

Spedizione in abbonamento postale - Gruppo 4 - 70%

INSIEME

IN A.A.

A.A. VIA DI TORRE ROSSA, 35 - 00165 ROMA

ANNO XI - N. 4 - BIMESTRALE

LUGLIO-AGOSTO 1992



1972-1992

20 ANNI UN GIORNO ALLA VOLTA

RIMINI

9 . 10 . 11 OTTOBRE

1992

Alcolisti Anonimi è una associazione
di uomini e donne che mettono in comune
la loro esperienza, forza e speranza
al fine di risolvere il loro problema comune
e di aiutare gli altri a recuperare dall'alcolismo.

L'unico requisito per divenirne membri
è il desiderio di smettere di bere.

Non vi sono quote o tasse per essere membri di A.A.;
noi siamo autonomi mediante i nostri propri contributi.

A.A. non è affiliata ad alcuna setta, confessione,
idea politica, organizzazione o istituzione;
non intende impegnarsi in alcuna controversia,
né sostenere od opporsi ad alcuna causa.

Il nostro scopo primario è di rimanere sobri
e aiutare altri alcolisti a raggiungere
la sobrietà.

Copyright: A.A. Grapevine Inc.

Insieme presenta le esperienze e le opinioni dei membri di A.A. e di altri interessati all'alcolismo. Le opinioni espresse non sono da attribuirsi ad Alcolisti Anonimi nel suo insieme, né la pubblicazione di un qualsiasi articolo significa un avallo da parte dell'Associazione Alcolisti Anonimi o di Insieme. Le collaborazioni sono richieste, anche se non possono essere retribuite ed il materiale inviato non potrà essere restituito.

INSIEME in **AA**
è la nostra riunione stampata

TRIBUNA APERTA

ANONIMATO



VII° CONFERENZA - PRESENTAZIONE DEL DISTRETTO
PIEMONTE - VALLE D'AOSTA

“Voi alcolisti, quando siete attivi nell’assorbire alcolici, vi nascondete dietro la bottiglia; quando raggiungete la sobrietà, vi nascondete nell’anonimato. Siete sempre nell’ombra...”.

Questa fu la considerazione che un medico, diversi anni fa, volle esprimere nel corso di una riunione di informazione pubblica.

Puntualmente, senza risenti-

mento alcuno, un A.A. chiese la parola e, anche a nome degli amici presenti in sala, spiegò come sia verissimo che noi alcolisti, quando ci troviamo nella fase attiva della malattia, tendiamo a nasconderci “dietro alla bottiglia”. È un atteggiamento che si spiega perché l’azione devastante che l’alcolismo esercita sull’individuo, attraverso i sensi di colpa, i risentimenti (inconsciamente verso sé stesso più che con gli altri), la rabbia (anche questa il più delle volte inconscia) per il fatto di non riuscire a vivere in armonia nella sfera sociale in cui opera ma soprattutto in famiglia, questi ed altri fattori fanno sì che l’alcolista viva tremendamente male e tenda ogni giorno a rifugiarsi proprio “dietro la bottiglia”. Del resto il Coccioli espresse molto bene lo stato d’animo dell’alcolista attivo, titolando il proprio libro: “Uomini in fuga”.

Dopo questa premessa, il nostro oratore passò ad illustrare una realtà ben diversa, parlando appunto dell’anonimato che ci caratterizza. L’Anonimato, disse, per noi alcolisti recuperati alla sobrietà, rappresenta ben

altro che una fuga. L’Anonimato, per gli alcolisti che hanno raggiunto la serena sobrietà, è anzitutto un sacrosanto impegno a garantire la più assoluta libertà. Libertà soprattutto per tutti coloro che ancora soffrono (alcolisti e loro parenti) di poter accedere alle sedi dei gruppi A.A. senza alcun timore che la loro identità o, più esattamente la propria condizione di alcolisti, possa essere resa in qualche modo pubblica e quindi lesiva del personale prestigio nei posti di lavoro (là dove sia ancora più o meno integro...). Libertà quindi per tutti di fermare la malattia, tormentosa piaga sociale, entro la quale innumerevoli, troppe famiglie attendono ancora di ricevere il messaggio. Sappiamo benissimo che in A.A. tutte le categorie sociali sono praticamente “rappresentate”.

Moltissimi Amici, se non fossero stati assicurati dalla discrezione che l’anonimato determina, non avrebbero mai accettato di varcare la soglia delle nostre sedi; non si sarebbero recuperati dall’alcolismo; alcuni non vivrebbero più altri sarebbero al margine della società.

L'Anonimato invece, ha fatto sì che tutti provassero a recitare con noi la Preghiera della Serenità; accedessero alla conoscenza dei 12 Passi nel rispetto delle 12 Tradizioni. Grazie alla esperienza in A.A. vi sono tanti ex disperati tornati ad essere fior di professionisti; di operai; di artigiani ecc., soprattutto validi componenti di famiglie finalmente beneficate dalla luce della serenità dopo tante sofferenze. L'Anonimato è dunque la più solida garanzia finalizzata al bene comune; non soltanto per gli alcolisti e le loro famiglie, ma anche per la società nel suo insieme, che con il recupero di tanti alcolisti dal brutto tunnel, ritroverà altrettanti validi collaboratori nel proprio contesto a livello individuale,

Anonimato = Libertà.

A livello pubblico, l'Anonimato assume il carattere vero e proprio di valore perché fondato su elementi soggettivamente spirituali.

“L'Anonimato è la base spirituale di tutte le nostre tradizioni, che sempre ci ricorda di porre i principi al di sopra delle singole personalità”.

Così recita la XII Tradizione “... mantenere l'Anonimato spesso significa sacrificare il desiderio di potere, prestigio e denaro ...”

Osservò Bill: *nulla in A.A. è stato detto o scritto a caso. Ogni affermazione, ogni frase che dalla letteratura della nostra Associazione emerge è sempre ampiamente rafforzata da ineludibile esperienza.*

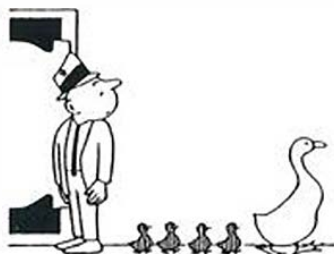
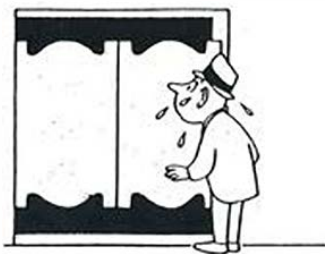
Se tutti noi, nel trasmettere il messaggio pensassimo esclusivamente di “aiutare” altri, dimenticheremmo prima o poi che la nostra malattia, grazie ad A.A., siamo riusciti a fermarla; non ad estirparla. Dimenticheremmo che, per credenti o non credenti, il principio Francescano per cui: “è dando che si riceve ...” è anche peculiare alla nostra esperienza. Difendendo l'Anonimato a tutti i livelli, difendiamo la nostra sobrietà; soprattutto conserviamo intatta la integrità del Gruppo “dove tutto ha inizio” perché non a caso le Tradizioni ci indicano un determinato modo di vita nei rapporti con la società. Non a caso perché tutte le tradizioni sorsero proprio sulla base delle

esperienze e su errori commessi dai Pionieri di questa meravigliosa realtà quale è A.A.. Esse ci invitano ad essere uniti, a bandire ogni protagonismo; ad agire, anche autonomamente, ma senza perdere di vista il bene comune di A.A.; a non entrare in controversie con altri Enti; alla collaborazione non alla affiliazione; ricordare che la politica delle nostre relazioni è basata sull'attrazione piú che sulla propaganda. Si conclude il ciclo delle nostre Tradizioni, con la raccomandazione a mai perdere di vista il profondo senso spirituale che l'Anonimato rappresenta per noi. Siamo tutti esseri umani; lo stesso Potere Superiore sta ad ammonirci che se ci isoliamo, l'imperfezione

connaturata in ogni individuo, tenderà a renderci sensibilmente piú fragili ancora. Rinunciando all'Anonimato, specie nel contesto pubblico, saremmo anche da forze esterne stimolati ad accedere a coinvolgimenti che già nel nostro passato portarono tanti di noi alla malattia. Spinte e lusinghe verso posizioni protagonistiche ed affiliazioni che inevitabilmente legherebbero con l'apporto di movimenti di denaro, riporterebbero ognuno di noi verso l'orlo del baratro entro il quale ci sono ancora tanti, tantissimi amici che hanno bisogno noi, della mano di A.A. per ritornare alla luce.

L'ANONIMATO è dunque la garanzia piú preziosa che da ol-

VICTOR E.



tre mezzo secolo permette ad A.A. di trasmettere il Messaggio ai sofferenti, con la certezza che chiunque chieda aiuto e sappia accettare la mano che viene tesa senza riserva alcuna, riceve-

rà una risposta sicura, che non esprime soltanto solidarietà ed amicizia, ma la prospettiva vera e propria di RINASCITA, in primo luogo morale e spirituale per sè ed i suoi cari.

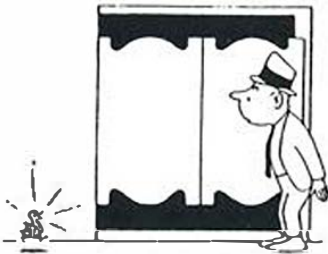
Sono un alcolista, ma per fortuna lo sono in A.A.; contento quindi di essere un alcolista anonimo.

Questa seconda qualifica, che vorrei definire qualità, è stata la chiave per cambiare me stesso e vivere una vita responsabile, piena di una ricchezza che desidero condividere con altri.

Tra i tanti doni che A.A. mi ha dato, il primo, quello per cui sono entrato e rimasto nell'Associazione, è stato la garanzia

dell'anonimato. L'unica certezza alla quale potevo, fin dall'inizio affermarmi e, grazie a questa per la prima volta non fuggire. Entrando nel gruppo, una forza, per me ancora inspiegabile, ha trattenuto al suo interno anche me, che negavo pure a me stesso di avere problemi con l'alcool, dandomi, senza averne coscienza, la possibilità di curarmi, pur continuando a tener nascosta la mia malattia.

Si trattava allora dell'anoi-



mato della tutela, della paura, che non annullava quanto di vergognoso avevo fatto con l'alcolismo a me e a chi mi è caro, ma anzi svelava l'ampiezza e la coscienza di questo male sconosciuto.

Contemporaneamente la presenza nel gruppo mi spogliava, se pur lentamente, delle mie inutili sovrastrutture, facendomi sentire uguale agli altri, un comune anonimo alcolista, accettato in quanto tale, non per dichiarante o presunte qualità.

Per l'effetto positivo del Gruppo e del Programma, presto quel "manto protettivo" costituito dall'anonimato, che doveva tutelarmi dall'esterno, cominciò a proteggermi dall'interno, da me stesso, dal mio desiderio di mettere avanti le mie esigenze, facendomi sentire un alcolista anonimo anche nel mio intimo.

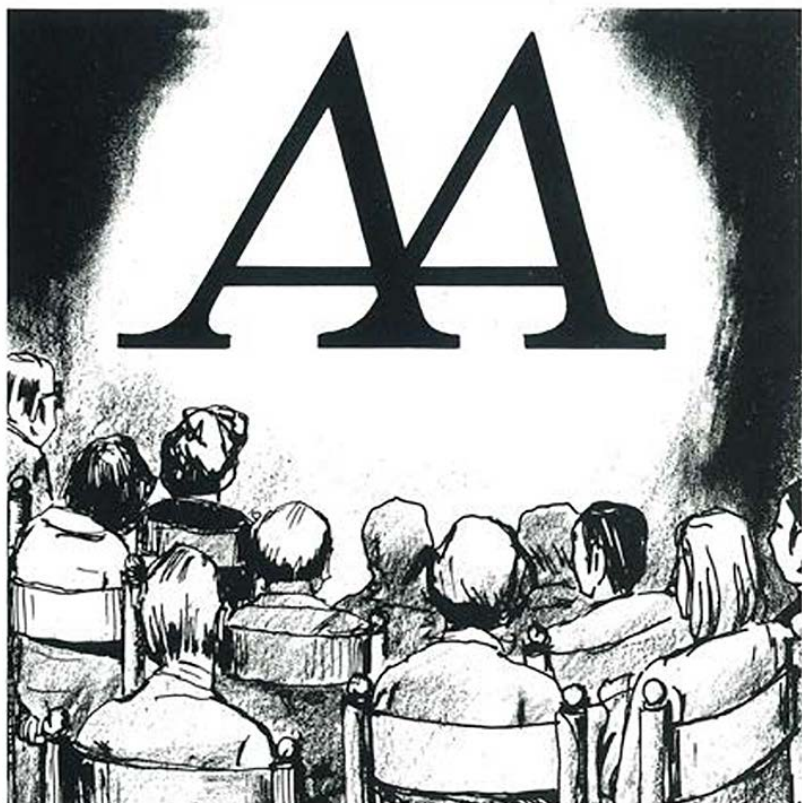
Ascoltando con umiltà e con umiltà cercando di apprendere, sono passato da alcolista ad Alcolista Anonimo, prima imitando quelli che partecipavano al Gruppo le loro esperienze, in seguito adeguando al comportamento esteriore un modo inte-

riore di essere anonimo, fatto di rispetto, di discreta partecipazione ai problemi degli altri, che mano nella mano, non erano più estranei, ma persone con le mie stesse necessità, con un fine identico, volto all'essenza, non agli apparenti, contingenti interessi.

L'accettazione era stata, per quanto potevo, totale. Ma auspicandomi un progresso spirituale dovevo, come alcolista, provvedere allo sgonfiamento del mio io, che poteva avvenire solo attraverso un serio, duro lavoro sui 12 Passi e le 12 Tradizioni.

I 12 Passi hanno rappresentato per me un cammino faticoso, talora doloroso, fatto di gradini in salita; le Tradizioni invece, più alla mia portata, mi hanno dato, con facilità, personali indicazioni di comportamento.

Vivendo e respirando la vita di gruppo ho avuto i suggerimenti delle Tradizioni nei confronti dei singoli membri (unità, tolleranza, unico requisito), nei riguardi dell'Associazione stessa (autonomia, scopo primario, ...) e nei rapporti con l'ester-



no (non ingerenza, anonimato nei vari aspetti) quasi per osmosi, pur con inevitabili errori dovuti ad inesperienza, soprattutto, in tema di anonimato (interferenza nella sfera privata altrui, contributo dato in modo palese, rottura di anonimato per esuberanza). Come tutti i momenti del Programma l'anoni-

mato si è rivelato insondabile, e anche se lo desidero, non avrò mai abbastanza rispetto di me stesso, di A.A., degli altri.

Rinunciare a me stesso, alla mia personalità, anteporre al mio il comune benessere, mi dava sofferenza ed io non amo soffrire, ma sono stato ricompensato dal sentirmi in sintonia con

i miei simili, lavorando con spirito di servizio, senza rivalità prevaricatrice.

Ho smesso di bere solamente quando, grazie all'abbandono delle mie supposte peculiarità (non più né singolo, né singolare), mi sono "mischiato" per la prima volta nella mia vita con altri, non perché gravati della stessa malattia, ma perché nell'essenzialità del loro essere anonimi mi hanno trasmesso il desiderio di togliermi quanto di apparente e di vano mi faceva da corazza. Solo allora uguale, mi sono reso conto di aver portato per tanti anni un inutile e faticoso fardello di colpe e difetti, diviso con chi, insieme a me, era impotente a vincere la mia presunzione, che mi impediva di amare e comprendere, di farmi amare ad essere compreso; credendo di appartenere solo a me stesso ero sempre ad un livello irraggiungibile.

L'essere anonimo, insieme ad altri, mi dà modelli di confronto, possibilità di crescita, mi permette di essere "loro" per essere capito, per capire, di essere aiu-

tato e possibilmente aiutare, affinché chi viene trovi quell'ambiente di uguali, che darà comprensione, solidarietà e aiuto, come ha dato a me.

L'Anonimato è la base spirituale sulla quale ciascuno di noi comincia ad essere persona. Io ho cominciato ad esserlo quando ho cercato di accettarlo con il cuore, non con la mente, accettandone anche l'iniziale sofferenza, dalla quale nasce ogni cammino spirituale. Programmaticamente A.A. cita l'anonimato fin dal suo nome, per impegnare non gli estranei, ma i membri dell'Associazione alla sua tutela, insieme al complesso delle Tradizioni.

Le promesse avverate, i doni che ne deriveranno saranno nostro patrimonio, ma anche chi ci è vicino troverà vantaggio dalla nostra maggior sicurezza, dal nostro minor egoismo, per una vita libera e serena, da parte mia posta anche al servizio degli altri, per fare bene non per averne ricompensa, ma perché è bene.

B. Lazio

Mi ha chiesto un'amica, poco tempo fa: "Ma come, dopo tanto tempo che frequenti A.A., tieni ancora tanto al tuo anonimato?" E mi ritrovo a scrivere, lo sguardo ogni tanto distratto dal sole che crea stelle di luce sul mare di aprile, per spiegare a me stesso, per capire il perché della mia risposta istintiva: "Accidenti, se ci tengo!"

L'anonimato, uno dei tanti motivi, credo, che mi fanno ancora, e spero per tanto tempo, partecipare alle riunioni del Gruppo di Alcolisti Anonimi.

Certo, ora non mi angoscia più la preoccupazione per il mio anonimato ma voglio, per quanto posso, mantenerlo. Voglio mantenerlo perché i miei rapporti con il Gruppo siano autentici, veri: perchè non siano falsati da cosa io sono o faccio al di fuori di A.A., nè da un sorriso di gratitudine, né da uno sguardo di riprovazione. È nelle riunioni, nelle risposte del Gruppo che imparo a conoscermi, che trovo la mia misura. Credo ancora nell'anonimato, semplicemente perché credo in Alcolisti Anonimi, perchè sono un alcolista anonimo.

Forse solo in A.A. ho capito cosa vuol dire uguaglianza; non *sono* più, non *devo essere*, non voglio essere né Dio né Diavolo. Non voglio più cercare il cielo o nascondermi negli abissi; sono un uomo uguale a tanti, accomunato dall'alcolismo a molti altri amici, accomunato dalla vita a tutti gli uomini. Ed è partendo dall'anonimato, che è uguaglianza nella semplicità, che devo costruire la base del mio cammino spirituale. Posso, nel Programma e con il Programma, scoprire me stesso, i miei limiti e le mie capacità.

Il nero dell'alcolismo mi aveva separato dalla vita; attraverso l'anonimato, che temevo grigio, scopro con estremo stupore i colori della vita.

Credo nell'anonimato perché è patrimonio spirituale del Gruppo, di tutta A.A.: è molto di più della somma dei singoli anonimati, è la ricchezza collettiva di tutti noi.

Rispettare quello degli altri, proteggere il mio, vuol dire salvaguardare un bene comune.

G. - Lazio



FRANCESCO NON E' PIÙ SOLO

La vita di Francesco è una storia ingarbugliata come tante altre, una storia di bottiglia che vale per tutte le altre. A otto anni perde la mamma e suo padre lo parcheggia prima a Vellai, poi a Belluno, dove rimane fino alla seconda industriale.

La domenica pomeriggio, quando andavano tutti a Camo-

lino da zio Ruggero, per non essere da meno dei grandi, fa i primi incontri col bicchiere; a diciotto anni trova lavoro come manutentore di ascensori, e sempre su per Fiera o Cortina nei grandi alberghi, era tutto un bicchiere dopo l'altro. Erano tempi quelli che alcuni avevano il coraggio di offendersi e biso-



gnava bere anche se andava di traverso, ma avendo davanti l'esempio del padre, Francesco giura che non sarebbe mai diventato un alcolista come lui. Troppe volte l'aveva sentito rientrare la notte, pieno come un otre: con il cavallo dei pantaloni sulle ginocchia, inciampare sui gradini, erano bestemmie a

destra e a manca per poi perdersi via, rantolante, stravaccato sul sofà. No, anche lui ad ogni sbronza aveva tirato su l'anima e negli occhi un bruciore che sembrava d'aver dentro sabbia: Francesco era stato troppo male per ripetere l'esperienza.

Quando anche il papà muore, l'unico in grado di trattenerlo un

pò, finisce in cantiere come elettricista: da solo non gli andava di farsi da mangiare, mentre alla mensa trovava sempre pronto. In quel periodo, nonostante la presenza di tanti compagni di lavoro, Francesco si sente solo e, un pò per vincere la sua insicurezza, un pò per non essere escluso, si ubriaca ogni sera.

“Se trovo una ragazza che mi sposa non bevo piú!” si ripeteva ogni mattina, senonchè, fidanzato per due anni, non solo non ha smesso, ma è anche riuscito a nascondere il problema. Sposato, la moglie si accorge di tutto: iniziano allora i primi litigi e le promesse, l'assicurazione che con la nascita del primo bambino avrebbe svuotato la bottiglia giú per il lavandino, ma a quel punto non c'era piú bisogno di fare bella figura. La fede al dito è un pensiero in meno per comportarsi bene e anche fuori la notte ogni motivo è buono. Se normalmente si sveglia cinque o sei volte per fare una bevuta a canna, quando nasce la figlia c'è una ragione di piú: ad ogni pianto si alza a bere, raddoppiando le spedizioni. Francesco non mente piú, non

beve piú neanche di nascosto, perciò la moglie, stufa del traffico, gli dice di portarsi il bicchiere direttamente sul comodino; lui si vergogna, ce la mette tutta per resistere, ma all'improvviso si sveglia, si copre di sudore, il cuore parte come un “demolitore” e pensa che forse è malato, che non è colpa del bere, anzi quando è bevuto sta meglio, molto meglio. Se poi la moglie non gli rompesse le corna, lui non ci penserebbe neanche a bere.

Lo vede il dottor Werlick e inizia allora la litania dei ricoveri: da S. Maria del Prato passa alla Casa di cura Bellati e dalla Casa di cura all'Ospedale civile di Belluno. Sono ricoveri di quindici giorni, con in tutto una flebo per disintossicarsi: servono a nascondere il problema alla meno peggio, ma la moglie lo inquadra per bene, perché uno tirato cosí, non è neanche piú un uomo.

Mezzo ubriaco dalle due del pomeriggio in poi, chi lo prendeva in giro, chi lo ignorava, chi gli diceva che era un ostia. Tutte queste cose lo facevano arrabbiare, quindi si attaccava al

bottiglione per non sentire niente: una vita abulica, sempre inerte e smidollato come una lumaca. A quel tempo non c'era la separazione: o stava attento oppure lei lo avrebbe lasciato.

Uscito dall'ospedale, Francesco promette a sé stesso che quello sarebbe stato il suo ultimo ricovero, che questa volta ce l'avrebbe fatta. Per due o tre giorni non tocca alcool, cerca di distrarsi e si convince delle sue capacità: "Io non sono come gli altri, sono capace di trattenermi!" Purtroppo, quello del vino è un male che si dimentica presto; prima un'aranciata poi un bicchiere con acqua e vino, poi un bicchiere; nel giro di una settimana era uguale a prima. Il dottore cerca di coprire l'alcolismo parlando di spossatezza fisica e mentale, ma a lui lo dice fuori dai denti: "Se continui così o finisci in manicomio o finisci al cimitero", "Mi sono offeso" — dice Francesco — "perché è stato il primo a dirmi che sono un alcolista, a mettermi davanti al muso quello che sapevo, ma che non volevo ammettere". Gli altri medici avevano sempre parlato di esaurimento, allora, per

fare dispetto a Werlick, Francesco passa col dottor Fajeti. Anche Fajeti, per salvargli il posto di lavoro, certifica un esaurimento, solo che così era come buttare prosciutto al gatto; ogni minuto secondo era attaccato alla bottiglia e verso la fine del '77 la dose giornaliera di alcool arriva a "strasegnare".

Il dottor Conte, per spaventarlo, lo fa ricoverare in manicomio a Feltre, in osservazione per una quarantina di giorni. All'inizio, Francesco arriva a bere perfino il dopobarba, aspettando che i familiari lo tirino fuori, ma ne ha fatte troppe e sua moglie non ne vuol sentir parlare. "È via, è via per lavoro!" spiega arrossendo ai vicini che la fermano per le scale. Per ingannarli, lui si fa vedere a posto e nei colloqui con lo psichiatra pesta i pugni sul tavolo, giura e spergiura che non avrebbe mai più guardato neanche un cavatappi; in quei diciotto lunghi mesi ha tutto il tempo di pentirsi dei suoi errori, di accumulare, dietro le inferriate, ancora maggior pena.

Nel 1978, grazie alla 180, col fagotto di vestiti sotto il braccio

e pieno di propositi, varca finalmente l'uscita dell'ospedale. È la libertà, è la vita e, nell'euforia il primo bar è suo. Lì tira fuori tutta la sua rabbia maledicendo la moglie che l'aveva lasciato dentro; beve quei quattro soldi che aveva in tasca, perché è solo e non sa dove andare, cosa fare: queste vacche lo hanno lasciato in brache di tela, non c'è nessuno che si sia ricordato di lui. Girovagando e trascinandosi di qua e di là riesce poi a trovare lavoro a Quero: parte il lunedì e torna il sabato; alloggia in albergo, dove può bere fin che vuole. Vino, birre, liquori di tutte le sorti: beve e lavora in una fabbrica di lampadari e, con la scusa che anche la moglie del principale è alcolizzata, viene tollerato, messo in posti leggeri dove non avrebbe potuto farsi male. Per due anni svuota regolarmente e tranquillamente la bottiglia, finché la fabbrica fallisce, si trova a terra peggio di prima e finisce a casa disoccupato. Se all'inizio aveva seguito la compagnia, adesso beve come un maiale però non vede più nessuno perché nessuno lo va più a cercare. Una sera, un

dolore alla testa più forte, un improvviso mancare alle gambe e a Vicenza gli trovano un ematoma al cervello: viene aperto cinque volte in cinque mesi, perdendo anche la vista.

Intorno a lui è buio, dentro di lui il vuoto, eppure capisce bene che nel pacco portatogli dalla moglie c'è il vestito da festa: è l'abito bello che si mette ai morti, è l'invito ad andarsene prima possibile. E sarebbe giusto andarsene, perché in quelle condizioni si è solo di peso; tuttavia anche laggiù i morti si portano via freddi. Con un'invalidità civile dell'80%, a trentacinque anni, Francesco ritorna a casa. Come un bambino ritenta un'esistenza passo dopo passo, torna a vedere e si sforza con i piedi e con le mani di essere forte anche se la moglie, temendo di perdere l'acquisito ruolo di capofamiglia davanti alla bambina, si stufa sempre di più a vederlo sincero. Per un pò non beve, poi ricominciano a trovar da ridire per qualsiasi motivo e allora non gli importa più di nulla: con quei suoi solitari rosari di bicchieri di vino, Francesco saluta ogni giorno che se ne va

fuori dalle scatole e dichiara al mondo intero la sua nullità. Riprende a bere perché non ha più la stima di nessuno, e in quelle tristi giornate slavate dal vino, non ha più la stima di nessuno perché ha ripreso a bere. La figlia, per confortarlo, gli dice piangendo che bevono anche i genitori delle sue amiche, che quelli arrivano a metter loro le mani addosso e con la stessa pietà, senza una parola in più del necessario, insieme alla madre lo lascia al suo destino. Se ne vanno quando lui deve essere operato alle anche, il giorno in cui entra all'ospedale da solo, barcollante: non gli importa di uscire vivo perché ha compreso che questa volta non ci sarà più nessuno che lo andrà a recuperare al bar, disposto a credergli quando dirà che è tutta colpa degli altri. Comprende che ad aspettarlo questa volta ci sarà solo la casa vuota, qualche bottiglia bevuta negli angoli, che gli ha svuotato anche l'anima, forse lo sfratto.

Sarà una Comunità ad accogliere Francesco e, forse perché per salire bisogna arrivare a toccare il fondo, forse perché

un cane è rabbioso avendo conosciuto solo la catena, dopo tutta una serie di esperienze comuni, nel 1987 nasce a Santa Giustina un Gruppo di Alcolisti Anonimi. L'ha fondato e lo dirige Francesco: Don Arnaldo ha offerto una stanza e la porta non serve perché chiunque può andarci a qualsiasi ora. Si va lì per aprirsi e non per ascoltare, si va lì per essere aiutati e capiti.

“Sono un'alcolista che non beve più da otto anni” si presenta umilmente Francesco, perché ogni suo giorno oggi è un giorno vero, un giorno conquistato.

Lui che si è bevuto tutto, affetti, persone e cose, sa che per cercare la luce bisogna affogare nel buio, per anelare alla pace essere strozzati dall'angoscia, per trovare la forza si deve ammettere la debolezza.

La sua terapia del Gruppo si basa per questo sulla solidarietà, sulla fede che, come ce l'ha fatta lui, tutti devono tentare: se al mattino ci è concesso di riaprire gli occhi, ogni giorno abbiamo il dovere di tentare, di cercare, insieme, il senso di tutto.

F. - Veneto

*S*APERI TIVO

Sono Mario un alcolista, e vorrei raccontarvi la mia storia. Tutto cominciò circa 12 anni fa.

Quando uscivo dal lavoro abitualmente si andava con gli amici a prendere un aperitivo al bar, ma io da buon napoletano prendevo sempre il solito caffè, sebbene fossero soltanto le 12. Il ch  suscitava nei miei amici illirit  e cos  fui oggetto dei loro sfott .

Dopo un certo periodo di tempo mi feci convincere e co-

minciai a prendere anch'io un aperitivo. La cosa mi piacque e di l  a poco tempo mi accorsi che uno solo al giorno non mi dava pi  soddisfazione.

Fu cos  che mi feci trascinare dal piacere dell'alcool. Dappri- ma mi procurava allegria e spigliatezza, ma poi era sempre pi  frequente esagerare.

Ho cominciato ad avere problemi con l'alcool, in quanto non riuscivo pi  a gestirlo. Ma cocciutamente non lo ammet-



tevo con me stesso, anzi mi dicevo che quando avrei voluto smettere l'avrei fatto. Cosa tra l'altro mai riuscita. Così tra alti e bassi ho gettato via dodici anni, di cui ricordo ben poco. Ho dei vuoti di memoria che non riesco ancora a colmare. Feci presente il problema al mio medico di fiducia e per risposta mi fu consigliato di frequentare il Gruppo A.A., gli unici che potevano fare qualcosa per me.

Mi ripromisi di andarci ma

senza decidere ancora il quando. A dir la verità mi dissi più volte che era inutile andare in un covo di ubriacconi dove tutti bevevano e, se dovevo bere anch'io, tanto valeva farlo da solo e non insieme ad altri.

Dopo circa un anno di continue traversie, approdai ad un gruppo di A.A. e rimasi meravigliato nel vedere tanti visi sereni e distesi e sentii per la prima volta che essi parlavano di alcool come se fosse un fatto scontato.

Ho imparato tante cose in A.A., principalmente l'umiltà, che mi ha dato l'opportunità di sconfiggere la mia enorme presunzione. Da allora sono trascorsi circa sei anni ed oggi io sono sobrio da due anni e lo devo solo ad Alcolisti Anonimi che mi ha ridato la voglia di vivere e di gustare ogni attimo di essa. Ho avuto anch'io le mie

brave ricadute, dovute soprattutto al fatto che intimamente non mi accettavo come alcolista.

Tutto devo ad A.A. e sarò ben lieto di donare agli altri tutto quello che mi è stato dato, senza mai chiedermi niente. Grazie A.A.

Buone 24 ore a tutti.

M.-Piemonte



*E così... io sarei impotente di fronte all'alcool eh!
Che cosa ti fa pensare che la mia vita è diventata incontrollabile?*

20 ANNI UN GIORNO ALLA VOLTA

Alcoholics Anonymous is a fellowship of men and women... Our primary purpose is to stay sober and help other alcoholics to achieve sobriety.

La riunione ha inizio. In un angolo due, a volte tre italiani ascoltano, l'espressione tesa e attenta nel tentativo di dare un significato a quelle parole sconosciute. Non capiscono l'inglese. Accanto a loro siede una

distinta signora che, a intervalli, traduce ciò che gli altri stanno dicendo. È il 1972. Siamo in via Napoli 58, a Roma, nei sotterranei di una Chiesa Anglicana, dove si riuniscono degli alcolisti che aiutandosi l'un l'altro e con l'ausilio di un programma spirituale cercano di restare lontano dalla bottiglia e fermare la loro malattia. Sulla parete un manifesto-simbolo: il

triangolo racchiuso da un cerchio. Sulla porta una scritta di due sole parole: Alcoholics Anonymous, ovvero "Alcolisti Anonimi". È uno dei tanti gruppi A.A. sparsi nel mondo frequentato da americani, inglesi e stranieri di passaggio. Possono quei pochissimi italiani smettere di bere se non recepiscono che poche cose di una cura basata soprattutto sulla parola? Forse sì; ma è sicuramente più facile se si riuniscono fra loro oltrepassando la barriera della lingua che il linguaggio del cuore non sempre riesce a superare. L'arrivo di un altro alcolista italiano consentì il realizzarsi di una speranza: aprire un Gruppo A.A. in lingua italiana. Quell'anno stesso due alcolisti smettevano di bere. A.A. Italiana era nata.

Nel 1973 Carlo Coccioli, un non alcolista, pubblicò "Uomini in fuga", un libro che fece conoscere a un pubblico più vasto i principi di A.A. E nel '74 a Firenze, tenuto a battesimo proprio dal Coccioli, si aprì il secondo Gruppo A.A. Due Gruppi, pochi alcolisti recuperati, quasi niente di stampato. Questi primi alcolisti avevano a

disposizione la traduzione, in un italiano stentato e approssimativo, dei "12 Passi e 12 Tradizioni" preparata dai Servizi Generali americani per gli italo-americani da poco negli Stati Uniti. Eppure, poco a poco, qualche altro alcolista venne o fu contattato con faticosissimi Dodicesimi Passi. Qualcuno restò. Altri non tornarono più. Due soli Gruppi in tutta Italia. Ce l'avrebbe fatta A.A. italiana a non morire? Sì, perché il seme era stato gettato. Il bisogno di restituire l'incommensurabile dono della sobrietà ricevuto amorevolmente e gratuitamente, fece il resto. I contatti con medici e uomini di culto di altre città si moltiplicarono. Grandi erano gli sforzi e scarsi, per il momento, i risultati. Poi venne il gruppo di Milano. Era la fine del '76. Un altro polo d'attrazione per i tanti alcolisti alla ricerca di una soluzione alla malattia.

Quante richieste, quanti incontri, che bollette salate del telefono per realizzare ciò! Ma proprio per questo cominciò a verificarsi nei tre Gruppi un fenomeno nuovo. I nuovi venuti rimanevano nel Gruppo e co-



minciavano a “fare” il Programma. Si cercò così di coordinare gli sforzi per cercare di avere notizie di altri alcolisti in Italia e portare il più diffusamente possibile il messaggio. E per farsi conoscere, nello spiri-

to e nella lettera della 11^a Tradizione: “La politica delle nostre relazioni pubbliche è basata sull’attrazione più che sulla propaganda...”. Il 1977 registrò la prima riunione di informazione di A.A. italiana, celebrando il

quinto anniversario della sua nascita.

Timidamente comparivano i primi Al-Anon, quasi sempre mogli che accompagnavano i mariti alcolisti nel Gruppo. Le primissime parteciparono a qualche riunione A.A., fino a quando si capì che le riunioni chiuse prevedevano la presenza dei soli alcolisti nel Gruppo. A qualcuna sembrò una immensa disgrazia. O forse fu una fortuna. Il bisogno di condividere le proprie esperienze con altre mogli di alcolisti, le attese solitarie nei corridoi fuori la porta del Gruppo A.A. spronò queste e roiche mogli sofferenti e addolorate a cercarsi, dapprima per confortarsi a vicenda, poi per curare la loro malattia, quasi sempre determinata dall'alcolismo dei propri mariti. E vedere il dolore e la sofferenza tramutarsi dapprima in impaurita tranquillità, poi in calma serenità.

Perché quei primi alcolisti e quelli venuti immediatamente dopo continuavano, un giorno alla volta, a restare lontano dal primo bicchiere, a mantenere la sobrietà. L'aiuto che si davano

l'un l'altro era rappresentato dalle testimonianze delle esperienze vissute, le tante negative dell'alcolismo attivo, le iniziali piccole positive del nuovo stato raggiunto. Alcolisti Anonimi era, a quei tempi come un muro di mattoni che restava saldo in piedi perché ogni mattone si appoggiava all'altro; alcolisti che rafforzavano quel muro non con la calce ma con l'amore. Sentivano però il bisogno di avere precisi e solidi riferimenti su cui fare affidamento. Come si può fare Programma senza un programma, soprattutto scritto? Di questo sentivano il bisogno; non per darsi un vangelo, quanto per poter consultare, leggere e rileggere considerazioni e suggerimenti che, avviandoli verso un nuovo stile di vita, dovevano essere continuamente ripensati e rivissuti in rapporto al cammino percorso e alle nuove esperienze.

Nel 1978 venne pubblicato "I 12 Passi suggeriti da Alcolisti Anonimi". Una sintesi dei 12 Passi più alcune considerazioni sull'alcolismo e l'alcolista, gli effetti dell'alcol, la compulsione e alcuni suggerimenti su come

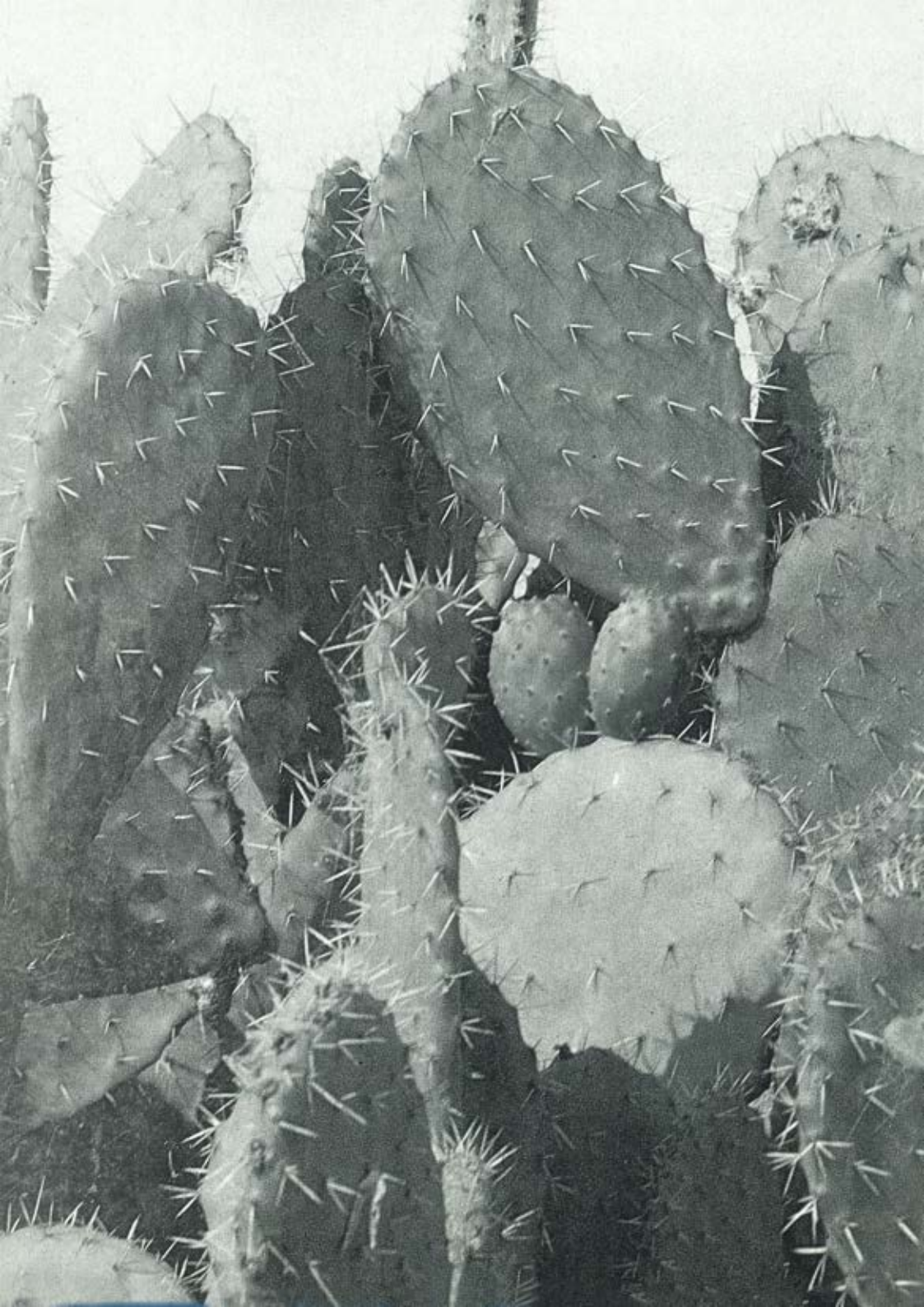
smettere di bere e iniziare a mettere in pratica il Programma A.A. di recupero dall'alcolismo. Un libretto di fondamentale importanza che venne sostituito nel 1984 dalla versione ufficiale dei "12 Passi e 12 Tradizioni". Quello stesso anno il "catalogo della letteratura" si arricchì di una seconda pubblicazione, tradotta da un informale comitato per la stampa: *44 domande, e 44 risposte sul Programma di recupero A.A.*

Poi vennero due anni importantissimi per la nostra Associazione, il 1979 e il 1980.

Il programma televisivo "L'inferno dentro" del 1979 ha rappresentato per A.A. italiana quello che rappresentò per gli americani il famoso articolo pubblicato da Jack Alexander sul Saturday Evening Post: porre all'attenzione di tutta una nazione un problema (l'alcolismo) e una possibile soluzione (Alcolisti Anonimi). Le ripercussioni positive delle due puntate del film - inchiesta TV furono notevolissime. Il primo telefono intestato ad A.A. squillò incessantemente. Nacquero Gruppi A.A. in molte città italiane:

Bologna, Udine, Genova, Bolzano, Dolo, Bassano del Grappa, il terzo Gruppo a Roma e forse altri che ora non ricordiamo. Si formarono i Servizi Generali con un vero e proprio notiziario di informazione. Il catalogo della letteratura si arricchì di un terzo titolo: *Domande e risposte sulla sponsorizzazione*. Intanto si stava terminando di tradurre il Grande Libro. I Servizi Generali Mondiali accordarono ad A.A. italiana quella fiducia che non solo è tratto caratteristico nei rapporti fra A.A. di nazioni diverse, ma un modo preciso di mettere in pratica i principi della sua filosofia: prestò alla neonata A.A. (che nel frattempo si era dotata di Statuto ed ebbe veste di Associazione Legale) la non indifferente somma di 25.000 dollari per la stampa di "Alcolisti Anonimi".

Il "Grande Libro" uscì nel giugno del 1980 e fu presentato a Lois, vedova di Bill, a New Orleans in occasione del 45° anniversario della nascita di A.A., di fronte a migliaia di alcolisti di tutto il mondo. Nel nostro Paese i Gruppi si moltiplicarono. Quasi tutte le grandi città





avevano il loro Gruppo. A.A. Italiana fu accolta nei Servizi generali Europei e nel 1981 nei Servizi Generali Mondiali. Un altro paradosso della realtà A.A.: quel gruppo di alcolisti che aveva formato un Gruppo per potersi parlare nell'unica lingua da loro conosciuta, ora doveva mandare i loro successori a scuola d'inglese per vivere appieno la nuova realtà. E si lavorava sodo: il listino della letteratura del 1981 era composto da 12 tra libri e opuscoli, tutti tradotti.

Il 1981 fu un anno importante per il nostro "Giornalino". In un formato diverso da quello attuale, più ingenuo e forse più sentito fra i suoi primi lettori, vide la luce "Insieme in A.A.". I membri del Comitato si auto-tassarono per poterlo far uscire.

Naturalmente, anch'essi ritornarono in possesso di quanto anticipato. Ma quanta spiritualità in quel gesto!

Poi venne quello che fra gli anziani è ricordato come "l'anno di Sabaudia". Il 1982. I gruppi erano saliti a 67. Ma inquietudini, contrapposizioni,

personalismi e protagonismi cominciarono a serpeggiare. Gli antagonismi personali presero il sopravvento. Gli eterni e sacri principi di A.A. cominciarono a vacillare. E all'Assemblea generale, appunto in quel di Sabaudia, la tempesta si scatenò. Alcolisti Anonimi divenne un campo di battaglia. Dimissioni, rinunce al Servizio, autoisolamento, frustrazioni e rabbie caratterizzarono quei giorni. Di fatto due modi diversi di concepire A.A. si contrapposero. Oggi non è lontano dal vero il ritenere che, se le Tradizioni fossero state più e meglio conosciute da quegli amici che si scontrarono così aspramente 10 anni fa, forse tutto questo non sarebbe avvenuto. O forse ogni adolescenza vuole la sua crisi.

Abbiamo spesso sentito dire, da amici più anziani, che in A.A. se ci si ferma si torna indietro. Il 1983 fu una chiara, dimostrazione di questo assunto. Dopo le iniziali riflessioni si tornò a camminare in avanti. Cominciarono a formarsi i primi Comitati Regionali che anticiparono la nuova struttura di A.A. Essi furono il preludio

alla nascita dei Distretti, così come oggi i distretti sono anticipatori delle Aree. Ma la funzione dei Comitati Regionali fu soprattutto propulsiva; loro tramite i Gruppi cominciarono a sponsorizzarsi a vicenda e nuovi ne sorsero dappertutto. Dai 67 dell'anno precedente si giunse a 103. Il listino della letteratura giunse a comprendere 15 titoli. Cominciavano a prendere forma i primi opuscoli scritti da A.A. italiana.

La fiducia e l'ottimismo, peculiarità di A.A. in ogni parte del mondo, tornarono ad essere patrimonio anche di A.A. italiana, nel 1984. All'Assemblea Straordinaria di Rimini 111 segretari di Gruppo presenti ai lavori, dei 119 Gruppi aderenti ad A.A. votarono lo Statuto.

Alcolisti Anonimi tornava a correre. Ora disponeva di 26 pubblicazioni. Si poteva, a ragione, definirle "la nostra letteratura". Sì, perché dietro quelle pubblicazioni c'erano anni di impegno, di lavoro, di traduzioni, di correzioni, di idee, di fatica mentale e fisica. Fatica sopportata non per avere il proprio nome in copertina o all'in-

terno del volume fra i curatori, ma per dotare ogni alcolista, soprattutto coloro che arrivano per la prima volta, di tante voci, tante testimonianze, tante esperienze che sono la base della nostra attuale (per oggi, solo per oggi, un giorno alla volta) sobrietà.

Il 1985, con la ritrovata unità, vede lo svolgersi della 1ª Conferenza e la caratterizzazione di una nuova figura di servitore: il Delegato alla Conferenza. Eletto fra i R.G.S.G. che formano un Distretto è il collegamento diretto fra la Conferenza e i Gruppi (dei quali esprime la coscienza secondo il dettato della 2ª Tradizione) e ai quali riporta quanto in Conferenza indicato ed espresso. Può realizzarsi così il concetto che la conoscenza collettiva diventa cultura individuale. I nostri capi diventano servitori di fiducia. Non c'è bisogno di Governo. Partecipano a questa 1ª Conferenza 30 Delegati in rappresentanza di 9 Distretti.

Il 1985 è anche l'anno nel quale si festeggiano i 50 anni di Alcolisti Anonimi nel mondo. Alla Convention predisposta

per l'occasione dagli Stati Uniti pochi italiani potranno essere presenti. Perché non organizzarne una in Italia per offrire la possibilità a quanti vogliono festeggiare l'avvenimento insieme attraverso riunioni e Seminari? Magari chiamandolo Raduno. Ad ottobre di quest'anno sarà l'ottavo, in coincidenza con i 20 anni di A.A. Italiana. Quello che doveva essere un avvenimento isolato, proposto e organizzato per una occasione particolare è diventato una meravigliosa consuetudine. In quel non tanto lontano '85 trecento fra alcolisti e al-anon si ritrovarono la domenica mattina alla sala Manzoni. Lo scorso anno, alla Fiera, le più di 2000 poltrone erano tutte occupate durante la 7ª festa della sobrietà. Anno dopo anno, abbiamo visto i volti radiosamente sorridenti (c'è sempre qualche viso incupito, ma certamente è una maschera perché dentro si è felici) aumentare progressivamente. Così come è aumentata la qualità della sobrietà nei singoli membri. Oggi, 1992, i Gruppi sono 360 circa. È certamente molto importante. Ma più im-

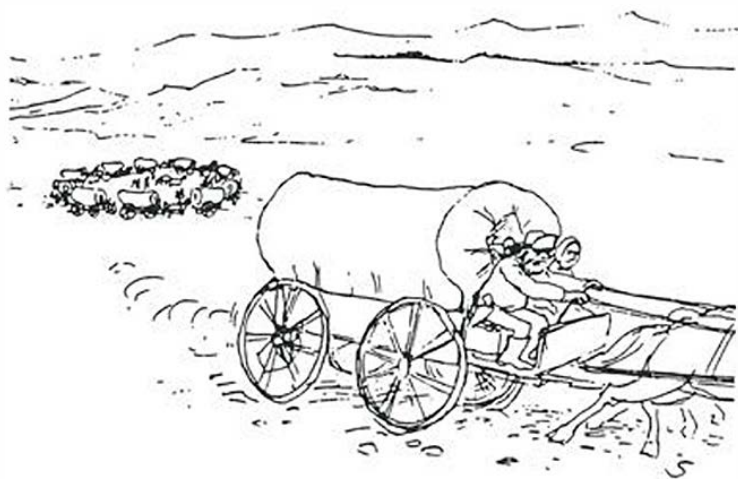
portante ancora è che gli alcolisti che oggi entrano in A.A. trovano un Programma che gli amici che li hanno preceduti hanno capito e che cercano di mettere in pratica. Realizzando, così, realmente il principio dell'attrazione. Con i 12 Passi e le 12 Tradizioni si raggiunge più facilmente la meta alla quale ogni alcolista aspira: una serena sobrietà emotiva.

Quanti saremo quest'anno ad assaporare la quotidiana sobrietà dentro la tazza di un caffè, in un bicchiere di Coca-cola o d'acqua minerale, in una coppa di gelato? Ad ascoltare o testimoniare del Recupero e del Cammino (percorso e da percorrere) che ogni Passo porta con sé e del miracolo di unità che ogni Tradizione compie? Ma Rimini non è solo questo. È ritrovare amici temporaneamente persi di vista, abbracciare e riabbracciare volti noti che conosciamo da anni ma che rivediamo solo in quella occasione, è osservare visi sconosciuti ma riconoscibilissimi, i nuovi amici approdati al porto della salvezza fra un Rimini e l'altro. È riflessione, meditazione. Condivisione assoluta. La-

crime di gioia. È Recupero, Unità, Servizio. È Recupero che si rafforza partecipando alle riunioni di Programma, Unità che si cimenta nel perseguire lo stesso obiettivo, Servizio che diamo l'un l'altro anche con la sola presenza. È gratitudine che dimostriamo ad A.A., la nostra seconda famiglia, ma soprattutto l'artefice della nostra vita at-

tuale. È doverosa gratitudine per tutti i servitori che dal primo raduno hanno reso possibile tutto questo. E a quelli che verranno. Sempre e comunque, un *giorno alla volta*. Il "domani" non esiste, ma un *oggi* vissuto in sobrietà può prepararci un futuro migliore.

**ARRIVEDERCI A RIMINI,
AI NOSTRI VENTANNI!**



*Chissà chi si crede di essere:
dire a me di portare il mio carro nel circolo!*



PROGRAMMA DEI LAVORI

VENERDI 9 OTTOBRE

Ore 10,00: Registrazione presso l'Hotel Abarth, Viale Mantegazza 12, Rimini. (Sono pregati di passare dall'Hotel Abarth

anche gli amici che vengono a Rimini privatamente, per il ritiro del cartellino, indispensabile per l'accesso ai Seminari).

- Riunione di Gruppo A.A.: Sala Blu, presso l'Ente Fiera. Tema: "L'importanza di non

essere spettatori, ma di partecipare attivamente alla vita di Gruppo (1^a e 2^a Tradizione)''.

Ore 13,00: Pranzo

Ore 15,00: Seminario A.A. a cura del Distretto CA.SI. - Sala A Teatro Astoria - Tema: "È tempo di cominciare a vivere (1° Passo)''.

- Seminario A.A. a cura del Distretto Friuli V. Giulia. - Sala B Teatro Astoria. Tema: "L'abbandono può diventare una grande forza (2° e 3° Passo)''.

- Riunione di Gruppo A.A.: Sala Blu Ente Fiera. Tema: "La nostra libertà si esalta nel rispetto della libertà degli altri (3^a e 4^a Tradizione)''.

Ore 19,30: Cena

Ore 21,00: Riunione di Gruppo A.A.: Sala Blu Ente Fiera. Tema: "La grande sofferenza e il grande amore sono la disciplina di A.A., non abbiamo bisogno di altro. (5^a e 6^a Tradizione)''.

- Hotel Villa Diana Marina, Via Dandolo 11. Riunione dei rappresentanti di "INSIEME IN A.A.".

SABATO 10 OTTOBRE

Ore 10,00: Seminario A.A.: a cura del Distretto Veneto I. - Sala A Teatro Astoria. Tema: "La conoscenza di sé stessi può essere la medicina dell'anima (4° e 5° Passo)''.

- Seminario A.A. a cura del Distretto LA.CA.SA.: Sala B Teatro Astoria. Tema: "Umiltà uguale a forza (6° e 7° Passo)''.

- Riunione di Gruppo A.A.: Sala Blu Ente Fiera. Tema: "Quando siamo colmi di gratitudine, il nostro cuore è colmo di amore, diventiamo responsabili verso noi stessi e gli altri (7^a e 8^a Tradizione)''.

Ore 13,00 Pranzo

Ore 15,00: Seminario A.A.: a cura del Distretto Liguria: Sala A Teatro Astoria. Tema: "Si può costruire il recupero senza un serio tentativo di rimediare ai danni? (8° 9° e 10° Passo)''.

- Seminario A.A. a cura del Distretto Toscana: Sala B Teatro Astoria. Tema: "Meditazione e preghiera, stile di vita e lavoro

ro con gli altri; testimonianza di recupero (11° e 12° Passo)''.

- Riunione di Gruppo A.A.: Sala Blu Ente Fiera. Tema: "La riacquisizione della mia dignità mi ha reso libero e responsabilmente fiducioso in me stesso e negli altri (9ª e 10ª Tradizione)''.

Ore 19,00: Cena.

Ore 21,00: Riunione di Gruppo A.A.: Sala Blu Ente Fiera - Tema: "Nel perdere insieme ai miei amici l'illusione del mio essere speciale ho ritrovato me stesso (11ª e 12ª Tradizione)''.

- Riunione di Gruppo A.A. in lingua inglese - Hotel Villa Diana Marina, Via Dandolo 11. Sala B Teatro Astoria: INCONTRO IN ALLEGRIA, aperto ad A.A., Al-Anon, Alateen, O.A. e N.A.

DOMENICA 11 OTTOBRE

Ore 10,00: Sala Ente Fiera per festeggiare il Ventennale di A.A. Italiana. Aperta a tutti.

Ore 11,30: Festa della sobrietà.

Ore 13,00: Pranzo.

Vi aspettiamo numerosi. Per partecipare tutti insieme alla grande festa di amore e di serenità, dove tutti noi siamo i festeggiati. Arrivederci quindi a Rimini!!!.



Preventivo spese sostenute dall'U.S.G. per il Ventennale di A.A.

RIMINI 9 - 10 - 11 OTTOBRE 1992

QUOTA SOGGIORNO - camera doppia (venerdì/domenica - a persona)	L. 116.000
SERVIZI FORNITI ADRIA CONGREX	13.000

A tale quota va aggiunta quella relativa alla
previsione di spese dei servizi qui di seguito elencate:

SALA ENTE FIERA (domenica mattina)	15.000.000
SALE PER SEMINARI NON STOP	10.700.000
NAVETTA TRASPORTO DAGLI ALBERGHI AI VARI SEMINARI (13.000.000.000 in totale di cui 5.000.000 sono a carico degli Al-Anon)	8.000.000
ACQUISTO CANCELLERIA/SPESE TIPOGRAFICHE	2.500.000
SPESE TRASPORTO MATERIALE	800.000
SPESE PERSONALE U.S.G. (3 impiegate)	3.300.000
EXTRA DI SEGRETERIA	800.000
GIGANTOGRAFIA E CARTELLONISTICA PER ADDOBBI DEL VENTENNALE	5.000.000
RIMBORSO SPESE PERSONALE DI SERVIZIO	2.500.000
KIT (distintivi e cartelli per gruppi)	5.500.000
TOTALE LIRE	54.100.000

La quota associativa per le spese sostenute dall'USG su una base di 1500 A.A.
sarà di Lire 38.000.

La quota di partecipazione al Raduno compreso il soggiorno dal venerdì alla
domenica sarà di Lire 167.000.

La quota associativa per chi arriva la domenica mattina all'Ente Fiera sarà di
Lire 25.000. (da versare all'ingresso).

GUIDA AL 4° PASSO

PUNTI ESAMINATI:

- I - **COMPORAMENTI***
 - II - **VIZI CAPITALI APPLICATI ALLA MIA PERSONALITA'**
 - III - **VIRTÚ**
 - IV - **ATTEGGIAMENTI E RESPONSABILITA'**
-

Ho eseguito la seguente procedura:

- 1 - Ho eseguito un esame completo e sincero di me stesso con applicazione al passato e al presente;
- 2 - Ho cercato di eliminare il senso di vergogna o di paura che in passato mi aveva impedito di dire e di dirmi tutto.
- 3 - Ho scritto il mio inventario personale e l'ho distrutto dopo il V Passo.
- 4 - Ho elencato i tratti positivi del mio carattere e non solo quelli negativi: ero cosciente che i primi mi sarebbero serviti per la mia futura crescita.
- 5 - Ho scritto alcuni esempi per ogni punto del mio inventario in modo che, in futuro, avrei potuto determinare quali atteggiamenti, desideri, motivazioni, mi avevano provocato o ispirato.

* In corrispondenza di questi comportamenti ho elencato le mete raggiunte in sobrietà o che mi sono prefisso di raggiungere per trasformarli da negativi in positivi.

I. - COMPORTAMENTI

NEGATIVO

Perfezionismo

Troppo spesso non voglio accettare gli errori umani, i miei come quelli degli altri. Quando ho paura della critica metto dei valori e delle mete avanti a me in modo non realistico, senza tener conto delle mie reali possibilità e poi mi sento frustrato quando, come era logico, non posso raggiungerle. In questo stato d'animo, necessariamente, divento esigente ed impaziente coi membri della mia famiglia, con gli amici, coi compagni di lavoro e cerco di vedere in loro tutti i difetti possibili per non vedere i miei. Ho causato molte frustrazioni agli altri pretendendone la perfezione

Finzione

Finzione diventa parte della mia vita quando non sono sincero. Pretendo di essere sempre perfetto agli occhi degli altri, ma, essendo quello che sono, ho bisogno di "portare una maschera" quando sono con gli altri. Ho sempre cercato di sembrare superiore agli altri.

POSITIVO

Ammissione dei miei difetti

Non ho mai accettato di avere difetti perchè mi sembrava che, per me, esistessero soltanto due possibilità: o essere perfetto o essere un fallito. Ora so che è certamente più umano fare errori che non farne.

Autenticità

Oggi sto facendo il mio inventario personale: sono autentico e responsabile. Finalmente sono quello che sono e questo non solo mi facilita i rapporti con gli altri, ma mi rende contento di me stesso.

Orgoglio

Ciò che intendo è l'orgoglio eccessivo, così incarnato da mettermi in difficoltà ogni volta che devo ammettere un qualsiasi limite alle mie possibilità o capacità. Pretendo di essere sempre capace di fare tutto in senso assoluto. Mi sono sentito un fallito tutte le volte che l'evidenza mi ha messo di fronte ad uno qualsiasi dei miei limiti reali. Ho preteso di gestire ed organizzare, a modo mio e senza mai tener conto del loro diritto di gestirsi liberamente, la vita degli altri. Ho preteso di essere infallibile nel mio lavoro. Ho preteso troppo dalle mie possibilità fisiche.

Egoismo

“Io voglio quello che voglio e quando lo voglio”. Ho sempre sprecato la gran parte delle mie energie nella ricerca di un modo o dell'altro per soddisfare me stesso senza mai tener conto dei bisogni degli altri. Questo aumenta i miei sensi di colpa. Quando mi preoccupo risolvo i

Umiltà

Ora 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 vivere da normale essere umano. Dovrò imparare a stare meno sulla difensiva... Dovrò rilassarmi... Essere umili non significa essere deboli: vuol dire accettare le proprie doti assieme alle proprie debolezze, riconoscere onestamente i propri limiti reali.

Disponibilità

(Altruismo)

Se sono contento di me stesso risco a pensare anche agli altri, alla loro felicità, al loro benessere. Ho imparato ad ascoltare le altre persone, a guardarle negli occhi, a cercare di conoscerle meglio. Se riesco a far felici gli altri sono più soddisfatto. Devo imparare a con-

miei problemi con più difficoltà. Ho molto spesso offeso le persone che vivevano con me mettendo al primo posto la soddisfazione dei miei bisogni. Mi sento isolato, penso che nessuno mi ama. I rapporti col mio partner sono praticamente atti di violenza.

Impazienza

Quando l'impazienza mi vince, non solo voglio quello che voglio, ma lo voglio immediatamente. Quando sono in questo stato d'animo le cose non mi riescono come voglio e nel tempo che voglio. La mia agitazione mi fa sentire oppresso ed estremamente infelice.

Autocommiserazione

Questo è un aspetto del mio carattere che mi è difficile ammettere e riconoscere. Autocommiserarsi vuol dire sentirsi sempre vittima di qualcuno o di qualcosa.

dividere le mie conquiste, le mie soddisfazioni, le mie gioie, le mie esperienze con gli altri.

Pazienza

È una meta che mi sfugge. Forse non diventerò mai paziente, ma è necessario che io non sia sempre condizionato dalla impazienza. Certamente se risolverò i miei problemi di perfezionismo diventerò più paziente con me stesso e con gli altri.

Autocompiacimento

Quando mi impegno per la mia crescita spirituale, comincio a capire il vero senso di "ama il prossimo tuo come te stesso". Ciò non significa "più di te stesso" o "meno di te stesso". Se io sono capace di rispettare me stesso sono anche capace di rispettare ed amare gli altri e nella misura... Non sentendomi

né più né meno degli altri, mi sento parte integrante della società in cui vivo. Devo essere capace di considerarmi per quello che realmente valgo. Devo sapere valutare anche i miei meriti.

Risentimenti

Vivere nei risentimenti significa vivere continuamente preda dell'ira: sentimenti di ira che riguardano tutto ciò che mi circonda. Vivere nei risentimenti mi rende molto triste, insoddisfatto. I risentimenti mi hanno sempre fornito buone scuse per il mio comportamento irresponsabile. Dipendevo dalla mia rabbia perchè ritenevo che essa fosse giusticata dal comportamento degli altri.

Comprensione e perdono

Debbo rendermi conto che non sempre, gli altri, con i loro comportamenti che a me possono sembrare strani e qualche volta offensivi, vogliono ad ogni costo danneggiarmi e ferirmi. Gli "altri" possono essere malati, tristi, delusi, impauriti. Non ho diritto di coltivare risentimenti verso se stesso proprio ora che sto facendo del mio meglio per mettere ordine nella mia vita. Devo riuscire ad accettare serenamente tutte quelle cose o situazioni che non posso cambiare... Nessuno può farmi del male se io non voglio...

Intolleranza

Essa nasce dalla autocommiserazione e dai risentimenti. Una volta imparato questo meccanismo mi restava facile dare la colpa agli altri per i miei cattivi

Tolleranza

Se riesco ad accettare le responsabilità dei miei stati d'animo, certamente diventerò più tollerante nei miei confronti e nei confronti degli altri. Se

stati d'animo. Essere intollerante è facile perchè ciascuno di noi ha un modo diverso di pensare e di vivere. Sono intollerante soprattutto con le persone che mi stanno vicine e che sono molto importanti per me.

Alibi

Ho sempre speso troppe energie per giustificare il mio comportamento di fronte agli altri.

Qualche volta le mie spiegazioni erano vere, qualche volta parzialmente vere, talvolta erano false. Quando tentavo di scusarmi mi sentivo un mendicante.

Pensiero disonesto

Questi cominciano quando tento di dare delle scuse a me stesso e ci credo... Quando comincio a credere nei miei risentimenti, quando mi sento sotto accusa o incompreso ... rischio di perdere il contatto con la realtà, non riesco più a distinguere il reale dall'irreale: così mi sono ingannato nel passato e così continuo ad ingannarmi, ora...

riuscirò a conoscere e ad accettare i miei limiti, accetterò anche i limiti degli altri...

Sincerità

Mi è più facile, ora, stare con gli altri. Non sentire la necessità di dare spiegazioni agli altri mi rende più sereno.

Pensiero onesto

Essere sincero con me stesso è, per me, la forma più difficile della sincerità. Mentre ho imparato ad accettarmi per quello che realmente sono, ho imparato a ridere di me tutte le volte che tento di essere quello che non sono. Oggi voglio vivere la realtà anche quando questa può essere sgradevole. Ho imparato ad accettare anche gli aspetti più sgradevoli della mia personalità.

Sensi di colpa

I sensi di colpa sono risentimenti nei confronti di me stesso e mi hanno sempre fornito ulteriori scuse per i miei comportamenti irresponsabili.

Sentirmi colpevole è diventato, per me uno stile di vita.

Paura

A volte ho paura di cose specifiche, paura di essere respinto, paura che qualcuno scopra qualcosa di me che neppure io conosco, paura di fallire nelle cose che sto facendo, paura di morire... e, qualche volta, ho paura in modo vago e generale, ho come un senso premonitore di un grave pericolo: questo mi porta al panico, divento pessimista e vedo tutto nero intorno a me. Se ho paura non riesco a trovare un attimo di pace interiore.

Procrastinazione

Spesso ho rinviato decisioni ed azioni in attesa di avere una migliore "ispirazione" o in attesa che le circostanze divenissero più

Liberazione dalla colpevolezza

Devo smettere di odiarmi. Devo imparare a rispettarci. Il rispetto di me stesso sarà parte determinante della mia crescita.

Accettazione

Mentre l'accettazione di me stesso si realizza e cresce, crescono anche le mie possibilità di accettare il mondo che mi circonda. Non ho bisogno di avere sempre paura, di stare sempre in difesa... Nulla mi deve spaventare. Io so soltanto che posso fare del mio meglio e che poi... poi sarà quel che sarà... Devo smettere di tentare di dominare le persone e le cose per paura di essere dominato. Devo avere più fiducia in me stesso. Non devo più alterare problemi e situazioni

Impegno

Ho sperimentato quanta tranquillità entra in me dopo aver portato a termine un compito solo per mia libera scelta, senza

propizie. E così, il momento giusto per fare le cose, non arrivava mai. Quando la necessità mi costringeva a fare le cose diventavo nervoso e mi barcamenavo tra impazienza e irresponsabilità.

Ingratitudine

Molto spesso manco di gratitudine soprattutto quando le cose ormai vanno meglio. Ho spesso avuto la tendenza a prendere come dovuto ogni aiuto che mi sia stato dato. Non ho mai considerato il valore reale o morale di quanto gli altri hanno fatto per me. Ho sempre preso tutto con sufficienza ed indifferenza. Molto spesso ho deluso chi mi voleva aiutare.

che nessuno mi avesse forzato o sollecitato... Ora devo condurre a termine il compito di mettere ordine nella mia vita: non devo rimandare!

Gratitudine

Devo imparare a non essere indifferente, apatico e a considerare che potrò ancora e sempre avere bisogno degli altri. Fino a che non ho riconosciuto il valore dell'aiuto degli altri, ho vissuto sempre male.

II. - I VIZI CAPITALI APPLICATI ALLA MIA PERSONALITA'

Superbia

La troppa stima di me stesso mi porta a considerare il mio comportamento come il solo giusto, mi induce a sparlare e a criticare gli altri in modo da elevare il mio "io"... In modo da sentirmi superiore agli altri.

La mia superbia è causa di vanagloria, ipocrisia e testardaggine e nell'abbandonare le mie convinzioni anche quando chiaramente sono sbagliate. Sono in discordia con le persone che hanno idee diverse dalle mie. Sono pronto sempre a litigare ed a disubbidire.

Avarizia

Brama o desiderio di possedere le cose come fini a se stesse e non come strumenti per vivere decorosamente. Molto spesso mi rifiuto di aiutare gli altri e mi privo, senza ragione, del necessario.

Invidia

Tristezza per il successo di un'altra persona. Risentimenti verso gli altri per la loro riuscita, per la loro posizione, per le loro capacità. Molto spesso mi comporto male quando sono con una persona che ritengo più brava, più bella, più fortunata di me. Penso, qualche volta, che anche lei può avere problemi da risolvere e, forse, più gravi dei miei?

Lussuria

Non una esaltazione dell'Amore, ma la sua più bassa depravazione: è il rovescio più brutto della medaglia più bella. Molto spesso ho attribuito eccessiva importanza a questo aspetto dell'amore, e questo mi ha

causato seri problemi. Credo che l'amore consista solo nel sesso? Nei miei rapporti sessuali agisco come un uomo o come una bestia? Penso soltanto alla mia soddisfazione? Penso, almeno qualche volta, che anche il mio partner possa aver bisogno di soddisfazioni sessuali? Mi sento vittima di violenza sessuale? Sottopongo il mio partner a violenza sessuale? Mi sento frustrato nella mia sessualità? Devo riuscire a considerare questo problema nella sua giusta luce, nella sua giusta dimensione. Devo poter considerare la mia sessualità non fine a se stessa ma come uno degli aspetti del mio bisogno d'amore.

Ira

Desiderio violento di vendicarmi, di punire gli altri. Mi permetto atteggiamenti vendicativi? Scatti di collera? Sono impaziente e sensitivo per le cose di nessun valore? La collera mi domina? Ingiurio gli altri? Rispondo all'ira degli altri con altrettanta ira? So che l'ira distrugge le mie capacità di giudizio ed il mio equilibrio spiri-

tuale? Sò che l'ira blocca lo sviluppo della mia personalità e la mia crescita?

Accidia

Rifiuto della volontà di operare per il bene. Incuria, indolenza, fastidio, pigrizia. Molto spesso ho pensato che non far del male fosse sufficiente per vivere in pace con la mia coscienza. Prima d'ora non avevo mai pensato di aver mancato ad uno dei doveri fondamentali di ogni essere umano, a quello, cioè, di

operare per il bene. Non credo proprio di poter contare le persone che mi hanno chiesto aiuto e che, da me, hanno ricevuto soltanto abulia e indifferenza.

Gola

Abuso nel mangiare e nel bere: questo mi indebolisce fisicamente ed è causa di depressione. Quante volte ho avuto sonnolenza dopo aver mangiato troppo? Quante volte sono stato pessimista e di cattivo umore dopo aver mangiato con troppa avidità?

III VIRTÚ

a) **Fede.** Lasciare quella parte di me e del mio futuro che non posso controllare, alle cure del mio Potere Superiore così come io Lo posso concepire. Questo abbandono mi porta alla sicurezza che tutto andrà risolto per il meglio. All'inizio questa fiducia sarà vacillante, ma poi, col tempo, diventerà un sistema di vita, una convinzione profonda. Devo ricordare che: 1) la fede è un dono, ma ci vuole anche la

mia accettazione, la mia collaborazione; 2) La fede comporta l'accettazione delle mie doti, dei miei limiti, dei miei difetti. Quando sono riuscito ad accettare serenamente le cose che non posso cambiare, ho sentito che mi stavo liberando da molte delle mie paure ed ho trovato il vero senso della mia vita.

b) **Speranza.** La speranza assume la fede e mira alle mète da raggiungere. La fede è la mia

guida e la speranza mi permette di camminare. Essa mi fa credere che un futuro bene è senz'altro raggiungibile. La speranza mi dà gioia di vivere.

c) **Carità.** “Amerai il prossimo tuo come te stesso”. La carità è paziente, è benigna, non è

invidiosa, non si vanta, non si gonfia, non manca di rispetto, non cerca il suo interesse, non si adira, non tiene conto del male ricevuto, non gode dell'ingiustizia ma si compiace della carità. Tutto copre, tutto crede, tutto spera, tutto sopporta.

LE VIRTÙ COMPLEMENTARI

a) **Cortesìa, benignità e affabilità** verso gli altri. Include anche la generosità e la liberalità.

b) **Gioia.** Non dipende tanto dalle circostanze intorno a noi, ma dal nostro modo di vedere noi stessi e la realtà che ci circonda.

c) **Ordine.** Un programma solo per oggi mi eviterà due gravi pericoli, fretta ed indecisione.

d) **Lealtà.** Manterrò la mia parola e le mie convinzioni.

e) **Puntualità.** Significa autodisciplina e rispetto degli altri. Non mi farò prendere dall'agitazione e dai risentimenti se gli altri non saranno puntuali con me.

f) **Sincerità.** Dirò e farò soltanto quelle cose di cui sono profondamente convinto.

g) **Prudenza nel parlare.** Tropo spesso i danni fatti con la lingua sono irreparabili. Quante volte ho causato danni per non essere stato capace di fermare la mia lingua al momento opportuno, anche se pensavo di avere ragione?

h) **Bontà.** Mi donerò con gioia!

i) **Pazienza.** È l'antidoto ai risentimenti ed alla autocommiserazione.

j) **Tolleranza.** “Vivi e lascia vivere”... Richiede cortesia e coraggio.

k) **Integrità.** Mancanza di falsità.

l) **Equilibrio.** Nessuna cosa deve dominare sull'altra. La capacità di ridere di me stesso, alle volte, è segno di un buon equilibrio.

m) **Gratitudine.** È la giusta riconoscenza per un aiuto ricevuto.

IV. - ATTEGGIAMENTI E RESPONSABILITA'

Nei confronti della mia famiglia.

- a) Ricordo le mie promesse matrimoniali? Le accetto ancora? Accettarle mi mette in crisi?
- b) Sono riuscito a recuperare l'amore dei miei cari? Penso seriamente al loro futuro?
- c) Sono ancora un dittatore o sono riuscito a creare un ambiente disteso di fiducia e di amore, di generosità e di comprensione?

Nei confronti del mio ambiente di lavoro.

- a) Cercherò di equilibrare l'uso delle mie capacità? Non per vanagloria o per raggiungere la ricchezza... Il mio lavoro non è fine a se stesso... Non sarò pigro né sperpererò le mie forze inutilmente.
- b) Non mi libererò delle mie responsabilità lasciandole agli altri.
- c) Avrò con i miei compagni di lavoro, rapporti sinceri e giusti.

Nei confronti del mio Potere Superiore.

- a) Il mio concetto del Potere Superiore (o il mio rifiuto) è basato sulla mia formazione giovanile? Su quello che mi dicono gli altri? Sul mio orgoglio? Sui miei sentimenti, emozioni o dispiaceri? Sui miei risentimenti? Ho mai cercato Dio?
- b) Riesco ad abbandonarmi al mio Potere Superiore applicando il III Passo?

Nei confronti di me stesso.

- a) Ho fatto una sincera revisione della mia vita? Sono rimasto nella superficialità? Nei risentimenti? Nell'autocommiserazione?
- b) Ho fissato bene la meta da raggiungere?
- c) Mi rendo conto dei mezzi che mi sono necessari per realizzare gli scopi della mia vita? Cerco l'aiuto che mi necessita?
- d) Dò importanza equilibrata a tutti i bisogni della mia esistenza fisica, intellettuale e sociale?

TEMI SU CUI RIFLETTERE

L'articolo a pag. 19 ci invita a riflettere sulla storia di A.A., sui tanti avvenimenti del passato che hanno costruito il nostro presente, in occasione dei vent'anni della nascita della nostra Associazione. Venti anni di cammino verso la sobrietà percorsi dapprima lentamente, poi sempre più velocemente, con fasi travagliate e periodi di faticosa costruzione. L'impegno a trasmettere il messaggio dei primi alcolisti recuperati, l'eco positiva dell'attenzione che i mass-media hanno rivolto verso Alcolisti Anonimi, la crescita a macchia d'olio dei Gruppi in tutta Italia, il grande lavoro per dotarci degli strumenti più idonei allo sviluppo. Primo fra tutti la letteratura, dal "Grande Libro" ai "12 Passi e 12 Tradizioni", elementi fondamentali per il recupero e la sobrietà; poi la Conferenza, momento annuale di sintesi collettiva dell'attività di Servizio e il Raduno, la tre-giorni di incontri, condivisioni, festa e allegria. A.A. è questo e molto altro. Ci impegnamo anche noi perché continui a dispensare tesori di sobrietà e serenità?

Da pag. 37 mettiamo a vostra disposizione una "guida al 4° Passo" pubblicato come supplemento ad un "Insieme" del 1983 che, perciò, molti non conoscono. L'importanza dell'inventario personale, suggerito dal Programma, è ormai riconosciuta da tutti gli amici alcolisti. Ma, come scritto nel commento al 4° Passo del 12 e 12, molti si chiedono: "Ma come comincio? In che modo debbo fare l'inventario di me stesso?". La guida che vi proponiamo pensiamo possa essere utile a chiunque si accinga ad impegnarsi in questa autoanalisi profonda e senza paura. Ci auguriamo che questo esempio di 4° Passo possa servirci anche come ulteriore spunto alle riflessioni su noi stessi e non solo come strumento e metodologia.

©NCLUDIAMO LA NOSTRA RIUNIONE

Signore, concedimi la
* * * *Serenità*
di accettare le cose che
non posso cambiare
il *Coraggio* * * *
di cambiare quelle che
posso
la *Saggezza* * * *
di conoscerne la *differenza*

I DODICI PASSI DI A.A.

1. Noi abbiamo ammesso la nostra impotenza di fronte all'alcool e che le nostre vite erano divenute incontrollabili.
2. Siamo giunti a credere che un Potere più grande di noi avrebbe potuto riportarci alla ragione.
3. Abbiamo preso la decisione di affidare la nostra volontà e le nostre vite alla cura di Dio *come noi potremmo concepirLo.*
4. Abbiamo fatto un inventario morale profondo e senza paura di noi stessi.
5. Abbiamo ammesso di fronte a Dio, a noi stessi e a un altro essere umano, la natura esatta dei nostri torti.
6. Eravamo completamente pronti ad accettare che Dio eliminasse tutti questi difetti di carattere.
7. Gli abbiamo chiesto umilmente di eliminare le nostre deficienze.
8. Abbiamo fatto un elenco di tutte le persone che abbiamo leso e abbiamo deciso di fare ammenda verso tutte loro.
9. Abbiamo fatto direttamente ammenda verso tali persone, laddove possibile, tranne quando, così facendo, avremmo potuto recare danno a loro oppure ad altri.
10. Abbiamo continuato a fare l'inventario personale e, quando ci siamo trovati in torto, lo abbiamo subito ammesso.
11. Abbiamo cercato, attraverso la preghiera e la meditazione, di migliorare il nostro contatto cosciente con Dio *come noi potremmo concepirLo.* pregando solo di farci conoscere la Sua volontà nei nostri riguardi e darci la forza di eseguirla.
12. Avendo ottenuto un risveglio spirituale come risultato di questi passi, abbiamo cercato di trasmettere questo messaggio agli alcolisti e di mettere in pratica questi principi in tutte le nostre attività.

**io sono responsabile...
quando qualcuno, ovunque,
chiede aiuto, io voglio
che la mano di A.A. sia sempre presente
e per questo: io sono responsabile**

Bill

LE 12 TRADIZIONI DI A.A.

1. Il nostro comune benessere dovrebbe venire in primo luogo; il recupero personale dipende dalla unità di A.A..
2. Per il fine del nostro gruppo non esiste che una sola autorità ultima: un Dio di amore, comunque Egli possa manifestarsi nella coscienza del nostro gruppo. I nostri capi non sono altro che dei servitori di fiducia: essi non governano.
3. L'unico requisito per essere membro di A.A. è il desiderio di smettere di bere.
4. Ogni gruppo dovrebbe essere autonomo tranne che per le questioni riguardanti altri gruppi oppure A.A. nel suo insieme.
5. Ogni gruppo non ha che un solo scopo primario: trasmettere il suo messaggio all'alcolista che soffre ancora.
6. Un gruppo di A.A. non dovrebbe mai avallare, finanziare o prestare il nome di A.A. ad alcuna istituzione simile o organizzazione esterna, per evitare che problemi di denaro, di proprietà e di prestigio possano distrarci dal nostro scopo primario.
7. Ogni gruppo A.A. dovrebbe mantenersi completamente da solo, rifiutando contributi esterni.
8. Alcolisti Anonimi dovrebbe rimanere per sempre non professionale, ma i nostri centri di servizio potranno assumere degli impiegati appositi.
9. A.A., come tale, non dovrebbe mai essere organizzata; ma noi possiamo costituire dei consigli di servizio o comitati, direttamente responsabili verso coloro che essi servono.
10. Alcolisti Anonimi non ha opinioni su questioni esterne; di conseguenza il nome di A.A. non dovrebbe mai essere coinvolto in pubbliche controversie.
11. La politica delle nostre relazioni pubbliche è basata sull'attrazione più che sulla propaganda; noi abbiamo bisogno di conservare sempre l'anonimato personale a livello di stampa, radio e filmati.
12. L'anonimato è la base spirituale di tutte le nostre tradizioni, che sempre ci ricorda di porre i principi al di sopra delle singole personalità.

INSIEME

In A.A.

Direzione, Redazione, Amministrazione
Via di Torre Rossa, 35 (sc. B - int. 1b) - 00165 Roma - Tel. 663.66.29
c/c n. 74028002

Direttore Responsabile: Bruno Dario

Registrazione Tribunale di Roma n. 60/82 del 13/2/82
Periodico di proprietà dell'Associazione «A.A. Alcolisti Anonimi»,
ceduto prevalentemente ai propri associati

Fotocomposizione e stampa: Tipografia I.B. - Via Giuseppe Boffito, 24 - 00166 Roma
Telefono e Fax 06/309.69.32

sommario

- 1 Tribuna aperta: Anonimato
- 10 Francesco non è piú solo, F.-Veneto
- 16 L'aperitivo, M.-Piemonte
- 19 Venti anni un giorno alla volta
- 30 Raduno 1992: Programma dei lavori
- 34 Guida al 4° Passo