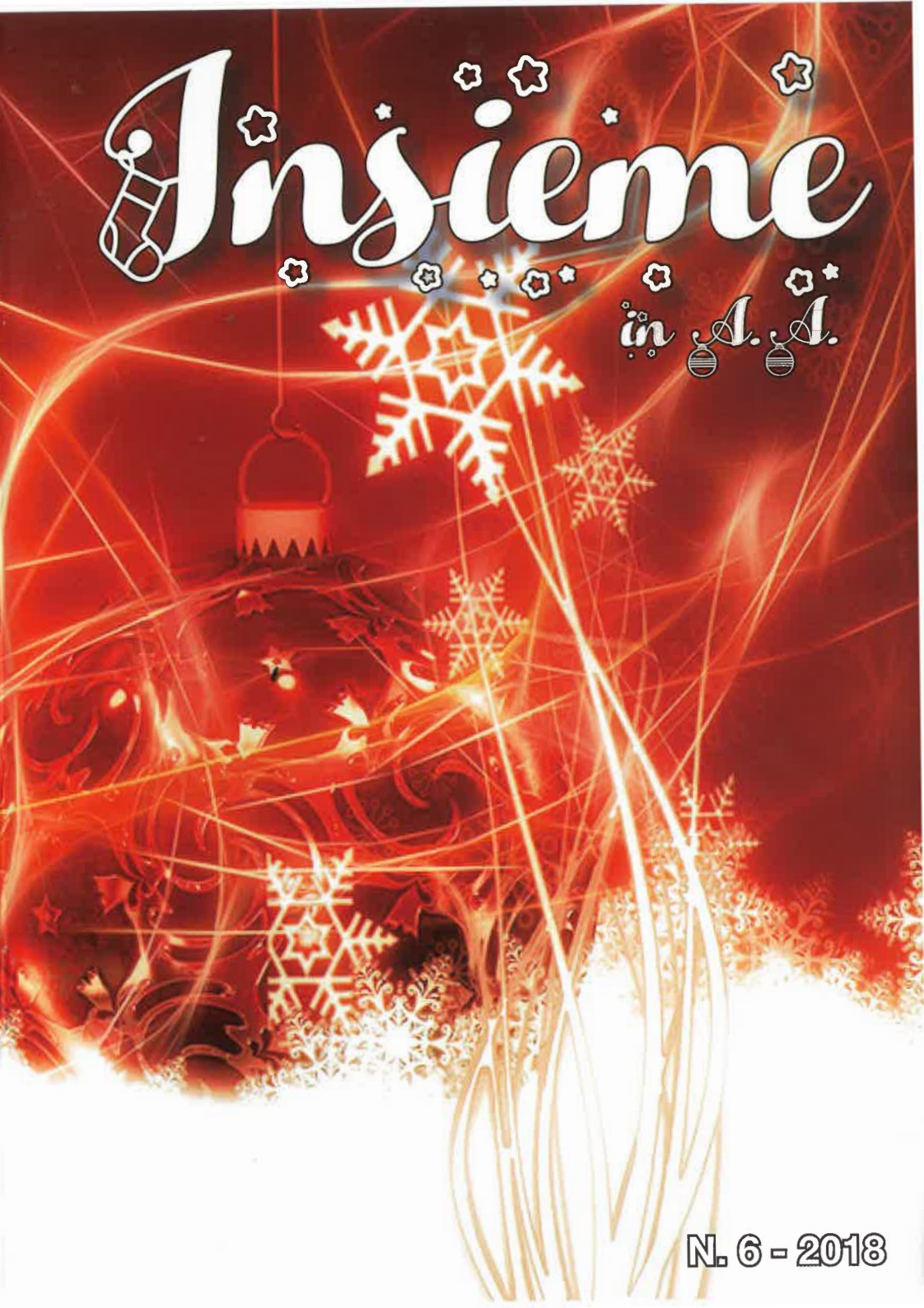




Insieme

in A.A.

N. 6 - 2018

I Dodici Passi

1. Abbiamo ammesso di essere impotenti di fronte all'alcol e che le nostre vite erano divenute incontrollabili.
2. Siamo giunti a credere che un Potere più grande di noi potrebbe ricondurci alla ragione.
3. Abbiamo preso la decisione di affidare le nostre 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, l'esatta natura dei nostri torti.
6. Eravamo completamente pronti ad accettare che Dio eliminasse tutti questi difetti di carattere.
7. Gli abbiamo chiesto con umiltà di eliminare i nostri difetti.
8. Abbiamo fatto un elenco di tutte le persone cui abbiamo fatto del male e siamo diventati pronti a rimediare ai danni recati 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 il nostro 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, pregandolo solo di farci conoscere la Sua volontà nei nostri riguardi e di darci la forza di eseguirla.
12. Avendo ottenuto un risveglio spirituale come risultato di questi Passi, abbiamo cercato di portare 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.



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 altri a recuperarsi dall'alcolismo.

L'unico requisito per divenirne membri è desiderare 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.

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: Fausto Da Pozzo

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 Città Nuova della P.A.M.O.M.

- Via Pieve Torina 55 - 00156 ROMA -

Numero Verde

800 411 406

Settembre - 2018

Telefono e Fax: 06.6530467/7063207185- E-mail: segr.tipografia@cittanuova.it

Dal Comitato Letteratura e Comitato "Insieme"

*Carissimi amici,
è con una profonda gioia nel cuore che vi ringrazio, e con me lo fanno
il comitato Letteratura ed Insieme in A.A., per l'affetto che abbiamo
ricevuto da voi, durante questo Raduno.*

*I vostri sorrisi, i vostri saluti, le vostre parole, i vostri caffè: tutto ha con-
tribuito a rendere speciale il XXIV Raduno della nostra associazione.
Abbiamo lavorato con passione ed unità per poter arrivare a voi,
facendovi capire quanto affetto e quanto impegno ci mettiamo
nel portare avanti il nostro servizio.*

*Dai risultati raggiunti, sembra che ci siamo riusciti.
Ancora una volta: grazie!!! Grazie ad ogni singolo amico che, metten-
do insieme esperienza, forza e speranza, si impegna a trasmettere il
messaggio (anche attraverso la parola scritta), a chi ancora soffre.*

Serene e gioiose 24 ore a tutti noi, Alcolisti Anonimi.

Anna Maria O.

Fiduciaria Comitato Letteratura ed Insieme in A.A.

*Un grazie a Voi tutti per la disponibilità
pazienza ed impegno profuso
Area Valle d'Aosta.*

*Ciao, un grazie particolare va a te e Comitato per
l'impegno che mettete per darci gli strumenti per
poter trasmettere il Messaggio di A. A.
Grazie Giuseppina Carniga*

*Grazie a te!! Anna Maria, per il tuo
grandissimo lavoro!!
Un abbraccio Serene 24 ore
Marta Coordinatrice area Marche*



Benvenuto

Gratitudine giorno per giorno	pag. 4
Chi è l'alcolista	pag. 6
Mi accettai	pag. 7
Riunione con testa e cuore	pag. 8
All' amico Elio	pag. 10

Raduno 2018

Il ruolo della letteratura nell'identità di A.A.	pag. 11
Con albero vuoto	pag. 14
Gruppo Primo Novembre Matera	pag. 16
Primo servizio	pag. 17
Il ruolo della letteratura nell'identità di A.A.	pag. 18
Raccolta impressioni post raduno	pag. 19
La mia piccola luce	pag. 21
Raduno 2018	pag. 22
Manteniamola semplice	pag. 23
Ascoltiamo! Al raduno	pag. 24
Raduno 2018	pag. 25
Un raggio di luce che dissolve paure e ombre	pag. 26

Inserto staccabile | **Non prendiamoci troppo sul serio** pag. 27

Raduno Rimini 2018	pag. 35
Pensieri al raduno	pag. 36
Testimonianza raduno Alateen	pag. 37
Rimini 2018 con Insieme in A.A.	pag. 38
Ciao a tutti	pag. 40
Prima esperienza	pag. 42
Dal carcere	pag. 43
Salve sono Christian e sono un alcolista anonimo	pag. 45
Undicesimo Passo	pag. 46
Undicesimo Passo	pag. 48
Dodicesimo Passo	pag. 49
Comprendere l'anonimato a livello di gruppo	pag. 51
Mettete sù il caffè	pag. 52
L'anonimato rubato	pag. 55
Trasmettere il messaggio	pag. 56
Riflessioni dodicesima Tradizione	pag. 59
Accadde e Auguri ai Gruppi	pag. 61

Benvenuto....

GRATITUDINE, GIORNO PER GIORNO

Il primo insegnamento pedagogico è stato quello di ringraziare chi ci offriva una caramella o un giocattolo! Da adulti la gratitudine ha perso il suo vero senso emotivo. Si ringrazia per educazione o per pura formalità. Quando nel periodo attivo ho fatto terra bruciata, quando la solitudine e la bottiglia erano le uniche cose che vivevo quotidianamente, quando credevo di essere DIO e di risolvere tutto da sola, il mio Potere Superiore mi ha fatto trovare in modo rocambolesco A.A.: è arrivata la salvezza.

La mia gratitudine non si è più esaurita, mi ha fatto rinascere e dato la possibilità di VIVERE gratis, non ha chiesto niente in cambio! Mi ha dato la possibilità di essere serena nella buona e nella cattiva sorte, impossibile ripagare un simile dono!

Mi ha messo a disposizione il programma di A.A., ho avuto la possibilità di conoscere AMICI veri che mi hanno aiutato a fare il mio percorso, a volte in salita, a volte tortuoso.

La mia gratitudine non è MAI venuta meno, con i miei limiti e possibilità, mi sono dedicata ad aiutare

altri amici in difficoltà, partecipato alle Riunioni trasmettendo le mie emozioni, le mie difficoltà, quando dovevo cambiare quello che potevo, dando il buon esempio con la coerenza e l'esprimere il mio cambiamento, ha salvato la mia famiglia con suggerimenti simili alle mie situazioni quotidiane, a volermi bene! Credevo fosse impossibile ma l'ho imparato, non basta un semplice Grazie!

Il mio giornalino, INSIEME IN A.A. mi fa sentire in un'unica famiglia. L'INSIEME è sempre stato presente nel percorso della mia vita, come una Riunione in A.A.

Sono dispiaciuta che questo giornalino, che richiede molto lavoro e molto amore sia sottovalutato o addirittura ignorato! La mia gratitudine verso queste persone che lavorano nell'ombra, a cui va tutta la mia stima e la mia solidarietà.

E' da parecchie 24ore che sono in A.A. ma sarò eternamente grata all'associazione che mi aiuta a proseguire il mio percorso qualunque sia.

Il domani che non mi appartiene sarà, a DIO piacendo, costellato di doni, che probabilmente non merito.

Un affettuoso abbraccio a tutti.



**Il Meglio di Insieme
più abbonamento
Insieme in A.A. 2019
€ 25.00**

**Il Meglio di Insieme in A.A.
€ 10.00**

A.A. Alcolisti Anonimi - Ufficio dei Servizi Generali
Via di Torre Rossa 35 - 00165 ROMA
Tel. 06.6636629 Fax 06.6626334
E-mail: aaItaly@tin.it - Web: www.alcolistanonimitalia.it

**Numero Verde
800 411 406**

grafica realizzata con xtribus - Licenza gratuita

CHI E' L' ALCOLISTA ? “

Bella domanda fatta agli alcolisti... !!! Siano in recupero che in attività alcolica, descrivere un alcolista non è difficile per chi è stato nel problema, anche se ognuno ha la sua storia personale e un suo percorso in A.A.

Chi ha iniziato a bere da giovane, chi dalla mezza età, chi da anziano, c'è chi si sentiva un Dio chi una nullità.

A.A. ci ha fatto capire che nel mezzo sta il positivo. Non si pretende di essere specialisti nel descrivere l'alcolista ma dalle nostre esperienze qualcosa si può dire.

Perchè uno diventa alcolista? Non ci sono risposte valide a questa domanda. In Gruppo si sentono testimonianze diverse ma resta il fatto che o si è alcolisti o no, il “ni” non esiste diceva un nostro amico che ci guarda dal Cielo, ed ognuno ha il diritto di dichiararsi con questo “titolo”, a nessuno è permesso di giudicare una persona anche se beve esageratamente.

A titolo personale vorrei scrivere la mia esperienza, analizzando il mio passato e anche il mio presente.

Ho iniziato a bere da giovane, per essere diversa, io che ero piena di complessi, eppure avevo una vita facile, vissuta in una famiglia che non mi ha fatto mancare nulla. Certo all'epoca dialogo tra genitori e figli non esisteva. Ma oggi come oggi mi rendo conto che mi mancava di più “la conoscenza di me stessa”, del mio essere, difetti di carattere accentuati e penso

che per tutti sia stato ciò che ci ha fatto arrivare al fondo “alcolico” e “Spirituale” e diventare degli alcolizzati. Che l'alcolismo sia progressivo l'ho constatato a mie spese, il primo goccio di alcol innescava la compulsione e non c'erano Santi che mi fermassi lì, con le conseguenze che tutti noi sappiamo. Certo ognuno di noi ha il suo percorso quando era in attività, ma rimane il fatto che siamo tutti uguali nella malattia dell'alcolismo, non cercata ma...!Altra cosa che mi ha fatto riflettere su “Chi è l'alcolista?”: certo con A.A. il recupero, se si vuole, se ci si accetta come alcolisti e sapere che per noi, per il nostro fisico e per la nostra mente, l'alcol “E' VLENTO”... Beva chi può. Ma volevo mettere in evidenza una realtà: a me alcolista in recupero quei modi di essere rimarranno sempre, e non sempre sono facili da tenere sotto controllo.

Ma almeno “NON VOGLIO BERE”, è il mio riconoscere che l'alcol è più forte di me, e cerco, come mi insegnano i suggerimenti di A.A. e con il Programma “messo in pratica” di cambiare il mio comportamento, anche se non è sempre facile, ci provo. Non posso essere obiettiva se ho risposto validamente alla domanda iniziale, ma ci ho messo il cuore, merito anche delle testimonianze degli amici alcolisti Anonimi del mio Gruppo e di A.A. nel suo insieme.

Buone e serene 24 ore.
Gruppo Udine 1
Agosto 2018

MI ACCETTAI!

Quando entrai in Gruppo, ero all'ultima spiaggia, distrutto da una vita fuori controllo, l'alcol era diventato il mio padrone. Avevo perso la mia dignità di uomo e la libertà di scegliere se bere o non bere.

Dopo qualche giorno di continua frequenza sono riuscito a smettere di bere e mi sono accettato alcolista, un malato che ha bisogno della sua medicina quotidiana, e non un vizioso oppure un depravato da condannare.

Ho dovuto ammettere la mia totale impotenza di fronte all'alcol e che la mia vita era diventata incontrollabile. La perdita di controllo nel consumo non era legata all'uso eccessivo di alcol, mi sarò ubriacato due o tre volte in 52 anni.

Ma piuttosto in ogni occasione, lieta o meno, dovevo ricorrere all'alcol, senza necessariamente ubriacarmi, la cosa devastante è che ero diventato dipendente dall'alcol. Da quando ho smesso di bere ho avuto sempre la speranza che il Dio in cui confidavano gli amici del Gruppo mi desse la forza di continuare in questo meraviglioso viaggio e che facesse brillare anche in me, che ero sprofondato nelle tenebre più buie e profonde, una nuova luce.

Il Programma di recupero è basato sulla Spiritualità e quando mi offrono uno spiraglio per una nuova vita spirituale, iniziai a muovere i miei primi incerti Passi lottando contro questo, per me, nuovo modo di pensare e di vivere.... perché la società non capiva le "mie verità". Allora il mio sponsor

mi suggerì di portare nella mia vita le cinque azioni e di pregare, questo è un modo meraviglioso per vivere serenamente il Programma di recupero che, insieme alla pratica della preghiera, mi stanno aiutando in tutti i campi della mia vita. In un certo senso, questo è quello che faccio quando vorrei urlare a tutti "Amo la mia nuova vita", e continuo ad amarla indipendentemente da quello che mi succede, ho letto da qualche parte che "La preghiera non è altro che essere gioiosamente attenti alla vita", infatti sono semplicemente molto grato di essere nato e di aver vissuto in questi anni del mio recupero, una vita semplice e normale, se non mi fossi ammalato di questa malattia non avrei avuto nessuna possibilità di conoscermi e di poter cambiare.

Però devo ammetterlo adesso è difficile non essere sereni e felici quando penso a tutte le benedizioni che mi sono state donate in questa nuova vita.

Si dice che il camminare con consapevolezza in uno stato di gratitudine per la propria incredibile esistenza, potrebbe essere interpretato come vivere in uno stato di continua preghiera.

Non so se è vero, so soltanto che solo per oggi farò uno sforzo per essere più gioiosamente attento alle piccole cose della mia giornata, perché da quando vivo quest'atteggiamento di gratitudine, sono sereno e anche felice.

Grazie a tutti per avermi letto.
Serene 24 ore



RIUNIONE CON TESTA...E CUORE

Ricca, la serata di ieri, una Riunione del Gruppo con tantissimi spunti, riflessioni a partire dalla lettura del giorno ma anche da pensieri o suggestioni collaterali. Tante cose da tenere con me e portare a casa, poco da lasciar perdere. Molto, spesso le Riunioni hanno molto da dire ma questa volta ho sperimentato meglio la seconda parte importante per ottenere molto: l'ascolto.

E' la prima volta che in Riunione ho sentito emergere dalla mia partecipazione la voglia genuina e umile di ascoltare.

Le mie orecchie e il cuore erano una cosa sola, il cervello era lì per decodificare parole, frasi e proposizioni ma non aveva il primo posto: l'ascolto dirottava verso il centro della mia persona, un centro troppo dimenticato o lasciato a languire in qualche buia prigione per troppi anni, il cuore.

Ho sentito come il cuore riesce a capire quello che gli altri dicono e a coglierne immediatamente il valore; non solo quello che ha per me ma anche per chi parla. E' un ascolto empatico che ripropone ad ogni frase il desiderio di ascoltare ancora. Il cervello, lasciato da solo a far la parte del leone, tende a confrontare quello che uno racconta con il proprio bagaglio di esperienze per fare una gra-

duatoria delle priorità e stabilire eventuali errori di metodo. Questo genera un'atmosfera di dibattito per mettere sul tavolo la correttezza del mio punto di vista e blocca, nella fretta di mostrare i muscoli, la capacità di ascolto. Il cervello è competitivo perché ha bisogno di aver fiducia in sé stesso convincendosi di valere più degli altri. Il cuore invece dispone all'ascolto, ha sete di storie e vuole battere anche con il ritmo degli altri e si accontenta di quello che è. Quando proprio vuole fare gli straordinari si mette a battere come l'altro che racconta e accende la fantasia che lo guida verso una immedesimazione tale da fargli sembrare di averla vissuta lui quella storia. Poi il cervello gli ricorda che in realtà loro due non c'erano in quel racconto, così il cuore si ricorda di non esagerare con l'empatia altrimenti l'identificazione totale lo porterebbe a perdere sé stesso. Credo quindi, di essermi goduto la serata. Chissà come sarebbe stata la mia vita se avessi fatto così molto tempo prima... so che è inutile chiederselo perché la mia vita è una ed è quella in cui ho vissuto finora, tuttavia la curiosità mi viene, non serve a nulla ma tant'è. La cosa bella del vivere con il Programma è che esiste sempre il tempo per provare cose

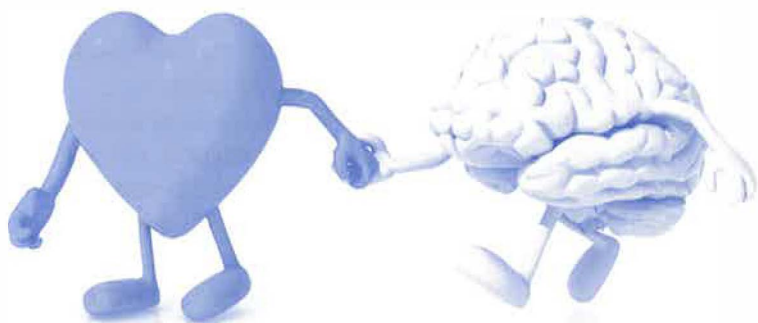


nuove, senza avere la nostalgia o il rammarico per ciò che non è stato, e con il desiderio di guardare avanti alla luce del nuovo dono. In questo modo anche quando la serata ha preso una piega decisa verso il Servizio, in termini operativi, tecnici, mi sono ben disposto all'ascolto con il cuore e non ho provato il disinteresse delle altre volte, in cui mi disimpegnavo dalla comprensione e pensavo ad altro. Era il cervello che dominava, ed esercitava la sua dittatura per imporre quello che gli interessava; quello che non voleva (o non riusciva) a capire non lo riguardava.

Ieri sera il cuore è riuscito in una cosa grande: le questioni "tecniche" dell'argomento di Servizio sul tavolo erano limpide e interessanti perché il cuore mi faceva sentire l'importanza di quello che si discuteva per la vita dei Gruppi e dell'Associazione.

L'interesse era suscitato dalla posta in gioco dietro la struttura del cuore, il cuore riesce a vedere il valore nascosto nelle cose, il cervello si fa affascinare dalla struttura, dalla confezione e spesso resta in superficie. Si interessa di più al come funziona una cosa rispetto al suo perché.

Questo mi sta dando A.A.
Grazie Amici...



Ho conosciuto Elio durante la mia frequentazione del Day Hospital in Alcoologia, e l'ho ritrovato alla sua prima Riunione al gruppo di Altavilla Vicentina. Al primo impatto non era una persona semplice da frequentare, sempre pronto e acuto con le sue battute, mai banale e mai scontato: erano questi i suoi pregi che allo stesso tempo potevano trasformarsi nei suoi difetti. Elio era una persona intelligente, e molto esplicita nelle sue condivisioni che non erano prolisse o ripetitive, ma che con semplici e chiari esempi ci facevano riflettere portando sempre a condivisioni particolarmente vivaci e partecipate. Su una cosa del nostro programma Elio era inderogabile: il Primo Passo era quello determinante, quello che contava sopra tutto. I restanti passi non era strettamente necessario metterli in pratica, erano a suo modo di vedere un qualcosa in più, a discrezione di chi voleva farli. Così sono passati gli anni, e quando gli è stata diagnosticata la malattia ai polmoni mi confidò che tra un anno non lo avremmo più visto. Iniziò le cure opportune e con nostra sorpresa continuò a frequentare per altri quattro anni. Ancora una volta ci aveva stupito fino a che, a metà dell'anno scorso non lo rivedemmo più al gruppo.

Da allora la nostra amica Angela ha mantenuto il contatto fino alle sue ultime ore di vita, ed è stata il tramite attraverso la quale Elio ci ha fatto recapitare il suo personissimo testamento dedicato a tutti noi che sotto riportiamo.

L'ha fatto per dirci infine che ci voleva bene perché non lo avrebbe mai detto esplicitamente.

L'ha fatto per farci capire che continuerà a volerci bene, per cui sarà sempre con noi ancora una volta Elio ha saputo essere unico.

22 Settembre 2017

Un saluto particolare agli amici A.A. del MIO gruppo di Altavilla dove anche la mia scarsa umiltà ha potuto farmi progredire sulla strada dell'astinenza.

Confermo la mia convinzione che mettere in pratica il Primo Passo sia una esperienza basilare e importantissima.

Non è limitarsi a mettere il tappo sulla bottiglia. E' un'esperienza grande di cui andare fieri. Si ridiventano uomini degni di tale appellativo. Il proseguire coi Passi e con le Tradizioni, completa e amplia le opportunità che si aggiungono in tutta naturalezza al resto.

Vi saluto Amici miei e vi voglio bene...Elio

Raduno 2018...

IL RUOLO DELLA LETTERATURA NELL'IDENTITÀ DI A.A.

Per chiarire uno dei concetti fondamentali dell'identità, "chi siamo e cosa intendiamo fare", è opportuno basarsi essenzialmente sulla parte scritta di A.A.

E' qui che troviamo indicazioni precise, dettagliate e mediate sulle esperienze fatte (successi e insuccessi), mentre le testimonianze personali, pur prezioso patrimonio di recupero, proprio perché 'personali' danno una visione parziale del nostro metodo, basata su come ognuno di noi ha recepito e messo in pratica quello che gli è stato trasmesso.

La nostra Letteratura ufficiale, condivisa e scritta dai Nostri Gruppi, ricontrollata e approvata dai S.G.O. di A.A., è, non solo l'unico supporto in grado di tramandare senza modifiche il metodo di A.A., ma anche un formidabile strumento per delineare chiaramente qual è l'Identità di A.A. e per rafforzare l'Unità. Il simbolo di A.A. è un triangolo iscritto in un cerchio: il cerchio significa l'intero mondo di A.A., il triangolo rappresenta i tre legati di A.A.: Recupero, Unità e Servizio. All'interno del nostro nuovo meraviglioso mondo, noi abbiamo trovato la libertà dalla nostra fatale ossessione. La ragione per cui abbiamo scelto questo simbolo particolare non è forse casuale.

I sacerdoti e i profeti dell'antichità ritenevano che il cerchio racchiudente un triangolo fosse uno strumento per tenere lontani gli spiriti del male: il cerchio di A.A. con il triangolo del Recupero, dell'Unità e del Servizio ha certamente significato per noi tutto questo e anche di più. (dal discorso di Bill alla Convention di St Louis luglio 1955 – A.A. Diventa Adulta pag. 175)

La nostra dichiarazione di intenti la troviamo nel preambolo:

"AlcolistiAnonimi è un'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.

All'interno di questo metteremo i nostri principi, le cose in cui crediamo e alla fine i nostri comportamenti. Tutto questo è la nostra Associazione e noi siamo qui a confrontarci proprio su come viviamo oggi la nostra identità, su come ci confrontiamo con le nostre esperienze.

Da dove possiamo partire?

Da dove i nostri fondatori e i nostri amici ci hanno lasciato.

Loro ci hanno raccontato tutto, a partire dai primi sacrifici fino ai momenti più belli, cioè quelli in cui da quattro gatti che erano, hanno dovuto 'inventarsi' una struttura perché non si conoscevano più tra di loro: erano diventati davvero tanti.



Man mano che andavano avanti 'si raccontavano' cioè cercavano di spiegare come i loro convincimenti stavano maturando, riportando talora con semplicità, talora con autoironia, gli sforzi e gli inevitabili sbagli.

Il bigliettino del super promotore con su scritto "Non prenderti troppo dannatamente sul serio! " riportato nella Quarta Tradizione e la descrizione nella Terza Tradizione delle "angustie del gruppo" nei confronti di Ed che non voleva adeguarsi alle regole imposte, sono un esempio scritto di come si andava delineando la nostra identità.

Lavoravano insieme.

Le bozze dei libri facevano il giro dei gruppi finché non si raggiungeva una buona base di accordo. Questo modo di procedere ci dà un'ulteriore chiara indicazione dell'identità di A.A.: viene stimolata la creazione del consenso, privilegiando il benessere comune, l'unità e lo spirito di servizio.

Alla fine ci hanno lasciato la nostra storia scritta, le nostre basi, i nostri perché.

L'importanza della letteratura non è nemmeno da mettere in discussione: tutti i grandi movimenti storici si raccolgono intorno alle loro origini e da lì procedono.

Noi abbiamo il 'Grande Libro' in cui viene delineato quello che poi sarebbe diventato il nostro Programma, abbiamo la storia del

dottor Bob che ci dice come si svolgevano le prime riunioni e i rapporti degli alcolisti con i gruppi confessionali da cui erano nati, abbiamo la storia di Bill che ci fa un ritratto del nostro co-fondatore, raccontandoci anche le sue debolezze che tanto simili sono alle nostre.

"Giunsi a Credere" è il Terzo Passo scritto, 'Come la vede Bill' ha aiutato tanti di noi a rivedere il loro rapporto con la paura e con il perdono, 'A.A. Diventa Adulta' è stata la Bibbia per tantissimi servitori, i '12 Concetti per il servizio mondiale' ci mettono davanti alle nostre responsabilità per far crescere la nostra Associazione.

Il filo conduttore delle Tradizioni e dei Concetti, è il rispetto per l'opinione altrui, la nostra indipendenza, il rapporto fra e con i nostri 'servitori'.

Le risposte alle domande sull'identità le troviamo tutte nella nostra letteratura, dobbiamo solo leggerle, cercare umilmente di comprenderle "insieme", rivederle alla luce della nostra esperienza e farle nostre, cioè applicarle al nostro modo di vivere oggi.

Anni fa i gruppi avevano una loro connotazione che forse oggi è un po' diversa, perché molti di noi hanno una famiglia e le famose "due macchine nel garage" (vedi Grande Libro). Ma la sofferenza degli amici distrutti nel fisico e nel corpo, così come sono descritti nella Letteratura e come molti di

noi hanno vissuto in prima persona, è la stessa che provano quelli che arrivano oggi nei gruppi, ancora 'sufficientemente sobri' da non aver bisogno di lunghi tempi di recupero. Fa parte della nostra esperienza la consapevolezza che è l'attrazione che porta a buon fine la trasmissione del messaggio: non dobbiamo rompere la catena causando una frattura tra quelli che non sono più tra di noi e ci hanno lasciato la loro testimonianza scritta e quelli che verranno dopo di noi. Non usare come base la letteratura è come non ascoltare chi ci trasmette il messaggio, è come dire di non aver bisogno di nessuno: è la nostra presunzione che avanza, perché è più facile parlare del tempo e delle liti con la moglie (fattori esterni) che riflettere su frasi come "non c'era mai limite a quel che pensavamo ci fosse necessario" (VII Passo-parlo di me).

I nostri scritti sono il patrimonio più grosso che abbiamo: ci dicono da dove veniamo e come abbiamo fatto a diventare così grandi, sono il

filo conduttore della nostra identità, la nostra storia, quello che fa dire agli altri 'Ah, gli Alcolisti Anonimi...'. Noi siamo questo, non abbiamo altra identità, siamo diventati grandi 'portando il messaggio all'alcolista che soffre ancora': siamo il 'popolo delle 24 ore' e dobbiamo essere orgogliosi di esserlo! Tutti i nostri libri ci testimoniano l'amore di chi voleva che la nostra funzione continuasse dopo di lui salvando migliaia di persone dal baratro dell'alcolismo.

Concludiamo questa relazione ricordando il suggerimento del Dottor Bob a Bill: "Ricorda, Bill, non mandiamo tutto a monte. Manteniamola semplice!" (A.A. Diventa Adulta pag.228)

Insieme alla dichiarazione di responsabilità di Bill: "Quando chiunque, in ogni luogo stende la mano per chiedere aiuto, io voglio che la mano di A.A. sia sempre lì. E per questo: io sono responsabile" Che dovrebbero rafforzare in ognuno di noi la consapevolezza della nostra identità e l'orgoglio di far parte di questa grande famiglia.

Sereno Raduno a tutti.
Comitato Letteratura Alcolisti
Anonimi Italia.



Il Raduno dura un attimo...La vita un istante ... viviamoli 24 ore alla volta...Arturo

Dove trovate gente così? Ciao.
PS.: Grazie infinite a chi ha organizzato e partecipato al Raduno. Mi avete ridato la gioia, la speranza e la forza per continuare sempre con più entusiasmo. Se mi fermo, sono sicuro che voi dal dietro mi spingerete in avanti...Santino

Spero che i valori e i Principi, abbiano il sopravvento sulle nostre personalità.

Un augurio sincero.

E' sempre una gioia trovarci assieme e incoraggiarsi a vicenda! Ce la facciamo!!! Ugo

Grazie agli amici A.A. Italia e al mio Gruppo (Incontro di Montecchio) per regalarmi le 24 ore di sobrietà, ho appena compiuto tre anni di sobrietà! La mia vita è cambiata in positivo...Grazie a tutti voi e noi!

A.A. è vita!... Carol

La mia vita è cominciata quando ho conosciuto A.A. Grazie A.A.

Insieme a voi affronto il faticoso cammino sulla strada di un felice destino...800 giorni libero... Gianni ...Siena.

A.A. fatti scivolare il Programma addosso sarà il tuo abito più comodo...Stefania

Questo Raduno 2018 mi ha portato ancora più gioia che mai!

Amici nuovi avevo la voglia di

dare, di esserci sempre..."là dove una mano chiede aiuto, A.A. c'è...

Auguro a tutti il rispetto dei Principi e Tradizioni di A.A. per il buon vivere nostro e dell'Associazione...

Vivere Sobri per Sempre...

Solo per oggi Serene 24 ore... Gennaro

E per il 3° anno... di nuovo qua! Con ancora più entusiasmo e... una gioia immensa...

Danj... (Imola)

Una volta volevo cambiare il mondo, mi intristivo perché non ci riuscivo, ora, sto cambiando me stessa e per la prima volta sono serena.

Grazie A.A.... Miriam

L'Unione fa la forza!!

Vivi e lascia vivere nell'Amore di A.A. Dilma

L'Insieme è utilissimo per prepararsi su un tema da portare alla Riunione di Gruppo...Grazie.

14 Settembre 2018: mi chiamo Stefania e sono un alcolista, grata ad A.A. e al mio Gruppo per avermi ridato la gioia e la Serenità che quando bevevo cercavo ma mi sfuggiva, oggi dopo 12 anni di astinenza, sono serena e vivo la mia vita in base ad A.A., ho accettato la mia malattia e lavorando sui miei difetti posso solo dire grazie ad A.A., grazie BOB, grazie BILL, grazie G. Ciampino...Vi amo.

In occasione dell'80° anniversario del Grande Libro, nel 2019,

potreste dedicargli un numero Speciale di Insieme? Grazie per il vostro servizio e per le letture! Nicoletta

Sono Grato ad A.A. che mi ha dato una nuova vita! Mario

Aiutiamo i più bisognosi, con portare il messaggio di A.A.

Che il Potere Superiore nel quale ognuno di noi crede...ci assista.... Lauro A.A.

Se felice vuoi campare, in A.A. devi andare!! S.24 H... Dario TS. Il Raduno a Rimini, dovrebbe durare 365 giorni!!! Grazie A.A. Germano

Raduno 2018: nella sua semplicità è di grande aiuto a tutti noi! È un ottimo compagno di viaggio che può essere letto in tutte le situazioni. Grazie per il servizio che fate...Gianni

Anche quest'anno sono qui. Posto meraviglioso, Amici come una famiglia...Vi voglio bene... W A.A.

Raduno 2018...A me piace così com'è! Forse più testimonianze, non tutte a lieto fine! Anche dura realtà! Belli i Concetti; fossero più semplici. Bravi! Buon lavoro per 2018/2019.... ciao Biteto?

La prima volta non ho capito (era il 2015) Oggi sono felice di essere qui!... Amelia

Ho scoperto le mie 24 ore e sono fantastiche...le assaporo ogni attimo... Grazie A.A.

Paola Piemonte

Non credevo ai Miracoli...oggi penso che possano accadere....

Nel tempio di Apollo a Delfi c'è scritto "Conosci te stesso" solo in A.A. io mi conosco con Gratitude - Orietta A.A.

Sono grata ad A.A., mi ha regalato una nuova vita...Renata

Il dolore del mio alcolismo è stato il preludio della mia rinascita. Oggi rappresento il cambiamento che vorrei vedere nel mondo.

Attualmente in una Comunità terapeutica, oggi sono qui, grazie ad un amico... Guido da Ravenna.

Ho trovato tanti A.A. amici... tanti tesori.

Raduno 2018 "Noi ti daremo tutto quello che serve, e anche di più. ti daremo "Alcolisti Anonimi" A me non è servito altro per tornare a vivere...

Sono tornato a casa, ogni luogo con A.A...è casa...

Il cuore batte forte, Evviva A.A...

Il mio primo Raduno Nazionale dopo sei anni, mi sento un po' smarrito perché emozionato... Grazie A.A...

Mi hai chiamato, son venuto, ci sono stato, ho bevuto, ti ho lasciato, ho sofferto, son tornato di nuovo, sono qua di nuovo con gioia...

Grazie ai 44 Amici che hanno dato la loro emozione, che è anche la mia...Silvana.

Gruppo Primo Novembre Matera

Area Basilicata

Raduno di Rimini 14-15-16 Settembre

Cari amici e amiche,
Il tema principale del nostro raduno è: "Ritroviamo la nostra identità". Tale tema implica generalmente un collegamento con gli Alcolisti Anonimi che oltre 80 anni fa introdussero negli USA e successivamente anche nel resto del mondo, uno specifico programma di recupero dall'alcolismo, universalmente noto come il "metodo dei 12 Passi", il quale si basa su un insieme di Principi Spirituali che praticati attraverso uno stile di nuova vita, non solo hanno l'effetto di eliminare l'ossessione dal bere ma consentono di raggiungere una duratura e completa Sobrietà.

Il tema di questa riunione è: "un solo scopo, un solo logo, un solo requisito: le 12 Tradizioni di A.A. oggi." Il quale ci porta ad esprimere quel che si pone come il nostro obiettivo: trasmettere il messaggio; ma come si realizza questo scopo? Attraverso alcuni principi denominati i "Tre Legati", i quali costituiscono l'Eredità Principale di Alcolisti Anonimi. Attraverso il primo denominato "Recupero" ci si riscatta dall'alcolismo attraverso il quale abbiamo aperto questo gruppo; tramite il secondo "Unità"

si resta Uniti, il cui esempio è proprio la stesura di questa relazione; mentre con il terzo "Servizio", il quale permette all'Associazione nel suo complesso di funzionare, attraverso l'adempimento del suo principale compito: trasmettere il messaggio a tutti coloro che lo vogliono e lo desiderano, nel nostro caso abbiamo svolto attività di informazione pubblica nelle scuole ed in altri luoghi pubblici ed anche attraverso la gestione del numero verde nazionale.

Riassumendo quel che sono le nostre "Tradizioni" oggi è bene premettere come noi Alcolisti Anonimi, non dobbiamo inventarci nulla nei confronti del lavoro svolto dai nostri Pionieri, fondatori di A.A., cercando invece di continuare con Umiltà lo svolgimento del nostro recupero personale, durante il compiersi delle riunioni di gruppo in tutti i livelli e funzioni che compongono l'associazione: Alcolisti Anonimi.

Bisogna fare attenzione nel non aggirare le nostre Tradizioni per innumerevoli motivi, mantenere integro il lavoro svolto fino ad oggi dai fondatori. Le Dodici Tradizioni oggi come ieri, per poterci ritrovare Uniti per sempre.

Grazie e buon raduno

PRIMO SERVIZIO

Sono Serena e sono un'alcolista anonima e presto il mio servizio nel Comitato "Insieme in A.A."

Quando sono entrata in associazione ho capito una cosa che mi ha cambiato la vita.

In ognuno di noi c'è il seme della felicità, mettendo in atto il Programma ogni giorno faccio in modo che questo seme germogli, condividendo con gli amici di A.A. il mio recupero, esso mette radici che diventano salde e radicate, se nutro il terreno della mia anima con una buona dose di Umiltà.

Il servizio è stato una sorta di super fertilizzante per questo germoglio, gli amici che prestano servizio con me, solide grate per aiutare quella che ormai è diventata una piccola piantina che così può crescere sana e diritta.

Ma il servizio nel Comitato Insieme in A.A. ha prodotto un risultato che non mi aspettavo.....ho cominciato a sentire le voci ma non le voci della pazzia che sentivo durante il periodo di alcolismo attivo ma le voci del cuore di A.A. che batte in ogni testimonianza, che diventa una pagina della nostra riunione scritta. Ogni volta che rileggo una testimonianza per vedere se ci sono errori (e non avete idea di quante volta succeda) ogni volta che cerco di capire quale vignetta può essere la più adatta per quella particolare testimonianza che tanto mi ha colpito beh in quei momenti, io sento di essere in comunione con il cuore di A.A. che batte all'unisono e parla di UNITÀ, RECUPERO e SERVIZIO . Sentirmi parte di quest'unico tutto mi aiuta ogni giorno a restare umile e nel contempo mi ricorda che io non sarò mai più sola finché continuerò ad innaffiare quel seme con il Programma di A.A.

Serena Alcolista Anonima.



IL RUOLO DELLA LETTERATURA NELL'IDENTITA' DI A.A.

La letteratura nel nostro Programma è imprescindibile dal recupero. Le nostre esperienze rimangono un bagaglio prezioso da condividere nelle Riunioni e non sono confutabili. Ma il punto di partenza dev'essere sempre quello della Letteratura. Non possiamo intraprendere un reale recupero se ci mettiamo a interpretare come vogliamo i Passi, le Tradizioni o i Concetti. Questo ci permette di avere un duplice vantaggio: da una parte la letteratura di A.A. rimane sempre un'ancora di salvezza certa nei momenti più bui della nostra vita e può darci forza e speranza, dall'altro non è sindacabile da nessun Anziano o membro che sia. Quando spesso si sente in giro di Gruppi dove gli anziani esercitano un ruolo di egemonia, facendo un programma a loro comodo, bisognerebbe dire sempre ai più giovani di prendere in mano i libri e tornare alla Letteratura, quella non può essere messa in discussione. Così anche in ogni tipo di Servizio dove abbiamo il Manuale, Tradizioni e Concetti a guidarci. Questo ovviamente

non va in nessun modo ad escludere Sponsor e buoni amici di gruppo, che comunque in quanto sponsor "dovrebbero" conoscere a fondo la nostra letteratura.

Questo a mio modesto parere, vale anche per tutto quello che è letteratura "immediata", mi spiego: leggere gli atti delle Conferenze, i verbali delle riunioni, gli opuscoli ecc. concorre tutto a creare una coscienza individuale ben informata che poi una volta condivisa farà crescere il gruppo, l'Area e tutta l'Associazione nell'insieme.

Ecco allora che quando un membro di A.A. ha veramente fatto suoi, i principi che sono scritti nella propria vita, porta avanti con l'esempio un messaggio vivo, vero, vissuto. E' troppo facile andare nei gruppi e citare pezzi a memoria dal Grande libro o dai passi e poi non mettere in pratica una sola riga di quanto c'è scritto. Questo è mettere il tappo sulla bottiglia e continuare a parlare a vuoto. Leggere, sforzarsi di migliorare e mettere in pratica (Azione parola magica) è fare Programma, a noi non serve altro.

Buon Raduno a tutti.
Renato

RACCOLTA DI IMPRESSIONI POST-RADUNO

Lunedì 17 settembre 2018 Gruppo "L'Incontro" di Montecchio Emilia (RE)

“Sono molto contenta dell'ingresso di Ludovica nel Comitato di Insieme in AA. Tutto è andato a posto. Ho visto il riavvicinarsi di persone che mi hanno fatto sentire l'Unità nei Comitati e nel Consiglio. Benchè ci possano essere dissapori è stata percepita la nostra coesione. E' stato emozionante anche dare il mio saluto alla Riunione degli Al-Anon, poter testimoniare che la catena si può spezzare. Sono dieci anni che faccio Servizio al Raduno; il fatto di vedere le persone del mio Gruppo che partecipano serenamente mi dà serenità. Anche solo il fatto che fosse presente la mia Sponsor mi dava sollievo. Fare Servizio per servire, non per apparire, è tutto. Ricordando il mio primo Raduno, ho dato un valore diverso alle emozioni, ma non minore. Sono orgogliosa di quello che sono: un'Alcolista Anonima.”

“Quest'anno siamo partiti presto e sono arrivata al Raduno un po' stanca, ma è sempre qualcosa di magico. Se non ci fosse A.A. quelle migliaia di persone oggi forse non sarebbero al mondo. Questo vuol dire che A.A. dà tanto. E' bello anche condividere momenti diversi con i compagni del Gruppo: la colazione, la passeggiata della sera, la Riunione al mattino in spiaggia. Io non faccio amicizia

in fretta, ma ho avuto il piacere di conoscere tante persone nuove.”

“Era il mio primo Raduno. E' stato bellissimo sentire la forza immensa che è A.A. Il momento in cui tutti ci teniamo per mano e diciamo insieme la Preghiera della Serenità è emozionante. Ho comprato la medaglia e voglio sempre tenerla in tasca. Ho voluto assimilare il più possibile da questa esperienza. Sono andato alla riunione con le candele di sabato sera. Una frase mi ha colpito tantissimo: il Potere Superiore è per chi all'Inferno c'è già stato. Per la prima volta in vita mia mi sono sentito totalmente a mio agio con tante persone. Sono tornato a casa con una gran voglia di lavorare su me stesso.”

“Questo Raduno a Rimini è stato per me completamente diverso dal primo Raduno al quale ho partecipato. L'anno scorso mi sentivo meno a mio agio. Quest'anno mi sono sentita parte della famiglia, ho avuto anche la soddisfazione di fare un piccolo Servizio: far girare la Settima Tradizione durante una Riunione. Mia figlia ha partecipato alla riunione degli AlaTeen. Quest'anno probabilmente sono io che sono diversa, e le persone mi sono sembrate più serene.”

“Questo è il mio settimo Raduno. Quest'anno mi ha dato molta gioia: per me è la festa più bella dell'an-

no. Ho sempre paura di perdermi, ma ogni anno mi dà cose belle. Vedere tutte quelle persone così armoniose, così felici, sentire che siamo tutti Amici, siamo tutti una famiglia. Ho il cuore pieno di gioia, si capisce che c'è gente che ci mette il cuore per organizzare il Raduno. Spero di vedervi sempre così felici."

"Per me questo Raduno a Rimini è stato diverso: è il secondo anno che partecipo al Raduno come Fidu ciario, e c'è un sacco di lavoro ma è bellissimo. Sapevo che ci vuole tanto per "fare" il Raduno, ma viverlo durante la creazione e viverlo ancora quando vedi le persone arrivare è impagabile. Giovedì mattina è arrivata la letteratura e ho sentito "il peso della cultura" con piacere.

Al pomeriggio di venerdì ho visto che al bancone erano in pochi e mi sono messo a rispondere alle domande delle persone. Ho vissuto questo Raduno profondamente attraverso le condivisioni degli Amici: parlavano di amicizia, di gioia di rivedersi, di abbracciarsi. Oggi sono contento di me e allora condivido la mia gioia, non riesco a tenerla, è come un'esplosione.

Oggi sono responsabile della mia persona, oltre che dell'Associazione. Ogni volta è diverso festeggiare ma mi commuovo tutte le volte. Oggi ho l'impressione di fare meno, ma faccio comunque la mia parte, la Rotazione è importante nel Servizio. Oggi mi piace il mio senso di appartenenza."

"Quest'anno al Raduno ho fatto l'accompagnatore per un Amico del Gruppo ipovedente. Anche lui mi aveva fatto dei favori: è uno scambio, un'esperienza diversa. Ogni Raduno è bello e lo vivo in modo differente. Mi sono fermato a parlare con tanti Amici anche se non li conoscevo da prima, e sono tutte persone simpatiche."

"Anche quest'anno ho vissuto il Raduno di Rimini con tanta serenità. Ho visto tanti giovani, non so se è stata una mia impressione. Al mio primo Raduno ho pianto tanto, è un'emozione grande. La Riunione sulla sabbia di sabato sera è stata un'esperienza di spiritualità e raccoglimento che non avevo mai fatto. Come sempre io e la mia amica Bice ridiamo tantissimo. Ogni volta il Raduno ci lascia addosso la "carica" per almeno venti giorni."

Arrivederci al prossimo Raduno!



LA MIA PICCOLA LUCE

Ciao a tutti sono un alcolista anonimo vi voglio raccontare un'esperienza che per me è molto Spirituale perché per un momento mi sono sentito catapultato in un'altra dimensione...ciò avveniva nella Sala della Piazza del Palacongressi di Rimini dove in quel momento stavamo tutti cantando la nostra canzone alla fine della Conta.

Mentre cercavo di attirare l'attenzione degli amici, illuminandoli con la mia piccola torcia trovata nella confezione dell'iscrizione al Raduno, con alcuni di loro, ci siamo donati a vicenda il nostro sorriso di Gratitude.

Nel mentre puntavo gli amici con la mia piccola torcia, due file più indietro un amico del nostro Gruppo, tra l'altro il più giovane di sobrietà, era super concentrato

nell'identificare la propria piccola luce puntando la torcia verso il soffitto con lo sguardo assorto pieno di gioia che guardandolo, fece nascere in me un sentimento di stupore. Mi sono detto : " Che bell'idea, voglio trovare anch'io la mia piccola luce" così puntai la mia piccola torcia verso il soffitto, ero concentratissimo nell'identificare la mia piccola luce ma ad un tratto mi sono reso conto che sarebbe stata un'impresa impossibile, il soffitto risultava tutto illuminato e io mi dissi : " Ma cosa sto facendo, è impossibile riconoscermi, io sono dentro, nell'insieme di questa grande luce " abbassando la mia piccola torcia e dirigendomi verso l'uscita non ho potuto far altro che condividere la mia gioia con chiunque desiderava ascoltarmi.

Grazie al Popolo delle 24 ore.
Grazie Alcolisti Anonimi che mi permettono di vivere la mia vita con pienezza e luce.
Serene 24 ore.



RADUNO 2018:

un altro Momento di grande Emozione e Condivisione nella Crescita

Quest'anno sono andata al Raduno con scarso entusiasmo ed un po' stanca dopo una lunga estate con molti spostamenti.

Siamo partiti in pullman, nel buio di un'alba ancora non spuntata, ed arrivati a Rimini sotto un sole estivo e caldo.

Entrare al Palacongressi, rivedere amici che da tempo non riabbracciavo, ed ecco il miracolo che in un attimo, ha eliminato stanchezza e torpore, lasciando il posto alla gioia di essere ancora una volta lì, tutti insieme.

Non si può "raccontare" il Raduno: il Raduno si VIVE, si RESPIRA, TI ENTRA DENTRO e non ti lascia per tre giorni.

Si dorme poco, ci sia alza la mattina presto, per essere pronti all'inizio delle Riunioni.

Si bevono tonnellate di caffè per stare insieme all'amico/a che non vedevi da tempo e che non l'ha ancora preso, e ti racconta le ultime della sua vita.

Si piange e si ride, si ascoltano testimonianze così toccanti che ti resteranno nel cuore per sempre. Si conoscono persone nuove, come quella dell'amica sobria da 10 mesi, giovane guerriera coraggiosa, che mi ha detto un giorno, a proposito della rottura del suo anonimato che "... se non mi accettano così come sono, alcolista anonima, vuol dire che non fanno per me! "

E' bello commuoversi al Raduno: lo si fa tutti insieme, centinaia di persone con gli occhi lucidi, orgogliose di esserci, per testimoniare che ce la possiamo fare, che insieme davvero siamo una forza, che un giorno alla volta niente fa paura se la si affronta con gli Amici veri, quelli delle stanze di A.A.. Ho certamente ritrovato forte e chiara la mia IDENTITA' al Raduno quest'anno! Grazie a questo, ringrazio il Comitato, tutti coloro che hanno prestato Servizio, senza sosta, per tutti noi.

Grazie a quelli che hanno organizzato le riunioni, da quella sulle Carceri all'Importanza della nostra Letteratura, dalle Testimonianze di Collaborazioni Professionali con A.A. alla splendida riunione nella Sala dell'Arco, intorno al testamento dei nostri Padri Fondatori ed a quel passo di "A.A. Diventa Adulta", che mi colpisce sempre al cuore e parla dell'ultimo incontro di Bill e Bob.

I due amici sapevano che probabilmente non si sarebbero mai più rivisti. Bob era gravemente ammalato e stava sull'uscio "alto e dritto come sempre ed accuratamente vestito" e dice a Bill, con un "meraviglioso e ampio sorriso" " Ricorda Bill, non mandiamo tutto a monte. Manteniamola semplice!". Grandissimo messaggio per Raffaella alcolista, maestra nel farsi la vita complicata!

Buone 24 ore a tutti, con amore grande per A.A. e per tutti voi,
compagni di viaggio.
19 settembre 2018

MANTENIAMOLA SEMPLICE !

Buongiorno a tutti sono Fabrizio e sono un'alcolista, desidero condividere con tutti voi la mia gioia per la partecipazione al nostro Raduno Nazionale di Alcolisti Anonimi 2018 che mi ha portato nel cuore per la 18^a volta il potere della condivisione, dell'amore espresso in particolar modo attraverso gli abbracci degli amici ritrovati. Condivido con alcuni amici il fatto di aver visto al Raduno una consistente partecipazione di alcolisti di giovane età, questo mi riempie di gioia ma nello stesso tempo mi accorgo che la

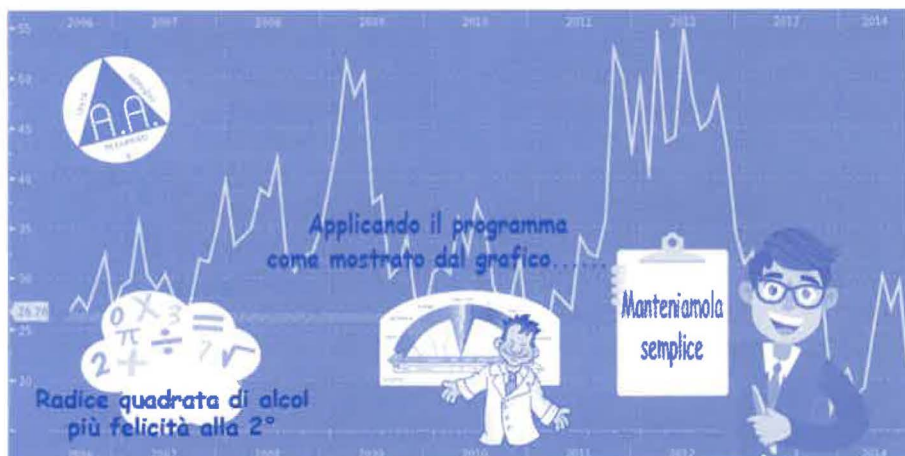
mancanza degli amici anziani che mi hanno accolto e supportato per tanto tempo frequentano sempre meno il nostro Raduno, anche questo sarà un paradosso?

Sorridendo mi viene da dire che mi sto abituando ai paradossi di Alcolisti Anonimi, spero che tutto questo sia frutto del Programma e della mia crescita spirituale perché oggi riesco ad accettare di buon grado il cambiamento.

Grazie a tutti voi che siete sulla strada del mio cammino di ricerca della mia frontiera emotiva.

Grazie all'associazione Alcolisti Anonimi oggi posso gioire di una nuova vita.

Buon rientro a tutti voi.
Serene 24 ore



“Imparammo, forse per la prima volta, l'arte di saper ascoltare senza pregiudizi, poter parlare senza timore di essere giudicati, poter relazionarsi con gli altri senza paure. Il cammino verso la propria anima, verso la nostra Spiritualità era iniziato, e avremo presto compreso che forse ci sarebbero voluti anni o tutta la vita per conoscere o ritrovare noi stessi. Il Programma a questo ci invitava, ad andare nel profondo del nostro IO avendo cura della nostra anima.



Non eravamo più Dio, eravamo e volevamo essere solo noi stessi. Egocentrismo, presunzione, arroganza, rabbia e paura andavano via via scemando, lasciando il posto all'Umiltà di comprendere e all'Onestà di accettare Dio o un Potere Superiore non dovevamo andare a cercarlo, bastava scoprirlo dentro di noi”.

Finita la Riunione ho trovato il Coraggio di andare dalla rappresentante dell'Area Lazio che aveva letto la Relazione introduttiva di cui ho riportato l'estratto: l'ho ringraziata e ho chiesto di portare a tutti i suoi compagni il mio ringraziamento perché quelle parole mi avevano profondamente emozio-

nato, mi hanno illustrato nel modo più semplice e vero qual è la strada che devo fare per essere felice e sereno.

Sono stato male per decenni andando con il corpo e la testa alla ricerca della verità, delle cose che mi facessero stare bene, felice soprattutto perché detestavo quello che ero e cercando fuori di me nello stesso momento di distruggermi. La Bellezza doveva per forza essere da qualche parte, ma fuori di me, quello che ero io mi faceva schifo e l'alcol mi aiutava, all'inizio a dimenticarmi di me stesso e poi passo dopo passo, collaborava a smontare tutto ciò che ero, fino alla distruzione. Invece il mio viaggio è dentro di me, non devo fare un passo per scoprire che la gemma della mia creaturalità, di ciò che il Dio d'amore ha voluto donare, perché potessi fare il primo respiro e camminare nel mondo fino a ritrovarLo, immediatamente dopo l'ultimo.



E' così semplice, così bello.... Ho scritto queste cose per inviarle alla nostra rivista, “Insieme in A.A.”. Spero che vogliano pubblicarle perché vorrei che chi ha scritto quelle parole, i “Laziali”, sappiano che mi hanno dato un grande aiuto.

Grazie da un A.A. al Raduno 2018

Sono nervoso: l'ingresso della Sala dell'Arco, al Palacongressi di Rimini, è affollato (infestato...) da una quantità di alcolisti che vogliono entrare (in ritardo) mentre si sta leggendo la formula di apertura della Riunione e tra poco toccherà alla relazione sui Testamenti dei Cofondatori a proposito del "farla semplice".

Mi volto verso l'ingresso anche se so perfettamente che non serve voltarsi se non ad accentuare la nausea che forse un'artrosi incipiente della colonna cervicale inizia a somministrarmi. Faccio esercizio di Accettazione e provo a concentrarmi su quello che il relatore di turno sta leggendo.

Mi chiedo se potrei fare esercizio di Coraggio e andare all'ingresso chiedendo (gentilmente) di smetterla di rompere.

Ma non lo faccio: temo di non essere sufficientemente dotato di saggezza per discernere la differenza tra quello che posso e non posso cambiare. Così me ne sto lì aspettando che il puttanaio all'ingresso si plachi e riesca ad ascoltare le Testimonianze. Si parla anche di Tradizioni e i rumori mi portano a temere che queste non siano più a portata di mano per molti. Il timore cresce e inizio a preoccuparmi per la tenuta futura di A.A., vedo scenari dove ognuno fa un po' come c... gli pare e il Raduno sarà deserto fra pochi anni,

oppure un cimitero di bivacchi dove nessuno ascolta e tutti parlano. Mi ergo a giudice (opss) di tutto questo e mi chiedo dove siano finite le Tradizioni. Poi cominciano a salire i relatori sul piccolo podio e parlano: sale un anziano che era presente al Primo Raduno (c...!) e con molta semplicità dice che quello che conta è l'umiltà e l'onestà, il guardarsi dentro. Sale una giovane ancora con la faccia sporca di albume e frammenti di guscio: piange perché ha smesso di bere da pochissimo, è terrorizzata di tutto, soprattutto di tornare a bere, e dice tra le lacrime che per lei A.A. è tutta in quel gradino che ha trovato il coraggio di superare per venire lì a parlare per la prima volta. Allora capisco... capisco che A.A. è dentro il mio cuore, i Dodici Passi e le Dodici Tradizioni sono solo la scrittura su una pagina di una legge da sempre radicata nella profondità dell'anima ed è quella della bellezza della vita e della sua semplice natura. Capisco che due uomini, i Cofondatori come mi hanno insegnato a chiamarli forse con una enfasi eccessiva, nel 1935 hanno avuto la grazia di mettere su due fogli di carta le parole che raccontano la bellezza del dono della vita e hanno deciso di condividere questa grazia con tutti coloro che avevano il sincero desiderio di smettere di bere.

Grazie Bill e Bob.

UN RAGGIO DI LUCE CHE DISSOLVE PAURE E OMBRE

Cos'è questa ombra che mi perseguita dalla sera alla mattina, è il bicchiere? è la bottiglia? è la voglia di bere?

Non mi devo nascondere, ma la devo affrontare, affrontare con tutta la mia forza, la mia volontà e soprattutto con il Vostro aiuto Amici miei.

Questo aiuto così prezioso bisogna accettarlo, accettarlo perché ti può aiutare a guarire, a sopravvivere, ad andare avanti per affrontare la vita in maniera diversa.

Una vita che prima era uno squallore!

Si contavano le ore per arrivare a quel primo "odioso bicchiere" e dopo si continuava ad andare avanti a bere. A bere: perché, mi chiedo io? per stare meglio? per affrontare i problemi? o per farci sentire forti e adulti?

No, niente di tutto questo Amici miei. Si continuava a bere per scappare, scappare da non si sa cosa, forse da noi o dalla Società? Ora però, Amici miei, quest'ombra, che prima mi perseguitava, si è dissolta, grazie ad un raggio di luce, che si fa sempre più intenso giorno per giorno, un raggio che cammina davanti a noi, per illuminarci il percorso che dobbiamo seguire, per impedirci di ricadere nel buio più profondo.

In cuor mio spero che questo raggio di luce possa accompagnarci e accompagnarci fino alla fine dei miei giorni, in modo da poter sconfiggere questa paura che esiste in noi e che è per sempre in agguato, pronta a farci inciampare al primo ostacolo.

Grazie a tutti e Buone 24 Ore.
(Insieme in AA-1/2003)

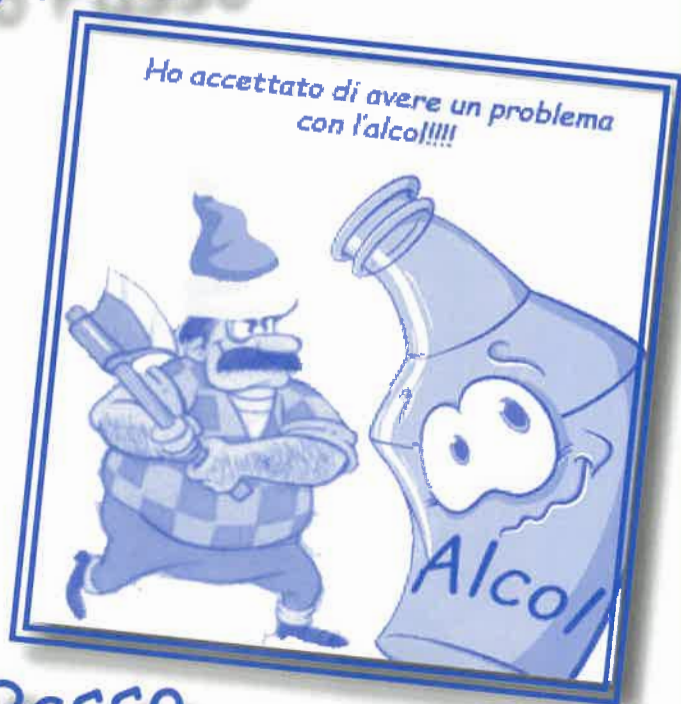




Non Prendiamoci
troppo sul serio!!



Primo Passo



Secondo Passo





Terzo Passo



Quarto Passo





Quinto Passo



Sesto Passo

*Ci risiamo ogni Natale
la stessa storia*



*un alcolista anonimo si sbaglia
e mi manda la lista dei difetti
al posto di quella dei regali!!!!*





Settimo Passo



Ottavo Passo

Abbiamo fatto un elenco di tutte le persone
a cui abbiamo fatto del male.....

Purga dentro
il latte e biscotti
perchè
non mi ha portato
la bici!!!!

Tradita con il
topolino dei denti
perchè più ricco!!!

Attaccato al camino
collant
della nonna
taglia extralarge

Fatto alla
ligure !!!





Nono Passo

*Quando decidi che è ora di fare ammenda seriamente
e qualcuno cerca di saltare la fila perchè ha conoscenze.....*

*non m'importa se lei
il 24 deve lavorare
faccia la fila
come tutti!!!*



Decimo Passo

*Caro Babbo natale,
visto che devo continuare
a fare ammenda,
ti chiedo scusa, perchè
il latte che stai bevendo
è scaduto*

Un Alcolista Anonimo





Undicesimo Passo

Quando forse hai capito male qualcosa.....



Dodicesimo Passo



E' nata la Newsletter di Alcolisti Anonimi, entrare a farne parte è semplice, basta comunicare a questo indirizzo la propria Mail.

insiemeinaa@alcolistianonimi.it

Vogliamo infatti rendervi direttamente partecipi del nostro lavoro e avere la possibilità di cogliere vostre idee e suggerimenti per modifiche e miglioramenti al giornale, affinché "Insieme in AA" possa diffondersi all'interno della nostra associazione e sempre più essere un utile strumento di recupero per il lettore. A questo scopo, ci proponiamo anche di sollecitare la vostra diretta collaborazione, raccogliendo e pubblicando vostre testimonianze su vari argomenti di interesse comune, perché tutti possano beneficiarne.



Il Raduno di Rimini è terminato da qualche ora...sono sull'auto-bus che, come ogni Raduno ben organizzato dalla solita amica, ci riporta a casa...siamo partiti da circa venti minuti e piano piano mi vengono in mente i visi di tutti coloro che ho conosciuto e che con i quali mi sono intrattenuto a parlare....sì, perché questo raduno, per me, è stato completamente diverso dagli altri... non ho seguito gli amici di sempre fare testimonianze, non ho assistito a conferenze o dibattiti non ho avuto modo di vivere il raduno come faccio da un po' di tempo ormai...Quest'anno ho svolto un Servizio...mi sono ritrovato nel Comitato "Insieme" a sponsorizzare gli abbonamenti e invitare gli amici ad acquistare il libro, l'ultimo arrivato, della nostra Letteratura in Insieme: "Il meglio di Insieme in A.A.". Ho avuto modo di toccare con mano ciò che c'è dietro A.A.... tante persone, ognuno con il

proprio compito, ma nessuno al di sopra degli altri, che lavorano insieme per uno stesso obiettivo: trasmettere il messaggio e produrre idee che possano rispondere alle esigenze degli amici; è un modo proficuo e affascinante di collaborare insieme, anche di sognare insieme....sto imparando in A.A. che Azione è una parola che non bisogna solo pronunciare... buttarsi a capofitto in un'impresa che mi affascina è un momento bello della mia vita, anche se mi spaventa.

La riflessione giornaliera di oggi mi dice che il mio alcolismo vive dentro di me...verissimo...lo vedo dal fatto che tutte le volte che devo affrontare una responsabilità, ho una voglia indicibile di fuggire e nascondermi...ma quando sei nato, non puoi più nasconderti, ma posso, con l'aiuto degli altri, crescere e fare in modo di incanalare queste mie ansie in un Servizio che servirà prima di tutto a me, e forse anche a qualcun altro.

Grazie, amici di A.A.
Roberto



PENSIERI SUL RADUNO

Da un'amica AL-ANON

Non vedo l'ora di partire! Decido di portare tre cose e alla fine riempio la valigia, non si sa mai...

Il viaggio in pullman è già un inizio di Rimini, mentre si fa giorno si vede un'alba bellissima che merita di essere fotografata.

In un batter d'occhio arriviamo al Palacongressi. Questa grande struttura ci accoglierà per tre giorni memorabili. Più tardi un solerte piccolo Alateen al banchetto degli oggetti spirituali mi ha venduto un portachiavi e poi con altri Alateen girava ad attaccare un adesivo illustrato del Raduno sulle magliette di noi tutti: un'idea geniale!

Incontriamo tanti amici, è uno scambio di baci e abbracci. Si avverte il senso della fratellanza anche solo percorrendo i grandi spazi interni perché anche tra sconosciuti ci riconosciamo. Il senso di appartenenza a Rimini è più intenso che al gruppo o a un Seminario: siamo in tanti, venuti da tutta Italia, è commovente ed esaltante al tempo stesso. Siamo tutti qui per lo stesso motivo, e, se ci rifletto, è straordinario il fatto che siamo partiti da uno stato

di sofferenza e oggi invece partiamo felici di andare al nostro grande Raduno!

Tra una sessione e l'altra si torna in albergo perché, come diceva tempo fa un parroco del mio paese: "dopo la mistica viene la mastica". È bello anche stare tutti insieme a tavola, si condividono le impressioni, si scambiano pareri. La camera fronte mare è uno spettacolo, davanti a questo scenario meraviglioso ho solo pensieri positivi.

Sono tre giorni intensi e vorrei ringraziare i servitori che occupati nel servizio non possono assistere liberamente ai vari Seminari, ma sono sempre sorridenti. Grazie di cuore anche a chi lavora tanto dietro le quinte per rendere possibile tutto questo.

Mi è piaciuto molto respirare l'atmosfera speciale del raduno, vedere tanti Alateen presenti (79) e la conta finale sia degli Al-Anon che quella degli amici A.A. e i fiumi di lacrime a testimoniare la grande emozione di chi ce l'ha fatta e continua a farcela.

È proprio vero: "insieme possiamo farcela"

Al prossimo Raduno!

TESTIMONIANZA RADUNO ALATEEN

Spesso mi viene da nascondermi, mi chiudo da qualcosa che non capisco.
Io pensavo che la dipendenza l'avevo provocata io.
Ho capito che non devo chiudermi come un riccio ma devo aprirmi
e vivere la mia vita
"indipendente dal dipendente".



Mi chiamo Santino e sono un alcolista, che vive il Programma A.A. da parecchie 24 ore. Devo dire che l'esperienza del Raduno A.A. di Rimini 2018, è stata molto positiva, ed ha accresciuto ulteriormente la mia riconoscenza e l'amore per questa nostra grande famiglia. Scendi dal pullman, e, alla vista del grande complesso del Palacongressi, già ti si stringe il cuore. Oltrepassi la porta girevole, e ti trovi in un alveare. Brusio e andirivieni che ti danno l'idea di quanta gente stia arrivando e quanti stiano lavorando per te. A sinistra il bancone della Letteratura, affollato di gente intenta a compilare moduli e ritirare pacchi di libri. A destra il bancone delle iscrizioni, con una lunga coda in attesa di sborsare quattrini per avere il proprio e prezioso badge, che poi porterai orgogliosamente al collo, anche per la città. Passato il controllo impiegati Palacongressi, ti ritrovi sulla sinistra, lungo il corridoio centrale, un altro banchetto strapieno di gadgets, che non è proprio affollato come gli altri. Ma, quello che più mi attrae, è il banchetto posto di fronte a chi entra, davanti alle sale Riunioni, banchetto che per me ha la forza attrattiva di una calamita: il banchetto della nostra "Riunione

stampata", con la grande scritta blu: "INSIEME IN A.A.".

Mi dirigo subito lì, dove trovo parecchia gente, e tre addette ai lavori, veramente attive, e simpatiche. La "generosa" Silv., che con il suo sorriso accattivante ti fa chiaramente capire, senza insistere, che la miglior azione che puoi fare, in questo Raduno, è abbonarti alla nostra rivista, per condividere la tua esperienza con altre persone. La "minuscola" Ser. che con la sua matita magica, rende più allegro e spiritoso il nostro giornalino, e, infine, la "compassata" Lud., che da oculata amministratrice, fa buona guardia al corretto svolgimento delle operazioni. Ho visto anche qualche maschietto, ma non mi ricordo il loro nome.

Ma, perché sono così innamorato del nostro giornalino? Semplice: è la testimonianza scritta di come ognuno di noi vive lo spirito di A.A. Leggendo l'Undicesimo Concetto, scritto da Bill, ho capito l'importanza della rivista. "Grapevine", che, non è stata fondata, o, ideata da Bill, ma è stato il mezzo con cui egli attraverso i suoi scritti pubblicati dalla rivista stessa, ben 164, ha cercato di spiegare meglio, quello che non era riuscito a fare nel Grande Libro, Dodici + Dodici, ecc.



Insieme in A.A., è il mezzo attraverso il quale la voce di ognuno di noi può raggiungere il fratello, sconosciuto, che abita a migliaia di chilometri di distanza, e, che, attraverso essa riesce a superare difficoltà e paure, perché sensazioni diverse da quelle che sente nel suo Gruppo. La mia testimonianza nel Gruppo, rimane lì, imprigionata fra quattro mura, mentre la mia testimonianza su Insieme in A.A., pur essendo la stessa, può raggiungere migliaia e migliaia di amici, e recare sicurezza e speranza a molti di loro.



Noi A.A., siamo delle persone speciali e molto importanti, con un compito che non possiamo assolutamente ignorare. L'ultima riga della Prima Tradizione recita: "...fino a che Egli avrà bisogno di noi". Ci rendiamo conto di questo compito che ci è stato affidato? "Egli", ha bisogno di me, fino a ieri impregnato di alcol? Cosa faccio io per sdebitarmi? Ecco, la risposta: partecipa, vivi, Insieme in A.A., convogliatore di esperienze, sofferenze, gioia, difficoltà, momenti tristi e momenti belli, in cui

ogni di noi può identificarsi. Ed infine, lasciatemelo dire, un momento che mi ha fatto capire che anch'io nell' immenso mondo A.A servo a qualcosa. La serata del Venerdì stava per chiudersi, quando avvicinandomi al banchetto, per salutare le amiche e ringraziarle del loro lavoro, ti trovo Annamaria, Fiduciario responsabile Letteratura/Insieme, che, rivolta alle presenti dice: " Sapete chi è questo amico? E' il "passionario" di Insieme. Non poteva farmi complimento migliore.



Grazie amici che ci fate il regalo di raccogliere tutte le nostre testimonianze e di prepararci la nostra riunione scritta, ma soprattutto vorrei che ognuno di noi apprezzasse molto di più questo grande e potente mezzo di comunicazione, che dimostra, attraverso le nostre testimonianze, il miracolo che si compie giornalmente in ognuno di noi: Quello che non è riuscito a fare la medicina, la scienza, la religione, lo ha fatto il Programma dei Dodici Passi attraverso il Gruppo, riunione verbale , e Insieme in A.A., riunione stampata.

Serene 24 ore.

Santino UD. - Settembre 2018



Sono Marina un'alcolista in recupero, anche quest'anno ho partecipato al Raduno Nazionale.

Il primo avevo 28 giorni di astinenza e dormivo sulle sedie e per quanti caffè bevessi, non riuscivo a tenere gli occhi aperti, ero finalmente al posto giusto e potevo permettere di rilassarmi.

Da allora non ho mai mancato a questo evento tanto importante, dove trovo la carica per proseguire il cammino recuperandomi.

Quest'anno ho rischiato di non farcela per problemi di salute, ma il mio Potere Superiore ha messo lo zampino e ha permesso la mia partecipazione inserendo le varie pedine al posto e al momento giusto.

Da poco ho ripreso a svolgere servizio per A.A. Italia e mi sarebbe dispiaciuto tantissimo non essere sul campo di battaglia il primo anno di questo nuovo servizio.

Da subito mi sono risentita a casa, è stato un piacere ritrovare gli amici di vecchia data, ma altrettanto piacevole è stato incontrare i nuovi servitori e fare amicizia

con quell'amore che A.A. mi ha insegnato e regalato. Anche se ho donato il mio servizio a questo Raduno non sono mancati gli abbracci con gli amici di percorso che amo profondamente, perché il servizio ci unisce e oltre ad accrescere il nostro recupero ci offre l'opportunità trasmettere il messaggio all'alcolista che soffre ancora. Domenica mattina ho raggiunto gli amici della mia Zona per festeggiare insieme la sobrietà, il momento più magico di questi giorni, fatto di umiltà e gratitudine, lacrime e sorrisi, ringraziamenti e abbracci, poi zitta, quieta, e ancora emozionata sono tornata a finire il servizio.

Ringrazio tutti gli amici che mi sono stati vicino fornendomi tutta l'assistenza possibile, mostrandomi ancora una volta come e perché A.A. funziona, e che questo amore cammina di pari passo con l'umiltà, con la cortesia e la disponibilità.

Dio piacendo, arriverci al prossimo anno, numerosi e grati.

Vi abbraccio e auguro a tutti
serene 24 ore.



PRIMA ESPERIENZA

Non s'è ancora incominciato e già ho un incarico. Appena sbarcati al Palacongressi di Rimini sono in coda al bancone delle iscrizioni per ritirare il "materiale congressuale" (badge e programma) per tutta la nostra Zona. Qualcosa non va, l'efficientissima Amica mi comunica che i conti non tornano...mancano i denari per due iscrizioni e forse qualcos'altro. C..., non ho alcuna spiegazione da proporre... la sua sicurezza mi disarmo, ha fatto i conti con una velocità che rasenta quella del computer di Cape Kennedy. Dunque? L'Amica! Dov'è l'Amica? Arriva subito, con un piglio tale che mi preparo a difendere la malcapitata receptionist da un assalto famelico di quelle fauci che conosco fin troppo bene. Ma rapidamente si capisce che c'è stato un errore nel pagamento, i conti non tornano per davvero. L'Amica chiede quanto manca e saputo l'importo sfodera il suo portafoglio, e cala sul banco una banconota da cento a saldare il debito e pure la mancia! Il gesto è forte, placa tutti gli animi ma l'Amica non è serena... sente l'errore come suo e non serve ricordarle che se siamo lì, in una quarantina, lo dobbiamo al fatto che forse ognuno di noi si è affidato al suo poderoso apparato organizzativo.

E' un po' giù, anche perché non è forse la prima volta che ci mette di tasca propria. Chiedo consiglio ad un Anziano millenario (al Raduno simili mastodonti pullulano) e quello mi suggerisce, di fare una colletta. Mi sembra una buona idea ma uno scrupolo legato al rispetto della Tradizioni mi spinge a chiedere all'amica se questo gesto potrebbe aiutare il suo umore: lei non trova alcunché da eccepire ma sembra già assorta in altri Servizi.

La mia idea a questo punto è raccogliere una sorta di Settimana Straordinaria che, a uno o due euro al colpo, potrebbe coinvolgere decine di persone; non mi perdo d'animo e inizio a diffondere la proposta. La prima amica Anziana a cui lo chiedo con un gesto che sa di antico, quanto la sua età mette una mano nel reggisenone e ne cava una banconota da venti, mi guarda e con una naturalezza sconcertante me la consegna. Fisso l'Amica come se fossi al cospetto della reincarnazione di Santa Teresa d'Avila e balbetto che "forse sono troppi...". Lei mi guarda e sussurra uno scarno "se bisogna arrivare a cento, questi vanno bene!" Confesso che ho estratto meccanicamente il mio portafoglio e ho "visto" come si dice a poker, ho colto il suggerimento.

nimento... Mi ci sono voluti altri tre minuti per raccogliere gli "ultimi" sessanta euro e il contributo è giunto da quei pochi che ho avuto modo di incontrare semplicemente facendo un giro su me stesso! Cento euro in quattro minuti... altro che Settima a colpi di uno o due euro! La Settima non c'entra niente, sono due cose diverse, ma ugualmente spirituali. Qui si è trattato di assistere ammirato e felice di come quando A.A. chiama la risposta arriva. Io sono stato solo il latore del messaggio di soccorso, il resto l'ha fatto la volta stellata del Programma. Certo, ci sono anche tante cose che possono non andare (e poi l'emozione del Raduno tende a farmi idealizzare le espe-

rienze che faccio), ma se le cose a volte non sono perfette è perché siamo uomini e donne, come tutti gli abitanti di questo pianeta. I Principi però esistono per tutti. Ho consegnato la somma all'amica, lei li ha presi e ha detto "Grazie" con la stessa semplicità che era occorsa a me per raccogliermi. Più tardi, sul bus che ci portava in albergo, ha preso il microfono e ha detto un nuovamente semplice "Grazie ad A.A.": credo che tutti coloro che erano venuti a conoscenza della vicenda del mattino abbiano perfettamente capito il significato di quella frase, semplice, senza fronzoli o smancerie, come semplice e schietta è stata la risposta di quelle persone.

Grazie A.A. per questa
emozione.

Thank
you



DAL CARCERE !

Ciao a tutti, sono Salvatore e sono un alcolista

E sì cari amici, mi piacerebbe esserci a questo Raduno di Rimini di A.A. Purtroppo, mi è impossibile considerando che sono rinchiuso nel carcere Due Palazzi di Padova per scontare una pena di 14 anni. Sì! Mi sarebbe proprio piaciuto esserci per portare la mia testimonianza di alcolista.

Cari amici di A.A., voglio raccontarvi la mia storia e la mia convivenza con l'alcol, al solo fine di convincere chi ancora non ha fatto il Primo Passo, e cioè ammettere di avere un problema con l'alcol.

Se questa mia testimonianza riuscirà a non far prendere il "primo bicchiere" anche a una sola persona ed evitargli quello che è successo a me e alla mia famiglia (anche se non lo saprò mai) per me sarà una vittoria.

Sono in carcere da 5 anni, ne debbo scontare ancora 9 di anni, per un delitto commesso nel 2013.

Ricordo poco di quegli istanti che hanno segnato la mia vita e procurato la morte di un giovane. Avevo nel corpo un tasso alcolico pari al 2,11. Con un tasso alcolico così alto avrei potuto causare morti e feriti se fossi stato alla guida di un'auto o al lavoro, oppure in una delle tante liti che erano frequenti ogni volta che alzavo il gomito.

La sera del 15.10.2013 non ero né alla guida e nemmeno al lavoro, ho armato la mia mano semplicemente con una pistola giocattolo (modificata) e in preda alla rabbia e ai fumi dell'alcol ho sparato un solo colpo mortale a mio genero, il papà dei miei piccoli nipoti.

La lite con mio genero aveva avuto inizio alla 13:30. In quel momento ero "sobrio" e nonostante le pesanti offese, sono riuscito a mantenere la calma, a non reagire a tanta arroganza e maleducazione e sono andato via.

Mia figlia nella prima lettera che ho ricevuto in carcere scriveva: "Papà Dio esiste, è stato il diavolo che prima ti ha fatto bere e poi ha armato la tua mano".

Ed è vero! Perché dopo la prima lite in cui ero "sobrio", ho trascorso le ore successive a ingerire il "diavolo" e alle 19:15, con il "diavolo" in corpo, ho rovinato la vita di tante persone, compresa la mia.

Per cui, amico mio, tu che non hai ancora fatto il Primo Passo e riconosciuto di avere un problema con il "diavolo", ti prego ferma il tuo orgoglio alle 13:30 e non lasciare che il "diavolo" ti porti via tutto, proprio come è successo a me.

Se poi non ce la fai a smettere di bere da solo, affidati agli amici di A.A., questa è l'unica medicina che può curare la nostra patologia.

Già dal primo anno di carcerazione a Vicenza, nei vari colloqui con lo psicologo del carcere, ho proposto e ottenuto che nascesse un Gruppo di A.A. in carcere.

Dopo qualche riunione di Gruppo, un ragazzo ha detto che senza alcol si sentiva libero dentro.

Una metafora considerando che siamo in carcere privi della libertà, e da quelle parole è nato il Gruppo "Liberi Dentro".

Ci hanno aiutato gli amici di A.A. e proprio questi ascoltando le nostre testimonianze, e analizzando il proprio stile di vita quando erano consumatori di alcol, hanno affermato che se non avessero smesso di bere probabilmente anche loro sarebbero finiti in carcere.

Anche qui a Padova si è creato un buon Gruppo di A.A. grazie a persone come Antonio e Paolo che si

chiama "La via d'uscita".

Qui in carcere non c'è l'alcol, l'astinenza è forzata, ma la frequenza del Gruppo resta comunque una cosa importante.

Per molti di noi è l'inizio di un percorso che ci porta sulla strada della sobrietà.

Io posso salvarmi a differenza di mio padre, dei miei 2 fratelli e un caro nipote di 40 anni tutti deceduti in giovane età per malattie provocate da un uso eccessivo di alcol. A differenza loro io posso farcela a sconfiggere il "diavolo" se con me c'è il mio Potere Superiore e puoi farcela anche tu, che non hai fatto ancora il Primo Passo (aiutati che Dio ti aiuta).

Che questi 3 giorni nel segno della sobrietà e serenità.

Saluto tutti i presenti e vi auguro buon raduno.

Ciao amici
Salvatore alcolista
(Gruppo "La via d'uscita" - Padova)



SALVE: SONO CHRISTIAN E SONO UN ALCOLISTA

La mia storia è molto lunga e triste, a soli 38 anni mi sembrava di averne 80, sembra ridicolo ma l'alcol mi ha rovinato mezza vita, ora grazie all'aiuto degli operatori rieducativi carcerari e di un nuovo Gruppo di Alcolisti Anonimi, mi sto impegnando a dare un senso positivo alla mia vita: una nuova "Rinascita", sarà dura ma ci riuscirò! Voglio riuscirci.

Ho incominciato a bere qualche bicchierino di super alcolici verso i 15 anni, con l'intento di togliere la timidezza che avevo e che mi bloccava nei miei rapporti d'amicizia, poi nel tempo ho

continuato ad aggiungere ogni tipo di scuse per poter bere, e questo mi ha portato e perdere il senso di realtà, ero io ma nello stesso tempo non ero realmente io. L'alcol è terribile! Ti cambia in negativo senza che te ne accorgi. È difficile e complicato spiegare tutto questo. Quindi cito una frase che è vera, detta e spiegata dal Gruppo di Alcolisti Anonimi: "Solo un alcolista può capire un altro alcolista".

Con questo mi auguro e vi auguro un buon percorso per riuscire in un cambiamento positivo.

Un forte abbraccio
Christian Gruppo Rinascita

"Solo un alcolista può capire un altro alcolista".



Programma....

UNDICESIMO PASSO!

Voglio condividere con voi le mie serate applicando questo Passo.

Generalmente mi isolo e esamino me stessa al microscopio, e la mia giornata.

Quasi mai vedo il mio comportamento come vorrei, o meglio, come vorrei che fosse. A.A. mi ha insegnato a distinguere gli alibi dalle giuste cause. So che ad ogni azione ne consegue una re-azione, per tanto tutto dipende da me.

Il mio quotidiano è costellato da difficoltà fisiche e psicologiche, so benissimo che le devo accettare, ma devo imparare COME.

Chi mi circonda ha sempre la panacea ai miei malesseri, e sistematicamente mi ribello, a volte mi ribello acconsentendo, per poi agire come mi pare, ma la maggior parte delle volte non capisco che lo fanno in buona fede, e il mio comportamento li fa soffrire.

Azione=reazione, troppe volte esprimo desideri che non mi posso permettere mettendo a disagio chi mi esprime il suo dissenso, il troppo o il troppo poco è una mia tendenza di questo periodo.

A volte chiedo a me stessa più di quello che la salute mi consente, a volte sono apatica, ma è più pigrizia che apatia, altra caratteristica è la costante pau-

ra di rompere le scatole.

L'orgoglio prevale e non chiedo aiuto, in A.A. aiutare gli altri è stata la mia gioia più grande, e aiutare l'amico che soffre non si riferisce solo all'alcol, quando, guardandomi vedo queste cose mi arrabbio con me stessa, come quando ero nel periodo attivo, i propositi erano punti fissi di azioni disattese, Posso fare molto, se solo avessi la capacità intellettuale di darmi una regolata in funzione dell'Umità, della presa di coscienza che l'erba voglio non esiste, devo rendermi conto che la vita va vissuta solo oggi!

Mi sento ipocrita aiutare altri e non applicare i bei discorsi a me stessa, ogni sera vedo aspettative inutili, pianti di autocommiserazione sapendo che pur non essendo nella mia indole, permetto di arrivare, ogni sera vedo me stessa un'alcolista, che pur avendo molti anni di recupero, si comporta come se fosse attiva, dove è finito tutto il lavoro intenso con me stessa? Dove sono finiti i maledetti difetti del carattere che faticosamente ho debellato, o credevo di averlo fatto?

Chiedere aiuto era il mio primo suggerimento, che ho trasmesso, so di avere molto amore da dare,

note capacità non meritate, molti AMICI sempre presenti, che mi porterò nel cuore per sempre.

Senza giustificazioni, devo dire che vivo in un disagio importante nel mio quotidiano, che mi mette dei paletti che non gradisco, ma che non posso cambiare.

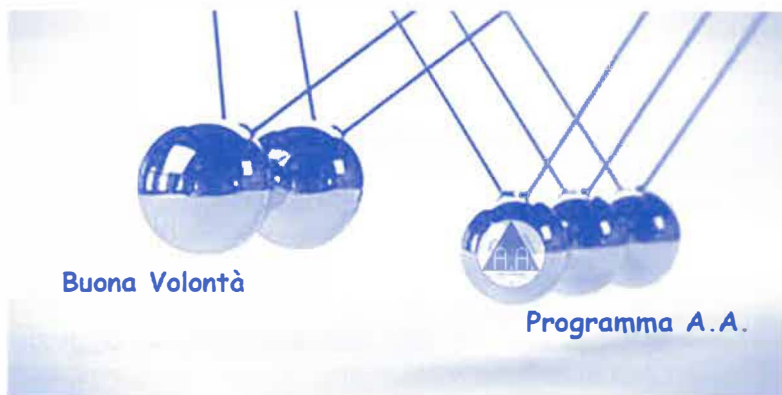
Tutto si complica, perché non sono come vorrei essere, ma che dovrei vivere cambiando alcuni atteggiamenti, AZIONE=REAZIONE, è come un cane che si morde la coda!

So che il mio Potere Superiore mi concede di guardare in faccia tut-

to quello che non va, senza paura e Le sono grata! Tutto sommato mi è rimasta la volontà di non mollare mai! In A.A. ho imparato che sono sempre in recupero, che se mi fermo sarebbe l'inizio della fine! Desidero con tutta me stessa che i propositi non si disperdano nell'aria, tutto dipende da me!

Non sono quella che dovrei essere, non sono quella che vorrei essere, ma senza dubbio sono migliore di quella che ero! Grazie a tutti gli A.A. del mondo di essere con me, e condividere la mia vita senza giudicarmi!

Vi voglio bene!



UNDICESIMO PASSO!

Mi chiamo R. e sono alcolista.... Vorrei condividere la mia esperienza sull'Undicesimo Passo, che mi aiuta nel mio percorso di recupero, ogni sera, e ad ogni occasione che mi si presenta, mi raccolgo e ascolto il silenzio!

Cerco il contatto con il mio Potere Superiore che sento costantemente accanto a me!

Mi succede spesso di iniziare a pregare, ma inevitabilmente la preghiera diventa un dialogo, parlo a LUI delle mie deficienze che sono costantemente presenti, racconto le mie difficoltà quotidiane, le mie frustrazioni e anche dei buoni propositi che non mantengo! Questa continua presenza Spirituale, mi fa bene, mi rasserena, mi fa sentire protetta nel contempo, mi fa riflettere sulla mia fragilità, un passo decisamente importante per me, in quanto avevo perso ogni forma di vicinanza e comunicazione con LUI. Durante il mio periodo attivo non mi serviva nessuno, sapevo tutto e non mi servivano le preghiere o altro, mi ritenevo autosufficiente nella gestione della mia vita, morale o immorale che fosse, lo incolpavo di tutto se le cose andavano male, ma se qualcosa andava bene, il merito era tutto mio, Ora, ho imparato a non avere aspettative, vivo le

mie 24 h serenamente, accettando le cose che non posso cambiare.

Mi succede ancora di volere cambiare alcune situazioni scomode, ho ancora la presunzione di poterlo fare, ma (c'è sempre un ma) il fallimento è sistematico. Ora lascio che sia LUI a decidere quello che è giusto per me, ho ancora molti difetti di carattere che sono talmente radicati che accetto senza autocommiserarmi. Mi propongo costantemente di cambiare le cose che posso, e non ho altra scelta che cambiare me stessa!

Il costante contatto con Lui, mi fa sentire protetta e determinata nel mio percorso costante nel vivere sempre serenamente la mia vita interiore. Mi ritengo fortunata, o meglio miracolata, visto che ero una persona davvero miserabile!

Un perenne ringraziamento a me stessa, a LUI e ad A.A. che con il suo supporto, riesco a superare gli ostacoli con coraggio e affidamento, poco importa del mio vissuto poco esemplare, il contatto costante con il mio Potere Superiore me lo fa dimenticare, mettendo il mio oggi davanti a me, e incoraggiarmi sempre di non cedere MAI anche quando ricado negli stessi errori e mi sento una fallita!

Un cordiale saluto globale
e l'inevitabile augurio di serene 24 h!

DODICESIMO PASSO

come gioia vissuta e donata agli altri

All'inizio del settimo capitolo del Grande Libro troviamo questa promessa: "La vita acquisterà un significato nuovo. Osservare persone che si riprendono, vederle aiutare altre persone, notare come la solitudine svanisca, vedere una fratellanza crescere attorno a voi, avere una schiera di amici: è questa un'esperienza di cui non dovete privarvi. Sappiamo che non vorrete privarvene. Il frequente incontro con i nuovi venuti e tra noi è l'aspetto gioioso della nostra vita".

Crediamo che questa promessa, come tutte quelle contenute nel Grande Libro, sia garantita e sia una sintesi perfetta del tema proposto oggi. Quasi non servirebbe aggiungere altro. E' posta subito dopo l'apertura del capitolo: "L'esperienza di tutti i giorni dimostra che nulla è più efficace a garantire la nostra astinenza dal bere quanto un intenso lavoro con gli altri alcolisti".

Crediamo tuttavia che l'esperienza di tutti noi ormai conferma che affrontare il Dodicesimo Passo per salvare noi stessi, in breve tempo passi in secondo piano. C'è un momento magico, il momento in cui la gratitudine verso il Potere Superiore, A.A. e la nostra stessa vita per averci salvati prevale su tutto.

Questa gratitudine si trasforma in amore e gioia ed è allora che si realizza la promessa del Grande Libro, a quel punto il nostro rivolgerci per accogliere i nuovi venuti o dire una parola a chi chiede aiuto avviene naturalmente.

Crediamo che il momento in cui prendiamo contatto con il nuovo venuto sia uno dei più importanti che siamo chiamati a vivere come membri di A.A., il nuovo venuto è il membro più importante, quindi questo momento è il più delicato, è in questo momento che dobbiamo mettere a frutto tutto ciò che il Programma ci insegna.

Non dobbiamo dimenticare la nostra Quinta Tradizione che ci ricorda sempre che: "Ogni gruppo non ha che un solo scopo primario: portare il messaggio a chi soffre ancora". E non dobbiamo dimenticarci che abbiamo una Tradizione di Anonimato che vuole che la nostra personalità e il nostro ego-centrismo siano cancellati.

La nostra responsabilità verso il nuovo venuto è massima, perché ogni cosa che diciamo o facciamo, può portarlo verso un porto sicuro, così altrettanto può lasciarlo a sé stesso o peggio deviarlo dal Programma così come ci è stato dato che è garanzia di salvezza.

E' necessario dimenticarsi di sé, cambiare gli occhiali con cui

guardiamo al nuovo venuto, cercare di capire bene chi è oltre alle cose che ci accomunano, per saper scegliere lo strumento adatto tra quelli che A.A. ci mette a disposizione.

Dobbiamo essere Anonimi nel senso di A.A. e pensare all'altro senza altri fini.

Sì, perché non dobbiamo dimenticarci neppure questo: l'onestà e la sincerità delle nostre intenzioni, se queste sono salde, e appunto sincere, crediamo che difficilmente il nuovo venuto non sentirà l'attrazione che ben conosciamo e chi ci ha salvato la vita.

Ma forse sono suggerimenti inutili nel momento in cui veramente la nostra vita, anzi noi, siamo cambiati, la gioia vissuta suggerita dal tema non può che nascere da questo.

Se abbiamo solo messo 'il tappo alla bottiglia' come si usa dire, ma di fatto siamo ancora le stesse persone ingratitude, tristi, rabbiose ed egocentriche difficilmente potremo anche solo pensare di portare il messaggio.

Com'è possibile trasmettere questa gioia ad altri se non l'abbiamo neppure noi, ciò che colpisce un amico ancora in difficoltà entrando in un Gruppo o anche durante un Dodicesimo Passo sono proprio la gioia e la serenità sul nostro volto.

Ce lo ricordiamo ancora tutti?

Tutti sappiamo che anche nel problema, sentiamo se l'altro è veramente sereno o se recita una parte. Resta poi, o meglio ritorna a noi, la gioia di cui appunto ci parla la promessa di cui parlavamo all'inizio, per concludere desideriamo ricordare le parole del dott. Bob:

Passo gran parte del mio tempo a trasmettere quello che ho imparato ad altri che lo desiderano e che ne hanno un gran bisogno. Lo faccio per questi quattro motivi: per senso del dovere; perché per me è un piacere; perché così facendo pago il mio debito di gratitudine verso chi ha speso il suo tempo a trasmettermi il messaggio; perché ogni volta che lo faccio mi assicuro una maggiore garanzia contro ogni possibile ricaduta.

Dott. Bob



COMPRENDERE L'ANONIMATO A LIVELLO DI GRUPPO

Possiamo usare i cognomi all'interno del Gruppo, ma allo stesso tempo rispettiamo il diritto degli altri a mantenere incondizionatamente il proprio Anonimato. Alcuni Gruppi tengono un elenco di nomi e numeri di telefono, concessi su base volontaria, e da fornire esclusivamente ai propri membri. Non riportiamo all'esterno ciò che viene condiviso nelle Riunioni A.A.: la parola Anonimo della nostra denominazione è una promessa di riservatezza; inoltre, l'unica storia di Recupero che possiamo realmente condividere è la nostra propria storia. Nei rapporti personali con i non alcolisti – e con quelli che pensiamo possano avere un problema con l'alcol – siamo liberi di dire che siamo degli alcolisti in

Recupero (senza però divulgare i nomi di altri membri di A.A.), benché un comportamento prudente sia comunque sempre consigliabile. In questo caso la nostra disponibilità all'apertura può aiutare la trasmissione del messaggio.

Ci asteniamo dal filmare Riunioni o discorsi che potrebbero essere mostrati in pubblico. Inoltre, come raccomandato dalla Conferenza dei Servizi Generali del 1980, è preferibile che gli A.A. parlino di persona, considerata la tentazione, quando si filma, di porre le persone prima dei Principi così da incoraggiare una sorta di divismo in A.A.

Per ulteriori informazioni su questa importante Tradizione si veda l'opuscolo Comprendere l'Anonimato.



XI 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.

Era di nuovo mercoledì e come sempre stavo andando al lavoro in ritardo. Riguardai la posta, mucchi di fatture arretrate da pagare, mi pareva che non sarei mai riuscita a pagarle. Anche se guadagnavo abbastanza col ristorante, ero proprio incapace di amministrare il denaro, e questo mi è costato molte notti insonni.

Mi piaceva molto il mio lavoro. Nella maggior parte della mia vita, ero stata molto timida, introversa, o forse soltanto troppo egoista per conoscere persone nuove. Avevo 17 anni e per la maggior parte del tempo avevo molta paura.

Ma ogni giorno, nel mio ristorante, ero un'attrice, appena attraversavo il portico mi trasformavo in una stella della scena. Dimenticavo la mia timidezza e scherzavo, sorridevo molto e facevo battute con i clienti abituali. Aspettavo con ansia il mercoledì, erano giornate molto buone perché veniva tanta gente. Il mio gruppo preferito arrivava ogni mercoledì, alle nove e venti di sera. Si radunavano nella stanza sul retro, univano i tavoli e

sistemavano i portacenere. Poi cominciavano a ordinare; prendevano molto caffè!

Avevano grande rispetto per il personale, anche quando ci capitava di confondere le ordinazioni. Quel che mi piaceva erano le risate: ridevano di gusto, il tipo di risata che ti coinvolge anche se non hai sentito la battuta. Il mio posto di lavoro era di fianco alla loro stanza. A volte mettevo una tazza contro la parete per ascoltare di che cosa stavano ridendo. Mi sentivo triste perché ridevano anche di cose che a me facevano venir da piangere. Spesso mi son trovata a servire loro più caffè del necessario. Ogni tanto prendevo un caffè con loro. Si fermavano fino alle undici, più o meno, poi si riunivano al parcheggio per la "scena della partenza".

Col tempo, cominciai a preparare cose speciali per il mercoledì sera, qualcosa di speciale solo per loro. Una volta misi dei parafuoco con disegni da colorare sui tavoli, e loro li colorarono. La settimana dopo glieli feci trovare sul soffitto, e risero tanto!

Una volta, mentre andavo alla mia auto per tornare a casa, mi voltai per salutare e mi ritrovai a stringere la mano a ognuno di loro.

Questa diventò un'abitudine. Tutti mi conoscevano per nome, e io



cominciavo a imparare i loro nomi. Una sera uno di loro, Kevin, mi diede un biglietto. C'era il nome di una chiesa, seguito da: "Aberdeen, mercoledì sera, Gruppo A.A." Kevin aggiunse: "Magari le piacerebbe venire a vedere come mai siamo tanto allegri".

Non sospettavo che la mia vita stesse per cambiare radicalmente. Il mercoledì successivo, prima del lavoro, partecipai a una delle loro Riunioni. Conoscevo tutti in quella stanza, ma l'atmosfera era diversa che al ristorante.

Qualcuno, sul podio, condivise con gli altri la sua esperienza: come era stato prima, quel che gli era successo e come era adesso. Lottavo contro le lacrime. Mentre parlavano di come erano stati prima.

Sentivo parlare dei miei sentimenti di tutti i giorni: la solitudine, il senso di inferiorità, la tristezza. Non avevo mai pensato che il mio modo di bere fosse un problema, ero convinta che fosse la risposta a un problema. A volte mi faceva superare il nervosismo che sentivo in mezzo ad altre persone. A volte mi aiutava ad addormentarmi, quando le voci nella mia testa non tacevano. A volte mi sentivo in colpa, vergognosa e come scesa nella stima di me stessa.

Dopo quella prima Riunione cominciai a domandarmi se il bere poteva essere un problema per me.

Partecipai ad alcune Riunioni Aperte, e per qualche mese il mio

modo di bere fu più misurato. Poi pensai che non potevo partecipare alle loro Riunioni finché bevevo. Il 3 giugno 1983 era il mio diciottesimo compleanno. Avevo pianificato attentamente la serata per evitare di bere alcolici.

Cenai con amici più grandi di me. Stavo bene, tanto bene che pensai che avrei potuto bere un po' di vino bianco, alla fine della cena. E poi vino, vodka, birra, cocktails, e l'ultima cosa che ricordo è che mi svegliai tardi per andare al lavoro. La giornata fu un disastro: il cuoco non c'era, le cameriere erano disorganizzate, io avevo i postumi di una tremenda sbronza.

Allora i miei "Amici" cominciarono ad apparire, e a ripetere che cosa avevo fatto la sera prima. Io avevo davvero cercato di non bere. Adesso avevo paura di non riuscire più a fare a meno dell'alcol. Tutto quel che avevo ascoltato alle Riunioni di A.A. mi si ripresentò di colpo.

Il mercoledì seguente partecipai a una Riunione chiusa. E così passarono in fretta vent'anni. Eccomi qui, a ragionare di attrazione invece che propaganda e dell'Anonimato personale indispensabile con stampa, radio e film. Tutta la mia storia è basata sull'attrazione. Non sapevo nemmeno che fossero membri di A.A., sapevo solo che mi piacevano.

Questo mi fa pensare che non sappiamo mai che cosa stiamo vedendo. Vorrei essere il

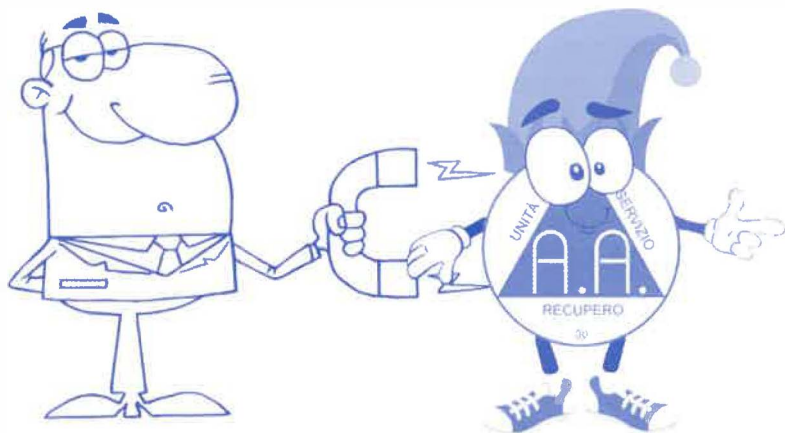
miglior esempio del Grande Libro, per quel che posso, in tutti i momenti della vita.

Sull' Anonimato personale, sono per sempre grata a quelle persone che non ebbero paura di farmi sapere che andavano alle Riunioni di A.A.; altrimenti forse non sarei arrivata qui.

Non sono più al lavoro col ristorante. Mi sono iscritta all'università, mi sono laureata e lavoro nel mio campo. Ho lavorato nello stesso posto per sedici anni.

Ho un marito (mi capitò di versargli dell'acqua addosso una di quelle sere di mercoledì...). Abbiamo due figli e una nipotina. Mi sento felice e soddisfatta. Ho ricavato beneficio dallo sponsorizzare e ho partecipato attivamente a tutti gli aspetti del Servizio in A.A. Ho un Gruppo- base, e molti amici che amo molto. Ho un rapporto profondo e significativo con Dio. E pensare che volevo solo capire perché si divertivano e ridevano tanto!

(Lisa R, Aberdeen, pubblicato in Grapevine Novembre 2008)



Carissimi, nel mio percorso spesso mi son detta: "Molla, lascia fare a Dio". Ma ahimè! - quando sento e leggo: "io sono responsabile..." mi assale la voglia di provare ancora a combattere per questa Associazione che ha salvato la mia vita e di tanti altri. In questi momenti la mia domanda è: "La gratitudine dov'è?".

Ho iniziato col desiderio di non bere, ma immediato è stato anche il desiderio di recuperare la vita che Dio nella sua bontà mi ha concesso, come pure la consapevolezza di quanto sballata fosse. Non è stato piacevole conoscermi, anzi direi quasi faticoso.

Mi sto integrando con i Principi Spirituali, anche se spesso faccio a botte con me stessa.

Il mio Recupero è iniziato seguendo i Passi come Bill ce li ha lasciati, in ordine cronologico. Sono arrivata al XII, inserendo la conoscenza delle Tradizioni fino al raggiungimento della XII, comprendendo quanto fosse importante la rottura dell'Anonimato personale per proseguire nel Servizio, e ora sono alla ricerca dei Principi Spirituali racchiusi nei Concetti per il Servizio. Servizio, che bella parola! Esprime tutta la gratitudine che nutro per questa Associazione che con un semplice Noi racchiude la grandiosità dell'Unità.

A volte mi scontro con membri che dopo anni di astinenza non sono riusciti ancora ad accettarsi. Per paura di perdere l'Anonimato non si offre il numero di telefono al nuovo venuto, pur

sapendo che può trattarsi di vita o di morte. E nelle testimonianze spesso gongoliamo, e ci dimentichiamo dei trascorsi. Come pensiamo, quindi, di aiutare i giovani a sollevare il loro fondo?

Nel Gruppo trovo la Letteratura (eredità di Bill) che mi consente di recuperare. Non va interpretata, ma esaminata con lo Sponsor, onde evitare le razionalizzazioni tanto gradite a noi alcolisti. Alcuni, però, pur non riuscendo a immettersi nel Programma, sono pronti e decisi a Sponsorizzare, creando confusione e malessere nei giovani.

Le Tradizioni, sono necessarie per il nostro Recupero personale, nel rispetto del grande insieme A.A. Non posso prestare Servizio senza rispettare le Tradizioni ed i Concetti, Principi Spirituali di A.A. Inoltre, devo impormi di non dimenticare la Terza Tradizione, rincorrendo un alcolista che vuole continuare a bere. Non posso sostituirmi a Dio. Certe cose le lascio fare a Lui, rivolgo le mie energie altrove, ne va della mia sobrietà. Voglio sempre ricordarmi che la parola magica del nostro programma è Azione. Non voglio sedermi in Gruppo aspettando che suonino il campanello. In conclusione, le mie considerazioni sono che: se di adulto abbiamo poco e non ci decidiamo a crescere fuori, sulla porta presto resterà solo l'indicazione Alcolisti, perché l'Anonimato si è perso per strada o qualcuno non ancora Recuperato l'ha rubato.

Marina, Area Friuli Venezia Giulia

TRASMETTERE IL MESSAGGIO !

Ieri sera in Riunione si è parlato di Tradizioni. La parola che mi pare stia ben legata a Tradizioni è responsabilità. E' venuto fuori dall'Amica questo accenno e subito la vicinanza delle due paroline ha fatto il diavolo a quattro nella mia testolina: ha acceso tante lucine e collegamenti che forse, mi hanno fatto imparare qualche cosa di nuovo. Come infatti ho detto in Riunione ho intuito che se esistessero solo i Dodici Passi probabilmente il Programma non sarebbe sufficiente a recuperarmi e rischierei di tornare a bere. Le Tradizioni sono necessarie non solo a mantenere vitale ed ordinata secondo i suoi principi l'Associazione, ma infondono in ogni alcolista quel senso di responsabilità che permette di continuare a recuperarsi richiamandosi sempre all'origine di A.A., finché faccio Programma mi recupero, imparo a volermi bene e a stare lontano dall'alcol. Ma tante cose possono accadere e qualche evento potrebbe anche condurmi ad un nuovo odio per me stesso, potrebbe persuadermi che la cosa migliore per me sia distruggermi. Tornerei indietro ma non per rifare i Passi o rivedere il mio percorso, tornerei indietro solo per negare quanto fatto e riprenderei a farmi del male, la cosa importante è che senta la possi-

bilità di fallire e quindi mi richiami ogni giorno, al mio percorso con il Programma. Ma quand'anche perdessi ogni legame al Programma può rimanere integro un senso di responsabilità verso l'Associazione, le Tradizioni i suoi membri e coloro che ancora soffrono. La gratitudine per aver trovato la porta del Gruppo aperta si consolida ogni giorno, perché ogni giorno verifico il bene che vivo nella ricerca della sobrietà e la Serenità che ne deriva, imparo ogni giorno ad amare l'Associazione e il desiderio di vivificarla anche con la mia vita al suo interno, con il Servizio, si fa più insistente, con i miei tempi, non voglio correre, pena la delusione o il fallimento.

Nella mia vita di alcolista mi sono sempre sentito responsabile, mi sono occupato degli altri fino allo sfinimento, ero disposto a rinunciare a molte cose per aiutare gli altri ma in realtà lo facevo perché mi potessero lasciare in pace a bere quanto volevo. Il senso di colpa per le mie bevute era mitigato dai gesti e dalle cose fatte per gli altri. La vera responsabilità, quella che sto imparando in A.A., è gratuita, non lo faccio per uno scopo personale, (il fatto di proseguire in A.A. il mio recupero) è di pari passo accompagnato dalla volontà gioiosa di trasmette-



re il messaggio. Sono io quindi responsabile anche della possibilità di contribuire a rendere migliore il mondo, oltre alla mia vita e richiamare le Tradizioni dell'Associazione, e responsabilità verso la vita stessa di A.A., la sua possibilità di mettere tante altre persone nelle condizioni di godere di quello che ho avuto e ho io. Ancora una volta in A.A. scopro, che se sto bene io all'interno dell'Associazione, stanno bene le persone che mi sono vicine, se sono un alcolista in recupero che sta bene, l'Associazione continua a fare il suo lavoro per servire tanti altri (che bevano oppure abbiano smesso) oltre naturalmente a me.

Tradizioni e responsabilità: un connubio solido, solidissimo che anche se dovessi fallire nel mio Programma, anche se buttassi alle ortiche in qualche momento di disperazione i Dodici Passi mi terrebbe, abbarbicato all'Associazione. Essere membro di A.A. vuol dire ricevere moltissimo dagli altri e genera necessariamente un desiderio di fecondità nell'aprirsi a mia volta verso di loro, gratuitamente e con gioia quanto ricevuto.

Proprio qui sta un'altra particolarità dell'Associazione: per un misterioso disegno (che, sono convinto, deve essere divino) l'Associazione è nata dai due Cofondatori e poi, sia pur con alcuni aggiustamenti organizzativi necessari data l'espansione planetaria del nucleo

originario, si è mantenuta nei suoi principi immutabile. Il Programma si è delineato nella sua struttura come un dono divino come le parole della legge mosaica, il Programma, è la prova dei fatti, che sono i milioni di alcolisti recuperati che lo dicono, non solo io che lo affermo. L'Associazione potrà anche conformarsi nel suo funzionamento ai tempi che cambiano ma le Parole di A.A. sono e devono restare sempre quelle, a cominciare dalla raccolta di queste parole, la Letteratura. Ogni documento prodotto nel seno di A.A. deve passare al vaglio di Servitori, che proprio in quanto tali, non sono autorizzati a modificare le parole se non dopo un attento esame alla luce dei Passi e delle Tradizioni: se esce un documento che si scosta dai Passi o non è rispettoso delle Tradizioni, questo deve essere "bocciato" o modificato fino a che non assume una maturità conforme ai principi. Detto così potrebbe suonare come una censura ma è l'unico modo con cui uno strumento così potente come il Programma ha resistito alla prova degli anni e continua a funzionare ad ogni capo del mondo e in qualsiasi epoca: il Programma non tiene conto delle differenze di razza, cultura o religione, si occupa di uomini e donne animati da un unico desiderio, è bene che me lo ricordi. Il Programma è stabile, deve stare

li come è nato e, a rischio di sembrare idolatra, deve essere immutabile nei secoli. Ecco perché in A.A. non dovrebbero sentirsi (e in effetti non mi è mai capitato di sentirle) frasi tipo "Eh, una volta le cose andavano meglio!", "Vecchi tempi bei tempi," "Si stava meglio quando si stava peggio" e altre espressioni tipiche di rimpianto verso un passato che non c'è più: in primo luogo perché il Programma mi insegna a guardare avanti senza rimpiangere il passato e commiserarmi degli errori che lo hanno punteggiato ma soprattutto perché il passato del Programma deve necessariamente essere lo stesso del suo presente, come

A.A. sono responsabile dell'integrità e dell'immutabilità del Programma e delle sue Tradizioni. Io sono custode del Programma, per me e per gli altri. Se cambiano le generazioni di A.A. e i "giovani" non fanno più certi gesti o non dicono più certe parole (che i Fondatori hanno voluto prima di tutto per poter recuperare loro stessi!) è sbagliato, perché il Programma rischia di andare alla deriva e con lui anche gli alcolisti. Essere i guardiani delle Tradizioni è dovere di ogni alcolista, se ognuno ha in cuore di recuperarsi e se sente crescere il desiderio di aiutare gli altri alcolisti che ancora soffrono. Questo è Trasmettere il messaggio per me.

Anonimo.

Io sono Responsabile....



Viene menzionata come Dodicesima ma seppi da alcuni anziani che fu la prima ad essere ideata.

La ritengo la Tradizione più bella e quella alla quale sono più legato.

Mi accadde una sera, in un Gruppo della mia città, di ascoltarne la lettura ed il commento. Vivevo allora una sbornia dovuta a un senso di colpa in conseguenza di un errore commesso. All'improvviso mi sentii più sereno, il senso di apprensione della mia mente punitiva andava scemando. Mi stavo semplicemente staccando dal mio "io", sentivo solo che "stavo rinunciando" a stare al centro dell'universo, recuperavo mia normalità di persona umana e quindi fallibile. Il delirio provocato dal senso di colpa era l'ennesima esagerata auto considerazione.

Perché "io" non potevo essere ordinario ma necessariamente, nel bene o nel male, straordinario: come nel Dodicesimo Passo la parola chiave è l'azione, così nella Dodicesima Tradizione la parola chiave è la rinuncia. Rinunciare a essere il primo, il migliore, rinunciare al giudizio altrui, a vincere a tutti i costi, a far vedere un me stesso che non era e non poteva essere autentico. Non ho mai pensato di mantenere l'anonimato per proteggermi perché nella vita non ero proprio nessuno, non ero ricco, non ero importante; anzi ero piuttosto mal ridotto ed emarginato. Ho cercato quasi sempre, però, di rispettare l'altrui anonima-

to perché capivo che veramente potevo compromettere qualcuno.

Poi ho considerato l'Anonimato come un atteggiamento di prudenza e di salvaguardia dell'associazione fino a creare un solco tra A.A. e il resto del mondo. Con enfasi piena di boria, sostenevo davanti a medici psicologi "Solo un alcolista capisce un altro alcolista", come a dire che i loro sforzi erano inutili perché solo gli A.A. erano investiti della sacra missione di liberare il mondo dall'alcolismo.

Ma questa mia opinione, ho capito poi, non era che l'ennesima esaltazione dell'ego anche se indirizzata, in questo caso, a scopi altruistici ed umanitari.

Io che potevo annoverarmi tra i falliti della vita mi riscattavo alla grande divenendo il paladino del Dodicesimo Passo. È chiaro che, se poi le cose non andavano come volevo, avvertivo delusione e frustrazione, ma il tempo continuava a passare, esperienze dopo esperienze, illusioni e delusioni; talvolta mi domandavo: "Ma cosa vorrà mai il Potere Superiore da me, quale è la Sua volontà?". Allora, come per incanto, un'intuizione attraversava la mente: "Sii umile, lavora su te stesso per migliorarti e aiuta il prossimo nei limiti delle tue possibilità"; questa era la risposta "Sii umile" significava passare dal centro e andare in periferia che è meno lussuosa ma di sicuro più tranquilla. Mettere il proprio io da parte per il bene del-

la comunità (e dell'Associazione) ma che cosa accade se rinuncio al mio io? Sento che non me ne importa più niente né degli alcolisti che soffrono ancora né di A.A. nel suo insieme.

Questa è la tragica realtà e l'esperienza che sto vivendo ora.

Nella Tradizione è scritto: "È la volontà di fare queste rinunce, dimostrata da A.A., che rende fiduciosi gli altri nel nostro futuro". Ho l'impressione che la volontà di rinuncia sia pressoché inesistente e che invece più consueti siano i litigi e le discordie e quindi, la divisione; ecco, dunque, che la Prima Tradizione recita l'importanza dell'Unità per la sopravvivenza degli alcolisti. Evidentemente anche i nostri fratelli americani hanno attraversato queste esperienze. Mi ricordo che lo stesso Bill dovette sopportare una depressione lunga anni dalla quale si liberò dopo aver "rinunciato" alla leadership e delegato la XX Conferenza di America e Canada a prendere in mano le redini dell'Associazione. Considerazioni sul fatto che si ritiene il Programma antiquato, i tempi troppo distanti dagli anni quaranta, e alcune modalità della società totalmente variate: questo è vero per quanto riguarda una visione obiettiva della realtà attuale, ciò che non cambia però è l'abitudine dell'alcolista a voler divenire il centro del mondo, arrogante nei confronti degli altri; in questo non cambia neppure la "medicina" che è inserita nel Programma e che propone l'umiltà come la risposta più efficace.

Che sia un'umiltà che derivi dall'abbandono fideistico a un Dio paterno o che sia un'umiltà che discende dalla consapevolezza che poi questa affermazione di Bill mi ha portato, sono giunto a pensare che ciò è possibile solo quando l'io tace, quando la mente viene accantonata e questo concetto si può assimilare al termine "Anonimato", termine che qualifica la nostra Associazione: "io" è una mera illusione (e io la penso così), il processo rimane lo stesso: rinuncia a se stessi; l'Anonimato come immenso significato Spirituale.

La Tradizione presenta poi un aspetto più tecnico: "Porre i principi al di sopra delle personalità". Questo sembra essere un campo pericoloso: cosa si intende per "principi"? Ad esempio il principio dell'unità (Prima Tradizione), del rapporto con il denaro (Settima), di non andare a volto scoperto nel rapporto coi mass-media (Undicesima), della non-professionalità (Ottava), del non governo in A.A. (Seconda), del diritto di autonomia (Quarta), del non avallo (Sesta) e via dicendo.

Ma sono anche principi come l'onestà, tolleranza, rispetto, giustizia e il comportamento retto.... oppure questi interessano la sfera individuale, personale e non l'Associazione? Non ho risposte precise ma sono sicuro che nel concetto di "Anonimato" ci sia la risposta, se si pensa oltretutto che l'anonimato è la base su cui si fonda tutto il nostro Programma.

Paolo - Lazio

ACCADDE a NOVEMBRE:

1895 - Il giorno 26 nasce William Griffith Wilson (Bill W.).

Morirà di polmonite il 24/1/1971 a Miami Beach.

1934 - Ebby visita Bill e gli racconta la sua "liberazione dall'al-col". Nel dicembre dello stesso anno Bill beve per l'ultima volta al Towns Hospital dopo di che ha inizio il suo risveglio spirituale e quando lascia l'ospedale inizia a lavorare con altri alcolisti.

1937 - Il Dott. Bob e Bill, riuniti ad Akron, fanno il punto della situazione. Quaranta casi sobri. Prima constatazione di successo sicuro.

1950 - Il giorno 16 il Dott. Bob muore di cancro. Era nato l'8 agosto 1879.

SCRITTI a NOVEMBRE da BILL W.

[Rif. Pag. "Il Linguaggio del Cuore"]

1945 - Quelle "fandonie da creduloni". [128]

1947 - Costituzioni di società: uso e abuso. [90]

1948 - Dodicesima Tradizione. [116]

1949 - Un suggerimento per il giorno del Ringraziamento. [119]

1950 - AA non è un grande affare. [155]

* Attraverso lo specchio di AA. [su Grapevine]

1951 - Il Servizio fa funzionare AA. [164]

Incontriamo i fiduciari non alcolisti. [244]

1954 - Tenne fede alla sua promessa. [461]

1957 - In tema di denaro. [278]

1959 - L'antidoto alla paura: prudenza, fiducia e fede. [439]

1960 - Libertà in Dio: la scelta è nostra. [403]

1961 - Di nuovo al bivio. [415]

AUGURI AI GRUPPI

1980 - SAN MARCO

Firenze

Toscana

1985 - SAN GEMINIANO

Arezzo

Toscana

1987 - LA LIBERAZIONE

Pistoia

Toscana

1993 - LE DUE PORTE

Firenze

Toscana

1984 - BORGO

Trento

Trentino

1982 - PEDEMONTANA d.G.

Monfumo

Veneto

1982 - ARENA

Verona

Veneto

1989 - IL MESSAGGIO

Prato

Toscana

1980 - SARONNO

Saronno

Lombardia

1981 - COLLEMARINO

Ancona

Marche

Buon Anniversario al Gruppo: Le Due Porte

ACCADDE A DICEMBRE

- 1934 – 11 dicembre: Ultimo bicchiere di Bill. Liberato dalla sua ossessione, comincia a pensare a un movimento di alcolisti recuperati che ne aiutino altri. Bill e Lois cominciano a frequentare le riunioni del Gruppo Oxford. (Esperienza spirituale di Bill al Towns Hospital).
- 1938 - Scritti i Dodici Passi.
- 1939 - Primo Gruppo A.A. in un istituto mentale, il Rockland State Hospital di New York.

SCRITTI A DICEMBRE DA BILL:

[Rif. Pag. "Linguaggio del cuore"]

- 1944 - Lettera alla madre di un alcolista. [126]
1946 - Cos'è il nostro AA Grapevine? [493]
1947 - Prima Tradizione. [97]
1948- Una richiesta e delle scuse. [118]
1950 - Il vostro Terzo Legato. [157]
1957 - Il dono più grande di tutti. [297]
1970 - Un messaggio per Natale. [450]

AUGURI AI GRUPPI

1983 MONTECCHIO	M. Montecchio M.	Veneto
1984 REGGIO 1	Reggio E.	Emilia Romagna
1986 LE MIMOSE	Firenze	Toscana
1986 NUOVI ORIZZONTI	Barona	Milano
1987 LIBERTA'	Vercelli	Piemonte
1988 EMPOLI	Empoli	Toscana
1990 INSIEME	Verona	Veneto
1996 TRE LEGATI	Tolentino	Marche
1998 ARCOBALENO	S.Giorgio d.P.	Veneto
2000 MONTICELLO d.F. Sarego (VI)		Veneto

**Buon Anniversario ai Gruppi: MONTECCHIO
ARCOBALENO -EMPOLI**

NUMERI UTILI



ALCOLISTI ANONIMI ITALIA

Via Torre Rossa, 35
00165 - ROMA



INSIEME IN A.A.

(per invio testimonianze)
insiemeinaa@alcolistianonimiitalia.it

Per informazioni sulla spedizione
scrivere esclusivamente a:
aaitaly@tin.it



SERVIZI GENERALI ITALIA

Telefono: 06 66.36.629
Cellulare: +39 335 19.49.560
Fax: +39 06 66.28.334

A.A. Alcolisti Anonimi – Ufficio dei Servizi Generali
Via di Torre Rossa 35 – 00165 ROMA
Tel. 06.6636629 Fax 06.6628334

E-mail: aaitaly@tin.it – Web: www.alcolistianonimiitalia.it

PLU	CODICE	Titolo	N. copie	Costo unitario	Importo
Abbonamenti Rivista					
1	Abb. 01	Abbonamento Insieme in A.A		€ 20,00	
2	Abb. 02				

Gruppo

Nome Gruppo **Area**

Via

CAP. **Città** **Prov.**

Telefono:

Indirizzo di consegna

Nome

Via

CAP. **Città** **Prov.**

Conto corrente postale per sottoscrivere l'abbonamento è :
c/c n° 74028002 intestato a: Insieme in A.A.

Costo abbonamento annuale: € 20,00

Per ogni abbonamento singolo personale viene aggiunto
un costo di €15,00 per le spese di spedizione

Si prega di inviare il presente modulo, compilato in ogni sua parte, con allegato
il bollettino di versamento al seguente indirizzo:

Insieme in A.A. - Via di Torre Rossa, 35 - 00165 Roma

Per qualsiasi informazione riguardante la spedizione,
rivolgersi alla seguente email aaitaly@alcolistianonimi.it
indicando i numeri non pervenuti: e indirizzo di consegna.

Le Dodici Tradizioni

1. Il nostro comune benessere dovrebbe venire in primo luogo, il recupero personale dipende dall'unità di A.A.
2. Per il fine del nostro gruppo non esiste che una sola autorità ultima un Dio d'amore, comunque Egli possa manifestarsi nella coscienza del nostro gruppo. I nostri leader non sono altro che dei servitori di fiducia, essi non governano.
3. L'unico requisito per divenirne membri 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: portare il messaggio all'alcolista che soffre ancora.
6. Un gruppo A.A. non dovrebbe mai avallare, finanziare o prestare il nome di A.A. ad alcuna istituzione simile od 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 piuttosto 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 personalità.



**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.**

Amico, Amica

Sei abbonato?

Lo leggi?

Ti piace?

Metti i Tuoi pensieri, belli e brutti

e partecipa anche tu alla nostra riunione scritta:

trasmetti le tue emozioni!!!!