

Spedizione in abbonamento postale - Gruppo 4 - 70%

INSIEME

IN A.A.

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

ANNO XI - N. 5 - BIMESTRALE

SETTEMBRE-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
CALABRIA - SICILIA

Abbiamo guardato a questo principio da angolazioni sempre più acute. Il vertice dell'angolo di visuale è penetrato sempre più a fondo nella nostra mente, il nostro intero essere, che va di-

ventando di possibile spiritualità mai conosciuta prima, che va diventando universo.

Volevamo, nell'alcol, un'anomia di pudore, vergogna, disperazione, solitudine. Il "ta-

glio” col mondo degli altri, sempre più netto, relegava nell’annullamento temporaneo.

Per compagni, fantasie e incubi — mai realtà —. Risvegli sempre più brevi ci vedevano accartocciati in noi, bramosi di “vederci spariti”, da noi stessi e dagli altri. Volevamo solo essere “sconosciuti”.

Ma questo alla fine. Poiché prima, all’inizio, nell’ebbrezza alcolica, molti di noi cercarono l’identità del loro io nei fantocci esaltati, narcisisti che costruivano per “dominare il mondo”. L’esaltazione del primeggiare, del possedere, dell’afferrare, produceva in noi il desiderio di essere conosciuti. Volevamo solo essere “conosciuti” per come avremmo voluto essere.

Nel caso finale, ci siamo visti, nello specchio di casa e nello specchio del mondo, anima e corpo devastati; vinti e feriti, disadorni di ogni sogno, siamo giunti in A.A. Alcolisti Anonimi. “Alcolisti” ha significato “accettazione”. “Anonimi” ha significato “sicurezza”.

Molti di noi, nuovi venuti, hanno trovato in A.A. “fiducia e apertura mentale” proprio

perché “A.A. ha promesso l’anonimato personale a tutti coloro che ne vogliono far parte”. Senza questa promessa molti di noi “non avrebbero mai trovato il coraggio di andare alla loro prima riunione”.

Né avremmo aperto così totalmente il nostro essere, espresso la nostra esigenza vitale di comunicare, di riconoscere e riconoscerci, né tentato di riprendere a camminare nella vita mano nella mano di altri come noi, se non avessimo intuito e poi creduto che nessuno, in A.A., ci avrebbe mai feriti o uccisi tradendo i nostri segreti. Nessuno in A.A. avrebbe mai attentato alla nostra evidente vulnerabilità perché, ci avevano assicurato, solo noi potevamo affermare di essere alcolisti e solo noi potevamo, se volevamo, portare agli altri le azioni, i pensieri, le situazioni, il degrado, la sofferenza, la paura che ci appartenevano. Nessuno, in A.A., avrebbe potuto né voluto parlare al nostro posto, prendere decisioni per noi, darci o toglierci etichetta alcuna. Questo, dicevano, non apparteneva ad A.A. Nessuno avrebbe potuto “rap-

presentarci” senza il nostro consenso. Ma anzi, ci dissero, da quel momento, noi avremmo rappresentato A.A. se solo avessimo fatto nostri i suoi principi.

La sicurezza prodotta in noi dall’anonimato ci dette due opportunità positive: offrirlo agli altri alcolisti che sarebbero venuti e, insieme, sviluppare un profondo bisogno di guardare ad esso come ad una “base spirituale” su cui tracciare tutte le 24 ore della nostra vita.

Molti di noi, liberati dall’alcol, ritornati alla vita consapevole, vissero un lungo periodo credendo che il dono ricevuto dovesse essere offerto al mondo con tutta l’esasperata generosità che era più simile ad un difetto che ad un pregio.

Molti di noi pensarono che non dovevano essere troppo anonimi se volevano far conoscere A.A., non potevano tenere chiuso nel loro cuore o nelle quattro pareti del gruppo la loro esperienza di recupero. Una esaltata frenesia di “essere conosciuti” ci prese: troppo angusto il principio dell’anonimato, troppo limitante la prudenza suggerita, troppo lungo il tem-

po previsto per ogni azione e ogni pensiero. Prendemmo la “libertà” che A.A. ci donava, ma ignorammo la “responsabilità” cui A.A. ci chiamava.

Il nostro ego trovava un’altra via per gonfiarsi, per riprendere possesso di sé: una vita “buona” questa volta.

L’idea di poter essere utili come espressione di gratitudine ci portava facilmente a stabilire di essere gli unici a conoscere il mistero della perdizione e della salvezza alcolica e quindi gli unici a dover rappresentare questa conoscenza.

Altri di noi vollero continuare a negare al mondo la verità e l’esperienza. La conoscenza ritrovata accresceva la nostra vergogna per il passato, suggeriva il nascondere e rimuoverlo: il pensiero che forse nessuno aveva riconosciuto in noi degli alcolizzati e che il nostro recupero stigmatizzava la nostra presunta normalità era allettante, e creava una barriera di difesa per il nostro segreto vergognoso e tanto poco accettato. Sia i fautori dell’anonimato come principio restrittivo sia quelli che lo vedevano come principio protet-

tivo esprimevano orgoglio, quel subdolo difetto di carattere che

impedisce l'umiltà. In una sua lettera Bill dice:

“In alcuni settori di A.A. l'anonimato è portato a un punto di reale assurdit . I membri sono su una cos  misera base di comunicazione, che non conoscono neanche i rispettivi cognomi o dove vive ognuno.   come la cellula di un movimento clandestino.

In altri settori, vediamo esattamente il contrario.   difficile frenare gli A.A. dallo schiamazzare troppo davanti all'intero pubblico, col portare avanti spettacolari “giri di conferenza” per interpretare il ruolo di grandi uomini.

Comunque, io so che da questi due estremi noi lentamente ci trasciniamo su un terreno di centro. La maggior parte dei membri, che danno lezioni, non continuano a farlo per troppo tempo e le persone superanonime hanno la tendenza ad uscire dal nascondiglio nei confronti dei loro amici A.A., dei colleghi di lavoro, e simili. Penso che la direzione a lungo termine   verso il centro della strada - che   probabilmente dove dovremmo stare”. LETTERA, 1959

In queste parole noi abbiamo la guida dell'esperienza, e, senza nulla aggiungere, ci viene concesso, se la nostra mente   aperta, di perseguire l'equilibrio che   la meta sofferta del nostro recupero personale. Noi crediamo che l'armonia finale per la nostra pace abbia l'aspetto di un'onda senza picchi, un'increspatura di luce e controluce pervasa dalla voce del mare appena mosso dalla brezza.

Desideriamo capire e vivere l'anonimato come principio.

Cercammo, nell'esperienza scritta dai nostri fondatori, tutte le possibili angolazioni per penetrare in questo principio e farci penetrare da esso.

Scoprimmo la grande prudenza che ha guidato gli alcolisti fondatori e ne ha fatto dei leaders. Scoprimmo un percorso difficile e terribile, ma vedemmo pure l'obiettivo luminoso definito dall'amore per la nostra Associazione e dalla profonda conoscenza del nostro animo di alcolisti.

Il legato del Servizio, che tanto occupò e preoccupò Bob e Bill fino alla loro morte — poiché essi vollero prevedere tutto l'umano prevedibile e offrire la loro vita e le loro energie affinché A.A. non finisse, non si perdesse nel tempo e a causa degli uomini — è pervaso dalla tensione di progettare una A.A. che cresce, si estende, si fa conoscere per produrre vita là dove vi era morte, senza mai perdere di vista la sua peculiarità basata su principi spirituali, universali, senza tempo quindi.

Abbiamo “sentito la tensione” volta a fissare la nostra mente di alcolisti su di un percorso di equilibrio, di prudenza, di apertura mentale che implica in sé saggia valutazione collettiva delle cause e degli effetti di ogni nostra azione; ci siamo sentiti chiamati alla responsabilità.

Abbiamo anche riconosciuto

“Siamo giunti a credere che i Passi e le Tradizioni del recupero A.A. rappresentano delle verità approssimative, che ci sono necessarie per il nostro scopo particolare. Più le mettiamo in pratica e più ci piacciono. Perciò è quasi certo che i principi di A.A. continueranno a essere salvaguardati nella forma che hanno adesso”.

“L'intuizione” del futuro di un mondo che sarebbe cambiato, e in fretta, e ci avrebbe posto, noi, gli alcolisti, di fronte a pericoli, inganni, ostacoli, miraggi.

Riconosciamo, in quell'intuizione, molto del nostro oggi, ma anche l'immutabilità, nelle generazioni di noi che si sono susseguite, delle nostre emozioni, dei nostri difetti di carattere, dei nostri ego.

Poiché l'intuizione, prodotto di un'esperienza sofferta e “osservata”, prevedeva tutte le possibili nostre reazioni ai cambiamenti del mondo e ci indicava il percorso sicuro per procedere, nel mondo che cambiava, con la nostra sobrietà.

Crediamo di avere compreso che non sarebbe stata A.A. a doversi adattare ai cambiamenti del mondo, ma questi ultimi, semmai, avrebbero potuto essere buoni se fossero adeguati ad A.A.

Se i nostri principi basilari sono così solidamente fissati come lo è tutto questo, che rimane allora da cambiare o da migliorare?

La risposta si presenta subito alla nostra mente.

Mentre non abbiamo bisogno di cambiare le nostre verità, abbiamo senza dubbio la possibilità di migliorare la loro applicazione a noi stessi, ad A.A. nel suo insieme e al nostro rapporto con il mondo intorno a noi. Possiamo costantemente accrescere la pratica di “questi principi” in tutte le nostre attività”. GRAPEVINE - FEBBRAIO 1961

Ci siamo chiesti cosa volesse suggerirci la XII Tradizione nel profondo “L’anonimato è la base spirituale di tutte le nostre tradizioni, che sempre ci ricorda di porre i principi al di sopra delle singole persone”.

Ci veniva suggerita una fede assoluta nei principi spirituali di A.A., così assoluta da annullarci in essi.

Ci veniva proposto di rinunciare ad apparire per essere, di attrarre per qualcosa che pos-

sedevamo e non aveva nome né viso e tuttavia ci identificava, di diventare portatori di valori spirituali assoluti, e non di valori terreni temporanei e discutibili.

L’umiltà richiestaci dalla XII Tradizione avrebbe modellato un essere umano che, uscito dai confini del suo esiguo mondo, ingrandito artificialmente più e più volte del suo ego, avrebbe vissuto, operato, costruito per il mondo di tutti.

“Mossi dallo spirito di anonimato, ci sforziamo di rinunciare ai nostri desideri naturali per una distinzione personale come membri di A.A., sia fra i nostri compagni alcolisti che di fronte al pubblico in genere.

Nel momento in cui mettiamo da parte queste aspirazioni prettamente umane, siamo convinti che ciascuno di noi prende parte alla tessitura di un manto protettivo, che copre l’intera nostra società e sotto il quale noi possiamo crescere e lavorare in unità”. A. A. DIVENTA ADULTA

Ci restava il dubbio che questo principio avrebbe forse precluso la via alla V Tradizione: “Ogni gruppo non ha che un solo scopo primario: trasmettere il suo messaggio all’alcolici-

sta che soffre ancora”. Ma troviamo in A.A., anche stavolta, la risposta che ci rassicurò e ci portò a penetrare ancora più a fondo nel principio dell’anonimato:

... “La radio e la televisione ci pregarono di partecipare ai loro programmi. Cosa avremmo dovuto fare? Quando arrivò questa marea che offriva il massimo riconoscimento pubblico, ci rendemmo conto che un’opportunità del genere poteva rappresentare per noi un bene incalcolabile oppure un grande danno. Tutto sarebbe dipeso da come questa marea veniva incanalata. Noi semplicemente non potevamo permetterci di accettare che dei membri, autonominatisi, si presentassero davanti all’intero pubblico come dei messia rappresentanti A.A. L’istinto di propaganda, insito in noi, poteva diventare la nostra rovina. Se anche un solo membro si fosse presentato ubriaco davanti alla gente, oppure fosse stato tentato di usare il nome A.A. per scopi personali, il danno avrebbe potuto essere irreparabile. A questo livello (stampa, radio, cinema, televisione) l’anonimato — il 100% di anonimato — era la sola risposta possibile. In questo caso i principi dovevano venire prima delle singole persone, senza alcuna eccezione”. A.A. DIVENTA ADULTA

Ci colpì una storia raccontata in “A.A. Diventa Adulta” perché ci fece riflettere su di un’altra esperienza riportata da

Bill e su una frase in particolare “...talvolta il bene è nemico del meglio” (riferito all’episodio con Charlie nella II Tradizione):

“... Ecco ciò che faccio da quindici anni. Nel giro di un anno, dopo essere entrata in A.A., ho perso cinque chili, se ne sono andate le borse dagli occhi ed ho cominciato ad apparire come un essere umano. Il mio manager non riusciva a capacitarsi ma alla fine gli

ho raccontato cosa mi era successo. Allora mi ha chiesto: “Perché non lo dici al pubblico? Sarebbe una formidabile pubblicità sia per te che per A.A.” “Si gli ho risposto” lo so che all’inizio lo sarebbe. Molti lo hanno sperimentato. Ma io non lo farò: Alcolisti Anonimi ha un principio che si chiama anonimato; non sono permesse grandi risonanze pubbliche. Sappiamo che A.A. non può essere diretta come uno spettacolo, non importa quali possono essere i benefici immediati. A.A. ha salvato la mia vita e la mia carriera perciò il benessere futuro di Alcolisti Anonimi è per me più importante di qualsiasi pubblicità che potrei avere come membro di A.A.

Poi aggiunse tristemente: “Sai Bill, vedo spesso degli ubriachi fra il mio pubblico e mi chiedo come potrei aiutarli. Se solo potessi dire loro dal palcoscenico che sono in A.A. ... ma ciò sarebbe solo un successo temporaneo, vero? A lungo andare saremmo tutti rovinati, se tutti ci comportassimo così. Guardai questa signora del Texas ed ero contento, molto contento”. A.A. DIVENTA ADULTA

Noi abbiamo condotto una lunga riflessione e continueremo a riflettere poiché la nostra coscienza, che sta penetrando il principio dell’anonimato, dovrà servire gli alcolisti che verranno.

A.A. ci ha aiutati a smettere di bere con la sua esperienza, attraverso la sua esperienza ci ha aiutati a restare sobri: noi crediamo che l’esperienza di A.A. possa guidarci nel tempo che passa: poiché nessun uomo è uguale ad un altro e nessun giorno ad un altro, ma solo i principi dello spirito restano uguali, sappiamo di poter solo scegliere.

Adattiamo gli uomini e i giorni ai principi: il particolare si permeerà di universale, il temporaneo di eterno. O adattiamo i principi agli uomini e ai giorni, o l’universale sparirà. Tornerà, intatta, la limitatezza ribelle.

Noi abbiamo creduto in questa A.A. Noi abbiamo visto crescere questa A.A. Noi desideriamo per noi stessi questa A.A. Noi desideriamo trasmettere questa A.A.

È nostra gratitudine chiudere queste note con un pensiero di Bill sulle Tradizioni e sulla XII in particolare.

“... All’inizio obbedivo perché dovevo; avrei distrutto la mia reputazione in A.A. se non lo avessi fatto. Dopo cominciai ad obbedire perché mi resi conto che le Tradizioni erano sagge e giuste... Ciò fu particolarmente vero per l’anonimato. Oggi spero di essere giunto ad un punto della mia vita di A.A. in cui posso obbedire perché lo voglio veramente, perché voglio davvero le Tradizioni per me stesso come pure per A.A. nel suo insieme. Perciò ognuna delle nostre Dodici Tradizioni è veramente un’espressione dello sgonfiamento che ciascuno di noi deve fare, della rinuncia che tutti noi dobbiamo fare, allo scopo di vivere e di lavorare insieme”. A.A. DIVENTA ADULTA

Da “Come la vede Bill”:

“Occorre fare una netta distinzione tra semplicità spirituale e semplicità funzionale.

Quando diciamo che A.A. non appoggia alcuna asserzione teologica tranne quella di Dio, come noi Lo concepiamo, semplifichiamo molto la vita di A.A. con l’evitare conflitti ed esclusioni.

Ma quando entriamo in questioni d’azione per gruppi, aree e A.A. nel suo insieme, constatiamo che in qualche misura dobbiamo organizzarci per portare il messaggio, altrimenti siamo di fronte al caos. E il caos non è semplicità”. LETTERA 1966

“Ho imparato che i benefici temporanei o apparenti possono spesso essere i nemici mortali del permanente. Quando ci si riferisce alla sopravvivenza di A.A. niente sarà un bene sufficiente, fuorché il nostro autentico meglio”. A.A. DIVENTA ADULTA

“La vita di ogni A.A. e di ogni gruppo è costruita sui nostri Dodici Passi e Dodici Tradizioni. Noi sappiamo che la punizione per una grave disubbidienza a questi principi è la morte per l’individuo e la disintegrazione per il gruppo. Ma una forza ancora più grande per l’unità di A.A. è il nostro irrefrenabile amore verso i membri

nostri compagni e verso i nostri principi.

Secondo me, non c'è da fare la benché minima obiezione a quei gruppi che desiderano restare anonimi, o a quelle persone che ritengono di non gradire affatto che sia nota la loro appartenenza ad A.A. Quello è affar loro, e questa è una reazione molto naturale.

Ciò nondimeno, la maggior parte delle persone ritiene che un anonimato a così alto grado non è necessario, o anche desiderabile. Una volta che si è completamente sobri e sicuri di questo, sembra che non vi sia alcuna ragione per evitare di parlare della nostra appartenenza ad A.A. nei posti giusti. Ciò ha la tendenza a condurvi altre persone. Il parlare a voce è uno dei nostri più importanti canali d'informazione.

Perciò non dovremmo criticare le persone che desiderano restare zitte, e neppure le persone che desiderano parlare troppo della loro appartenenza ad A.A., purché non lo facciano a livello pubblico e così non compromettano la nostra Associazione nel suo insieme".
LETTERA 1962

“Quando i gruppi A.A. si sono moltiplicati, così si sono moltiplicati i problemi di anonimato. Entusiasti per lo spettacolare recupero di un fratello alcolista, ci trovavamo a volte a discutere quegli aspetti intimi e strazianti del suo caso destinati alle sole orecchie del suo sponsor. La vittima offesa doveva allora dichiarare giustamente che la sua fiducia era stata tradita. Quando tali storie cominciarono a circolare fuori di A.A., la perdita di fiducia nella nostra promessa di anonimato fu pesante. Di frequente allontanò da noi le persone. Chiaramente, il nome, e anche le storie, di ogni membro di A.A., doveva rimanere segreta, se egli lo desiderava”.
DODICI PASSI E DODICI TRADIZIONI

“Ora ci rendiamo conto pienamente che il cento per cento di anonimato personale nei confronti del pubblico è essenziale alla vita di A.A. proprio come il cento per cento di sobrietà lo è per la vita

di ciascun membro e di tutti i membri. Questo non è il consiglio della paura; è la voce prudente di una lunga esperienza". A.A. DIVENTA ADULTA

“Nulla conta tanto per il benessere futuro di A.A. quanto il modo in cui usiamo il colosso della comunicazione moderna. Se usato in modo disinteressato e attento, può produrre dei risultati che superano la nostra attuale immaginazione. Se usassimo male questo grande meccanismo, verremmo frantumati dalle manifestazioni dell’ego dei nostri stessi membri. Contro questo pericolo, l’anonimato dei membri A.A. di fronte al pubblico in generale è il nostro scudo e la nostra protezione”. GRAPEVINE, - NOVEMBRE 1960

“Pochi di noi sono anonimi per quel che riguarda i nostri contatti quotidiani. Abbiamo rinunciato all’anonimato a questo livello, perché pensiamo che i nostri amici e colleghi dovrebbero sapere di A.A. e di quel che ha fatto per noi. Inoltre, desideriamo perdere la paura di ammettere che siamo degli alcolisti. Anche se chiediamo con convinzione ai cronisti dei giornali di non rivelare la nostra identità, sovente parliamo in riunioni semipubbliche. Desideriamo convincere l’uditorio che il nostro alcolismo è una malattia, della quale non abbiamo più paura di parlarne davanti a nessuno. Se, però ci avventuriamo oltre questo limite, perderemo sicuramente il principio dell’anonimato per sempre. Se ogni A.A. si sentisse libero di rendere pubblico il suo nome, la sua fotografia e la sua storia, ci troveremo ben presto lanciati in una vasta orgia di pubblicità personale”. GRAPEVINE, - GENNAIO 1946

“Mentre la cosiddetta riunione pubblica è contestata da molti membri di A.A., io personalmente la sostengo, ma a patto che l’anonimato venga rispettato nei servizi della stampa e che noi non chiediamo nulla per noi stessi, eccetto la comprensione”. LETTERA, 1949

“Noi alcolisti siamo i più grandi razionalizzatori del mondo. Forti della scusa che stiamo facendo grandi cose per A.A., possiamo, col rompere l’anonimato, riprendere la nostra vecchia e disastrosa ricerca di potere e prestigio personali, di pubblici onori, e di denaro, gli stessi implacabili stimoli che, quando venivano frustrati, un tempo ci spinsero a bere.

Il dr. Bob era essenzialmente una persona molto più umile di me e l’anonimato gli riusciva piuttosto facile. Quando fu accertato che egli era afflitto da un male che lo avrebbe portato alla tomba, alcuni dei suoi amici suggerirono che si sarebbe dovuto erigere un monumento in onore di lui e di sua moglie, Anne — un monumento appropriato a un fondatore e alla sua signora —. Parlandomi di questo, il dr. Bob, ridacchiando apertamente, disse: *“Dio li benedica. Sono animati da buoni sentimenti. Ma facciamoci seppellire, tu ed io, come tutta l’altra gente!”*. Nel cimitero di Akron dove riposano il dr. Bob e Anne, la semplice lapide non dice una sola parola su A.A. Questo esempio finale di oblio personale ha per A.A. un valore più permanente di qualsiasi gran monumento”. A.A. DIVENTA ADULTA

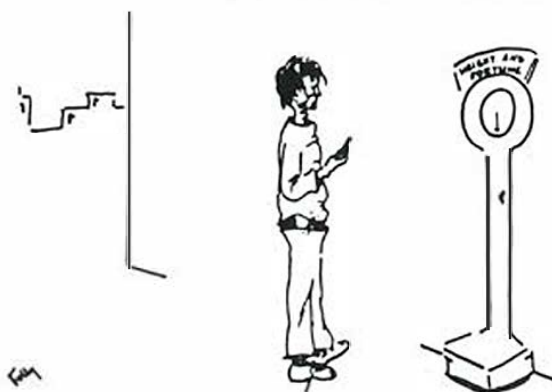
“Degli A.A., importanti nella società a volte dicono: “Se dico pubblicamente che io sono in Alcolisti Anonimi, ciò allora ve ne condurrà molti altri”. In questo modo essi esprimono la convinzione che la nostra Tradizione di anonimato è sbagliata — almeno per loro.

Dimenticano che, durante il tempo del loro bere, il prestigio e il conseguimento di ambizioni materiali erano i loro scopi principali. Non si rendono conto che, col rompere il loro anonimato, stanno inconsciamente rincorrendo quelle vecchie e pericolose illusioni una volta di più. Dimenticano che mantenere l’anonimato spesso significa sacrificare il proprio desiderio di potere, prestigio e denaro. Non considerano che, se queste gare diventassero generali in A.A., tutto il corso della nostra storia sarebbe cambiato; che avremmo sparso

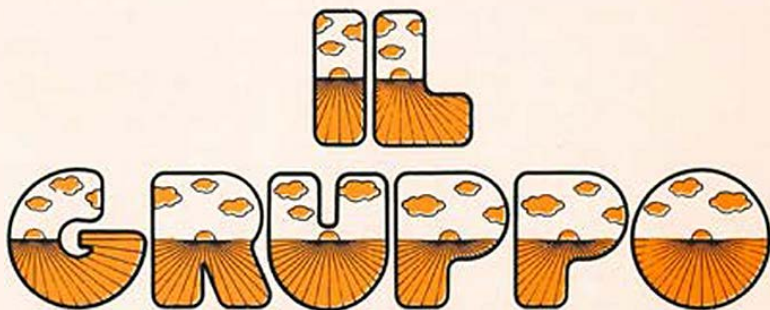
i semi della nostra stessa distruzione come associazione.

Tuttavia posso dire con gioia che sebbene molti di noi siano tentati — e io sono stato uno di loro — pochi di noi in America rompono il loro anonimato a livello pubblico dei mass-media”.
LETTERA, 1958

“Io credo che l’intuizione sia la capacità di fare delle buone valutazioni, sia per l’immediato futuro che per il più lontano. Qualcuno potrebbe avere la sensazione che questo tipo di sforzo sia un’eresia contro il nostro “Un giorno alla volta”. Ma tale prezioso principio si riferisce in realtà alle nostre vite mentali ed emotive e intende principalmente che noi non stiamo scioccamente affliggendoci sul passato, né che con intenso desiderio stiamo facendo castelli in aria per il futuro. Come individui e come associazione, soffriremo certamente se affidiamo l’intero lavoro di fare progetti per il futuro a una fatua idea di provvidenza. La reale provvidenza di Dio ha dotato noi esseri umani di una considerevole capacità di preveggenza e ovviamente Egli si aspetta che noi la usiamo. Naturalmente, noi spesso faremo, per quel che riguarda il futuro, dei calcoli totalmente o in parte sbagliati, ma ciò è sempre meglio che rifiutarsi del tutto di pensare”. DODICI CONCETTI



*Sei alto 1 metro
e settanta e pesi 58 kg.
È perché bevi troppo
e non mangi.*



è un mistero come possa esistere una simile oasi in un mondo talmente tormentato... qui io, e tanti altri come me, troviamo pace e speranza e Dio sa quanto se ne abbia bisogno...

Il Gruppo diviene la nuova famiglia per un alcolista: la varietà dei suoi componenti con le loro differenti caratteristiche e la malattia che li accomuna non lo fa più sentire "diverso". In Gruppo, l'alcolista viene circondato dalla solidarietà, dall'amore che scaturisce dalla comune sofferenza. Impoverito di ogni risorsa dalla malattia egli ora può attingere alla fonte dell'esperienza degli altri che già da qualche tempo avanzano nel recupero e, in particolar modo, gli viene data la possibilità di entrare in confidenza con se stesso, con gli altri e con Dio. Il suo

debole desiderio di sopravvivenza viene fatto proprio da tutto il Gruppo che fa sforzi enormi per alimentarlo e farlo crescere.

Il dolore che ogni nuovo arrivato porta con sé e scarica tra le pareti del Gruppo risveglia la reazione di ognuno. Egli viene spogliato dei panni sporchi della diffidenza, che sempre ha soffocato la sua vita...

L'alcolista che sempre ha dato o preteso eccessivamente, qui non deve rispondere di nulla, non deve adeguarsi a niente se non per propria scelta... qui gusta quella libertà che tanto inseguiva e che tanto lo spaventava... la sua anima, che è di gran lunga più malata del suo corpo, può rivelarsi, ritrovare coscienza perché in questa stanza la spiritualità è di casa.

Anonimo

momenti

Io sono Luciana e sono un'alcolista marchigiana, non bevo da nove anni e nove mesi; debbo mandare la fotocopia del versamento fatto per l'abbonamento di *Insieme* e voglio approfittare dell'occasione per fare una piccola considerazione. Stavo venendo qui al Gruppo pensando alle cose fatte e da fare in questa mia giornata. Ora sono le 19 e la mia giornata è iniziata alle 7, una giornata piena di impegni che mi fanno sentire viva; non vorrei sembrare retorica, però riconosco ora, e lo farò sempre, che se oggi sono così è perché ho conosciuto Alcolisti Anonimi. La gratitudine è immensa.

In questo preciso momento ho posato la penna per fare gli auguri al nostro amico L. di cui oggi si festeggia il quarto anno di sobrietà. Auguri da noi tutti, caro amico.

È un momento molto bello, io sto scrivendo e A., un altro ca-

rissimo amico, sta tenendo la riunione. Lui ha avuto un momento difficile però non ha bevuto ed ora sta qui con noi. Ha ritrovato la voglia di lottare e siamo felici per lui. C'è anche R. il più giovane in sobrietà; lo siamo andati a trovare quando era ricoverato ed ora è qui con noi: auguri di cuore anche a te.

Questo è il momento che vivo ora. Ho voluto fare partecipi tutti gli amici lettori, perché questa riunione è la riunione di tutti gli A.A.

Forse ho fatto un po' di confusione, ma il mio è solo un modo per testimoniare a chi ci legge un po' della nostra serenità e voglia di vivere.

Proprio ora una nostra amica che è in Svizzera per le ferie ha telefonato per fare gli auguri a L. e a noi tutti. Finisco così con questa meravigliosa realtà di amore verso A.A.

Auguri a tutti.

L. - Marche

alcolista per amore



Mi chiamo Paolo e ho 32 anni, ultimo figlio e unico maschio dopo due sorelle più grandi di dodici e otto anni.

Mia madre è sempre stata impegnata nella conduzione di un'edicola di giornali, mio padre ha lavorato come tipografo presso varie testate. Sono sempre vissuto nel centro storico della mia città e sono cresciuto nelle osterie e nei "vini e oli" seguendo mio padre che come

molti altri alcolisti passava il tempo davanti al bicchiere.

Già da piccolino imitavo papà nel bere aranciata come fosse vino, ed ero felice perché incosciente della tragedia che il bicchiere nascondeva. Dentro casa invece regnava la discordia, uno stato perenne di tensione, di litigi, di continue ininterrotte scenate fra i miei genitori.

La mia è sempre stata una famiglia divisa, le donne da una

parte e gli uomini dall'altra. Mi accorsi che una cara e protettrice solitudine mi rinfrancava da quello stato di tensione così logorante, e col passare del tempo essa divenne un abito. Poi a tredici anni rimasi vittima di un trauma terribile. Malauguratamente assistetti ad una scena raccapricciante vedendo mio nonno cadavere in un lago di sangue dopo essersi reciso la gola con un coltello. Questo episodio determinante sconvolse la mia mente tanto è che regredii. Ero abituato ad essere considerato il primo della classe e di colpo mi ritrovai a non poter seguire le lezioni, erano diventate troppo difficili per me. I miei compagni mi deridevano dicendo che ero diventato cretino ed io che avevo rimosso e completamente annullato il trauma ero incapace di comprendere la situazione. Poi con il liceo, il motorino, sperimentai la libertà e vissi la mia prima esperienza amorosa dalla quale uscii con le ossa rotte. A scuola fallivo, nella vita ricevevo solo critiche e mortificazioni. L'unica persona che mi concedeva respiro e comprensione era mio padre che

per me era un vero e proprio idolo. Lo vedevo bello, grintoso, furbo, intraprendente, insomma tutto quello che io non ho mai saputo essere.

In questo frangente, inevitabilmente, inesorabilmente incontro il più grande amore della mia vita: l'alcol. Nell'alcol trovai tutte le energie per combattere una vita crudele e me ne andai da casa convinto di essere in condizione di affrontare qualsiasi circostanza. E avevo solo sedici anni! Me ne andai all'estero. Facevo il lavapiatti e vivevo in una piccola pensione. Ancora oggi ho il ricordo "felice" di una autonomia dove il massimo della gioia consisteva nell'ingerire birra.

Tornato in Italia avevo già tutti i connotati dell'alcolista: bevevo tutti i giorni, avevo tutta la giornata programmata in funzione dell'alcol. A scuola venivo sospeso per mesi, in famiglia mia madre era solo capace di sgridarmi, le mie sorelle sposate erano ormai fuori di casa, come al solito l'unico punto di riferimento, l'unica persona che mi "capisse" era mio padre. Finii gli studi presso Istituti privati

e mi fidanzai con una ragazza che divenne la mia vittima preferita. Con il mio alcolismo la esasperai, scaricai su di lei tutto il rancore che serbavo della mia prima relazione e le provocai un esaurimento nervoso con conseguenze pesanti. Finiti gli studi e questa relazione, mi rifugiai sempre più nella bottiglia cominciando ad avere le prime avvisaglie di uno stato di alcolismo avanzato. Depressioni, dolori, difficoltà cardiache e un permanente mal di testa che andava via solo bevendo. La mia vita divenne sempre più disordinata, amici da bar, giochi di carte, scacchi, amore a pagamento, stadio, cavalli e roba del genere. Recitai quella parte veramente bene pur sapendo dentro di me che non era quello il mio vero io.

A ventidue anni feci il servizio militare in Friuli, una vera pacchia per gli alcolisti. Con un clima come quello friulano ho potuto bere di tutto; dalle grappe ai prodotti di laboratorio di alcol chimico. Mentre mi ero sistemato e programmato tutta la giornata in funzione dell'alcol fui raggiunto da una notizia

sconvolgente. Mio padre era morto in seguito ad un attacco cardiaco e da quel momento il corso della mia vita ebbe una svolta.

Iniziava per me il periodo più drammatico che sarebbe culminato nel raggiungimento del fondo. Subito mi sentii privato di tante forze fisiche, non ero preparato ad un evento del genere, non ne avevo mai valutato l'importanza, non credevo potesse capitare a me. Non volevo pensare, non potevo sottostare a quel pensiero fisso e allora speravo che l'alcol mi sottraesse da quel dolore agghiacciante. Volevo illudermi che fosse così, invece il bere amplificava ancor più il dolore e da questo alla disperazione, al non capire il senso della vita e vivere così nel buio totale, il passo è stato breve.

In questo periodo di depressione che durò tre anni non avevo più freno da porre ad una decadenza fisica e morale che avrebbe dovuto finire con una morte liberatoria, perché ormai avevo in odio la vita. Sentimenti di rabbia accompagnavano giornate sempre più grigie e affogan-

do in una autocommiserazione senza limiti, degradavo sempre più nella figura di un barbone. La mia giornata era divenuta sempre quella; lavoravo all'edicola il mattino presto, scappando ogni tanto al bar, poi una volta finito mi trinceravo dentro casa passando ore davanti al televisore e bevendo con l'intento di fuggire dai pensieri. Il pomeriggio, dopo aver dormito, tornavo al lavoro per poche ore e poi ricominciavo a bere subito dopo aver chiuso l'edicola.

Con il passare dei mesi non riuscivo più a controllare l'alcol. Avevo sempre maggiore urgenza di bere e ormai, quando vedevano me, i clienti non si avvicinavano all'edicola.

Mia madre continuava a tempestarmi di critiche. Alla fine non sopportai oltre queste critiche e non andai più al lavoro. Feci in maniera di non incontrare mia madre, andando a dormire in una casa diroccata. Il mio barbonaggio era ormai completo e riuscito e io mi divertivo del fatto di averlo realizzato. Mi illudevo di non essere più condizionato dalla vita, dalla responsabilità, mentre ero

completamente schiavo dell'alcol e del tabacco e di altre dipendenze. Queste potenziavano il senso di angoscia che era ormai divenuto per me un abito mentale eccetto quei pochi momenti in cui i primi due biccherini mi concedevano un po' di tregua.

Un giorno incontrai una barbona dalla faccia deturpata e dopo aver fatto "il pieno" ci accoppiammo completamente incoscienti e trasfigurati dall'alcol. Dopo ciò che accadde fui preso da una frustrazione così feroce che mi strappai due denti incisivi inferiori che da tempo ballavano e questo fu il mio fondo. Dopo quella circostanza non commisi più atti così deliranti, ma continuai a bere nell'attesa che il mio destino si compisse.

Passò altro tempo, tornai al lavoro sempre apatico e insofferente e iniziò il periodo dell'astinenza. Stavo anche più di un mese senza bere, ma poi inesorabilmente ricadevo con delle conseguenze disastrose. Incontrai e mi innamorai di una ragazza che molto fece per ridarmi fiducia nella vita. Esteriormente mi ripresi con delle cure. In-

teriormente l'ossessione alcolica mi lacerava. Non ero mai me stesso. Ma continuai a illudermi di poter vivere un'esistenza normale. E invece no, l'alcol subito dopo mi riportò nella stessa situazione emotiva di sempre e persi anche questa ragazza che invano aveva lottato contro un nemico inesorabile: l'egoismo dell'alcolista. Sensi di colpa, rimorsi, insomma la storia di sempre. Mi decisi ad andare dal dottore per prendere delle pillole contro il mal di fegato e questo signore con il massimo tatto mi fece presente che avevo bisogno di Alcolisti Anonimi; la mia reazione fu spropositata perché avevo dedicato la mia vita all'alcol e non sopportavo l'idea di essere considerato un alcolizzato.

Però mi aveva messo la pulce nell'orecchio, e dopo un pò di mesi, notando che non potevo smettere di soffrire, mi decisi a curiosare cosa fossero questi enigmatici Alcolisti Anonimi. Dopo dodici anni di sofferenze penose con punte estreme di delirio e frangenti di pazzia venni a scoprire che io non ero maledetto, incapace, un fallito, un disgraziato, un problema vivente

bensì ero solo un malato. L'alcolismo non era un vizio ma una malattia. All'improvviso ottenni tutte le risposte che veramente avevo cercato per anni; compresi per intero tutta la problematica inerente all'alcol e il perché di tante sofferenze.

Mi riscontro in ogni testimonianza, ero felice perché adoravo quelle persone che, uniche, mi potevano comprendere. Ma soprattutto per la prima volta in vita mia ero veramente intenzionato a non bere; era finalmente il divorzio liberatorio dall'inferno ed io l'inferno l'ho conosciuto veramente. Facendo il Programma e frequentando il Gruppo con gioia infinita, la mia vita ritornò felice come non mai, ero depositario di un segreto così sconvolgente quanto paradossale di come mantenermi sereno e sobrio: evitare il primo bicchiere! Questa crudeltà sofisticata e diabolica che è l'alcolismo si può fermare con l'unica energia esistente della quale si alimenta lo spirito e per la quale è giusto lottare nella vita: l'amore.

L'amore degli Alcolisti Anonimi.

P. - Lazio



NESSUNA TROMBA SUONÒ

Settimane e mesi erano passati in A.A. e ancora mi tormentava il problema del "risveglio spirituale".

Dovettero passare cinque o sei anni di vita in A.A. prima di capire che veramente avevo avuto un risveglio spirituale molto tempo prima di rendermene conto, solo che non lo avevo riconosciuto come tale.

Sono nato ed educato in una famiglia strettamente religiosa, nel vero senso della parola, come si usava cinquanta e passa anni fa. Avevo la Bibbia, la scuola domenicale, riunioni di preghiera, le prove del coro e

tutto il resto sparatomi da ogni angolo tutto il tempo.

Al momento di finire il liceo avevo una confusione di idee nella testa sulla religione e su Dio, e nessuna di queste idee era particolarmente buona o attraente.

Dio per me era un uomo grosso con la barba lunga e bianca che alternava fra l'essere una figura paterna, un tipo gentile ed un tiranno malvagio che condannava la gente a friggere nell'Inferno per l'eternità. E non mi piaceva.

Quando qualcuno parlava di cose spirituali, non immaginavo

altro che qualcosa connesso a questo Dio e al Suo Cielo che, sembrava, era popolato di folle di angeli vestiti di bianco, che passavano tutto il loro tempo volando nell'aria e suonando l'arpa.

Non ero mai arrivato a pensare che ci potesse essere un altro significato da dare alla parola "spirituale" oltre a quello che avevo dato io.

Naturalmente — e qui devo essere sincero — non avevo mai pensato a lungo a tali faccende. Avevo cominciato la mia carriera alcolica quando avevo appena diciassette anni e, se mi ricordo bene, avevo poco tempo, desiderio od occasione di meditare profondamente su alcune delle astratte sfaccettature della vita mentre bevevo.

Nel cercare di guadagnarli la vita, più quella di distillatori e baristi, ero assai occupato senza dover confondermi con un mucchio di meditazioni su faccende "spirituali".

Quando prestavo attenzione a tali faccende, presumevo che se un tizio ha un risveglio spirituale, lo può avere solo con un gruppo di angeli che scendono

dal Cielo, suonando le arpe e trombe e urlando così forte da penetrare questo duro cranio: "Abbiamo un messaggio spirituale per te". Questo è probabilmente un po' esagerato, ma vi da l'idea generale.

Beh, naturalmente non ebbi mai quel tipo di risveglio spirituale e, infatti non l'ho più avuto dopo tutti questi mesi di sobrietà. Difatti, non lo aspettavo e non lo voglio.

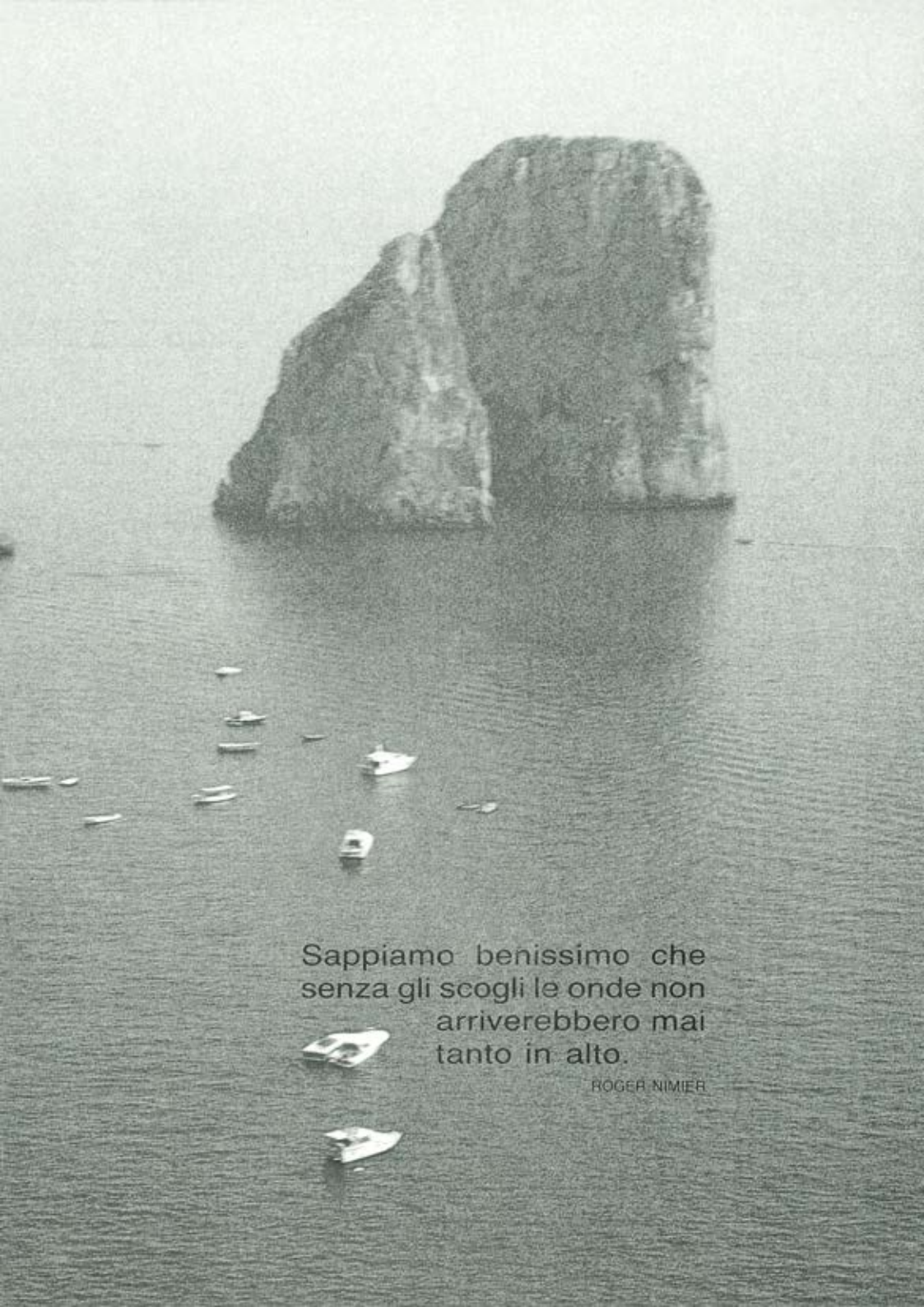
Quello che so è che ho avuto un risveglio spirituale e che l'avevo avuto almeno un mese prima che i miei sponsor mi trovassero nel carcere dove scontavo una sentenza di quattro mesi.

Ecco quello che è successo. Avevo cominciato a scontare i quattro mesi il 15 agosto; cioè sarei stato libero il 15 dicembre. Quando sono entrato ero vestito discretamente con un paio di pantaloni bianchi (ma sporchi), una camicia bianca (ancor più sporca), nessun cappello, nessun cappotto e nient'altro, eccetto un paio di calzini e un paio di scarpe sfondate.

Niente male come vestiario per agosto (a parte lo sporco)







Sappiamo benissimo che
senza gli scogli le onde non
arriverebbero mai
tanto in alto.

ROGER NIMIER

ma per l'uscita a dicembre? In Iowa, i venti sono decisamente poco dolci.

Non era la prima volta che ero stato in tali condizioni, né la quinta, né la decima. (Ma era, grazie a Dio, l'ultima).

Ero sdraiato sul lettino nella mia cella un pomeriggio di novembre calcolando modi e mezzi. Nevicava fuori, e amici miei, faceva freddo!

Avevo parlato con lo sceriffo un paio di giorni prima, il quale mi aveva trovato un lavoretto in una bettola a pochi passi dal carcere. Avrei guadagnato 8 dollari la settimana piú vitto e alloggio.

Fin qui va bene, ma mi domandavo se ero in grado di correre abbastanza velocemente la distanza fra il carcere e la bettola senza congelarmi. Decisi che era un rischio che avrei dovuto correre.

Continuavo su questo binario. Avevo calcolato esattamente quante settimane avrei lavato piatti e pentole prima di poter arrivare ad acquistarmi un vestito decente e possedere un gruzoletto per poter partire.

Mia moglie e i bambini erano

in una città vicina, ma ero benvenuto lì quanto una puzza ad una festa. In piú la legge era severa in quella città e quello non era posto per il sottoscritto.

Quindi avevo scelto Kansas City come obiettivo per il giorno in cui il guardaroba e lo stato economico avrebbero permesso uno spostamento. Mi ero perfino informato sul prezzo del biglietto per il pullman a Kansas City.

E così sognavo da solo...

“Allora, verso il 1° aprile lascerò questa città e questo Stato e comincerò una nuova vita a Kansas City. Arriverò con 15 o 20 dollari almeno. Prenderò in affitto una stanza carina pagando una settimana in anticipo, mi laverò e andrò a cercare un lavoro”.

Ad un tratto un campanello mi risuonò nella testa. Dov'è che ho già sentito queste parole?

Poi il risveglio, in un grande lampo eclatante: “Ma come” — mi sono detto piano — “idiota, hai appena fatto esattamente la stessa cosa. Lavori come un cane, riassumi un aspetto pulito e presentabile, vai in un altro posto. Lo farai anche, eccetto una

cosa. Dopo che hai preso la stanza e ti sei pulito, andrai alla prima taverna che puoi trovare e ti ordinerai da bere. Prima dell'indomani (probabilmente molto prima) starai senza soldi di nuovo e ti sentirai così male che non avrai tempo di cercare un lavoro. Dovrai elemosinare per bere e tutto il resto, e alla fine della settimana sarai in carcere o sotto i ponti”.

Ecco.

Questo è il risveglio spirituale.

Per la prima volta in cinquantasette anni mi resi conto che tutti i miei guai erano dovuti all'alcol.

Nel realizzare questo mi venne in mente il necessario corollario: se volevo evitare la vita

da barbone avrei dovuto smettere di bere. Non per un periodo, ma per sempre.

Così quando Ed e Ralph sono passati da me nel carcere un po' di giorni dopo ero un candidato facile. Sapevo quello che dovevo fare e loro mi hanno spiegato come farlo.

Nessuno mi può convincere adesso che Dio nella sua infinita saggezza e gentilezza non mi abbia mandato quel messaggio spirituale. Naturalmente me l'ha mandato a modo suo senza il beneficio di un coro celestiale o altri effetti speciali, ma ha trasmesso bene il suo messaggio.

Grazie Dio.

P.C. - Alton, Ill.

da The Best of Grapevine

Volendosi bene

Molte persone passano la vita commettendo un suicidio parziale: distruggendo, cioè, il loro talento, le loro energie e doti creative. Imparare a fare del bene a se stessi è più difficile che imparare a farlo agli altri.

JOSHUA LOTH LIEBMAN



Ridiamo un po'?!

Giuseppe, sobrio da qualche mese, incontra in un bar, dove era entrato per prendere un caffè, un vecchio compagno di sbronze, lo sguardo spento dentro un bicchiere ora vuoto. Giuseppe saluta l'amico:

- Ciao Mario, come va?
- Si sopravvive.
- Vai sempre a grappa?
- Certo. I miei problemi voglio vederli affogare. Bevi con me?
- No, grazie. A me non serve più.
- Ah, bene. Non hai più problemi?
- No. È che i miei hanno imparato a nuotare!

A.A. È NATA QUANDO...

di *Lois Wilson*

È difficile dire esattamente quando Alcolisti Anonimi è iniziata. Potrebbe essere stato quando un amico è venuto a trovare mio marito, o forse nel momento dell'esperienza spirituale di Bill. La maggior parte degli A.A. credono che è stato sei mesi dopo, quando conobbe il dr. Bob ad Akron e, insieme, hanno cominciato ad aiutare altri alcolisti che volevano smettere con la loro dipendenza.

Per me, però, è stato il giorno in cui per la prima volta vidi l'espressione liberata sul volto di mio marito. Eravamo sposati da 17 anni ed eravamo compatibili

e socievoli. I nostri interessi erano simili e l'uno desiderava e lavorava per il benessere dell'altro. L'unico, ma considerevole blocco alla nostra felicità era il bere incontrollato di Bill. Nei primi anni diceva di poter smettere quando voleva e pensavo di poter rendere presto la sua vita così completa che chiaramente avrebbe voluto smettere subito e completamente. Molto tempo dopo, quando veramente lo desiderava, non poteva e tutti e due siamo divenuti confusi e frustrati. Stranamente, in altre faccende era stato una persona di forte volon-

tà, ma questa volontà sembrava sciogliersi quando si trattava di alcol. Nel suo rimorso e delusione era una figura tragica e straziante. Anch'io mi sentivo una fallita perché nonostante ogni tentativo non ero stata capace di aiutarlo nel passato e neanche potevo aiutarlo nella sua lotta finale per la libertà.

Oggi posso parlare e scrivere di questi particolari intimi della nostra vita vissuta insieme. Mentre Bill beveva non osavo parlare con la mia famiglia e cercavo di nascondere il fatto del suo alcolismo in ogni modo possibile. Ora che ho imparato che Bill era un uomo molto malato, quel terribile senso di vergogna mi ha lasciato. Ho anche imparato quanto il parlare di queste esperienze può aiutare coloro che stanno soffrendo esperienze simili.

Dopo 15 anni in A.A. i tempi difficili sono così lontani e offuscati nella memoria, così diversi dall'attuale stile di vita mia e di Bill, che sembra l'esperienza di un'altra persona.

Dopo che Bill lasciò l'ospedale per l'ultima volta, cominciai a pensare alle migliaia di alcolisti

che avrebbero voluto liberarsi della loro malattia. Se si fossero sentiti abbastanza disperati, potrebbero provare il senso di liberazione proprio come lui. Potrebbe dimostrare che, come afferma giustamente la medicina, l'alcolismo è senza speranza.

Così instancabilmente lavoravamo, giorno e notte. La nostra casa era sempre piena di alcolizzati in vari stadi di sobrietà. Cinque addirittura vivevano con noi stabilmente. Però nessuno di loro rimase sobrio per molto tempo. Loro cominciarono un lungo processo di prova ed errore; alcune idee venivano accettate, ma tante erano rifiutate.

Era in maggio quando Bill andò ad Akron, in un viaggio di affari. L'avventura fallì. Infine contattò il dr. Bob, un medico di Akron, destinato presto a divenire il co-fondatore di Alcolisti Anonimi. Anche Bob voleva prima di tutto smettere di bere. Lui e sua moglie, Anne, avevano fatto di tutto.

Qualcosa passò fra questi due uomini. C'era qualcosa in comune questa volta. Attraverso l'esempio mostrarono come fun-

zionava. Così A.A. si è sparsa a catena.

Bill aveva imparato un bel po'. All'inizio aveva cercato di mettere ogni alcolizzato che incontrava davanti ad un'esperienza spirituale, proprio come la sua. Come A.A. cresceva, si rendeva conto che ciò che gli era successo in pochi minuti drammatici, di solito succede ad altri in mesi o anni. Talvolta l'alcolista non si rende neanche conto del proprio sviluppo, ma le sue parole ed azioni presto parlano per lui perché ora sta facendo ciò che non era in grado di fare prima. Sta rimanendo sobrio e sta aiutando gli altri come mai prima. Sta acquistando una serenità, una gioia di vivere.

Guardando Bill ed altri uomini alle riunioni, notai che tanti erano cresciuti a balzelloni. Questo m'ha fatta guardare dentro me stessa. Mi era stata data una sana educazione religiosa e sentivo che avevo fatto per Bill tutto ciò che una brava moglie poteva fare, ma questo era in un certo senso misto con un senso di fallimento. All'inizio non mi rendevo conto che anch'io avevo bisogno di uno sviluppo spi-

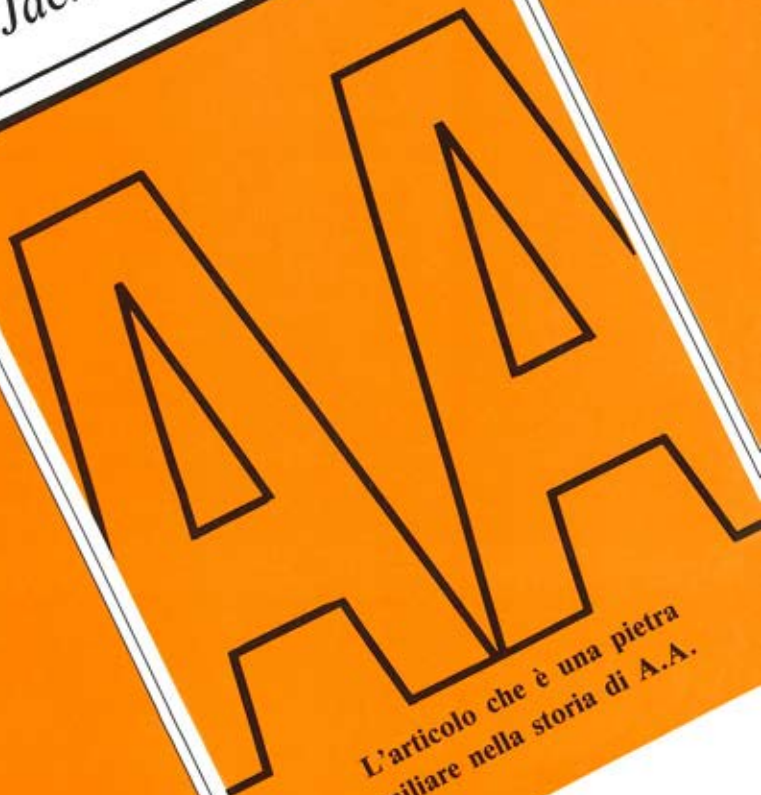
rituale. Non realizzavo che vivendo una vita talmente anormale potrei essere divenuta stolta, perdendo il senso dei veri valori. Dopo un po' vedevo che sarei rimasta indietro a meno che non ne approfittavo anch'io. Il Programma A.A., trovavo, potrebbe essere di aiuto anche al non alcolista, un fatto che migliaia di amici e parenti applicano ora alle loro vite.

Quei tempi di Clinton Street sono colmi di ricordi. Alcuni sono divertenti, altri tragici. Ma la maggior parte portano un raggio di speranza e coraggio, di amicizia e rinascita. Perché la fratellanza in A.A. è unica. Legami si creano da un giorno all'altro. Altrove ci vorrebbero anni. Nessuno ha bisogno di una falsa facciata. Tutte le barriere sono abbassate. Alcuni che si sono sentiti emarginati per tutta la vita ora sanno che appartengono. Dal sentirsi trascinare un grande peso attraverso la vita, ora si sentono liberi. Perché ora possono essere di un aiuto enorme e speciale a coloro che hanno un urgente bisogno come loro.

da *The Best of Grapevine*

Il messaggio di A.A.
trasmesso
da un non-alcolista
nei nostri primi anni
di vita

L'articolo su A.A.
di Jack Alexander



L'articolo che è una pietra
miliare nella storia di A.A.

FIDUCIA NELLE COSE SEMPLICI

Mi chiamo Gabriella e sono un'alcolista. La mia è una storia comune, ma è la mia storia.

Dopo un'infanzia difficile in una famiglia disturbata, è nell'adolescenza che ho cominciato a pagare i primi pedaggi di quello che sarebbe stato il mio alcolismo. La mia inadeguatezza nei confronti degli altri mi faceva isolare e mi consolavo con attacchi di bulimia seguiti da sensi di colpa e digiuni esasperati fino alla quasi anoressia. Ero così stordita che non sentivo più neppure il battito del mio cuore, poi trovai la forza di uscire da me stessa, dove mi nascondevo da tanto tempo, mi avvicinai agli altri attaccandomi pateticamente ad affetti più o meno validi. Non sapevo ancora di aver bisogno di una stampella.

Per uscire dalla mia infelicità lottai con forza per ottenere denaro, prestigio; mi sposai ed ebbi una famiglia. Ora potevo mettermi tranquilla ed essere felice, ma non lo ero affatto; e non so come incontrai l'alcol.

Inizialmente era solo un antidepressivo, ma ben presto divenne un'abitudine ed infine una dipendenza; quando mi accorsi di non riuscire a smettere ebbi il panico, ricordai le mie compulsioni passate, il cibo, gli affetti morbosi. Ed ora c'era l'alcol. Questo era sicuramente il peggiore. I miei comportamenti con l'alcol in corpo divennero incontrollabili e pericolosi anche per i miei figli. Nei rari momenti di lucidità i miei sensi di colpa mi distruggevano e facevo propositi che non riuscivo

a mantenere. Capii allora che non dovevo piú bere, ma che non sapevo stare senza.

La battaglia fu lunga, ne uscì ogni volta perdente e sfinita. La mia vita era stata sempre una lotta per liberarmi da qualcosa che mi faceva star male, che veniva sostituita con un'altra. Pensavo di aver toccato il fondo.

Un giorno arrivai in A.A. Non sapevo quanto sarebbe stato importante questo avvenimento nella mia vita, neanche quando smisi di bere. Ero troppo contenta di essermi liberata di un incubo. Finalmente la mattina mi svegliai ed ero felice di essere viva e ricominciare la giornata. Il gruppo era riuscito dove io avevo fallito tante volte e per la prima volta presi coscienza dei miei limiti, ma non andai oltre purtroppo; il resto, pensavo, poteva bastarmi, era sufficiente che io non prendessi il primo bicchiere e potevo vivere felice per il resto della mia vita. Era stata una bella lezione, un incidente di percorso. Io ero troppo intelligente per cadere in altre trappole del genere, anzi non c'era neanche bisogno che frequentassi il gruppo, quello

poteva andare bene per gli altri, che non avevano niente di meglio da fare. Ricominciai la vita di tutti i giorni senza bere; funzionò per un po' di tempo, poi mi accorsi che l'aver ritrovato tutta l'energia e la lucidità mi portava a voler fare sempre di piú. I profitti che ne derivavano mi invogliavano a fare ancora, vedevo sempre qualche possibilità da sfruttare, pian piano ero entrata in una vita vorticoso che non mi lasciava neppure respirare. Ora capisco che non potevo e non volevo pensare, solo stordirmi: avevo sostituito l'alcol con un'altra cosa che mi schiavizzava in maniera compulsiva, che mi inaridiva sempre di piú bruciando tutti gli affetti attorno a me. Io stavo morendo di nuovo, perché non sapevo vivere senza quegli affetti; ma allora perché bruciavo tutto ciò che era attorno a me? Perché non riuscivo a prendere in mano le redini della mia vita e gestire con serenità tutto quello che mi ero faticosamente guadagnata? Che cos'era quel male dell'anima che mi portava sempre a cercare qualche stampella per sorreggermi e farmi passare

quella sottile paura che mi accompagnava ovunque? La depressione era di nuovo in me più forte di prima, i rapporti con gli altri erano pessimi, mi sentivo sola e non capita da nessuno, vittima di persone ingrato. Era inevitabile che riprendessi a bere, erano stati tre anni di astinenza dall'alcol sostituito con cose prive di significato; allora decisi di entrare in analisi, ero convinta che avessi bisogno solo di essere aiutata. La scienza mi avrebbe sicuramente aiutata a rafforzare la mia sfera emotiva e, raggiunto un equilibrio più saldo, avrei senz'altro sopportato la persona svogliata che avevo vicino e di cui non mi potevo liberare. Insomma ero andata a costruirmi un'armatura che mi difendesse da tutto il male che mi facevano gli altri. Durò più di due anni e continuavo a star male, e continuai a bere, e più bevevo e più stavo male, la terapia continuava ma ero sempre allo stesso punto di partenza.

Mio Dio, pensavo, non ci sarà mai pace per me? Pensai a Dio e pensai al gruppo, e pensai anche che io andavo cercando sempre la soluzione più dif-

ficile per risolvere i miei problemi; non mi davano molta fiducia le cose semplici. Il programma del gruppo era talmente semplice che non poteva essere buono per risolvere la mia vita così complicata.

Mi accorsi che era l'ultima spiaggia ormai, ed in quel momento ne fui certa, era l'unica certezza che avessi. Solo il Gruppo, il Programma ed il sincero desiderio di seguirlo potevano salvarmi. Dovevo solo essere costante, ma la mente ormai mi si era aperta, capii che avevo toccato il mio vero fondo.

Sono 7 mesi che frequento il Gruppo, e sono 7 mesi che non bevo. Il mio atteggiamento è molto cambiato, sono come una bambina che vuole imparare tante cose, con tanta difficoltà mi tolgo di dosso le scorie velenose per sentirmi più vicina al cammino che sto cercando di fare, e tra momenti di crescita o di stallo, a volte soffrendo per questi alti e bassi, cerco di andare avanti, non dimenticandomi, comunque, anche quando è più dura del solito, dov'è che devo andare.

G. - Lazio

ORA STA A ME DARE

Ho cominciato ad avere contatti con l'alcol all'incirca verso i sedici anni, alla festa di un paesino vicino a dove abito, nel quale ci si recava abitualmente il giorno dopo Pasqua a fare un picnic.

Quel giorno, mentre eravamo tutti intenti a fare dei giochi, cominciò a piovere e fummo costretti a scappare in fretta e furia, riparando in una casa colonica dove in uno stanzone trovai un fiasco di vino. Dopo averne assaggiato un po' assieme ad un amico, continuai a berne fino a star male, tanto che dovetti essere portato a casa in spalle.



Dimenticato l'incidente, qualche tempo dopo cominciai con gli amici ad organizzare dei festini da ballo la domenica pomeriggio e in queste occasioni bevevo del vermut, che essendo dolce piaceva anche alle ragazze; bevendone mi sentivo piú euforico e mi sembrava di essere piú adulto.

Durante il Servizio militare, in un periodo in cui nemmeno ci pensavo al bere, alcuni miei commilitoni mi dicevano spesso che gli alpini non potevano bere latte come facevo io. Non volendo essere diverso da loro, in occasione del giuramento mi ubriacai di grappa. Poi, fino al giorno del congedo e anche oltre non bevvi piú.

Mi sposai poco dopo il servizio militare e fino alla nascita del mio primo figlio, un anno e mezzo dopo, le cose andarono abbastanza bene.

Poi ricominciai ad uscire un po' piú spesso con gli amici nei bar, nelle sagre, etc. e cosí il mio bere si fece sempre piú frequente, tanto che mia moglie cominciò a dirmi che bevevo troppo, che trascuravo i miei figli (nel frattempo ne avevo avuti altri

due) bisognosi di un padre, ma io le rispondevo che non era vero, che anzi mi stava seccando.

Passarono gli anni. Dopo vari tentativi per convincermi che l'alcol mi stava rovinando, ed essere andato con mia moglie anche a parlare con un medico di alcologia senza venire a capo di niente, un giorno mi recai con lei ad A.A. Di quella volta mi ricordo ben poco anche perché ero un po' alticcio. Ricordo solo di aver visto delle facce sorridenti e di essere entrato in una stanza dove c'erano tante persone che parlavano tra loro. Io non tornai al gruppo ma mia moglie continuò a frequentare Al-Anon.

Quando c'erano delle feste andavo con lei, cosí cominciai a conoscere gli A.A. All'inizio mi furono indifferenti, poi conoscendoli meglio li apprezzai come persone che riuscivano ad essere serene ed allegre anche senza bisogno di bere. Tutto questo durò due anni durante i quali il mio bere si fece sempre piú sentire. Una sola cosa mi faceva piacere: che mia moglie non mi opprimeva piú come un

tempo, anche se qualche volta la vedevo piangere e disperarsi.

Una domenica mattina mi telefonò un A.A., che conoscevo piú degli altri, per invitarmi ad andare con lui nel Cividalese e, dato che a me piaceva stare fuori casa e andare in giro, accettai volentieri. Quando fummo sulla strada del ritorno mi disse che lui sarebbe andato al gruppo, ma che se volevo mi avrebbe prima accompagnato a casa. Risposi che lo avrei aspettato e che sarei andato al Gruppo con lui. Entrammo e sedutomi ascoltai le loro testimonianze.

Mentre parlavano in ognuna delle loro storie rivedevo un po' di me stesso e capii cosa in realtà fossi io. Non mi piacqui nemmeno un po', tanto che alla fine mi dichiarai apertamente Luigi alcolista; mi resi conto che quello che mia moglie mi aveva sempre detto era una realtà, ero diventato una persona irresponsabile, anche se responsabile da venti anni almeno non lo ero certo stato.

Ero talmente occupato a soddisfare il mio io che non mi accorgevo di quanto sconquasso avevo creato in tutti i miei fami-

liari, e a tutt'oggi non so ancora in quale misura. Ma ora ho l'opportunità, per cominciare a porre rimedio, di usare un programma dove non servono (come in passato) promesse fatte e poi non mantenute, ma azioni di buona volontà per cambiarmi dentro in modo che, con l'aiuto del mio Potere Superiore e di tutti gli amici A.A., ai quali io debbo riconoscenza in quanto mi hanno fatto scoprire un nuovo modo di vivere degno di essere vissuto, io possa continuare a migliorarmi.

Non potrò mai ringraziare abbastanza mia moglie per essermi stata vicino anche nei momenti peggiori; i miei figli per non avermi fatto pesare la mia malattia (anche se ora capisco che ne hanno sofferto molto) e per essermi stati vicino il giorno del mio primo compleanno in A.A. — momento che mi ha riempito di gioia — e mia figlia, che nel periodo piú difficile ha frequentato il Gruppo degli Al-Ateen, riuscendo così ad essermi piú vicina.

Dagli altri ho ricevuto molto. Ora sta a me dare.

L. - Friuli Venezia-Giulia

ABBONIAMOCI
CRESCIAMO INSIEME

CAMPAGNA ABBONAMENTI

1993

ABBONIAMOCI

IL SERVIZIO FA BENE

PROVA

È una giornata apparentemente particolare, per fortuna invece usuale da quando sono arrivata in A.A.

Il risveglio è stato al solito precoce e, in queste prime ore della mattina, la mia anima continua ad essere turbata da pensieri negativi che in modo subdolo si sono insinuati nel mio cervello la sera precedente.

I meccanismi, adesso, sono facilmente riconoscibili: lieve ma confuso senso di insoddisfazione, di solito non connesso ad una situazione particolare; osservazione disincantata della realtà circostante per individuare, con abilità perversa, il particolare più pericoloso per scardinare la mia già poca sobrietà emotiva; ingigantimento delle "colpe altrui", con conseguente insorgere di risentimenti e rancori che, dall'ambito familiare, si estendono in un crescendo rossiniano al mondo tutto ed all'universo.

Tuttora mi desta meraviglia con quanta abilità, razionalizzazione ed autogiustificazione io accenda la miccia del malessere ed alimenti il fuoco delle mie turbolenze emotive.

C'è un ma, adesso, un ma finalmente positivo che differenzia l'odierna situazione da quella di non troppe 24 ore fa.

Ora sono disposta a porgere l'orecchio, ascoltare ed anche a mettere in pratica, al mio livello ovviamente, ma con la massima fermezza ed onestà, i suggerimenti di A.A., perché adesso so finalmente, dopo tanti anni di ribellioni e sofferenze, che anche per me c'è la possibilità di vivere serenamente e pienamente.

Quindi per oggi cercherò di mettere in pratica quello che più di una volta mi è stato suggerito in A.A. "Il servizio fa bene, prova".

Ricordo quanto astrusa mi

sembrava questa frase, direi misteriosa; ricordo anche le mie resistenze, motivate dalla paura, a muovere i miei primi incerti passi.

Devo dire di essere stata aiutata dalla fortuna: avevo ed ho buona memoria di quanti danni avevo causato nei miei "servizi" precedenti, fossero essi rivolti all'ambito familiare o lavorativo.

In famiglia poco spazio era lasciato alla altrui libertà o iniziativa e sul lavoro il mio motto era "rappresaglie massicce ed immediate".

Questo quando il mio alcolismo attivo non si era manifestato ancora in maniera evidente.

Ora so che questi atteggiamenti erano l'espressione esterna dell'egocentrismo patologico, la trappola mostruosa che mi stava attanagliando.

Per mia fortuna ricordavo e ricordo ancora come il vento seminato si è trasformato in tempesta, come ogni giorno (forse ogni ora) dovevo saldare in maniera sempre più dolorosa i conti aperti; ero costretta a bere sempre di più e senza sosta, la situa-

zione era divenuta mostruosa, io ero mostruosa ed il mondo intero mi sembrava mostruoso.

Dunque la frase "FARE SERVIZIO IN A.A." va valutata con serietà, serenità e saggezza, concetti allora semisconosciuti, ora di difficile applicazione.

Devo, ripeto devo, per non permettermi scappatoie, ampliare e dettagliare questo slogan. Oggi provo così: "Far bene il servizio in A.A., per il benessere comune, fa bene a me".

Nulla di nuovo in effetti, tutto sommato le nostre tradizioni me lo hanno sempre suggerito, però la mia mente tende a reiezione quello che non le comoda ed è bene che sia rigorosa con me stessa.

Ecco, la mia anima si è acquietata, oggi posso fare qualche cosa di positivo per me finalizzato a buoni fini comuni: cercherò, con l'aiuto dei miei compagni in A.A., di individuare questi fini, cercherò in famiglia di lasciare spazio anche agli altri, cercherò di lasciare posto nella mia anima per Dio, come io posso concepirlo.

T. - Friuli Venezia-Giulia

PARADOSSO DEL POTERE

Per alcuni anni, prima di cominciare la mia nuova vita in A.A., insegnai lettere americane, all'università.

Emily Dickinson era una delle mie scrittrici preferite e mi piaceva leggere e discutere con gli studenti le sue opere. Lei sapeva esprimere in poche parole quelle particolari sensazioni da esperienze che io avevo vissuto ma non riuscivo ad articolare.

Una delle sue poesie aveva per me un'attrazione speciale che mi portava a leggerla più volte. Comincia così: "Posso guardare l'affanno/Interi laghi/Ci sono abituata/ Ma l'ultima spinta di Gioia/Mi spezza i piedi/E mi butta giù--- Ubriaca."

Quelle brevi righe descrivono con chiarezza ciò che rendevano attive le mie abitudini alco-



liche. Io potevo guardare in pozzanghere intere di affanno e depressione; per anni gli psichiatri mi avevano aiutato a superarli. Mi ci ero abituato.

Però il minimo tocco di gioia mi spezzava i piedi e mi buttava giù ubriaco, ogni volta: una vacanza, un aumento di stipendio o una promozione, un anniversario, il compleanno di mio cugino.

Queste erano le occasioni per bere. Ben presto, trovai una scusa per convertire ogni giorno in una festa.

Quando ciò succede, nessun giorno è particolarmente festivo o speciale.

Dopo un po' di tempo che ero in A.A. tornai alla poesia e scoprii un nuovo modo di leggerla. Non mi ero mai reso conto che tutto il mio bere era cominciato

coi momenti spensierati di festa e gioia, per finire in quegli anni disperati quando non ero più capace di provare piacere o divertimento. Il programma mi stava dando una comprensione della mia dipendenza dall'alcol e, come beneficio extra, un nuovo modo di leggere una poesia preferita.

Ma mica finiva qui. Poche righe più giù la Dickinson suggerisce che dobbiamo stare in guardia da quei momenti vulnerabili di gioia, quando siamo indifesi al dolore e all'angoscia. Solo allora cominciai a comprendere il vero significato delle due righe cruciali: "Il potere è solo Dolore-/Intrecciato, con la Disciplina...".

Spesso avevo usato quella definizione del potere per iniziare discussioni in classe sul suo possibile significato per gli studenti. Ma ora sembravo leggerlo per la prima volta. Esprimeva ciò che cominciai a capire su Alcolisti Anonimi.

Potere è la parola chiave in questo Programma, e la sua importanza è sottolineata più volte nei Dodici Passi. Noi abbiamo ammesso all'inizio che era-

vamo "impotenti di fronte all'alcol", che le nostre vite erano divenute incontrollabili. Poi "siamo giunti a credere che un Potere più grande di noi avrebbe potuto riportarci alla ragione". E nell'Undicesimo Passo preghiamo "di farci conoscere la Sua volontà nei nostri riguardi e di darci la forza di eseguirla".

A questo punto ho potuto capire l'enfasi che questo Programma dà alla forza e all'iniziativa. Mi sono reso conto che se qualcuno prende A.A. come strumento di un passivo smettere di bere, vuol dire che non ha letto attentamente i Passi. La nostra continua dipendenza da un Potere Superiore dimostra ancora una volta l'importanza che noi diamo all'azione. A compiere un'azione.

La fonte del potere, aggiunge la Dickinson, è il dolore. Durante la mia vita in A.A. non ho mai conosciuto un membro che non abbia vissuto il dolore in qualche misura. Non ho mai conosciuto una persona che voleva venire in A.A. durante una bella mattinata primaverile quando tutto andava bene. La maggior parte di noi è arrivato

in ginocchio e il mettere in comune il dolore è una buona parte di ciò che ci fa ritornare alle riunioni.

“Intrecciare” significa comporre attorcigliando insieme, come nei fili di una corda. Così è inteso che la conquista del potere arriva nel combinare il dolore e la disciplina. La disciplina, quella parola che ci angoscia tutti sin dai nostri anni di scuola, fu la parte di A.A. che mi faceva più paura.

In quei primi giorni, speravo di poter smettere di bere con la stretta disciplina e la volontà. Ero disposto a stare nelle riunioni aggrappato alla mia sedia con la oscura determinazione di farcela a tutti i costi. Da bambino, mi avevano insegnato che, se avessi lavorato abbastanza con l'autodisciplina, avrei potuto raggiungere qualsiasi meta. Forse potrei adoperare lo stesso principio per il mio desiderio di smettere di bere.

Però i membri di A.A. mi hanno sorpreso con una nuova definizione del termine. Invece di aggrappare mi hanno detto di abbandonarmi. Invece di usare la volontà ero incoraggiato ad

affidare la mia volontà e la mia vita a Dio. E alla fine del Sesto Capitolo del Grande Libro, lessi che “noi alcolisti siamo indisciplinati. Allora lasciamo che Dio ci dia disciplina con quel metodo così semplice che abbiamo appena spiegato”.

Questa era una definizione che non avevo mai sentito. “L’abbandono” aveva sempre significato viziarsi: scolare il resto della bottiglia, mangiare tutta la torta, dormire fino a mezzogiorno. Ora sentivo che l’abbandono voleva dire acquisire la disciplina. Dovevo ridefinire il termine secondo ciò che mi dicevano i membri A.A.

“Il Potere è solo il dolore - /Intrecciato con la Disciplina...” Sono stato in A.A. per un po’ di ventiquattro ore ormai, e sto cominciando a capire il significato di quelle righe. Il rinnovo della disciplina è un processo che devo mettere in moto ogni giorno. Ma sto imparando a guardare ogni lago di dolore, a fare ogni passo di gioia con il potere datomi attraverso la disciplina di Alcolisti Anonimi.

*D.H.- Delmar, N.Y.
da The Best of Grapevine*

TEMI SU CUI RIFLETTERE

Le brevi ma significative considerazioni sul Gruppo a pag. 14 e la narrazione dei piccoli, intimi momenti di vita di uno di essi (pag. 15) ci ripropongono, in tutto il loro alto significato, il valore della nostra “palestra di vita”, dove ogni volta si rinnova il miracolo della sobrietà.

In quel luogo d’amore abbiamo provato, forse per la prima volta, emozioni e sensazioni che non dimenticheremo più.

Trovammo gli esempi reali che ci dimostrarono che la malattia poteva essere fermata. Testimoniamo sempre che questa iniziale promessa di A.A. è stata con noi mantenuta? Ci sforziamo, personalmente, di ricreare sempre quell’atmosfera di serenità che increduli assaporammo la nostra “prima volta”? Siamo sempre consci di aiutare per essere aiutati? Ci sforziamo di mettere in comune progressi e difficoltà (in piena umiltà) nel nostro vivere il Programma? Avendo sempre presente che la “persona più importante” è il nuovo arrivato o addirittura l’alcolista che ancora deve varcare la soglia del Gruppo?

©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
- 14 Il gruppo, un alcolista anonimo
- 15 Momenti, L.-Marche
- 16 Alcolista per amore, P.-Lazio
- 21 Nessuna tromba suonò, P.C.-Alton Illinois
- 29 A.A. è nata quando..., Lois Wilson
- 33 Fiducia nelle cose semplici, G.-Lazio
- 36 Ora sta a me dare, L.-Friuli V. Giulia
- 40 Il servizio fa bene. Prova, T.-Friuli V. Giulia
- 42 Paradosso del potere, D.H.-Delmar N.Y.