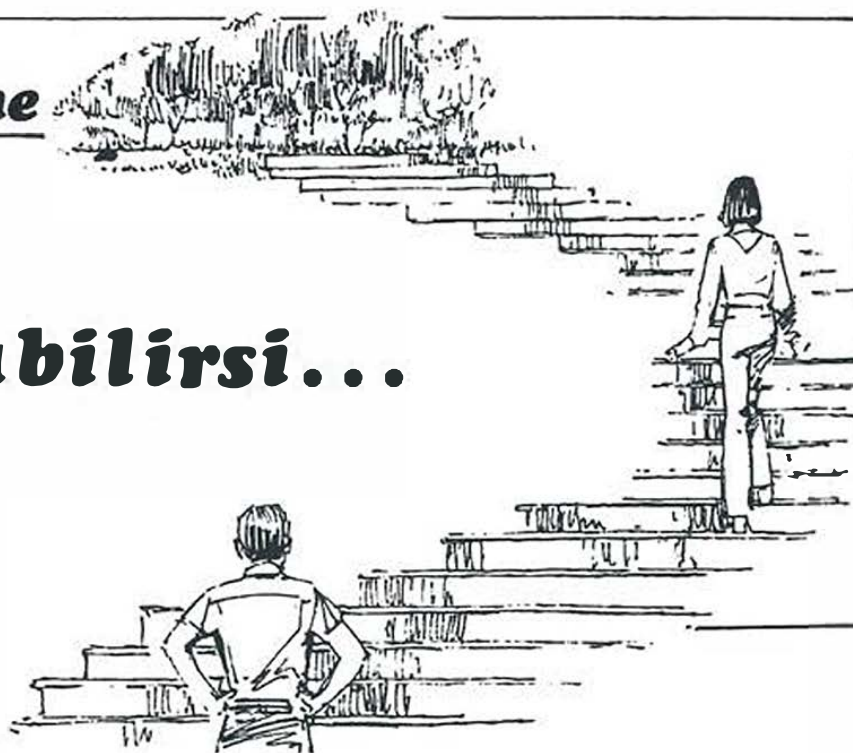
"TRA LORO VOI VI FARETE DEGLI AMICI PER TUTTA LA VITA. SARETE LEGATI A LORO DA NUOVI E MERAVIGLIOSI VINCOLI, PERCHE' INSIEME SFUGGIRETE AL DISASTRO E SPALLA A SPALLA INIZIERETE IL VOSTRO COMUNE CAMMINO. ALLORA CAPIRETE CHE COSA SIGNIFICHI DONARSI AFFINCHE' ALTRI POSSANO SOPRAVVIVERE E RISCOPRIRE LA VITA."

(dal libro "Alcolisti Anonimi" Ed. Bulzoni, pag. 170)

Quinta Tradizione

aiutare gli altri a ristabilirsi...

Siamo responsabili di portare il messaggio sia ai nuovi venuti che agli anziani



Dopo una riunione in una comunità vicina, discutevo con altri tre membri circa il modo di tenersi vicini ai nuovi venuti.

Uno dei membri, che aveva circa due anni di sobrietà, disse: "Proprio l'altra settimana, feci venire ad una riunione un individuo sul quale avevo lavorato per un mese.

Quel figlio di p..... il giorno dopo beve, così ora devo trovare qualcun altro per il Dodicesimo Passo".

Nei miei viaggi degli ultimi tre mesi, avevo udito esprimere più volte la stessa idea, ma mai così succintamente.

Ciò mi richiamò alla mente tutti insieme i pezzettini ed i frammenti d'informazione e m'indicò immediatamente la risposta che, credo, il nostro Gruppo cercava.

Poco più di un anno fa, avevamo al massimo 10 membri; ora ne ab-

biamo più di 15 con un mese o più di sobrietà.

Riteniamo sia un buon risultato, considerando il numero degli individui sul quale abbiamo lavorato; tuttavia siamo sicuri che poteva andare meglio.

Avevamo avuto molte riunioni di coscienza di gruppo sulla Quinta Tradizione, tuttavia sentivamo che mancava qualcosa.

Perciò, dovunque si andasse a visitare altri gruppi, molti di noi introducevano di proposito questo argomento.

Ci eravamo accorti che da qualche tempo il programma di sponsorizzazione del nostro Gruppo era carente e, sebbene avessimo cercato di correggerlo, ci accorgevamo che dopo due o tre riunioni stavamo perdendo più nuovi di quanto fosse giusto.

Comunque, continuavamo a dire (o pensare): "Ti devi preoccupare di portare il messaggio, non dell'u-

briacone".

Quando uno nuovo respingeva i nostri sforzi, lo lasciavamo andare, certi nel nostro intimo di aver portato il messaggio a un altro bevitore.

Credo che il problema sia proprio questo e non soltanto per il nostro Gruppo; a giudicare dagli articoli su Grapevine da diversi mesi in qua, lo è anche per molti altri gruppi.

Senza volere, ognuno di noi, forse inconsciamente, desidera dire: "Ecco l'ubriacone che io non ho fatto più bere".

Abbiamo permesso che l'idea più semplicistica - o dovrei dire la non-idea - del Dodicesimo Passo sostituisse il vero scopo del Dodicesimo Passo.

Continuiamo a cercare e a lavorare duramente sul nuovo venuto. Ciò è quello che si deve fare, ma noi ci prepariamo a tradirlo più tardi, quando dopo due, tre o quattro riunioni, diciamo: "Devi solo continuare a venire", e lo lasciamo più o

meno solo con se stesso, mentre ci concentriamo su qualcuno "più nuovo".

Così, ricercando la quantità invece della qualità, abbiamo permesso che s'insinuasse in noi il desiderio della soddisfazione di un successo, dimenticando che se si ha la qualità, a tempo debito, si avrà anche la quantità.

Il Dodicesimo Passo dice,: "...abbiamo cercato di trasmettere questo messaggio agli alcolisti...". (Non dice che abbiamo cercato di trasmetterlo agli ubriacconi), agli alcolisti che ancora soffrono, a quelli con meno di un mese di sobrietà, oppure agli alcolisti con meno di venticinque anni di sobrietà.

Lo stesso si può dire del richiamo nel Preambolo: "aiutare altri a riprendersi dall'alcolismo" e "aiutare altri alcolisti a raggiungere la sobrietà".

Io sono un alcolista, ed ho tutto il bisogno che facciano con me il Dodicesimo Passo, perchè credo che non riuscirò a realizzare mai tutto il programma, nè quel grado di sobrietà che vorrei.

Inoltre, in nessuna parte della letteratura è detto che posso ricevere il messaggio solo da quelli che sono sobri da più tempo di me, nè che debbo portarlo soltanto a quelli con meno sobrietà.

La lettera di Rosalia nel Grapevine del luglio 1975 lo diceva meglio di me, quando affermava: "Noi intendiamo per l'alcolista che ancora soffre quell'individuo che è tuttora là fuori ubriaco.

Ma molti alcolisti che sono in questa stanza stasera, ancora soffrono, e sono sobri e possono esserlo già da qualche tempo.

Restare nella sobrietà, per qualcuno non è così facile come per altri.

Ricorda sempre che l'uomo o la donna che siede al tuo fianco, può essere tuttora sofferente.

Se intuisce che è così e tu non stai soffrendo, tendi la mano a quella persona, anche se può essere sobria".



Gli articoli sulla sponsorizzazione nel Grapevine del settembre 1975, dimostrano la reale necessità di un forte programma di sponsorizzazione dentro un gruppo e dell'importanza dello sponsor per il nuovo venuto.

Comunque, credo che dobbiamo andare un passo più in là e dobbiamo cercare di essere sponsor per tutti gli alcolisti siano essi nell'Associazione o no, e senza tener conto della lunghezza della loro sobrietà o della mancanza di essa.

Dobbiamo cercare di portare il messaggio a tutti gli alcolisti allo stesso modo.

Non dobbiamo sponsorizzare sol-

tanto quelli che lo chiedono, nè dobbiamo aspettare una chiamata telefonica prima di fare un Dodicesimo Passo con qualcuno.

Ogni qualvolta ho sentito il bisogno di qualcosa, mi hanno sponsorizzato ed hanno fatto con me un Dodicesimo Passo.

Quale ne fosse l'origine e che io la riconoscessi o no come parte del messaggio, non faceva alcuna differenza.

Penso di aver portato il messaggio in tutte le direzioni, ma riconosco che è più importante migliorare la qualità del modo in cui lo porto che aumentare il numero di volte in cui riesco a trasmetterlo ad alcolisti attivi.

Se posso ricordare di applicare questi principi in tutti i campi della mia vita, il Potere Superiore mi darà l'opportunità di portare il messaggio secondo la sua volontà.

Se lascio qualcun altro più o meno solo con se stesso, un qualche giorno il Potere Superiore può lasciare me più o meno solo con me stesso e allora come finirei?

Perciò è mio dovere portare il messaggio agli alcolisti in qualunque fase, senza qualificazioni.

Come sempre, il Potere Superiore deciderà il nome, senza qualificazioni.

Come sempre, il Potere Superiore deciderà il nome, l'indirizzo, il Numero di Codice di chi riceverà il messaggio.

Noi, sia individui che gruppi, dobbiamo lavorare sempre come messaggeri al meglio delle nostre possibilità e lasciare a Lui l'esito finale.

(da Grapevine, marzo 1976)

R. C. G. Fort Knox, KY



LORO NON CAPISCONO...

(MA E' VERAMENTE IMPORTANTE PER NOI?)

Quando mi ubriacavo, gli altri non capivano perchè facessi la vita che facevo.

Quando venni in A.A. e cominciai a non bere più, non capivano perchè non avessi smesso da solo o perchè dovevo andare alle riunioni, o perchè questo o perchè quello.

Così, mi lamentavo con me stesso e con chiunque volesse ascoltare: "Non capiscono!".

Quando avevo più o meno due anni di sobrietà, fui invitato ad un ricevimento dove mi fu offerto da bere. Dissi "No, grazie. Oggi non bevo".

Più tardi spiegai alla mia ospite che non bevevo più e che ero in A.A.. Dopo circa sei mesi, fui invitato di nuovo per un pranzo.

Prima del pranzo furono servite delle bevande. La stessa ragazza alla quale sei mesi prima avevo confidato il mio segreto, mi chiese se volevo bere qualcosa.

Risposi: "No, grazie. Oggi non bevo".

Più tardi, a casa, dissi a me stesso: "Essi non ricordano. Non capiscono".

Poi in me si fece giorno, nel senso che mi resi conto che non è importante che essi capiscano. Perchè lo dovrebbero? Perchè ci si dovrebbe aspettare che sappiano cosa sente uno che è alcolista?

Molte volte nel passato, amici ben intenzionati mi avevano detto: "Roger, sappiamo come ti senti", soltanto per sentirsi rispondere "No, voi non potete sapere".

Perchè avrebbero dovuto?

Non so come ci si senta per un attacco di cuore, così ad una persona che l'ha avuto, non devo dire, "So come ti senti".

Nemmeno so cosa voglia dire essere cieco, sordo o zoppo.

E non ci si aspetta che io lo sappia. Allora perchè un non-alcoli-

sta dovrebbe capirmi o anche ricordare che sono un alcolista? Mi posso io ricordare delle malattie di tutti i miei amici?

Diavolo, no!.

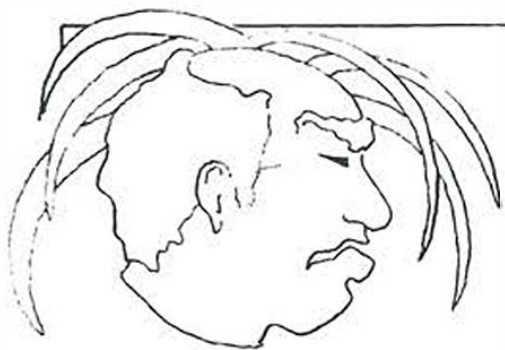
E' così che me lo spiego. E ripeto: non è importante che sappiano, a meno che io non stia facendo il Dodicesimo Passo o il Nono.

Gli amici intimi sanno e ricordano; attraverso loro ho avuto il piacere di fare un Dodicesimo Passo o due. Tuttavia, chiedo loro di comprendermi? Non più.

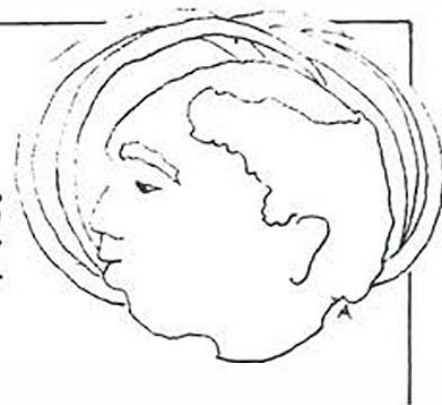
(da Grapevine, marzo 1976)

R. N. Naples, Fla.





I Risentimenti



C'è una vecchia storiella su uno scorpione ed una rana che si applica al mio programma A.A..

Vi si racconta che uno scorpione non sapeva nuotare e voleva attraversare un fiume. Allora si avvicinò ad una rana e le chiese di trasportarlo all'altra riva.

"Mai", disse la rana. "Mi pungeresti".

"No, davvero", rispose lo scorpione. "Se lo facessi, annegherei".

"Bene", disse la rana e il signor Scorpione le saltò sul dorso. Ma, in mezzo al fiume, zing, lo scorpione punse.

Mentre stavano andando giù tutti e due, la rana domandò: "Perché l'hai fatto?".

Perché è la mia natura", rispose lo scorpione.

Ricordo questa favoletta perché si applica bene alla mia stessa natura, alla mia tendenza ai risentimenti.

So che possono distruggere me tanto certamente quanto la natura dello scorpione ha distutto la rana.

Però continuo a dire a me stesso che non posso essere distrutto perché ho al mio fianco A.A. e il mio Potere Superiore.

Da quando sono in A.A., ho oscillato tra periodi di profondi, amari risentimenti e periodi di totale li-

berazione da essi.

Come gli acquazzoni estivi, essi sono improvvisi e violenti e tutto quello che ho saputo fare è riconoscerli e combatterli.

In qualche modo, con il programma e con l'aiuto del mio Potere Superiore sono stato fortunato ad evitare quel primo bicchiere che un tempo era la mia sola soluzione, o la mia sola scusa.

Ma l'ultima persona dalla quale mi sarei aspettato aiuto, fu una che mi irritava veramente.

Io non ho bisogno di un motivo per irritarmi; qualunque piccolezza è sufficiente.

Mi ero sentito così trascurato ed ero così offeso verso questo membro da sentirmi completamente sballistrato, quando mi fece una piccola ma assai premurosa gentilezza.

E il mio risentimento svanì.

Per giorni non potei mandar giù questo fatto e cioè la guarigione di una ferita che per tanto tempo mi aveva avvelenato.

Nel ragionarci sopra, decisi che avrei fatto bene a cercare di fare ogni giorno qualche piccola gentilezza a qualcuno.

E così ho fatto, senza propormi qualcosa di stupendo o magari di insolito; soltanto qualche semplice, piccola azione, come la visita ad un

vicino anziano e solo; una telefonata ad un membro che non conoscevo bene; un pò più di considerazione per mia moglie; un cesto di pomodori o un mazzo di fiori del mio giardino a qualcuno.

Talvolta, nell'andamento affannoso della mia vita quotidiana, è difficile trovare qualche gentilezza da fare.

Ma quando questo accade, mi sovviene che la mente non può ospitare che un solo pensiero alla volta.

Allora debbo almeno cercare di ospitare un pensiero gentile o di dire una piccola preghiera per qualcuno.

Invece di pensare: "Che cosa ne ricavo?", io penso a come posso contribuire alla felicità di qualcun altro.

Ed ecco, che questo semplice modo di agire sta andando più in là di quello che potevo prevedere.

Infatti, quando faccio il mio inventario serale, senza tener conto delle delusioni e dei fallimenti del giorno, trovo un punto luminoso (quel pò di gentilezza) che mi permette di addormentarmi in pace. Non debbo più essere lo scorpione.

(da Grapevine, dicembre 1979)

R. T. Elberton, Ga.

L'Assemblea annuale di A.A.

Una breve cronaca dei lavori

L'assemblea generale annuale dell'Associazione Alcolisti Anonimi si è riunita il 23 ed il 24 ottobre presso l'Hotel Le Dune di Sabaudia (Latina).

L'Assemblea ha approvato la relazione sulla attività svolta dal Comitato di Servizio uscente.

Dopo alcuni interventi di amici che desideravano ringraziare i membri del Comitato di Servizio uscente, per l'ottimo servizio prestato, i lavori sono continuati con l'esame di una proposta di modifica dello Statuto dell'Associazione, firmato nel 1979 e già modificato nel 1980.

I partecipanti all'Assemblea si sono trovati d'accordo su parte delle proposte riguardanti i primi quattro capitoli dello Statuto, ma hanno deciso di rimandare ad un ulteriore e più attento esame, quelle relative agli articoli successivi.

Alla ripresa dei lavori, il giorno 24, l'Assemblea ha approvato il bilancio consuntivo dell'Associazione per il 1982 ed ha rinviato l'approvazione del bilancio preventivo 1983 ad altra seduta. Dopo la relazione del Direttore responsabile di "Insieme" (di cui riportiamo alcuni stralci in seguito) e l'approvazione del rendiconto economico per il 1982, si è proceduto alla formazione del Comitato di Servizio per l'anno 1983.

Sono risultati eletti:

Silvano (Firenze): Segretario Coordinatore; Gabriella (Milano) e Guido (Padova): Vicesegretari; Edoardo (Udine), Franco (Modena), Giancarlo (Dolo), Riccardo (Milano): membri.

Giunga a tutti questi amici un fraterno augurio di buon lavoro.

la nostra relazione

(Pubblichiamo alcuni stralci della relazione presentata all'Assemblea Generale di A.A. di Sabaudia).

IL LAVORO SVOLTO

..... il nostro giornale, oggi, è letto da oltre 600 persone, è atteso con ansia nei gruppi ed è oggetto di analisi nel corso delle riunioni, è richiesto da medici ed operatori sociali ed è stato già citato da alcuni quotidiani e periodici a diffusione nazionale. Insomma, possiamo ben dire che il suo piccolo XII^o Passo, il nostro giornale lo ha già fatto e che continua a farlo

IL NOSTRO PROGRAMMA

1) il nostro giornale vuole essere gestito da tutti noi e vuole trasmettere le idee e le esperienze di tutti nei limiti del vostro comune problema. Vuole essere, in sostanza,

una specie di società per azioni in cui, ogni abbonato è un azionista a piena parità di diritti e di doveri.....

2) vuole informare tutti sull'attività di tutti i Gruppi d'Italia; dalla Sicilia all'estremo nord

3) vuole aiutare tutti a comprendere ed a vivere, sulla base di vere esperienze, il nostro Programma di recupero

4) vuole costituire un primo nucleo di una letteratura tutta italiana, fatta a misura di A.A. italiana....

5) i compiti del direttore del giornale e delle redazioni sono soltanto ed unicamente tecnici, si limitano cioè al solo coordinamento degli interventi per pubblicarli, come esperienza o punto di vista di chi li firma, secondo l'ordine cronologico di arrivo in redazione e dando loro una soddisfacente veste grafica e tipografica in modo da facilitarne la lettura. Solo in mancanza di materiale da pubblicare, le redazioni, provvederanno a scegliere articoli dalla letteratura ufficiale o scriveranno qualcosa di redazionale. La

unica responsabilità che compete al direttore responsabile, oltre a quelle di legge, è quella del rispetto assoluto delle 12 Tradizioni e dello Statuto di A.A..



LA CRONACA DEI GRUPPI

ANCONA

IL PRIMO COMPLEANNO

Lunedì 18 Ottobre il Gruppo di Ancona ha festeggiato il primo anno di sobrietà di Renata.

E' stata una serata indimenticabile, per lei e per tutti noi che le eravamo vicini.

Avevo invitato Renata a scrivere lei stessa qualcosa su questo giorno, che è stato il SUO giorno, da inviare a Elio, ma mi ha risposto che le riesce impossibile tradurre in parole i sentimenti che ha provato in quelle ore, e devo dire che riesce molto difficile anche a me renderVi partecipi di quanto tutti noi abbiamo provato davanti a quella torta con quella piccola candelina rosa.

Ricordo le sue sofferenze iniziali, il suo cammino nel Gruppo sempre accompagnato da vera umiltà, da semplicità e soprattutto da una grande sincerità.

Ho sentito quasi palpabile la sua immensa gioia per questo primo traguardo raggiunto, e questa gioia l'ha trasmessa a tutti noi di Pesaro che abbiamo voluto esserle vicini, al suo Gruppo di Ancona tutto stretto affettuosamente intorno a lei, gli amici di Porto S. Elpidio che per l'occasione numerosi hanno compiuto questa "trasferta".

Ora questa giornata appartiene al passato, ma noi la ricorderemo con gioia e, perchè no?, anche con orgoglio, perchè è stata una vittoria di Renata, una vittoria di tutti noi e soprattutto una vittoria di A.A..

Marco di Pesaro

BELLUNO

E' stato, per errore, diffuso il numero telefonico 0437/24718 come recapito del Gruppo locale. Si conferma che il recapito telefonico del solo Gruppo A.A. esistente a Belluno (quello di Via S. Andrea, 1) è il 0437/25775.

BOLOGNA

Comunichiamo il nuovo indirizzo del Gruppo locale:

Via Don Minzoni, 8 (presso CTST)
40124 - BOLOGNA - Tel. 522001.

BRESCIA

Pubblichiamo il nuovo indirizzo del Gruppo A.A. (ex Via Codignole).

Gruppo A.A., Villaggio Sereno,
Via V*, n. 10 (sotto la Chiesa)
25100 - BRESCIA
Tel. 030/267470 (Natale)

CARPI/NOVI

Pubblichiamo l'indirizzo del Gruppo A.A. "Insieme", Via Piero Gobetti, 14 - CARPI - Tel. 696979

Come avete letto, il Gruppo ha preso il nome della nostra testata: questo è un nuovo tiro birbone del nostro carissimo Luigi che si dichiara "matto", ma matto proprio non è (vorrei proprio essere "matto" come Luigi: avrei finalmente capito il vero significato della vita).

Grazie Luigi per la meravigliosa serenità che ci hai trasmesso a Sabaudia.

Un fraterno abbraccio da Roma.

NOVATE MILANESE

Il 26 settembre scorso, in occasione del suo primo anniversario di fondazione, il Gruppo A.A. di Novate Milanese, ha fatto il suo bravo "inventario" ed ha festeggiato ben 12 compleanni per un totale di ben 23 anni di sobrietà: sembra davvero un bel record per un solo anno di lavoro! Hanno partecipato alla manifestazione tutti i Gruppi della Lombardia ed hanno aderito un Assessore comunale ed un medico.

Agli amici del Gruppo giunga il nostro fraterno augurio di buon lavoro.

LA CRONACA DEI GRUPPI



MILANO: UN SEMINARIO A.A.

Il Gruppo Milano I (Via Stratico) ha organizzato, come negli anni scorsi, un Seminario A.A. aperto a tutti i Gruppi d'Italia. I temi trattati quest'anno verteranno sulla realtà di tutti i giorni, come A.A. vive nell'ambito familiare, lavorativo e nel campo delle amicizie.

La manifestazione si terrà nei giorni 10, 11, 12 dicembre nei locali del Palazzo ex Stelline in corso Magenta, 61. Tutti i Gruppi hanno ricevuto il programma di massima dei lavori e sono fraternamente e calorosamente invitati a partecipare numerosi. Anche noi di "Insieme" saremo a Milano per quella occasione più unica che rara, soprattutto perchè siamo certi che troveremo a Milano, nelle testimonianze di tanti amici, molte risposte ai numerosissimi problemi che, nonostante la nostra intensa vita di Gruppo, sono ancora rimasti insoluti.

Ritroviamoci quindi a Milano, assieme ai nostri cari ed ai nostri amici per ricercare insieme fra le righe del nostro programma di recupero, gli strumenti idonei per comprenderci meglio, per accettarci, per imparare a mettere in pratica nella vita di tutti i giorni e in tutti i campi della nostra vita, i 12 Passi di A.A..

CAPIRE, ACCETTARE, METTERE IN PRATICA

E' questo appunto il motivo conduttore del Seminario organizzato, contemporaneamente a quello di A.A. e negli stessi locali, dall'Associazione dei Familiari Al Anon.

Anche tutti i Gruppi Al Anon hanno ricevuto il programma di massima dei lavori del loro Seminario e sono invitati a partecipare numerosi. Lo spirito di Gruppo inteso soprattutto come presenza costante di una Potenza Superiore ogni qualvolta si riuniscono due persone impegnate nella stessa ricerca di vita e che vivono la stessa incomprensibile ed immane sofferenza, ci consentirà certamente di ritrovare tanta serenità.

TORINO

sono Maria, capogruppo Regionale del Piemonte, è parecchio tempo che voglio scriverti per dirti che nel Gruppo si lamentavano perchè non arrivava il nostro giornale, avendo pagato l'abbonamento.

Mi sono arrivati solo tre numeri, marzo, aprile, e maggio (perchè non gennaio, febbraio ed ora manca giugno, luglio ed agosto?).

Penso sia una piccola dimenticanza, tanto più ti conosco, persona precisa, sin dall'inizio della tua partecipazione e della tua responsabilità giornalistica.

In questi giorni vi sono stati alcuni compleanni di sobrietà e sono; Leo due anni, Augusta un anno, ed io sette anni, non ti dico la gioia che provo nel dirti dei miei anni di sobrietà e la sicurezza in cui io vivo giorno per giorno (le mie 24 ore!) e spero, che sempre questo mio modo di contare 24 ore duri per anni ancora, e di avere tanta gioia ad aiutare sempre i miei amici di Torino che sono la maggioranza con la sobrietà, ed averne ancora tanti per segnalarvi del loro compleanno.

Ti prego se ti è possibile per i giornali, sono cinque abbonamenti e puoi spedirli in Via Arcivescovato, 12 (A.A. presso Caritas).

Ti ringrazio e un arrivederci a Roma.

Maria





LA CRONACA DEI

ROMA

ANNIVERSARI: 110° anno di sobrietà

Nella sede di A.A. di via Antelao, si sono festeggiati i due anni di sobrietà di Franca, Pina e Vittorio.

L'atmosfera è stata calda di umanità, di fraternità, di concordia, nello spirito di A.A. e, tutto ciò, è apparso non solo dalle testimonianze di Franca e Pina, ma dalle parole di tutti i numerosi membri del gruppo Monte Sacro e degli altri gruppi di Roma, nonché di Al Anon e Al Ateen.

Io, Vittorio, non ho voluto tracciare la risaputa storia del mio alcolismo attivo, ma ho voluto dire quanto segue.

Ritengo superfluo stare a ripetere la mia storia di alcolista attivo; dirò invece solo qualcosa del mio alcolismo sobrio che conta oggi 803 giorni.

Prima di tutto, un grazie dal più profondo del cuore e tutta la mia riconoscenza, a colui per cui ho ricevuta la serenità: Carlo C. fondatore di A.A. Italiana; grazie a lui moltissimi membri di A.A., me compreso, gioiscono per aver conquistata quella sobrietà indispensabile per una vita tranquilla e serena (cui oggi sto

godendo) nostra e dei nostri familiari.

Un grazie al I Passo che mi ha fatto capire che la mia era ed è una malattia e mi ha acconsentito di accettarla come tale, togliendomi dalla testa di dare la colpa a questo o a quello quando bevevo.

Ma, soprattutto, per me, un grazie al XII Passo, quello per cui mi tengo lontano dal primo bicchiere e che mi consente di poter portare il messaggio di A.A. a chi soffre e, perchè no, anche a coloro che oggi non sono colpiti da questa malattia, ma che domani potrebbero esserne direttamente o indirettamente.

E' per questo ultimo punto che lotto con tutte le mie forze per una duratura sobrietà mia e degli altri.

Detto questo, va un caloroso abbraccio a tutti gli A.A. del mondo ma, uno particolare agli A.A., Al Anon e Alateen di Via Antelao cui sono legato da stima ed affetto grande.

Grazie ancora a tutti in infinita serenità, quale vuole questo momento di profonda emozione per me e per chi, come Pina e Franca, festeggia oggi il 11° anno della tanto agognata sobrietà e serenità.

Vittorio

TRIESTE

Il Gruppo "Resurrection" di Trieste ha provveduto all'Assegnazione dei nuovi incarichi di servizio. Sono stati eletti:

Segretario:	Giorgia
V. Segretario:	Silvana
Tesoriere:	Renata
RGSG:	Natale

I nostri auguri di buon lavoro alla carissima Giorgia ed a tutte le amiche.

Sono Giorgia e sono un'alcolista.

Ciao a tutti anche a nome del Gruppo di Trieste, "Resurrection".

Sono arrivate, finalmente, le copie di "Insieme" ed anche alcuni arretrati, non tutto e neppure tutti gli abbonamenti ma per adesso lasciamo perdere questa faccenda.

Abbiamo appreso molte cose per noi nuove, gruppi, letteratura e..... problemi (di qualcosa eravamo già al corrente ma in modo vago e confuso).

A me personalmente questi problemi sembrano proprio come il Programma A.A.: "Programma (Problemi) semplice per gente complicata.

Dico "semplice", non leggeri o insignificanti o trascurabili, semplici poichè se è vero che l'alcolista, o

GRUPPI

meglio io, se è vero che io non posso e non voglio fidarmi più solo e completamente di me stessa perchè so come tende a lavorare il mio povero cervello malato; so di quali contorte acrobazie mentali sono maestra; so di come ero (sono?) esperta nel far passare per giuste e logiche le cose più bizzarre; ora che so tutto questo, ho accettato di essere guidata (Dio, quale sollievo finalmente!), mi aggrappo perciò ai Dodici Passi, alla Coscienza di Gruppo e alla mia Potenza Superiore.



Così è per me. I Dodici Passi mi aiutano sempre, se lo voglio e, se lo voglio, vi trovo tutto quello di cui io ho bisogno.

Ed allo stesso modo, ne sono convinta, le Tradizioni sono la stessa identica cosa per il Gruppo, per i gruppi e per l'intera A.A..

Per questo i "problemi" mi sembrano semplici.

Tutto è già stato detto, provato, sofferto, sbagliato e corretto sulla pelle di gente come noi.

Vi amo tanto, un abbraccio

Giorgia



VENEZIA

UN QUESITO PER TUTTI

Noi del Gruppo A.A. di Venezia, vorremmo sapere che atteggiamento assumere nei confronti di un alcolista che si dichiara sobrio da più di un anno, ma che noi riteniamo "attivo".

Per la risposta potrete rivolgervi direttamente al Gruppo A.A. di Venezia - S. Polo, Campo Frari - Calle della Passione, 2986 - Venezia - Tel. 24333, oppure ad una delle redazioni di "INSIEME" di Roma o di Milano.

Nel mese di dicembre si aprirà il nuovo Gruppo A.A. di Marghera.

Ci sono pervenute poche notizie in merito e saremmo grati alla promotrice della lodevolissima iniziativa, la nostra cara amica Paola di Venezia, se volesse inviarci, per il prossimo numero di "Insieme", un suo scritto.

L'ALCOOL TI FA FELICE



"Lo chiamavano conquistatore le sue braccia, il simbolo del lavoro; il suo viso, l'espressione della felicità.

Un giorno incontrò un "amico" un amico di tanti, di molti, di troppi.

Gli promise la felicità non la conobbe mai.

Il suo volto non sorrideva più, le sue braccia non le voleva più nessuno:

"tremano" gli dicevano.

Il conquistatore stava spegnendo la sua vita. Ma quell'amico non lo lasciava mai sapeva ridargli quella felicità che credeva perduta.

Quel giorno era solo sulla panchina, anche la sua vita, se ne era volata via, ma nella mano stringeva ancora quella maledetta bottiglia.

Gli aveva dato forza di dire addio al mondo.

Giusy
Gruppo A.A. di Torino

Le nostre storie: da Napoli

IL MIO NOME E' UGO E SONO UN ALCOLISTA

La mia storia, non si differenzia molto da quella degli altri alcolisti, ma voglio ugualmente raccontarla, cosicchè possa servire da esempio per coloro che non sanno a cosa vanno incontro.

La causa precisa è sconosciuta anche a me che ne sono protagonista, potrebbe essere cominciato così per gioco, un gioco pericoloso che si è tramutato ben presto in un fabbisogno, strappandomi dalla vita, comune conducendomi in un mondo fatto solo di illusioni e così non guardavo in faccia i problemi che avevo da risolvere, mi nascondevo in me stesso sfuggendo alle amarezze che serba la vita.

Piano piano provai gusto a rifiutarmi in quel mondo metafisico e annegavo sempre più nell'alcool che consideravo l'unica zattera di salvataggio.

Che vigliacco che sono stato!

Avevo una moglie e 4 creature innocenti che avevano bisogno di me, del mio affetto, ma questo io non l'ho mai capito.

Mi stavo rovinando, non solo psichicamente ma anche economicamente, mi ero riempito di debiti fino al collo, e per che cosa? Per qualche bicchiere in più.

Tutti cercavano di aiutarmi ma io non accettavo quell'aiuto, ero troppo preso dall'alcool, mi sentivo catturato, ero arrivato al tragico punto, non toccavo cibo, l'unico nutrimento che esisteva per me era solo

l'alcool e poi alcool sempre ancora alcool.

Poi ecco il crollo totale, certo totale.

Dopo altri 10 anni vissuti in quel modo l'alcool mi aveva tradito e si era impossessato completamente di me e non ero capace di dire: "no basta" ero uno schiavo senza catene che non trovava il modo di sfuggire alle crudeltà del suo padrone.

Ma esiste sempre un Dio che ci aiuta ed io sono stato fortunato a trovarlo.

Il mio Dio mi ha indicato la strada per uscire da quella specie di purgatorio ed incontrare i miei amici A.A..

Il merito è stato del D. Key e della dottoressa Rossella che mi hanno curato nel modo migliore facendomi capire il problema.

Però dopo queste cure mi sentivo svuotato, come se qualcosa fosse andato via, svanito.

Ma sì! Era quel demone dell'alcool che finalmente era stato scacciato e non avrebbe più osato di impadronirsi nuovamente di me, perchè oramai ero forte, ce l'avevo fatta.

Sono sobrio da due anni e sono riuscito a formare un Gruppo A.A. anche qui a Napoli che non esisteva, quest'avvenimento mi ha entusiasmato e sono pronto ad aiutare chiunque ha voglia di uscire dal problema.

«IO SONO Rita. Ho 41 anni, insegno e non sono sposata. Bevo da sei anni. Cominciai a bere vino, per dormire. Poi, a poco a poco sono caduta nell'alcol perché volevo svezarmi da certi medicinali che mi erano stati dati per eccesso di emotività. Ho sempre avuto una fragilità di base, ma mi rendevo conto che i medicinali erano nocivi.

Nel mio dramma del bere io sono sola. Anche essendo la più giovane di cinque figli, non ho trovato aiuti in famiglia, anzi ostilità. Sono stata minacciata e segnata a dito e non si sono accorti che così il mio stato d'animo peggiorava. Ad un certo punto ho scoperto il gruppo degli Anonimi Alcolisti. Ma io ero già isolata dal mondo, vivevo in una stanza (quella da letto) e mi facevo portare su persino i viveri dal salumiere. A scuola non andavo; inviavo certificati medici. Insomma il mondo esterno mi faceva paura. Anzi mi fa paura, perciò continuo a bere. Sono tanto fragile che, per esempio, basta un urto alla mia macchina per scatenarmi e farmi correre alla boniglia. Certo, ho trovato dei vantaggi a frequentare il gruppo di "A.A.". Ma non è stato come per Carmela che ne ha tratto maggiori benefici. Io sono rimasta al massimo sobrio per quattro mesi. È accaduto tre anni fa. Forse perché non ho dall'interno lo stimolo necessario per staccarmi dall'alcol. E tuttavia, con tutto ciò, affermo che il bere mi disgusta! Io era astemia, non conoscevo la boniglia quale significato potesse avere.

Ma adesso non riesco a farne a meno: ho delle sensazioni alla gola, allo stomaco, all'intestino. E quindi sento con forza tremenda che devo bere. Se la terapia del gruppo non ha avuto ancora risultati positivi è perché credo che il difetto sia in me. Forse si tratta anche di avere più umiltà da parte mia. Fatto è che mi sono allontanata per molto dal gruppo e non avverto ancora quella forza di volontà capace di farmi stuccare dall'alcol».

Le nostre storie: da Napoli

Guglielmo

«SONO stato alcolista per molti anni. Questa malattia — e l'alcool è una malattia — mi ha gettato dopo un primo periodo di euforia, in uno stato fisico e psichico che definirei penoso e poco. Non vi racconto tutte le traversie passate, i guai, il male che ho fatto e ricevuto.

«Le mie condizioni fisiche e mentali si deterioravano sempre di più, nonostante cercassi di smettere di bere e di astenermi dall'alcool. Niente da fare: era più forte di me. Con il tempo l'abitudine era diventata una necessità, una dipendenza che mi costringeva a bere per non stare troppo male, ma sempre più spesso senza riuscire ad alleviare il mio malessere. Per un miracolo non ho perso il lavoro. In salute mi ero ridotto a una larva, gli amici non volevano più vedermi, ero diventato lo zimbello dei conoscenti e la famiglia era alla disperazione. Più volte ricoverato per cure disintossicanti sempre sotto controllo medico e l'ausilio di psicologi e psichiatri (con gravi spese), ho continuato ciononostante a bere fino ad avere continui collassi. Con gli Alcolisti Anonimi la mia volontà di uscire da questo orrendo tunnel ha avuto ragione sull'alcool. Mi sono ritrovato fra gente aperta, disinteressata (finalmente!) e che mi capiva perché aveva avuto gli stessi problemi e ne era uscita. Che poteva aiutarmi a non bere più e, quello che più conta, a restare sobrio. Sono due anni e mezzo che ora non bevo e mi incontro con questi amici in frequenti riunioni. La mia vita è totalmente cambiata: tutto ciò che ho perduto l'ho ritrovato o, per lo meno, recuperato in buona parte. Ho riacquisito fiducia in me stesso: la salute, la forza e soprattutto una sicurezza e serenità mai provate finora... Sono uscito col gruppo degli Alcolisti Anonimi da quel mare di sofferenze e angosce che mi avrebbe portato sicuramente laddove potete immaginare».

Renato e Pina

«IO SONO RENATO, ho 46 anni, due figli e sono impiegato. Ho bevuto per dar-mi forza. Mi reputo un debole e dovevo ripartire a un grande torto fatto a mia moglie. Bevevo superalcolici e al massimo ho conosciuto 33 giorni di sobrietà. Ho avuto anche ricadute, mi considero la pecora nera di questo gruppo. Ma ora penso che sia scattata in me la famosa molla che ognuno di noi aspetta: mi accorgo che sono del tutto indifferente all'alcool...».

Ed ecco l'intervento di Pina, sua moglie: «Renato quando beveva aveva due personalità. Di mattina era lui, mio marito; di sera, quando rincasava, era un'altra persona. Io mi chiedevo come fare a portare avanti i

miei due figli. Ma mi sentivo sola e senza sapere da dove cominciare. Ho cercato di risarcire i figli di tutto quello che non avevano più dal padre. «Ma perché papà va a bere?», mi chiedeva mia figlia. Ed ecco allora che mi ritrovavo davanti al dramma che vivevamo. Se volevo fare qualcosa, capii che dovevo cambiare anche io. Poi al gruppo ho appreso che l'alcolismo è una malattia, non un vizio. Quanti errori ho commesso anch'io! Ora vivo di speranza, tutti noi abbiamo riacquisito la speranza e anche i figli cercano di comprendere la situazione. Con l'alcolismo ho anche scoperto il valore di stare in un gruppo: il calore, la comprensione, il parlarsi e guardarsi negli occhi...».

Carmela e Angelo

«MI CHIAMO Carmela, ho 42 anni e sono madre di tre figli di 22, 19 e 16 anni. Ho avuto una vita orribile da quando, tanti anni fa, ho cominciato a bere. Ora sono sobria da sei mesi perché Ugo mi ha aiutata come un fratello. Non so da dove cominciare: sono stata ricoverata un'infinità di volte in clinica. Ho tentato dieci volte il suicidio tagliandomi le vene, ingerendo tubetti di barbiturici... mi sono gettata persino dal quarto piano della mia abitazione. È stato nel 1971: rimasi in coma per quattro giorni e si ruppe il bacino. In famiglia nessuno mi voleva più. E io volevo solo bere. Bevevo di tutto. Dopo il tentativo di suicidio dal balcone mi misi a bere birra. Quello che ho passato io non si può raccontare...».

Ed ecco la testimonianza del figlio Angelo, 19 anni, diplomato senza lavoro: «Abbiamo provato di tutto per salvarla. La chiudevamo in casa, la legavamo, le toglievamo i soldi, l'imbottivamo di psicofarmaci: tutto inutilmente. Mia madre aveva bisogno solo della bottiglia per stare in piedi. Abbiamo poi girato per le cliniche di mezz'Italia. La disperazione era giunta al punto di odiarla e di preferire una mamma morta anziché alcolista. Dopo aver tentato ogni via, un giorno venne Ugo dell'«Anonimi Alcolisti»: lo accoglimmo solo per spirito umanitario; come poteva un malato curare un'altra malata? Quando Ugo se ne andò per giunta mia madre si sciolse una bottiglia. Poi non so che cosa sia successo. So solo che anche la mia vita è cambiata. Perché in fondo io ero un alcolista che non beveva: complessato, in isolamento, con un profondo senso di vergogna di tutti. Allora pensavo che mia madre era una disgraziata, vizziata, che non aveva non dico rispetto per il marito ma affetto per noi figli. Ora sembra un miracolo. E ho capito che se mia madre è alcolista non è per colpa sua».

Pasquale

«HO COMINCIATO a bere a 26 anni — spiega Pasquale, 55 anni, tre figli, impiegato — all'inizio mi sentivo euforico e io volevo sfondare, essere brillante. Avevo la battuta facile ed ero ricercato. Ma un bicchiere è troppo e cento sono pochi: alla fine ho visto che gli amici si seccavano e in famiglia erano tutti arrabbiati con me. Io bevevo solo brandy. E bevendo mi ricaricavo. Ma lo sfacelo a cui mi ero avviato era indicibile. Undici mesi fa sono stato ricoverato al primo policlinico e il prossimo mese festeggerò il mio primo compleanno: un anno di sobrietà. Quando ho smesso di bere ho persino sognato di continuare a farlo. Poi, lentamente, ho avuto la prova

che si può vincere veramente. Dopo il primo mese di sobrietà mi è nato un nipotino. La famiglia naturalmente ha festeggiato l'avvenimento con dolci, spumante e vino. Mi hanno invitato a bere un bicchierino e io ho detto no: ho avuto la forza di rifiutare e ringrazio Dio. Ho visto tanti miei amici con la cirrosi o finiti al manicomio e con la voglia di uccidersi per sfuggire all'alcool. Solo in questo gruppo di amici, che hanno sofferto come me le pene dell'inferno, mi sono convinto che la malattia dell'alcolismo è frenabile. E qui mi è nato un desiderio tremendo di non bere mai più. Ho fatto tante nuove amicizie, mi stimano di nuovo e non mi sento più solo come prima».

(Le storie di Rita, Guglielmo, Carmela e Angelo, Renato e Pina e Pasquale, sono state tratte da Paese Sera - Ed. Napoli, 22/10/1982)

Una storia da Perugia

Mi chiamo Piero e sono un alcolista.

Tutto è cominciato circa cinque anni fa, quando vittima di una disgrazia in famiglia, credendo di poter dimenticare o alleviare il dolore mi misi a bere.

Forse adesso che ci rifletto, penso che non è iniziato proprio per quel motivo, ma essendo predisposto mi ci sono nascosto dietro come uno struzzo nasconde la propria testa in un buco.

Sono stati cinque anni di bere continuo, forsennato e sempre in crescendo, sia in quantità che in qualità, dal mattino fino a tarda sera.

Vedevo e sentivo che soffrivo, io in prima persona e i miei famigliari in secondo.

La mia vita era diventata incotrollata, la mattina non ricordavo ciò che avevo fatto o detto la sera precedente, gli impegni presi che non riuscivo a mantenere, la serenità in famiglia era saltata, la credibilità degli amici, dei compagni di lavoro, di chi mi circondava era svanita man mano nel nulla; non curavo più neanche la mia persona, ero trasandato, svuotato psicologicamente e finito fisicamente, ero una nullità.

Tutte le sere quando andavo a letto promettevo a me stesso che il giorno seguente sarei stato un'altra; avrei amato di più i miei famigliari, avrei riconquistato la credibilità e la fiducia degli amici ecc.....

Ma il giorno seguente non ce la facevo a smettere né a rallentare ma continuavo sempre a bere di più e a peggiorare la mia situazione.

La scorsa estate mi ammalai per un attacco di polmonite e quindi il dottore di famiglia mi prescrisse assoluto riposo, niente sigarette niente alcool. Alle sigarette il mio organismo ci rinunciò ma all'alcool assolutamente NO!!!

Intervenire a quel punto l'astinenza che mi mise in crisi facendo passare a me e ai miei famigliari dei giorni e delle notti terribili con continue visioni.

Vedevo scarafaggi, serpenti nel letto ed altri animali che mi terrorizzavano, vedevo nevicare, vedevo formiche piovere dal soffitto, vedevo gente che mi infastidiva pur essendo solo in casa, venivo preso dai crampi, insomma ero arrivato a toccare il fondo.

La bontà e la pazienza dei miei e del dottore mi convinsero a ricoverarmi in ospedale. Diagnosi:

EPATITE ALCOLICA.

Quindici giorni di disintossicazione mi permisero di tornare a casa sano e salvo. Ripresi il mio lavoro, ricominciai una nuova vita con la famiglia e con gli amici, ero ingrassato, ero rimesso a nuovo quasi non ci credevo.

Dopo cinque o sei mesi un amico mi offrì un bicchiere di birra, fu la fine della mia siccità! Da quel momento in poi ricominciai con la birra piccola, poi media poi grande e quindi inesorabilmente con gli amari e superalcolici.

In tre mesi ero al punto di partenza. I tremori al mattino con i vuoti di memoria, ero nervoso, maleducato, non curante di tutto e di tutti, ero tornato sull'orlo del baratro.

Pregavo il Signore, mi attaccavo a tutti i santi del calendario affinché mi dessero la forza di tornare indietro, ma senza esito.

Cercavo aiuto, avrei fatto qualsiasi cosa pur di uscire da questa situazione che mi avrebbe portato lentamente ma inesorabilmente alla morte.

A quel punto venne segnalato a mia moglie ed a me l'esistenza del gruppo A.A. di PERUGIA tramite alcuni amici, che mi ci accompagnarono il 5 marzo 1982.

Era l'ultima occasione che mi si presentava, l'ultima spiaggia, era uno specchio ma mi ci attaccai con tutte le forze che mi erano rimaste in corpo.

Ero incredulo, incerto, scettico quando oltrepassai quella porta, ma una volta dentro capii che quella era la via giusta.

Sentii raccontare la storia di ognuno dei membri del gruppo; storie più o meno simili alla mia, più o meno brutte della mia, con danni morali e fisici più o meno gravi dei miei ma con un solo risultato:

Tutti avevano smesso di bere.

Mi chiesi allora: perchè non dovrei farcela anche io?

Mi rimoboccai le maniche e decisi di smettere, di tagliare tutto col passato che mi aveva distrutto.

Oggi a distanza di tre mesi, con la volontà mia, con l'aiuto dei miei famigliari che frequentano il Gruppo AL ANON e cominciano a comprendermi, con l'aiuto dei componenti il Gruppo A.A. ho ritrovato la serenità, ho capito quanto è bella la vita restando sobri ed aiutando gli altri ad esserlo.

Un pedaggio troppo alto

Un giorno vedemmo un uomo avvicinarsi ad un bar, teneva un metro di legno e si mise a misurare la porta dello stesso bar: "85 cm. di larghezza, " disse: "2 m. di altezza".

Allora, parlando a voce alta, si rivolse ai curiosi che nel frattempo si erano riuniti per il suo strano modo di agire.

"Questa porta non ha che 2 metri per 85 centimetri, è poco, eppure: avevo una casa ed è passata di lì, avevo delle terre e sono tutte passate di lì, avevo dei bei mobili e sono passati di lì senza essere smontati, avevo delle economie ed è da quella porta che tutto è passato".

Ma se fosse stato (solo!?) questo.....

"Avevo una salute di ferro e il medico l'altro giorno mi ha detto: "La tua salute è passata dalla porta del bar".

Avevo, quando ero giovane, una buona reputazione, mi avrebbero confidato tutto, oggi non ho la fiducia di nessuno, tutti parlano di me dicendo: "E' un beone".

Il mio amore è passato da quella porta.

Avevo, in altri tempi, un cuore generoso: non avrei mai potuto far soffrire mia moglie o far piangere i miei figli per causa mia, eppure li ho fatti spesso piangere passando quella porta.

Ho un cervello, so riflettere, e ne sono fiero, eppure quante volte sono uscito dal bar gonfio di alcool al punto tale da non sapere più pensare e diventare più stupido di una bestia; la mia mente era passata di lì.

Ho la mia coscienza, so bene che ci sono giuste e ingiuste.... e mi chiedo: "Sono stato giusto spendendo il mio denaro? Sono stato giusto ad avvelenare la mia vita? E' stato edificante il mio esempio?

NO! CERTO!

Non ho ascoltato la mia coscienza e la mia felicità è passata da quella porta. Sono spesso uscito dal bar cantando, ma dentro ero molto avvilito.



"BENE, QUESTA VOLTA NE HO ABBA-
STANZA! PORTA DEL BAR, ADDIO!

NON TI PASSERO' PIU'; RINUNCIO ALL'
ALCOOL PER SEMPRE E TERRO' DURO, SA-
PENDO DIRE UN NO ENERGICO A TUTTE LE
OFFERTE TENTATRICI!!"

Così detto l'uomo se ne andò tranquillamente e gli altri commentarono a voce alta: "Ha ragione, ha detto bene".

Ma troppo ignoranti, troppo deboli, o troppo paurosi dei: "Che ne diranno!?"..... entrarono uno dopo l'altro nel bar, da quella porta.

S'accorgeranno di sbagliare, un giorno, forse, e, forse, troveranno la forza e il coraggio di fare come che loro avevano ascoltato e approvato con apparente sincerità.

ILLUSIONI TRAGICHE



Vivere è amare ed essere amati.
Vivere è credere in sè e negli altri.

Vivere è avere fede in qualche cosa, qualunque essa sia. Vivere è **ESISTERE** in modo totale, pieno, consapevole.

VIVERE è il desiderio, intimamente sofferto, che ora trapela, ora si affievolisce, ora esplode nel cuore di ciascuno di noi.

E quando una di queste motivazioni ci viene a mancare tutto sembra crollarci addosso e dentro di noi non sentiamo altro che un vuoto lacerante, incolmabile.

Abbiamo un bisogno disperato di pace e serenità ma siamo impotenti, non riusciamo più a comunicare, l'angoscia e la coscienza della nostra condizione ci annullano.

Siamo soli. Soli con noi stessi e i nostri problemi.

Diventiamo ciechi, tristi, disperati, senza scopo.

E così compare la bottiglia.
Illusoria, terribile bugia.

Lo scrive qualcuno che a quella bottiglia maledetta si è aggrappata sino a distruggersi, sino a tentare il suicidio pur di liberarsi da quell'orrore.

Ci sarebbero ancora un'infinità di cose da dire ma ciascuno di noi le conosce bene.

Credo sia sufficiente ricordarci sempre che quella bottiglia è solo una terribile, infame bugia pronta a distruggerci appena si lascia carezzare.

Alessandra
Gruppo A.A. di Torino



UN MOMENTO DI DEPRESSIONE (descritto da Nino. Roma, via Napoli)

Non ho fame. E' la prima volta che mi capita da quando ho smesso di bere.

Ho un dubbio che una persona a me cara, mi abbia mentito.

Più cerco di convincermi che forse esagero in un mio giudizio negativo e che la preoccupazione del momento è stupida e di facile soluzione e più mi sento oppresso da una smania immensa e sproporzionata al caso. Mi sento attratto a bere.

Penso che in fondo non ne vale la pena ad astenermi e che l'unica soluzione sia l'alcool.

Già mi vedo in compagnia dell'ebbrezza alcolica sognatrice e paciosa che essa sa darmi ed il mio corpo disteso a rilasciare i miei muscoli.

Ho una tentazione immensa, che più cerco d'allontanare e più si avvicina forte e decisa.

Signore! Illuminami a cercare qualcosa da fare, da distrarmi e tornare ad essere sereno e fiducioso.

Sono certo che con un po' di sforzo, riuscirò a superare anche questa crisi.

Mentre scrivo, un pallido raggio di sole sta poggiandosi sul mio viso, Signore, fa che illumini il mio cervello a non bere.

qui AL-ANON



UNA LETTERA DA NAPOLI

Ci siamo anche noi, noi del Gruppo di Napoli, Adriana, Adele, Emma, Pina, Anna, Maria, mogli di alcolisti e i nostri cari ragazzi Angelo e Lucia, figli di un alcolista.

In tutti noi, Franca, che un'atroce malattia ha reciso nel vigore degli anni.

Da sparuto e confuso gruppo, nato nel 1980, senza sede e fissa dimora, oggi sul finire del 1982, ci

sentiamo più forti e maturi, con una stanzetta finalmente tutta nostra, pronti a porgere una mano a chi, sfiduciato ed amareggiato, varcherà questa porta, per chiedere aiuto e riacquistare, tra noi, fiducia e speranza.

Gruppo Al Anon di Napoli
Via Don Bosco 4 F
Palazzo Sanità - Napoli

RITROVIAMOCI
A MILANO
10-12/12/1982



GLI SLOGANS DI AL-ANON

PER PRIMA COSA L'ESSENZIALE

A volte, con l'entusiasmo con il quale noi affrontiamo questo nuovo modo di vivere; non sappiamo dove cominciare.

C'è tanto da lavorare! Tanta strada da percorrere! Vediamo di fare una cosa alla volta!

Se noi prendiamo prima il tempo per raccoglierci e riflettere su l'essenziale; il meno importante finirà per venire fuori da sé.

Se per esempio, accertiamo che per noi, l'essenziale è la nostra propria integrità, è logico concludere che la sobrietà dell'alcolista e il bene dei nostri figli vengano dopo. Noi scopriamo, che quello che può, a prima vista, sembrare un comportamento da egoista, in realtà è un modo di dare tutta la sua importanza all'essenziale e questo a vantaggio nostro e degli altri.

AFFRETTARSI LENTAMENTE

A volte, noi membri di Al Anon, chiediamo troppo e troppo presto. Ci aspettiamo molto dagli alcolisti dal momento che si uniscono agli A.A. e così esigiamo molto da noi stessi.

Affrettiamoci lentamente e viviamo un giorno alla volta.

Il programma A.A. e Al Anon rappresenta il lavoro di tutta una vita. Cominciare con l'essere sinceri e fare dei progressi continui, questo è quello che importa.

Molte pretese nei riguardi dell'alcolista e verso noi stessi ci porteranno alla tensione nervosa e alla frustrazione. Ci sono delle cose che vogliamo evitare e possiamo imparare a fare se noi ci ricordiamo senza tregua il nostro slogan:

AFFRETTIAMOCI LENTAMENTE

COMPLEANNI

ANCONA		NAPOLI		ROMA-SAN FILIPPO NERI	
— Renata	un anno	— Pasquale	un anno	— Giovanni	un anno
AOSTA		NOVATE MILANESE		ROMA-MONTESACRO	
— Marisa	un anno	— Lia	quattro anni	— Franca	due anni
— Renzo	un anno	— Roberto	tre anni	— Pina	due anni
— Franco	un anno	— Giancarlo	due anni	ROMA-TEATRO VALLE	
(chiediamo scusa a Franco per il ritardo)		— Rino	due anni	— Giulio	un anno
		— Attilio	due anni	— Vittorio	un anno
		— Mario	due anni		
BASSANO		— Luigi B.	due anni	ROMA-VIA LUPATELLI	
— Giorgio	due anni	— Mary	due anni	— Giovanni	dieci anni
— Italo	due anni	— Giacinto	un anno	ROMA-VIA NAPOLI	
— Clara	un anno	— Silvio	un anno	— Enzo	quattro anni
— Rossana	un anno	— Carlo	un anno	— Mario	cinque anni
— Luciano	un anno	— Silvio	un anno		
— Elva	un anno	— Carlo	un anno	TORINO	
— Luciana	un anno	— Renzo	un anno	— Augusta	un anno
— Eugenio	un anno			— Maria	sette anni
— Maria	un anno	PERUGIA		TRIESTE	
BOLOGNA		— Gennaro	un anno	— Toni	tre anni
— Giuseppe	tre anni	— Giuseppe	un anno	— Elvia	due anni
— Maria	un anno	— Marisa	due anni	— Mauro	due anni
— Luciana	un anno	— Palmiero	un anno	— Natale	un anno
— Santa	due anni	REGGIO CALABRIA		— Giorgia	un anno
BRESCIA		— Santo	un anno	VENEZIA	
— Domenico	due anni			— Anna	un anno
— Luciano II	due anni				
— Angelo I	due anni				
— Giovanni	un anno				
— Aldo	un anno				
— Gregorio	un anno				
— Battista	un anno				
— Bernardo	un anno				
— Giulio	un anno				
— Dino	un anno				
— Vittorio	un anno				
FOLLONICA					
— Sergio	un anno				



AUGURI

Uno speciale "grazie" a Giovanni M. di Roma che ha raggiunto la bellissima vetta di dieci anni di sobrietà.

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

Mensile di proprietà dell'Associazione A.A. Alcolisti Anonimi, prevalentemente ceduto agli associati.
Direzione e Amministrazione: via Domenico Lupatelli, 62 - 00149 Roma - tel. (06) 5280476 - C.C.P. 80224009
Redazione di Milano: c/o Riccardo - via Tasso, 7 - 20123 Milano - tel. (02) 4691261
Redazione di Roma: A.A. via Domenico Lupatelli, 62 - 00149 Roma - tel. (06) 5280476
Direttore Responsabile: Elio
Responsabile Redazione di Milano: Riccardo
Registrazione Tribunale di Roma n. 60/82 del 13/2/82
Stampa: centro grafico C.G. - via tuscolana, 1092 roma

Un giornale tutto nostro

I NOSTRI CONTRIBUTI E LE NOSTRE SPESE PER IL 1982

ENTRATE

Per vendita copie e per n. 411 abbonamenti: L. 5.088.000

USCITE

Per 8 numeri (dall'1 al 9): L. 4.854.000

RIMANENZA DI CASSA

L. 234.000

Nota: Al 30/10/82, con la vendita di copie per L. 10.000 e col contributo straordinario versato dal Segretario Coordinatore di A.A. per L. 380.000, la rimanenza di cassa, disponibile per il n. 10/12, è di L. 624.000.

OSSERVAZIONI:

La spesa mensile media per redazione stampa e diffusione è stata di L. 600.000.

Considerato che il numero degli abbonati è attualmente di 411, il costo/copia è stato di L. 1.500 circa.

La resa mensile si aggira sulle 100 copie.

Con un più intenso lavoro di diffusione, soprattutto all'interno dei Gruppi e con l'aumento della quota annuale a L. 15-16.000, sarà possibile realizzare la copertura finanziaria per il prossimo anno ed il recupero del passivo dell'anno che sta per finire.

Queste cifre non devono comunque meravigliare se si considerano i bilanci di altre pubblicazioni simili

alla nostra. A titolo di esempio pubblichiamo i bilanci 1980 e 1981 di Grapevine (il mensile di A.A. americana) che chiudono con passivi per noi da capogiro.

BILANCI DI GRAPEVINE (in dollari)

	1980	1981
Entrate	333,500	373,600
Uscite	400,000	454,500
Interessi attivi	500	24.100
Totale passivo	66,000	56,800

SOSTENIAMO IL NOSTRO GIORNALE

Per abbonarsi è sufficiente inviare un vaglia postale o un assegno di L. 15.000 ad uno dei seguenti indirizzi:

— INSIEME —

A.A. - Via D. Lupatelli, 62 -
00149 - ROMA

(questo indirizzo è valido fino al 31/12/82. Entro il 1/1/1983 comunicheremo il nuovo indirizzo della sede romana).

— INSIEME —

c/o Riccardo
Via Tasso, 7
20123 - MILANO

I PRIMI CONTRIBUTI PER IL 1983

RADIO SERENA

(Roma . 92,5 FM) ha lanciato una sottoscrizione in favore di "INSIEME" fra tutti i suoi ascoltatori.

Un grazie grande, grande a Carla, appassionata conduttrice del programma, che ha inizio alle ore 14 di ogni sabato, dedicato ad A.A., un grazie che non può essere espresso interamente con la parola, ma Carla sa, quanto le siamo grati e quanto le vogliamo bene.

1) Albino (Bassano)	L. 15.000
2) Giovanni (Roma)	L. 15.000
3) Brescia V. Chiusure	L. 30.000
4) Radio Serena (Roma)	L. 48.000
5) Roberta (Lecce)	L. 20.000
6) Gruppo Al Anon Napoli (Adriana)	L. 15.000
7) Edoardo (Udine)	L. 15.000
8) Gruppo Al Anon Roma - La Vita	L. 45.000

Totale al 10/11/82 L. 203.000

CI RIPROMETTIAMO DI TENERE SEMPRE AGGIORNATO QUESTO ELENCO PUBBLICANDO OGNI CONTRIBUTO MAN MANO CHE CI PERVERRÀ'.