

Spedizione in abbonamento postale - Gruppo 4 - 70%

INSIEME

IN A.A.

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

ANNO XIII - SUPPLEMENTO AL N. 6

NOVEMBRE-DICEMBRE 1994



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 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

Cari amici,

“Un fatto straordinario” sta accadendo in tutti i Gruppi d'Italia, e gli A.A. che lo stanno vivendo, da qualche anno a questa parte, non se ne rendono conto perché essi stessi ne sono i protagonisti.

Questa affermazione l'ha fatta una anziana alcolista di Roma che, dopo molti anni di assenza dai Gruppi, vi si è affacciata una sera, per caso.

Qual è il fatto straordinario?, le abbiamo chiesto. La sua risposta è stata: “Ho trovato in tutti gli A.A. una profonda partecipazione spirituale al Gruppo e una matura conoscenza dei Passi e delle Tradizioni. Insomma non è più quella A.A. pionieristica del 1977-78, nella quale ogni sera parlavamo dei nostri problemi esistenziali, del primo bicchiere, della “malattia” alcolismo, ecc., anche perché ogni sera c'erano due o tre nuovi e si faceva, quasi sempre, soltanto il Primo Passo.

Oggi in A.A. si parla una lingua nuova, si conoscono e si vivono le Tradizioni, direi quasi con amore. Proprio per questo ho potuto vedere nei visi di molti, nelle testimonianze, e soprattutto nel loro comportamento, una sobrietà serena. Credetemi, ne sono felice!”

A noi del Comitato vien voglia di porci una domanda, che ovviamente giriamo a voi lettori: "Se non fossero state scritte e vissute le Tradizioni, (e tutti sappiamo che sono nate da sofferte esperienze di Bill e Bob), quell'amica di Roma avrebbe trovato ancora aperto il suo caro Gruppo di Via Napoli che 17 anni fà le ridiede la vita?"

La risposta, secondo noi, è: NO!

La vostra, confrontatela con quella che decine di A.A. da tutta Italia hanno scritto, in questo supplemento, su buona parte delle Dodici Tradizioni, raccontandoci, con parole loro, e quindi scaturite dal cuore, come le vivono, dandoci giusti e sani suggerimenti sul "come" e sul "quando" applicarle ma soprattutto rispettarle, affinché A.A. possa continuare ad esserci sempre.

Le Tradizioni fanno parte di A.A. e noi tutti, per fortuna, ne facciamo parte.

Buona lettura!

Il Comitato di Redazione



A.A. è molto più che un insieme di princìpi; è una società di alcolisti in azione. Dobbiamo diffondere il messaggio, altrimenti noi stessi possiamo inaridirci e coloro ai quali non è stata data la verità possono morire.





*“Il nostro comune benessere dovrebbe venire in primo luogo;
il recupero personale dipende dall’unità di A.A.”*

La Prima Tradizione è come una formidabile forza e una stabile roccia posta a fondamento di Alcolisti Anonimi. A.A. non avrà mai da temere, finché vivrà stretta e compatta in unità.

L’unità è la grande vocazione dell’uomo, di ogni uomo; e non soltanto dell’uomo, ma di ogni altro essere che vive e che esiste.

Cosa sarebbero infatti dei pe-

tali, anche bellissimi, se fossero staccati tra loro? Insieme invece formano una corolla colorita e profumata: un bel fiore.

E che cosa sarebbero delle pietre abbandonate qua e là, tra loro separate e distanti? Solo un cumulo di macerie; invece insieme costituiscono un bell’edificio, un’artistica cattedrale.

Neppure le cellule del nostro corpo sono qualcosa di disorga-

nizzato e di confuso: sono invece formate ciascuna da numerosissimi elementi tutti ordinati, tutti connessi tra loro, e tutti disposti armonicamente, capaci, proprio per questa unità ed armonia, di compiere funzioni complicate e vitali per il nostro organismo.

Se dal microcosmo passiamo al macrocosmo, non è vero forse che l'universo, con i suoi pianeti, con le sue numerosissime stelle e con le sue immense galassie, è tenuto insieme dalla forza di gravità, che è, alla fin fine, una grande forza di unità?

Così dev'essere anche A.A.: una cosa sola!

Dice la Prima Tradizione che "il nostro comune benessere dovrebbe venire in primo luogo". Forse non si presta sempre sufficiente attenzione a queste parole: "il nostro comune benessere". Sono parole di primaria importanza, perché indicano un completo capovolgimento di prospettiva.

È il nostro "comune" benessere — dice la Tradizione — quello che deve venire in primo luogo, quello che deve essere

cercato come prima cosa e prima di tutto. Il nostro "comune" benessere prima ancora che il nostro "singolo" e "individuale" benessere. L'enunciato è chiaro.

Solitamente noi siamo portati a pensare al nostro individuale benessere e, forse, meno ci curiamo del benessere comune, del benessere di tutto il Gruppo, cioè dell'insieme; quasi che questo sia meno importante. Mentre il benessere comune è condizione necessaria e indispensabile per il benessere dei singoli, per il recupero di ciascuno dei membri di A.A.

Sappiamo bene che, se il terreno è buono e sufficientemente umido, se è ricco dei sali minerali necessari, un fiore vi cresce bene, senza fatica; vi cresce anche un albero da frutto, che porta frutti maturi e gustosi.

Se un clima è buono, l'aria è pura e la temperatura è mite, una persona, anche ammalata, si ristabilisce presto e ne trae giovamento.

Se A.A. gode di buona salute spirituale perché è unita, perché procede nell'intesa e nella

collaborazione di tutti i suoi membri, ognuno dei membri ne viene rafforzato e tonificato.

Ma come passa, di fatto, questo benessere nei singoli, quasi per travaso del benessere del Gruppo intero? La cosa è molto semplice e avviene in modo nascosto e inavvertitamente.

Ogni singola persona ha in sé del bene e del male, delle parti buone e delle parti cattive; degli elementi che hanno bisogno di essere sviluppati e altri che hanno bisogno di essere superati e vinti.

Ora, se il Gruppo vive ed esprime all'interno di sé delle cose positive, come l'amore, l'accoglienza, l'amicizia, la fraternità, la collaborazione, la stima degli altri, l'armonia, l'umiltà (cose tutte che portano alla più grande unità!), tutti questi valori vengono a rafforzare quelli che già sono presenti, magari in debole misura, nell'animo di ciascuno dei membri del Gruppo; e tali valori presenti nell'animo di ciascun membro del Gruppo vengono nutriti, alimentati, rafforzati e resi più grandi dai valori del Gruppo intero. Il Gruppo diventa, così, il

grembo, l'habitat, il clima sano e salutare che sviluppa e matura i germi di bene presenti nell'animo di ciascuna persona. Tali valori positivi, a loro volta, e necessariamente, fanno retrocedere gli aspetti negativi di ogni membro; e così avviene il recupero.

Se invece il Gruppo fosse diviso, lacerato da discordie, malato di protagonismo in qualcuno dei suoi membri, ... questi mali andrebbero ad accrescere e a nutrire, come terribile tumore, quella parte di male che già c'è nel cuore di ogni singolo membro, e che invece deve essere eliminata e vinta.

Ecco dunque che è altamente vero quanto affermato dalla Prima Tradizione: "Il recupero personale dipende dall'unità di A.A."

L'unità è un bene delicatissimo, perché fatto di mille ingredienti; basta poco per intaccarlo e rovinarlo: basta un pettegolezzo, una critica malevola, un rilievo indebito sull'operato degli altri, un atteggiamento di dominio sulle persone, di accentrimento delle situazioni su di sé, di giudizio e di condanna, di

presunzione;... basta poco per minare l'unità dell'insieme; e ciò porterebbe conseguenze terribili e disastrose sia per il Gruppo intero che per i singoli.

L'unità deve stare a cuore a tutti i membri di A.A. come il bene più prezioso, come la condizione numero uno e indispensabile per il proprio recupero e per il recupero di ogni alcolista che approda al Gruppo.

Dovrebbe essere argomento di conversazione e di confronto con lo sponsor, al fine di essere da lui aiutati a diventare sempre

più e sempre meglio costruttori di unità.

E dovrebbe essere — questo forse non lo si fa spesso — un bene chiesto continuamente al Potere Superiore, perché senza di Lui non siamo capaci di costruire l'unità da soli, e perché a Lui sta particolarmente a cuore proprio il benessere e l'unità dei nostri Gruppi.

L'unità costituisce gran parte della bellezza e della forza benefica di A.A. Non possiamo minimamente trascurarla e rovinarla!

Gruppo "Meteora" - Belluno



— *Non bevetelo, quel tipo di birra! Io ci sono diventato cieco.*

Terza tradizione

*"L'unico requisito per essere membro di A.A.
è il desiderio di smettere di bere".*

Della Terza Tradizione la prima impressione che si ha è che le porte di A.A. si aprono a tutti coloro che hanno il desiderio di smettere di bere per il solo fatto che porre qualsiasi altra condizione sarebbe come condannare a morte tutti quelli che non fossero accettati. Questo è stato certamente molto utile all'inizio, quando si dovette superare l'intolleranza per il diverso e la paura di essere giudicati negativamente dal mondo esterno.

La tolleranza che ho trovato entrando in A.A. ai giorni nostri è un qualcosa di impagabile e quanto di più bello vi possa essere.

In questa Tradizione, come del resto in tutte le altre, non vi sono imposizioni, regole ferree; c'è semplicemente un tracciato

dovuto all'esperienza di tutti quegli alcolisti che ci hanno preceduto. Infatti A.A. si differenzia da qualsiasi altra associazione perché non nasce da un'idea, da un modo di pensare o dal desiderio di qualcuno di creare attorno a sé un'aggregazione di persone che abbiano gli stessi interessi culturali o materiali, onde conseguire una determinata meta per la quale siano necessari opportuni requisiti.

Mi sembra addirittura improprio affermare che A.A. sia stata fondata. L'inizio di tutto è il bisogno, il desiderio di un alcolista, Bill, di uscire dal baratro; tale prospettiva sembra realizzarsi quando si verifica l'incontro con un altro alcolista, Bob, e i due riescono ad aiutarsi confrontandosi; per ultimo l'intuizione che getta le future basi,

“portare il messaggio”.

Ricordo il mio ingresso in A.A. Se la Terza Tradizione fosse stata applicata alla lettera, come poteva Sandro, che pensava di poter riuscire in breve tempo a moderare e controllare il proprio bere, e come me tanti amici di cui ho sentito la stessa esperienza, essere accettato? Altri, pur frequentando i Gruppi, non riescono a smettere di bere subito, ma, grazie alla tolleranza e all'amore che è fondamento di A.A., con il tempo maturano la sobrietà.

Ai primi tempi, come del resto sino ad oggi, nessun amico del Gruppo mi ha chiesto perentoriamente “hai smesso di bere?”, ma al più un confortante ed amichevole “come stai?”.

Solitamente nella vita quotidiana si giunge a considerare una persona qualsiasi quale nostra amica quando si sono avuti molteplici incontri e appurati i suoi gusti, le sue idee, il suo modo di pensare, e si giunge a stabilire che vi sono determinate affinità e comuni vedute di fondo. In A.A. invece non vi è stato minimamente questo passaggio; ad ogni riunione senti-

vo che le persone che mi circondavano stavano diventando per me degli amici e ad un certo punto sono stati gli “Amici”.

Tutto questo si è verificato per un semplice motivo che solo in seguito, riacquistata la lucidità, ho capito: perché tutti i componenti il Gruppo, dal preciso istante in cui ho varcato la faticosa porta, mi hanno considerato loro amico. Chi fossi, come la pensassi, cosa facessi nella vita di tutti i giorni, non aveva per loro alcuna importanza. Una sola cosa era determinante: avevo un problema (ed un alcolista capisce senza ombra di dubbio quale esso sia) e se ero lì era per necessità di aiuto.

Superficialmente si può pensare che tutto ciò sia dovuto a cieco altruismo o ad un non meglio identificato comandamento. Per quanto mi riguarda, con l'assidua frequenza e facendo tesoro delle esperienze fino ad oggi ascoltate, ho maturato una mia valutazione.

Alla base di tutto penso che si debbano considerare questi “ingredienti”: UMILTÀ - TOLLERANZA-AMORE-ONESTÀ. Parole che ho sempre

conosciuto ma delle quali sono riuscito a comprendere il significato solo in A.A. Ma esse non sarebbero bastate per il mio recupero se con l'aiuto di A.A. non avessi capito che, oltre che conoscerle, avrei dovuto usarle, meglio ancora avrei dovuto viverle nel quotidiano.

Sono all'inizio: tuttavia, i risultati positivi già li posso riscontrare nel campo familiare, nel lavoro e nel vivere comune. Col tempo quegli "ingredienti" stanno diventando qualcosa che non devo sforzarmi di applicare, bensì un atteggiamento naturale, un modo di vivere o, qualcuno non me ne voglia, uno stile di vita.

Rileggendo i 12 Passi e le 12 Tradizioni con questa ottica, mi è chiaro che essi non possono essere il frutto di un pensiero astratto e capriccioso. Li sento come espressione di esperienza vissuta nella realtà. Ecco perché non sono imposizioni ma suggerimenti. Ogni volta che li riconsidero, se ho fatto progressi nel mio recupero, li sento più vicini, mi accorgo che sono riuscito a "viverli" con più naturalezza e molto meglio.

Un fatto che ha facilitato il mio recupero è che all'inizio della mia frequenza non mi sono posto molti perché. La convinzione di essere alcolista è scaturita dall'ascoltare l'esperienza degli altri; che l'alcolismo fosse una malattia o meno (oggi sono convinto che lo sia) non è che mi importasse molto e il "fare" il Programma è stata un'acquisizione lenta e costante, quasi inconscia.

Per ultimo: perché bevevo? Ancora oggi non so darmi una spiegazione logica. Di concreto c'è che, quando ero nel problema stavo male (fisicamente e psicologicamente), fuori dal problema sto bene; che con il bere si accentuavano a dismisura gli aspetti peggiori del mio carattere e venivano offuscati quelli buoni, con la sobrietà invece riesco a controllarmi, raggiungendo quell'equilibrio che può rendere accettabile il mio carattere nel suo insieme. Quindi il passo successivo: procedere verso la sobrietà, ma soprattutto mantenerla.

Oggi vivo la tolleranza. È questo lo spirito con cui devo affrontare l'incontro con il nuovo

venuto. Nel momento in cui ponessi delle pregiudiziali circa il suo modo di pensare, la sua fede religiosa, la sua idea politica o il suo precedente vissuto, quale tolleranza dimostrerei? Se in questo frangente ponessi un veto, anche solo mentale, all'accoglienza di questo nuovo amico, una parte del mio recupero sarebbe indebolita. Venendo meno a quella tolleranza che sino a quel momento ho dimostrato avere e che tanto mi serve, oltre che a negare un legittimo aiuto, non farei altro che mettere a repentaglio la mia sobrietà.

Dopo queste considerazioni mi è chiaro come l'aiutare gli altri, il portare il messaggio, l'accettare qualsiasi alcolista che soffre, non può e non deve essere un'imposizione, ma semplicemente una mia necessità, un modo vitale per integrare il mio recupero e proseguire il cammino della mia sobrietà.

Riconducendo lo stesso discorso ai Gruppi e all'Associazione in genere, la sostanza non può cambiare. È vero che il comportamento non troppo ortodosso di alcuni potrebbe creare situazioni non piacevoli e di

danno, ma non è certamente selezionando a proprio piacimento i futuri membri che si pone rimedio a questo pericolo.

Già sono certo che nessuno lo potrebbe fare in cattiva fede, perché se proprio vuole suicidarsi sarebbe più comodo e facile continuare a bere; ma l'esperienza che A.A. ha maturato in oltre mezzo secolo di vita dimostra quanto sia valida la via intrapresa. Il nuovo venuto, chiuque egli sia, qualunque misfatto abbia potuto commettere, una volta accolto con umiltà-tolleranza-amore-onestà, avrà le stesse buone possibilità di comprendere e soprattutto di vivere con consapevolezza questi principi e quindi sarà semplicemente e nulla di più o di meno che un alcolista come noi che dobbiamo un briciolo del nostro futuro al suo possibile recupero.

Sandro alcolista ha avuto ed ha il desiderio di non bere, quindi è membro di A.A. Tu, amico sconosciuto, che hai il desiderio di smettere di bere sei come me, quindi sei membro di A.A.

Gruppo di Merate

CAMPAGNA ABBONAMENTI

1995

Abboniamoci

INSIEME

per stare

INSIEME



Le
Dodici
Tradizioni
Illustrate

Quinta tradizione

*“Ogni Gruppo non ha che uno scopo primario:
trasmettere il suo messaggio all'alcolista che soffre ancora”*

Dopo i primi mesi di frequentazione del Gruppo sentivo l'esigenza di raccontare la mia esperienza a qualcun altro che ancora si dibatteva nella sua dipendenza alcolica; trasmetterle le mie sensazioni, la mia rinascita, la mia convinzione che ci si poteva scuotere di dosso un destino che si crede irreversibile, affidandosi all'aiuto e alle cure di un Gruppo di Alcolisti Anonimi.

Non mi importava, al momento, di spiegare e spiegarmi il “come” ma di affermare, con lo stato e le condizioni espresse dalla mia persona, il “risultato” che ero io, come ero e come sono cambiato. Quale prova più evidente che Alcolisti Anonimi funziona?

Era semplice, persone come me, e altri recuperati prima di me, non avevano bisogno di tante parole per convincere che il

sistema funzionava: cravamo lì, prove viventi che, con l'aiuto del Gruppo, smettere di bere era possibile, è possibile.

Sono ormai passati più di due anni, mi sembra che un abisso divida la persona che scrive queste righe oggi da quella che si perdeva in giornate cariche solo di sempre maggiori assunzioni di bevande alcoliche, con l'unico scopo nella vita di procurarsene di continuo per non correre mai il rischio di restarne senza.

Sono passati più di due anni, ma lo spirito che mi incitava a trasmettere quello che sentivo durante i primi mesi come il "mio" messaggio, non è cambiato, si è affinato, è maturato nel bisogno di trasmettere "il messaggio" di A.A. Che è, sempre attraverso la mia persona come esempio vivente: si può riuscire a smettere di bere.

Smettere di bere, ma anche diventare un'altra persona, che non vuole dire imitare qualche altro modello, ma diventare se stessi, rientrare in possesso della propria individualità, imparare a conoscerla, a cercare di cambiarla laddove lo riteniamo

necessario; imparare l'autodeterminazione, a essere autonomi, ma non rinunciare e non negarsi positive collaborazioni per raggiungere quegli obiettivi che, solo con l'unione delle risorse individuali, si possono raggiungere.

Erigere una casa non è facile: pur mantenendo un progetto lineare, per un dilettante, per un non professionista, è molto difficile. Ma se si mantiene uno schema operativo semplice, se si riduce l'opera al necessario senza farsi sviare da particolari frivoli o complicazioni inutili, non è poi inattuabile. Fare propri i basilari principi di edificazione, avvalersi dell'esperienza di chi ha già compiuto una cosa del genere, rende l'impresa sempre meno gravosa.

Resta da chiarire se facciamo ciò per dimostrare che siamo capaci e bravi nella realizzazione di opere in genere "impossibili" (orgoglio), o se vogliamo semplicemente soddisfare la nostra legittima esigenza di una casa, contribuendo con la nostra esperienza a che altri come noi abbiano l'occasione di costruire la loro.

Negli ultimi due anni ho contribuito alla costruzione della casa che si chiama Fabio, avvalendomi delle esperienze degli altri e facendone insieme agli altri. Dialogo e confronto hanno contribuito a semplificare il mio carattere e le mie ambizioni. Dentro di me spero che questa costruzione non abbia mai fine; tante piccole modifiche per migliorare il progetto iniziale, se ben gestite, mi danno gioia e stimolo a fare meglio, a vivere con fantasia individuando valori reali, concreti. Il progetto iniziale a cui voglio attenermi scrupolosamente in A.A. è la Quinta Tradizione, che mi ricorda due cose essenziali: la semplicità dello scopo primario dell'Associazione A.A. e il fatto che solo attraverso il Gruppo e l'insieme delle risorse individuali dei componenti del Gruppo questo scopo può essere messo in pratica.

Il mio carattere, polemico a volte, critico altre, complicato nelle cose semplici e sempre alla ricerca di aggettivi e sinonimi quasi a esprimere diffidenza per le cose elementari, tende a fuorviare l'impiego delle mie ri-

sorse da quanto enunciato dalla Quinta Tradizione.

È così che accetto di buon grado quanti in certe occasioni si soffermano a riconsiderare dove tante energie andrebbero meglio spese, dove il nostro impegno andrebbe diretto; quale sia il fine essenziale da tenere presente nel cuore e nella mente come presupposto della nostra rinascita, della nostra riscossa individuale. E sovente io stesso sono portato a ricordare in Gruppo questo scopo primario, non fosse che per imprimerlo meglio dentro di me.

Lo scopo primario, per me, vuol dire che tutto il mio impegno, la mia laboriosità, la ricerca di collaborazione, la mia preparazione è, deve essere, finalizzata a questo scopo primario: trasmettere il messaggio, il gesto, l'azione che può permettere all'alcolista che soffre ancora di mettere la parola fine alla sua drammatica avventura.

Ma quale messaggio trasmetterei a un altro alcolista? Lo metterei di fronte alla mia comprensione dello stato in cui si dibatte, comprensione della sfiducia, della condizione di impo-

tenza nei confronti della sua asuefazione fisica, mentale, spirituale. Gli parlerei di come erano le mie condizioni con particolari in cui non può non identificarsi. Gli parlerei del mio primo impatto con Alcolisti Anonimi, della speranza che mi si è pian piano riaccesa dentro e della forza sempre maggiore che mi dava frequentare il Gruppo fino al momento in cui, quasi senza accorgermene, non ho più sentito l'ossessione del bere.

Gli direi che cominciando a frequentare il Gruppo si riesce a vincere "da soli", là dove da soli non si sarebbe mai riusciti a fare nulla; non ci sono supporti di farmaci, di autoritarismi, di imposizioni, di surrogati, né fanatismi o pozioni magiche, ma si è soli, lentamente consapevoli di un'armonia che aleggia nell'aria: una calma, serena disponibilità ad ascoltare quello che si riesce a dire; all'inizio, sconclusionati insieme di giustificazioni, alibi o dichiarazioni di resa incondizionata, fatale. Quel poco che si riesce a dire ci dà modo di cominciare a ritrovare coscienza della nostra voce, del pensiero che indirizza alla boc-

ca parole che cominciamo a valutare, a considerare.

Se voglio trasmettere un messaggio rassicurante io stesso devo sentirmi sereno, devo essere cosciente che dal mio benessere dipende la fiducia che riuscirò a trasmettere all'alcolista che soffre.

Non dovrò mai dimenticare quali meccanismi mi inducevano a comportamenti irrazionali e irresponsabili e quanto labile era la mia volontà e delicata la mia condizione psicologica che mi rendeva diffidente, sospettoso, cinico, odioso, cattivo.

Solo ricordando, tenendo sempre presente come erano le mie condizioni quando bevevo, potrò manifestare quella comprensione e tolleranza che è l'anticamera di quella fiducia che un tempo ci ispirò il Gruppo cui decidemmo di affidare la nostra vita. Per molti alcolisti il modo in cui saremo capaci di far loro recepire il senso e la semplicità del nostro messaggio, di dimostrare la serenità e la fiducia in noi stessi che abbiamo raggiunto, può significare, forse, l'ultima occasione che hanno di sopravvivere alla loro malattia.

La Quinta Tradizione andrebbe ricordata tutte le volte che vediamo manifestarsi esigenze devianti, personalismi o protagonismi, quando si vorrebbe imporre razionalizzazione o pianificazione, quando si ha la tendenza a complicare o agghindare di metafore concetti semplici che, appunto perché tali, sono di facile comprensione e concretizzazione.

Quando mi capita di sentirmi un po' sfiduciato, e le difese allentate mi fanno sentire odore di pericolo, penso a quanta fortu-

na ho avuto ad incontrare A.A.; per quanto moralmente mi possa sentire a terra, sono ancora fortunato rispetto ad altri, mi resta uno scopo per andare avanti, lo scopo primario della Quinta Tradizione: attivarmi per trasmettere il messaggio all'alcolista che soffre. In fondo non ho neanche nulla da inventare, se non proporre quello che un giorno fu proposto a me e mi ha aiutato a venirne fuori.

Buon proseguimento lungo il cammino della sobrietà.

F.-Emilia Romagna

Presi congedo dal dr. Bob, sapendo che doveva essere sottoposto a un grave intervento chirurgico. Il vecchio, largo sorriso era sul suo volto, quando disse quasi scherzando: "Ricordati, Bill, non arzigogolare su questa cosa. Manteniamola semplice". Me ne andai via, incapace di dire una parola. Quella fu l'ultima volta che io lo vidi.

da "Come la vede Bill"

Le Dodici Tradizioni

Un distillato dell'esperienza di A.A.



Entrando in A.A. molti di noi si saranno detti: «Lasciamo che siano quelli che guidano il Gruppo a preoccuparsi delle Tradizioni; io sono un membro come tanti altri - si tratta di regole su come gestire i Gruppi, no? E tutti mi dicono: «Non ci sono regole in A.A.!». Ma poi, osservando più atten-

tamente, ci siamo resi conto che le Tradizioni *non* sono regole e che non riguardano soltanto chi ha qualche compito particolare. Come i Dodici Passi, esse hanno un profondo significato per tutti noi.

Le Tradizioni come i Passi, non sono state elaborate in anticipo come previsione dei problemi futuri. Si cominciò col fare esperienza. I primi Gruppi di A.A., non avendo altra scelta che quella di «provare, sbagliare e provare ancora», cominciarono a scoprire che «quel sistema non andava ma l'altro sì, e quell'altro era anche migliore».

Tanto i successi come i fallimenti venivano comunicati al quartier generale di A.A. (che si sarebbe poi trasformato in Ufficio dei Servizi Generali). Tutte queste esperienze vennero raccolte durante i primi dieci anni di vita di A.A. e le Dodici Tradizioni sono il risultato di questo lavoro. Nel 1946 furono pubblicate nella loro forma integrale dalla rivista di A.A. «Grapevine». Nel 1950 esse vennero condensate nella loro forma attuale dalla Prima Convenzione Internazionale di A.A.

«Le nostre Tradizioni sono una guida per un migliore sistema di vita e di lavoro» disse Bill W., il cofondatore di A.A., «e rappresentano, per la sopravvivenza dei Gruppi, ciò che i Dodici Passi rappresentano per la sobrietà e la serenità di tutti i nostri membri. La maggior parte delle persone non può essere recuperata se non c'è un Gruppo; il Gruppo deve quindi sopravvivere per la salvezza del singolo.



Controlla le tue Tradizioni

da «Grapevine»

“Controlla” le tue Tradizioni

PRIMA TRADIZIONE: Il nostro comune benessere dovrebbe venire in primo luogo; il recupero personale dipende dall'unità di A.A.

1. Nel mio Gruppo sono una persona che sta ricostruendosi, ricucendo le sue lacerazioni o sono uno che polemizza e critica? Diffondo i pettegolezzi e faccio l'inventario degli altri membri?
2. Cerco soluzioni pacifiche? O, con il consueto prelude «discutiamone un po'», polemico con tutti?
3. Sono gentile con chi non mi prende per il verso giusto, o reagisco con acidità?
4. Ho l'abitudine di fare polemici paragoni fra un Gruppo e l'altro, mettendo in rilievo i contrasti fra la A.A. di un posto e quella di un altro?
5. Minimizzo certe attività in A.A. considerandomi superiore a certi aspetti del Servizio in A.A.?
6. Cerco di essere informato su A.A. nella sua globalità? Aiuto A.A. nel suo insieme o dò il mio appoggio solo a quella parte di A.A. che approvo e condivido?
7. Sono attento alle esigenze degli altri membri di A.A. come vorrei che il mio prossimo lo fosse con me?
8. Ironizzo sui luoghi comuni sull'amore e ho l'abitudine di indulgere in comportamenti che sfiorano l'ostilità?
9. Vado ad abbastanza riunioni e leggo letteratura A.A. in modo sufficiente a rimanere in un reale contatto con A.A.?
10. Metto in comune con A.A. tutto di me, il buono e il cattivo, accettando e dando aiuto all'Associazione?

da «Grapevine» - Novembre 1949

“Controlla” le tue Tradizioni

SECONDA TRADIZIONE: 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.

1. Ho criticato o appoggiato quelli che hanno incarichi nel mio Gruppo, i comitati di A.A.? I nuovi venuti? Gli anziani?
2. Sono completamente degno di fiducia, anche in segreto, nel lavoro da Dodicesimo Passo o relativamente ad altre responsabilità in A.A.?
3. Cerco credito nell'espletamento dei miei compiti A.A.? Approvazione per le mie idee?
4. Debbo salvare la faccia nelle discussioni di Gruppo, o posso cedere in buono spirito al consenso del Gruppo e lavorare di buon umore, allegramente?
5. Sebbene sia sobrio da alcuni anni, voglio ancora effettuare i miei turni di servizio?
6. In una discussione di Gruppo parlo di cose di cui non ho esperienza o poca conoscenza?

da «Grapevine» - Febbraio 1987

“Controlla” le tue Tradizioni

TERZA TRADIZIONE: L'unico requisito per essere membro di A.A. è il desiderio di smettere di bere.

1. Nella mia mente, sono prevenuto nei riguardi di qualche nuovo membro A.A. considerandolo un perdente?
2. Vi è qualche tipo di alcolista che privatamente non voglio nel mio Gruppo?
3. Mi erigo a giudice nello stabilire se un nuovo venuto è sincero o falso?
4. Permetto che la lingua, la religione (o mancanza di essa), la razza, l'educazione, l'età o altre cose di questo genere interferiscano con il mio trasmettere il messaggio?
5. Vengo impressionato dalla celebrità? Da un medico, un prete, un ex carcerato? O posso trattare questi nuovi membri semplicemente e naturalmente come un altro essere umano malato, come il resto di noi?
6. Quando qualcuno si rivolge ad A.A. avendo bisogno di informazioni o di aiuto (anche quando non può chiederlo a voce alta) ha veramente importanza cosa fa per vivere? Dove vive? Qual è la sua situazione domestica? Se è stato prima in A.A.? Quali sono gli altri suoi problemi?

da «Grapevine» - Gennaio 1970

“Controlla” le tue Tradizioni

QUARTA TRADIZIONE: Ogni Gruppo dovrebbe essere autonomo tranne che per le questioni riguardanti altri Gruppi oppure A.A. nel suo insieme.

1. Insisto nel dire che vi sono solo alcune vie giuste per fare le cose in A.A.?
2. Il mio Gruppo tiene sempre in considerazione il benessere del resto di A.A.? Dei Gruppi vicini? Dei «loners» in Alaska? Degli internazionalisti? Di un Gruppo a Roma o in Salvador?
3. Denigro il comportamento di altri membri quando questo è diverso dal mio, oppure ne traggio insegnamento?
4. Ricordo sempre che posso, in qualche modo, rappresentare tutta la nostra amata Associazione, per coloro che non ne fanno parte e sanno che io sono in A.A.?
5. Sono disposto ad aiutare un nuovo venuto in ogni modo — i suoi modi, non i miei — a restare sobrio?
6. Metto in comune la conoscenza degli strumenti di A.A. con gli altri membri che possono non averne avuto conoscenza?

da «Grapevine» - Aprile 1970

“Controlla” le tue Tradizioni

QUINTA TRADIZIONE: Ogni Gruppo non ha che un solo scopo primario: trasmettere il suo messaggio all'alcolista che soffre ancora.

1. Me la cavo mai dicendo: “Io non sono un gruppo, così questa o quella Tradizione non si applicano a me?”.
2. Sono disposto a spiegare fermamente a un nuovo venuto le *limitazioni* dell'aiuto di A.A., anche se egli si arrabbia con me per avergli rifiutato un prestito?
3. Oggi ho approfittato di un membro A.A. per un favore speciale o per una speciale considerazione solo perché sono un compagno di A.A.?
4. Sono pronto a fare il Dodicesimo Passo col prossimo nuovo venuto senza tener conto di cosa ciò comporterà a me?
5. Aiuto il mio Gruppo in tutti i modi possibili per adempiere al nostro scopo primario?
6. Ricordo che anche gli A.A. anziani possono essere alcolisti che ancora soffrono? Cerco sia di aiutarli, sia di apprendere da loro?

da «Grapevine» - Giugno 1970

“Controlla” le tue Tradizioni

SESTA TRADIZIONE: 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.

1. Gli amici del mio Gruppo e io dovremmo procurarci denaro per dotare il nostro ospedale locale di letti per A.A.?
2. È bene per un Gruppo affittare un piccolo fabbricato?
3. Dovrebbe il segretario del nostro Gruppo far parte dei più importanti comitati consultivi sull'alcolismo?
4. Alcuni alcolisti si tratterranno in A.A. solo se abbiamo una sala TV e una sala da gioco. Se questo è ciò che è richiesto per portare loro il messaggio, non dovremmo avere queste attrezzature?

“Controlla” le tue Tradizioni

SETTIMA TRADIZIONE: Ogni Gruppo A.A. dovrebbe mantenersi completamente da solo rifiutando contributi esterni.

1. Onestamente, sto facendo tutto quello che posso per aiutare A.A. (il mio Gruppo, il mio Distretto, i miei Servizi Generali) affinché A.A. si mantenga completamente da sola? Potrei mettere un po' di più nel cesto a favore del nuovo che non può ancora permetterselo? Come ero generoso quando ringraziavo in un bar!
2. Dovrebbe “Insieme in A.A.” vendere spazi pubblicitari a società editrici e case farmaceutiche, così da avere grossi profitti e divenire perciò una rivista più grande, a colori e venduta a un prezzo minore?
3. Se l'Ufficio dei Servizi Generali rimanesse a corto di fondi sarebbe bene lasciare che sia lo Stato a sovvenzionare i Gruppi A.A. negli ospedali e nelle prigioni?
4. È più importante ottenere una cospicua colletta da poche persone o averne una più povera ma a cui hanno partecipato più membri?
5. La relazione del tesoriere di Gruppo è una questione di poca importanza? Quale dovrebbe essere il pensiero del tesoriere?
6. Quanto importante è nel mio recupero l'amor proprio, piuttosto che il doversi sentire obbligati per la carità ricevuta?

“Controlla” le tue Tradizioni

OTTAVA TRADIZIONE: Alcolisti Anonimi dovrebbe rimanere per sempre non professionale, ma i nostri centri di servizio potranno assumere degli impiegati appositi.

1. Il mio comportamento è conforme alle Tradizioni? Se no, cosa ha bisogno di essere cambiato?
2. Quando mi irrito circa una particolare Tradizione, mi rendo conto di quanto ciò influisce sugli altri?
3. Cerco a volte di ottenere qualche ricompensa — anche se non in denaro — per i miei sforzi personali in A.A.?
4. Cerco di apparire in A.A. come un esperto in alcolismo? In recupero? In medicina? In sociologia? In A.A. stessa? In psicologia? In faccende spirituali? O, cielo aiutami, perfino in umiltà?
5. Faccio uno sforzo per capire cosa fanno gli impiegati A.A.? Cosa fanno i lavoratori in altre associazioni che si occupano di alcolismo? Son capace di distinguere con chiarezza tra gli uni e gli altri?
6. Nella mia vita A.A., ho avuto qualche esperienza che illustrasse la saggezza di questa Tradizione?
7. Ho prestato sufficiente attenzione al libro *I Dodici Passi e le Dodici Tradizioni*? All'opuscolo *La Tradizione in A.A. come si è sviluppata*?

“Controlla” le tue Tradizioni

NONA TRADIZIONE: 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.

1. Provo ancora a spadroneggiare sulle cose in A.A.?
2. Respingo gli aspetti formali di A.A. perché ne ho paura come se autoritari?
3. Sono abbastanza maturo da comprendere e usare tutti gli elementi del Programma di A.A. — anche se nessuno mi costringe a farlo — con un senso di responsabilità personale?
4. Esercito pazienza e umiltà in qualunque compito A.A. io assumo?
5. Sono consapevole di tutti coloro verso i quali sono responsabile in qualsiasi lavoro A.A.?
6. Perché tutti i Gruppi A.A. non hanno bisogno di uno statuto e di leggi?
7. Ho imparato ad uscire da qualsiasi incarico A.A. con grazia, quando viene il momento?
8. Cosa ha a che fare la rotazione con l'anonimato? Con l'umiltà?

da «Grupevine»

“Controlla” le tue Tradizioni

DECIMA TRADIZIONE: Alcolisti Anonimi non ha opinioni su questioni esterne; di conseguenza il nome di A.A. non dovrebbe mai essere coinvolto in pubbliche controversie.

1. Dò mai l'impressione che *esiste* veramente una “opinione A.A.”, circa l'antabuse? I tranquillanti? I medici? Gli psichiatri? Le chiese? Gli ospedali? Le prigioni? L'alcol? Il governo? La legalizzazione della marijuana? Le vitamine? Al-Anon? Alateen?
2. Posso onestamente partecipare la mia esperienza personale su qualcuno di questi argomenti senza dare l'impressione che io stia enunciando “l'opinione di A.A.”?
3. Cosa, nella storia di A.A., ha fatto sì che venisse formulata la Decima Tradizione?
4. Ho avuto un'esperienza simile nella mia vita?
5. Cosa sarebbe stata A.A. senza questa Tradizione?
6. Infango questa Tradizione o altre in modo impercettibile, forse inconscio?
7. Come posso manifestare lo spirito di questa Tradizione nella mia vita personale fuori di A.A.? In A.A.?

“Controlla” le tue Tradizioni

UNDICESIMA TRADIZIONE: 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.

1. Qualche volta propagando A.A. in modo così fanatico da farla sembrare *non* attraente?
2. Sono sempre attento a tenere per me le confidenze che mi sono state fatte in qualità di appartenente ad A.A.?
3. Faccio attenzione nel dire in giro nomi A.A., anche all'interno dell'Associazione?
4. Ho vergogna di essere un alcolista recuperato o in via di recupero?
5. Come sarebbe stata A.A. se non fosse stata guidata da questa idea contenuta nell'Undicesima Tradizione? Dove sarei io?
6. La mia sobrietà è abbastanza attraente da far sì che l'ubriaco voglia una condizione uguale per se stesso?

da «Grapevine»

“Controlla” le tue Tradizioni

DODICESIMA TRADIZIONE: 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.

1. Perché, secondo me, è una buona idea porre il comune benessere di tutti gli A.A. prima di quello individuale? Cosa mi accadrebbe se A.A. come tale svanisse?
2. Quando non mi fido degli attuali servitori A.A., chi vorrei avesse l'autorità di correggerli?
3. Nelle mie opinioni e osservazioni circa gli altri A.A. sto antepo-
nendo altri requisiti al semplice desiderio di smettere di bere?
4. Cerco mai di fare in modo che un certo Gruppo A.A. si unifor-
mi al *mio* modello, non al suo?
5. Ho una responsabilità personale nell'aiutare un Gruppo A.A.
ad adempiere il suo scopo primario? Qual è la *mia* parte?
6. Il mio comportamento personale riflette la Sesta Tradizione,
o è contrario a essa?
7. Faccio tutto quello che debbo fare per sostenere A.A. finanzia-
riamente? Quando è stata l'ultima volta che anonimamente ho
sottoscritto un abbonamento ad “Insieme in A.A.”, da regalare?
8. Mi lamento del comportamento di certi A.A.? Specialmente se
essi vengono pagati per lavorare per A.A.? Cosa *mi* rende così
pungente?
9. Adempio a tutte le responsabilità A.A. in modo tale da soddi-
sfare persino la mia coscienza?
10. Le mie espressioni riflettono sempre la Decima Tradizione, o
fornisco argomenti ai critici?
11. Dovrei tenere segreta la mia appartenenza ad A.A. o rivelarla
in conversazioni private quando ciò può aiutare un altro alcoli-
sta (e di conseguenza me)?
12. Qual è la *mia* reale importanza tra milioni di A.A.?

da «Grapevine»

Comprendere l'anonimato



**"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"**

Sesta tradizione

“Un Gruppo 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”

Solitamente nell'approfondimento di un tema nei suoi contenuti, specialmente quando si vuole stabilire un concetto e legittimarne la validità, si usa richiamarsi a un principio precedentemente espresso, e ormai

definitivamente accettato, per poter arrivare attraverso un ragionamento logico al concetto stesso. In questi casi viene comunemente usata l'espressione “facciamo un passo indietro”.

Volendo trattare la Sesta Tradizione, per meglio comprenderla e soprattutto per accettare senza riserve il pensiero in essa espresso, ci si consenta questa volta di “fare un passo avanti” e di ricorrere alla Settima Tradizione, il cui enunciato (“Ogni Gruppo A.A. dovrebbe mantenersi completamente da solo, rifiutando contributi esterni”) nella sua chiarezza stabilisce un principio inderogabile, nonostante il condizionale, a cui scrupolosamente attenersi.

La Settima Tradizione può suscitare stupore e a volte anche scetticismo e incredulità, ma coloro che hanno avuto la possibilità di conoscere A.A. più da vicino provano soltanto ammirazione e rispetto, proprio in virtù del rigore morale a cui essa si ispira. Un’ammirazione e un rispetto che perdurano nel tempo, grazie alla credibilità e alla fiducia che A.A. ha saputo conquistarsi. Fiducia, una parola che richiama alla mente una vecchia pubblicità televisiva dei tempi di “Carosello”, il cui slogan era: “La fiducia è una cosa seria”.

E per A.A. è sicuramente se-

ria, tanto che la Settima Tradizione è il suo “fiore all’occhiello”, un fiore vero, vivo, che per rimanere tale ha bisogno sì di nutrimento, ma non troppo, solo quel tanto che basta. Ma soprattutto ha bisogno di protezione, perché, pur essendo un fiore in grado di sbocciare e svilupparsi a qualsiasi latitudine, è estremamente delicato. C’è infatti un virus molto diffuso che ne minaccia la sopravvivenza; è un virus imprevedibile, subdolo, capace di sfuggire anche a rigorosi monitoraggi. Gli sono stati dati diversi nomi, praticamente tutti sinonimi di un unico vocabolo: **TENTAZIONE**.

A difesa di questo fiore, così bello quanto delicato, A.A. propone alcuni suggerimenti di carattere comportamentale che possono contribuire a prevenire il contagio; questi suggerimenti sono chiaramente espressi nella Sesta Tradizione, la quale ci ricorda che “Un Gruppo 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 presti-

gio, possano distrarci dal nostro scopo primario”.

Il motivo di quell'insolito “passo avanti” a cui si è fatto ricorso era, pertanto, soprattutto quello di legittimare, per alcuni forse in maniera un po' soggettiva, la grande importanza della Sesta Tradizione.

Forse perché condizionati da questa lunga premessa, ma soprattutto da questo tipo di ragionamento, se si va ora a rileggere il suo enunciato, quelle tre parole: Denaro, Proprietà e Prestigio, richiamano subito alla mente quella Tentazione a cui prima si faceva riferimento. Ma le tentazioni di per sé non sono una colpa, sono soltanto delle circostanze, a volte pericolose, per le quali si può essere indotti a comportamenti discutibili; nulla di più, soltanto discutibili. Infatti in A.A. non si parla mai di provvedimenti disciplinari o peggio ancora di allontanamento dal Gruppo; la Terza Tradizione insegna che sono entrambi inopportuni, oltre che arbitrari.

Le Tradizioni rappresentano lo statuto morale di A.A. e allo stesso tempo la salvaguardia del-

la sua unità; le indicazioni in esse espresse sono pertanto tese esclusivamente alla realizzazione costante di queste esigenze, per poter operare sempre al meglio. E la Sesta Tradizione è senz'altro quella che consente, se osservata nella sostanza oltre che nella forma, di operare al meglio e di porre A.A. al riparo da vincoli o ingerenze esterne, qualunque esse siano.

In A.A. si discute spesso sulla necessità di attenersi alle Tradizioni, mettendo per lo più in risalto i pericoli a cui si può andare incontro non rispettandole; un po' meno vengono invece considerate le motivazioni che possono allontanare da esse.

“Quando aiutano un altro alcolista, questi uomini si riempiono di zelo, ed è questo zelo che li mantiene sobri” (*A.A. Diventa Adulta* - Appendice E-c, pag. 334). Questa frase che suona come un omaggio all'alcolista, e in effetti lo è, può essere motivo di riflessione, in rapporto all'argomento di cui si sta trattando: la Sesta Tradizione. Quella piccola parola di quattro lettere, “ze-lo”, nella sua brevità, esprime, oltre all'ovvio significato di slan-

cio o entusiasmo, un insieme di moti dell'animo che, se mal governati, possono portare a un altro tipo di "ubriacatura", all'ubriacatura di se stessi, ossia all'esaltazione, al fanatismo, all'infatuazione. Un groviglio di sentimenti che stravolgono il buon senso, quello cioè della misura, della moderazione, della prudenza e del riserbo, per sconfinare in quella pericolosa lusinga che si chiama "protagonismo". Un protagonismo solitamente ricco di "buone intenzioni". Ma chi può mai dubitare delle buone intenzioni di un alcolista? Un protagonismo però che inevitabilmente conduce al discredito e a una visione distorta dell'immagine di A.A. Questo è il vero pericolo, cioè la tentazione di se stessi, la voglia di salire sul podio, dimenticando che in A.A. ciascuno dovrebbe limitarsi a suggerire la musica, mai dirigere l'orchestra, alla cui direzione è abilitato un maestro invisibile, ma sempre presente, l'unico in grado di interpretare lo spartito: la Coscienza di Gruppo.

Nel mondo sconvolto in cui oggi viviamo, sconvolto dalle

miserie umane e da mille ingiustizie, è sempre più forte la voglia di solidarietà. Nel suo nome si stanno mobilitando tutte le forze, così dette sane, della società. La maggior parte di esse però, sempre in nome di quella solidarietà, bombarda l'opinione pubblica attraverso i più svariati canali di informazione, con appelli e inviti alla collaborazione, a un atto di generosità, in ultima analisi a un contributo, anche piccolo. La disponibilità di questi canali di informazione è sconcertante, tanto sconcertante da far pensare che anche la solidarietà ha un prezzo.

A.A., che in quanto a solidarietà non è seconda a nessun altro tipo di associazione, non può e non deve far parte di quel coro; le buone intenzioni non bastano per "chiudere un occhio", sarebbe l'inizio della fine, la fine di A.A., dei Gruppi, di ognuno di noi, delle nostre famiglie, dei nostri figli.

La nostra ricchezza è la povertà. Poveri fuori, ma ricchi dentro.

A.A. non morirà mai di sete, se saremo capaci di fare affidamento esclusivamente su noi

stessi, perché, come disse in uno dei suoi discorsi il Presidente del Consiglio dei Servizi Generali, Bernard Smith, "Dio fornisce l'acqua, ma noi dobbiamo scavare i pozzi".

In *A.A. Diventa Adulta* (fonte inesauribile a cui attingere per trovare spunti preziosi) a pag. 246 sono riportati alcuni passaggi di un discorso di Bill particolarmente significativi che si attagliano molto bene alla Sesta Tradizione. Sentiamo cosa dice Bill.

"Per contro cerchiamo di non diventare mai una corporazione chiusa; cerchiamo di non rifiutare mai la nostra esperienza, se può essere utile, al mondo che ci circonda. Lasciamo che ciascuno dei nostri membri ascolti il richiamo in ogni campo dell'impegno umano. Lasciate che trasmettano l'esperienza e lo spirito di A.A. per il bene che forse potranno fare. In quanto non solo Dio ci ha salvati dall'alcolismo, ma il mondo ci ha nuovamente accolto nel sociale. Tuttavia, anche se sembra un paradosso, dobbiamo realizzare che più l'Associazione Alcolisti Anonimi, in quanto tale, tende ai suoi

propri affari e si occupa solo di essi, più grande sarà l'influenza generale, minore sarà l'opposizione e maggiore sarà il numero di coloro che rispetteranno la nostra Associazione".

Basterebbe rileggersi ogni tanto questi passaggi, per regolare opportunamente i nostri comportamenti.

L'alcolista abituato, quando beveva, a pavoneggiarsi delle cose che "credeva di poter riuscire a fare, se solo lo avesse voluto", una volta approdato in A.A., capisce di non poter continuare a ingannare gli altri, tanto meno se stesso. In virtù di questa presa di coscienza accetta i suoi limiti e fa quello che può, in serenità e con umiltà. Le spaccionate non fanno più parte del suo repertorio, le manie di grandezza appartengono ormai al passato.

Il suo nuovo codice morale gli impone un unico scopo: mantenersi sobrio e trasmettere il messaggio non "a tutti i costi", ma nel rispetto delle Tradizioni.

Questo ci regala la Sesta Tradizione: "UNO STILE UNICO".

Anonimo - Liguria

Settima tradizione

“Ogni Gruppo A.A. dovrebbe mantenersi completamente da solo, rifiutando contributi esterni”

Anche la “Settima” andrebbe vissuta, come tutte le nostre Tradizioni! Da non tanto tempo “sento” questa Tradizione: non si tratta solo di denaro, anche se di denaro si parla. È un po’ come quell’“attimo di silenzio...” che mi fa pensare al problema che mi ha portato in A.A.

Forse, da quella sera in cui

ho avuto il privilegio di portare una persona in un Gruppo di un’altra città e decisamente rifiutai i soldi per la benzina, forse, proprio da quella volta, ho capito l’importanza di questa Tradizione. Ero contenta di dire no.

Anche se la persona non è più tornata, io intanto avevo capito un altro po’ della Settima

Tradizione. Ricordo, o meglio, non ricordo bene la mia prima riunione, ma senz'altro era stato detto anche a me di non mettere i soldi nella borsetta che girava quella sera. Potevo anch'io non tornare, e le mie, allora veramente 1.000 lire, A.A. le avrebbe accettate da una persona non ancora membro di A.A.. Mi sono riconosciuta subito come alcolista e, frequentando i Gruppi, ho capito che le offerte, anche i miei soldi, servivano per coprire le spese del Gruppo: affitto, luce, bibite, caramelle.

Cominciai a leggere presto, non rendendomi conto che acquistando un libro della nostra letteratura ufficiale, oltre a fare qualcosa per me, mettevo anche un piccolo contributo nella "borsetta" di A.A. Quello che fa bene a me, fa bene all'Associazione, ed io ne faccio parte!

Mi ero, sì, inserita nel mio Gruppo, ma che facessi parte veramente di una grande famiglia, l'ho sentito al mio primo Raduno di Rimini. Perché, quando ho visto girare la scatola con la scritta "Settima Tradizione", ho

pensato: "Ma come, anche qui 'loro' vogliono i soldi?" E non mi vergogno di dire che questi allora erano i miei pensieri.

Pensavo di essere a posto con la mia coscienza, tanto io pagavo tutto ciò che consumavo. Ma, proprio durante questo Raduno, ho potuto vedere quanto lavoro ci doveva essere dietro per far sì che tutto funzionasse e che tutto funzionava.

Quella volta avevo veramente capito che i soldi non sono solo di un Gruppo ma che servono per far funzionare A.A. Adesso so che per una Conferenza ci vuole una preparazione, e come! Non mi dispiace di aver cambiato opinione sulla famosa medaglia del compleanno che viene regalata ancora in parecchi (troppi) Gruppi. L'ho ricevuta anch'io. Aveva ragione uno degli anziani quando diceva che questo è fuori dalle Tradizioni.

Oggi invece sento che vorrei dare io la medaglia ad A.A.. Per "sentire" questo, mi ci sono volute molte ventiquattro ore, perché nell'87, alle mie prime riunioni, avevo altro a cui pensare.

Forse non c'è ancora abbastanza "informazione"? Anche il significato del Piano Compleanno l'ho dovuto "scoprire" al momento opportuno; per tutto ho dovuto aspettare il momento giusto. Il fatto di ridare anche solo una minima parte di ciò che sto avendo, certo non sostiene l'Associazione, ma la può aiutare, come ci si aiuta noi, l'uno con l'altro, in questa nostra catena. Quello che fa bene all'Associazione fa bene anche a me, perché io ne faccio parte.

Ne faccio parte, perché nell'87 il mio medico era già informato sull'esistenza di Alcolisti Anonimi. Tuttavia, solo l'anno scorso, gli ho domandato se avrebbe accettato un abbonamento ad "Insieme in A.A.". Così oggi ne faccio due di abbonamenti ma, anche in questo caso, lo sto facendo per me. Infatti, questo medico ha mandato un'altra persona in A.A. ed io per la mia sobrietà ho bisogno di trasmettere il messaggio; che non può essere trasmesso se non facciamo conoscere sempre più l'esistenza della nostra Associazione.

Ma lo sanno tutti i Gruppi che con un solo abbonamento in più per ogni Gruppo si aumenterebbe di circa 400 il numero delle sottoscrizioni alla nostra rivista?

Facciamo i conti, guardiamo la torta! Ma, non tanto quella del compleanno, quanto invece quella dei contributi e da dove arrivano. Poco tempo fa ho scoperto un'altra cosa importante: l'anniversario di A.A. del 10 giugno. Eppure avevo già letto qualcosa sul significato di quella data per la nostra Associazione.

Nel Gruppo sono sempre in tempo per dire la mia idea ai miei amici; è possibile che qualcun altro abbia già avuto prima di me un'idea simile e così prima o dopo la si potrà mettere in pratica.

I Servizi Generali, per quanto mi riguarda, non sono più "loro di Roma", come vengo spesso chiamati. Sono i miei amici che stavano già lavorando per me, quando io non avevo ancora deciso di chiedere aiuto. Adesso sento il dovere di lavorare insieme a loro. Perché ho bisogno di tutti per crescere.

M. - Toscana

Ottava tradizione

“Alcolisti Anonimi dovrebbe rimanere per sempre non professionale, ma i nostri centri di servizio potranno assumere degli impiegati appositi”

L'Ottava Tradizione è stata concepita dai Fondatori di A.A. dopo ampie ed anche roventi discussioni, in quanto il confine tra professionalismo e lavoro da Dodicesimo Passo dovrebbe essere certo ed invalicabile. La parola giusta per sottolineare questa differenza è “denaro”.

L'esperienza di A.A. ci ha insegnato che l'anonimato è sacro ed inviolabile. Quindi partendo da queste constatazioni possiamo affermare che non possiamo parlare, discutere, confrontarci su una singola Tradizione, ma dobbiamo tenere conto del programma di vita di A.A. nel suo insieme, nella sua totalità ed ampiezza.

La nostra Associazione deve compiere ogni possibile sforzo, anche finanziario, per portare il messaggio di speranza all'amico sofferente; deve avere a disposi-

zione tutti gli elementi che permettano di farci conoscere, di far sì che A.A. continui e cresca in libertà e semplicità, evidenziando le esperienze vissute dai moltissimi membri. Essi hanno cercato, con umiltà, ma con successo, di far conoscere A.A., mantenendo intatto il valore spirituale del nostro cammino.

Ottenere ciò senza cadere nel professionalismo non è semplice. La natura umana, e noi alcolisti ne sappiamo qualcosa, cerca con caparbieta di ottenere successo, denaro, prestigio. Per fare questo calpesta anche i più semplici valori morali; mette in risalto ambizioni sfrenate, orgoglio, presunzione. Tutto questo per apparire in un mondo sempre più materialista, consumista, intollerante; un mondo che tende ad emarginare i più deboli, i discrediti, i tossici, gli alcolizzati, ecc.

I membri di A.A. che hanno la capacità e il coraggio di spiegare il profondo significato del nostro messaggio attraverso i mezzi di comunicazione non dovrebbero considerarsi “esperti” in alcolismo, in recupero delle persone, in psicologia, in medicina, ecc., e tantomeno in A.A. stessa. Dovrebbero sottolineare l'importanza del Gruppo nell'ottenimento del loro recupero; Gruppo che ci ha consentito, imparando ad ascoltare, un risveglio spirituale caratterizzato dalla antica, ma sempre valida ed attuale massima: “Generosamente hai ricevuto, generosamente dai”.

Dobbiamo però affermare che non siamo contro i “professionisti”, che siamo pronti a collaborare, ma che è altrettanto vero che il professionista con noi ha fallito, non è stato efficace.

Per continuare nella crescita a piccoli passi che A.A. ci indica, dovremmo trasferire i principi delle Tradizioni nel nostro vivere quotidiano. Anche i principi che scaturiscono dall'esame della Ottava Tradizione dovrebbero essere trasferiti e messi in pratica nel vivere quotidiano. Ecco allora che riusciamo a vedere la real-

tà che ci circonda, le difficoltà che dobbiamo affrontare. Dobbiamo renderci conto del nostro essere, dei nostri limiti, delle nostre capacità. A.A. ci dice che siamo ammalati di alcolismo, ma che, tramite il cammino indicato, abbiamo trovato una via d'uscita dal problema che ci rovinava l'esistenza. Non potremo mai essere, come membri di A.A., dei “professori di alcolismo”, ma di... bevute, di sbornie!

Ora, passando al singolare, mi sento in grado di affermare che, dopo il recupero ottenuto nel mettere in pratica, con tutti i miei limiti, i Passi e le Tradizioni, ho ritrovato me stesso, moralmente, fisicamente e professionalmente. Sono di nuovo “sul mercato”. Sarò pertanto apprezzato e pagato per quello che valgo, per il lavoro che svolgo.

Ciò mi rende finalmente responsabile del mio agire e quindi non sono più alla vana rincorsa del compiacimento degli altri, dell'apprezzamento degli altri, del soddisfacimento di ambizioni sfrenate. Tutto questo, credo, l'Ottava Tradizione cerca di consigliarmi.

M.-Lombardia

Undicesima tradizione

*“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”*

Abbiamo meditato a lungo su quanto enunciato nell’Undicesima Tradizione, sull’anonimato presso i mass media, senza peraltro giungere ad una vera e propria decisione univoca. Per nostra fortuna.

Su un punto però ci siamo trovati d’accordo; le nostre attività di pubblica informazione dovrebbero basarsi unicamente sul concetto di attrazione e non di propaganda, proprio a salvaguardia di quell’anonimato che ci ha permesso di uscire dal “problema alcol”. La propaganda potrebbe generare in chi non ci conosce l’illusione che Al-

colisti Anonimi abbia delle certezze da offrire e delle speranze illusorie che il nostro Programma è ben lungi dal voler imporre a chicchessia. Nessuno di noi è missionario né tanto meno paladino di crociate “anti-alcol”; siamo ben consci che il nostro scopo primario è rimanere sobri ed aiutare altri amici a raggiungere e consolidare la propria sobrietà.

L’attrazione invece ci permette di agire in modo che qualsiasi nuovo venuto possa sentirsi a proprio agio sin dal momento in cui viene a fare parte del Gruppo.

Perché è così importante per noi mantenere sempre l'anonimato nei confronti dei mass media? Una prima risposta a questa domanda potrebbe essere che nessuno di noi è l'ideatore del metodo che ci ha ridato la coscienza di noi stessi e restituiti alla capacità di usare le nostre intelligenze non più in modo autodistruttivo, ma creativo; è invece la coscienza di Gruppo che ci ha donato questa possibilità.

In secondo luogo, con l'anonimato possiamo tenere a bada il grande nemico sempre in agguato, il protagonismo, che di certo nuocerebbe in primo luogo a noi stessi e certamente alla immagine di A.A. tutta.

Con quale coerenza sacrificheremmo in pubblico il nostro anonimato, pur garantendo nello stesso momento quello degli altri dentro e fuori del Gruppo? Quale fiducia ci verrebbe data? E dove andrebbe a finire il principio di uguaglianza di fronte alla malattia, il chiamarsi solo per nome senza chiedere informazioni riservate di alcun genere, regola basilare e colonna portante della nostra lunga strada co-

mune verso il recupero? Certo, fra di noi ci sono sicuramente persone che ricoprono cariche importanti o sono in qualche modo delle figure pubbliche. Come verrebbe garantito il loro anonimato?

Siamo ben consci che l'anonimato è frutto di consolidata esperienza e di errori precedenti. Ed è proprio dall'esperienza di chi è venuto prima di noi e di chi oggi vive in A.A. assieme a noi che abbiamo tratto la forza di andare avanti e di (speriamo) crescere.

Per di più, quale credibilità avremmo se uno qualsiasi di noi si presentasse dichiarando di possedere il metodo "infallibile" per guarire tutti dalla malattia alcolismo? D'altro canto, ci rendiamo conto che, se il mantenere l'anonimato può avere creato presso i mass media diffidenza ed incredulità nei nostri confronti, a ben vedere, questa incomprensione viene ben presto fugata. Gli "altri" imparano a conoscere a fondo e ad apprezzare nella giusta misura noi e l'Associazione nel suo insieme.

A.B.C. - Piemonte

Dodicesima tradizione

“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”

Quanto sembra strana la nostra Associazione! Proprio nell’ultima delle Tradizioni, la Dodicesima, Bill ci viene a parlare della “Base spirituale di tutte le nostre Tradizioni”, sovvertendo apparentemente una numerazione progressiva e logica delle esperienze della storia di A.A..

Tutte le volte che mi sono soffermato a riflettere sulle Dodici Tradizioni e mi sono imbattuto, alla fine, nella Dodicesima, una forte carica emotiva mi ha riempito l’animo; di contro, la mia razionalità perfezionistica ri-

ceveva uno scossone di fastidio: non capivo come una Base spirituale potesse porsi alla “fine” delle Tradizioni.

Ora, con il passare del mio tempo in A.A., forse comincio ad intuire qualcosa. In A.A. nulla è imposto e nulla, penso, avviene solo perché lo si voglia. Per arrivare al principio dell’A-nonimato, sia come concetto sia come esperienza di vita individuale in A.A., finalizzata al bene dell’Associazione, occorre sicuramente capire ed accettare quanto sia importante A.A. per tutti noi; quanto sia più

importante la rinuncia per il bene comune.

Occorreva che tutte le esperienze di vita di A.A. e che tutti i principi che da dette esperienze sono maturati, venissero accettati al punto da poter essere digeriti pian piano da chiunque, senza traumi e con la massima libertà individuale: con dolcezza.

L'alcolista che lavora insieme a tanti altri, in spirito di rinuncia per il bene comune, pronto a mettersi da parte con serenità ed a porsi in discussione con umiltà nei confronti di se stesso e degli amici di A.A., è un'immagine rassicurante per la crescita della nostra Associazione, finalizzata al nostro stesso recupero ed alla trasmissione del messaggio all'alcolista che ancora soffre.

Credo anche che il porre l'Anonimato all'ultima Tradizione, sia un po' un monito per chi già si occupa di Servizio da diverso tempo: non dovremmo mai, in nessun momento della nostra vita, dimenticare di essere alcolisti, con tutto il nostro egocentrismo pronto a riemergere nel momento in cui ci si sente un po'

"anziani in A.A." e quindi, forse, "al sicuro". Quando ciò avviene nell'alcolista che si trova impegnato nel Servizio, il suo protagonismo non riguarda solo lui, ma può restarne coinvolto il suo Gruppo o persino l'intera Associazione.

Ecco che all'ultima Tradizione, la Dodicesima, Bill viene a ricordarci che la Base spirituale delle nostre Tradizioni è l'Anonimato, espresso con umiltà, con spirito di rinuncia, con abnegazione verso gli altri amici alcolisti; è semplicemente essere uno fra tanti, uno che ha voglia di recuperarsi insieme agli altri, uno che ha voglia di lavorare con gli altri per gli altri, uno che ha voglia di stare con gli altri (i tre Legati).

Ecco che avviene ancora un miracolo: dall'Unità in A.A. e dal Servizio in A.A. si riscopre il bisogno di umiltà personale, il bisogno di spirito di rinuncia, il bisogno di "non prendersi troppo maledettamente sul serio", il bisogno di Anonimato; e quindi si riscopre il proprio recupero! Che trappola meravigliosa!

P.-Sicilia

©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 potemmo 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 potemmo 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.

Passi e Tradizioni. Copyright A.A. World Services Inc.

**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. 06.663.66.29
c/c n. 74028002

Direttore Responsabile: Demetrio Panciroli

Registrazione Tribunale di Roma n. 60/82 del 13/2/82
Periodico di proprietà dell'Associazione «A.A. Alcolisti Anonimi ONLUS»,
ceduto prevalentemente ai propri associati
Fotocomposizione e stampa: Tipografia I.B. - Via Giuseppe Boffito, 24 - 00135 Roma
Telefono e fax 06.30.96.932

sommario

- 3 Prima Tradizione, Gruppo "Meteora" - Belluno
- 7 Terza Tradizione, Gruppo di Merate
- 13 Quinta Tradizione, F.-Emilia Romagna
- 18 Le Dodici Tradizioni. Un distillato dell'esperienza di A.A.
- 19 Controlla le tue Tradizioni
- 33 Sesta Tradizione, anonimo-Liguria
- 38 Settima Tradizione, M.-Toscana
- 41 Ottava Tradizione, M.-Lombardia
- 43 Undicesima Tradizione, A.B.C.-Piemonte
- 45 Dodicesima Tradizione, P.-Sicilia