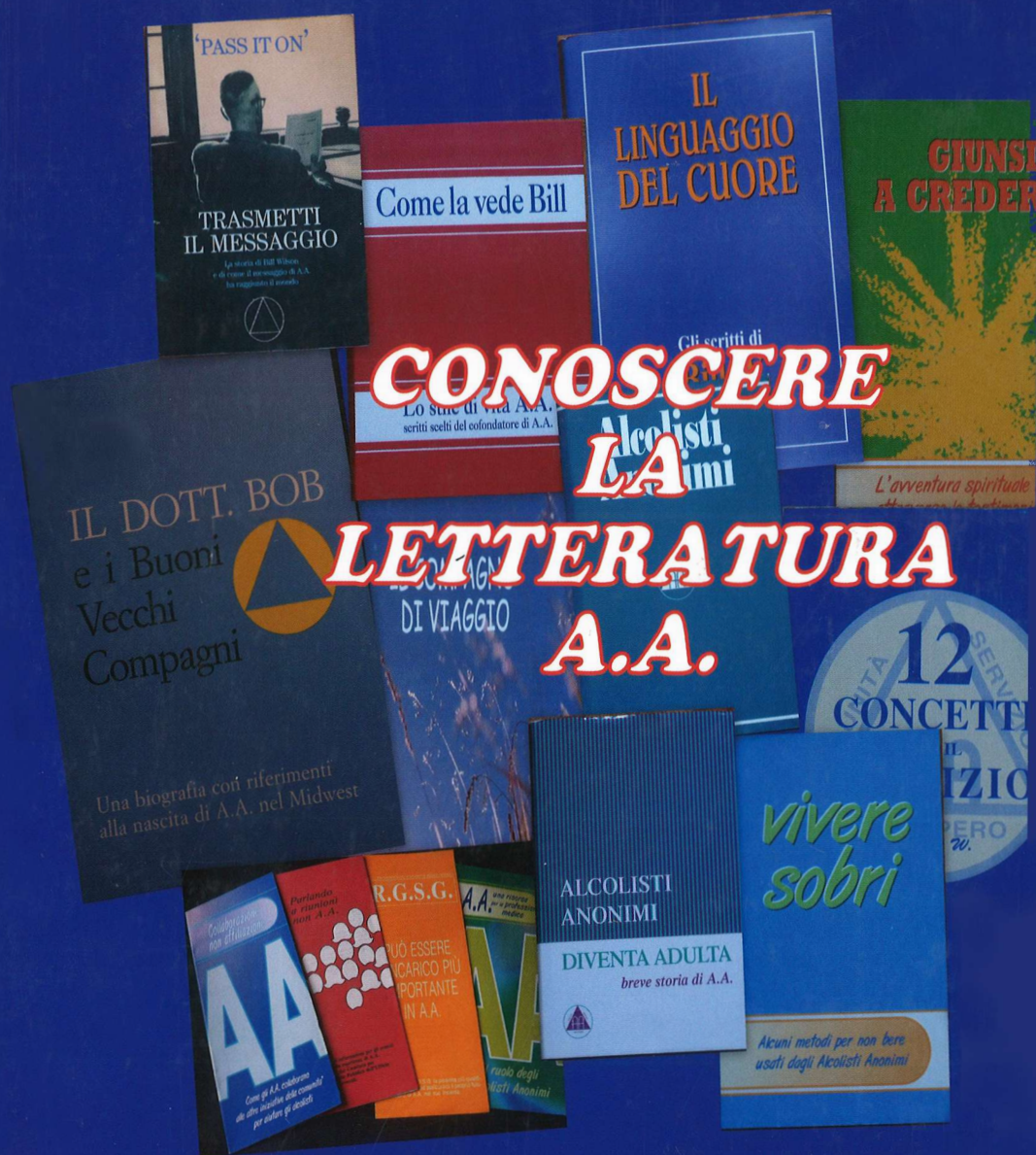


Una chiara visione del domani
arriva soltanto dopo
aver guardato veramente a ieri



Il nuovo venuto

ALCOLISTI ANONIMI

**Alcolisti
Anonimi**



**Un dodicesimo Passo
scritto pubblicato nel 1939**

**Il testo fondamentale
di Alcolisti Anonimi
Dedicato a tutti quelli
che vogliono
accostarsi al
Programma**

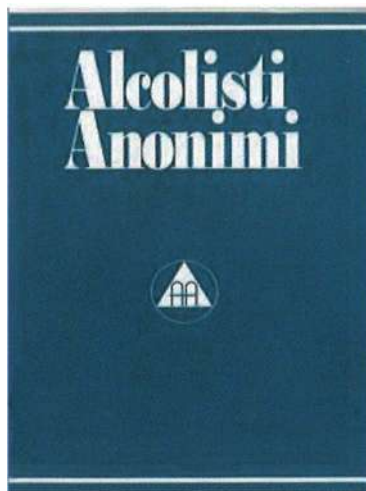
CITAZIONI:

- Il fatto è che, per ragioni ancora oscure, hanno perso ogni libertà di scelta per ciò che riguarda l'alcol (...) Siamo senza difesa davanti al primo bicchiere.
- Egoismo ed egocentrismo! Ecco la causa dei nostri guai. Spinti da molteplici forme di timore, di paura, di autoinganno, di autocommiserazione, noi calpestiamo gli altri e questi reagiscono.
- E' il miracolo della nostra vita. Non combattiamo l'alcol né fuggiamo la tentazione.(...) Non abbiamo neanche dovuto fare la promessa di astenerci dall'alcol.
E' il problema, al contrario, che è scomparso.

Contenuto del libro:

Il Grande Libro è il testo fondamentale della nostra Associazione. Fu scritto nel 1939 dai primi A.A. (con l'aiuto di alcuni professionisti) sulla base delle loro drammatiche esperienze cercando di trasmettere il Messaggio al più gran numero di alcolisti possibile. Ancora oggi, dopo più di 70 anni, questo testo continua ad assolvere la sua importante funzione ed è un grande esempio di dodicesimo Passo messo per scritto. Nelle pagine di questo libro viene spiegato dettagliatamente il Programma dei Dodici Passi e viene fornito ogni possibile suggerimento per riuscire nell'intento di smettere di bere e di cambiare stile di vita. Qui sono contenute anche le Dodici Promesse così care a molti alcolisti e ci sono appelli e suggerimenti per la famiglia e per il datore di lavoro. tutta una serie di testimonianze di alcolisti recuperati che hanno trovato proprio in A.A. la loro salvezza.

Leggerlo e rileggerlo. Questo è stato il miglior consiglio che il mio sponsor mi ha dato. Questo è il suggerimento che io passo con entusiasmo e fede agli altri alcolisti, sia che siano in recupero o ancora nel problema. Definitivamente è una lettura imprescindibile per chiunque voglia uscire dal problema dell'alcol, ma ovviamente è molto più di questo.



Non è un libro scientifico, filosofico, religioso, spirituale, didattico, o di consigli pratici. E' tutte queste cose insieme. Non cerca di esaminare intellettualmente il problema dell' alcolismo e proporre poi soluzioni astratte e teoriche, ma nasce invece dall'esperienza vissuta di alcolisti disperati che sono riusciti ad uscire dal problema e che propongono poi il percorso che li ha liberati come una possibile soluzione pratica e concreta per altri alcolisti.

Non sono le parole di esperti che cercano di insegnare, né opinioni, giudizi e suggerimenti dati dall'alto o da dietro una cattedra, ma sono l'espressione immediata e potente di migliaia di persone che il problema dell'alcolismo lo hanno vissuto, sofferto e superato e che ci tendono una mano amorosa per aiutarci ad allontanarci dall'abisso. Quella che parla è la voce collettiva dell'esperienza.

E' un libro che ci apre gli occhi sulla realtà della nostra situazione di alcolisti introducendoci al concetto dell'alcolismo come una malattia del corpo, della mente e dello spirito. Proponendoci poi un concetto di spiritualità che va al di là di credo religiosi o della mancanza di essi, e che può essere accettato e sviluppato da chiunque abbia un poco di buona volontà, ci introduce agli elementi essenziali del percorso seguito dagli alcolisti che si sono recuperati. E' un percorso basato su dodici Passi e che ha un solo prerequisito: la capacità di essere onesti con se stessi.

Il libro poi ci prende per mano e ci guida, con la saggezza e la comprensione che vengono da un'esperienza vissuta con amore ed umiltà, attraverso questo percorso, spiegandoci con chiarezza come loro hanno lavorato questi passi ed il risultato che quel lavoro ha portato: una trasformazione profonda del loro modo di essere e di percepire se stessi e gli altri, una maniera nuova di agire e percepire la vita, un passaggio dalle tenebre alla luce. Partendo da una "incomprensibile demoralizzazione" iniziale (quella in cui tutti noi alcolisti ci siamo trovati ad un certo momento) loro hanno trovato gli strumenti per arrestare la com-

pulsione dell'alcol, hanno prodotto cambi radicali nella qualità delle loro esistenze e sono arrivati a raggiungere una visione della vita in cui le parole gioia e serenità hanno un significato reale e duraturo.

Questa possibilità è offerta a tutti noi alcolisti.

Quella visione può essere nostra se solo siamo disposti a seguire i passi di coloro che la hanno già trovata, se siamo disposti a seguire i suggerimenti fornitici nel Grande Libro, se abbiamo la volontà di trovare e seguire il messaggio di cui abbiamo bisogno nelle parole di quel libro. La maniera migliore di farlo, e di leggerlo, e leggerlo, e rileggerlo. Ogni volta scopriremo un nuovo segreto, una verità differente, uno stimolo maggiore, uno strumento nuovo, un maggior entusiasmo, una fede più profonda, una speranza più ampia. Anzi, più che speranza troveremo certezza.

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ◆ L'accettazione di se stessi e dei propri limiti sono la base per una vera autostima e fiducia nelle proprie possibilità.
- ◆ Il sospetto, la gelosia, la rabbia: li nemici della fiducia.
- ◆ Le aspettative: in che misura servono? Siamo capaci di affrontare le aspettative deluse?
- ◆ Il risentimento e la collera possono fermare il nostro cammino; da che cosa traggono origine?
- ◆ Quanto conta l'ambizione nella nostra vita quotidiana? Quale tipo di ambizione ci possiamo permettere?
- ◆ I nostri sensi di colpa; quanto influiscono nella nostra vita e che cosa possiamo fare per essere obiettivi?

VIVERE SOBRI

*vivere
sobri*

*Alcuni metodi per non bere
usati dagli Alcolisti Anonimi*

*Smettere di bere,
24 ore alla volta*

**Indicato per quelli
che vogliono
intraprendere la
via della sobrietà**

Alcuni capitoli:

- Usare il piano delle ventiquattr'ore
- Vivi e lascia vivere
- Cambiare le vecchie abitudini
- Mangiare o bere qualcosa - di solito dolce
- Farsi aiutare da uno sponsor
- Riposare molto
- Ricordare l'ultima bevuta
- Evitare tutti i tranquillanti
- Cercare aiuto professionale
- Diffidare delle occasioni per bere

Contenuto del libro:

Il libro è costituito da 31 articoli che trattano, ciascuno, un argomento specifico cercando di rispondere a tutti i pensieri e le domande che di solito si fa uno che abbia deciso di smettere di bere. Alcuni prendono in considerazione dei motti molto usati in Alcolisti Anonimi (“Dai tempo al tempo”, “Prima le cose più importanti”, ecc.) e cercano di trovare loro delle applicazioni pratiche nella difficile situazione in cui si trova l’aspirante alla sobrietà. Altri, invece, traggono spunto dalle situazioni di vita più ricorrenti per indicare la strada meno ardua per evitare le tentazioni delle ricadute e per raggiungere una mentalità diversa: assumere zucchero, evitare la stanchezza, cambiare le proprie abitudini, utilizzare l’aiuto del telefono e dei professionisti, ecc. Questo libro, pertanto, va collocato PRIMA del Programma vero e proprio: sappiamo infatti che questo non può avere effetto se non si sono già fatte le prime ventiquattr’ore e non si sta eliminando l’alcol dal corpo che altera qualsiasi ragionamento e uccide qualsiasi buona intenzione. Tutti quelli che arrivano in Alcolisti Anonimi ancora in compagnia dell’alcol dovrebbero far uso di questo libro: forse in esso non potremo trovare una profonda spiritualità, ma, di certo, tanti piccoli buoni consigli per superare il primo grande ostacolo sulla via del vivere sobri.

Oggi, in Alcolisti Anonimi, molti arrivano avendo già fatto le loro prime ventiquattr'ore, vuoi con l'aiuto di medici, vuoi con l'aiuto di centri specializzati. Ma è ancora alto il numero di coloro che arrivano nei Gruppi ancora, se non ubriachi, almeno "brilli" e cercano la sobrietà proprio nel Gruppo. Uno di loro condivide così la sua esperienza:

"Quando arrivai al Gruppo avevo le idee veramente confuse; mia moglie voleva lasciarmi col nostro bimbo, il capo mi aveva concesso l'ennesima assenza avvertendomi che avrei perso il posto di lì a poco. Sapevo che la causa di tutti i miei mali era quella mia insana passione per l'alcol, ma quello era sempre capace di convincermi a rimandare ogni volta che mi riproponevo di smetterla. Quando entrai tutti mi si fecero intorno e mi raccontarono le loro esperienze; mi sentii tra gente che era esperta, come me, di sofferenze. Tutto era bello, loro mi parlavano di "Potere Superiore", di "Amore per gli altri", di "Dare senza chiedere nulla in cambio". Queste cose erano affascinanti, mi facevano intravedere una vita che non avevo mai neppure sognato. Ma il desiderio impellente di bere era sempre lì e mi torturava. Sì, tutto era bello, ma con un buon bicchiere di birra sarebbe stato ancora meglio. Però mi regalarono un libro, "Vivere sobri", e insistettero molto perché lo leggessi tutto subito.

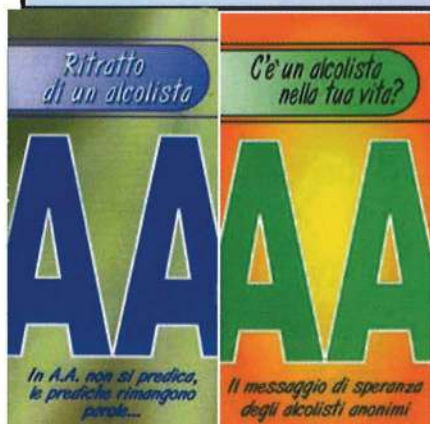
Quella sera fu la più brutta della mia vita, la compulsione era tremenda; ma c'era quel libro, pieno di consigli pratici. Feci come diceva lì: bevvi acqua e zucchero e me ne andai a dormire. E il giorno dopo cambiai strada e non andai più al solito bar coi soliti amici. Oggi è un po' che non bevo, sono coinvolto dalla spiritualità che sento crescere in me ogni giorno, sorrido ripensando a quel libro. Ma se non ci fosse stato lui oggi non sarei, probabilmente, qui a raccontarla.”

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ♦ A.A. serve a smettere di bere o a “continuare ogni giorno” a smettere di bere? Qual è il Messaggio che porta?
- ♦ Siamo capaci, quando arriva qualcuno che beve ancora, ad unire la spiritualità che viviamo con le risposte alle sofferenze fisiche del nostro amico?
- ♦ Che cosa possiamo consigliare a un nuovo venuto per riuscire a fare le sue prime ventiquattr'ore?
- ♦ Che cosa fa uno “sponsor iniziale”?
- ♦ Il nostro Gruppo ha un “Comitato di accoglienza”? O, comunque, è chiaro il compito di ognuno quando arriva al Gruppo uno che è ancora alle prese con l'alcol?

Ritratto di un alcolista

C'è un alcolista nella tua vita?



***Portare un
Messaggio di
speranza ad un
alcolista attivo e a
chi gli sta intorno***

CITAZIONI:

- L'alcolismo è una malattia inguaribile (nel senso che si può solo arrestare), progressiva e mortale.
- Generalmente l'alcolista passa attraverso tre stadi: a) fase iniziale o pre-alcolica; b) Fase acuta o cruciale; c) Fase cronica o finale.
- Perché un alcolista non riesce più a controllarsi una volta che ha cominciato a bere? ... E' questo effetto abnorme (la compulsione) alla presenza dell'alcol che fa di un individuo un alcolista.
- L'alcolista è una persona che soffre di una malattia per la quale non si conosce ancora un rimedio.
- A.A. non chiede ai suoi membri di professare alcun credo ufficiale, né di eseguire alcun rituale, e nemmeno di credere in Dio.

Contenuto degli opuscoli:

Ritratto di un alcolista

Questo opuscolo è dedicato alle persone che si avvicinano ad A.A., siano essi alcolisti che sono in dubbio sul loro stato, siano parenti e amici di un alcolista che hanno sempre molte remore a definire alcolista il loro caro. Viene descritto l'alcolista "medio", con tutte le caratteristiche più comuni. Si inizia parlando degli effetti dell'alcol e le tre fasi che ogni dipendente ha attraversato più o meno rapidamente. C'è poi un autotest che può essere utile per capire a che stadio si è. Si parla della compulsione e del come fare a smettere di bere col piano delle ventiquattr'ore. Infine si parla di A.A. e del suo Programma di recupero.

C'è un alcolista nella tua vita?

Molto spesso sono parenti e amici di un alcolista che si rivolgono ad A.A. per aiuto. Questo opuscolo è dedicato a loro. Intanto cerca di spiegare che cosa è un alcolista e poi tutto quello che si può fare per aiutarlo a prendere coscienza della situazione e trovare una soluzione. Va tenuto presente che il problema va evidenziato perché le statistiche mostrano che passa del tempo tra questa evidenziazione e la richiesta di aiuto. Uno spazio particolare è riservato alle ricadute. E' comunque consigliabile che parenti ed amici si rivolgano ad Al-Anon per avere utili consigli ed aiuto.



Mi fu affidato dal Gruppo il cellulare e così ero il punto di contatto per l'esterno; di solito si trattava di alcolisti arrivati all'ultima spiaggia: ci parlavo un po', magari gli davo appuntamento al Gruppo e lì ci facevo un'altra chiacchierata con un amico. Un giorno, però, mi capitò la moglie di un alcolista; ci incontrammo (naturalmente io ero con una amica anziana del Gruppo) e parliamo. Pensavo che sarebbe stato più semplice del solito: in fondo, era una persona "normale" che non aveva il cervello ottenebrato dall'alcol. Ma non era così. Anzi. Tanto per cominciare non aveva un'idea obiettiva sulla realtà di suo marito: alcuni parenti e amici sono convinti che il loro caro non sia un alcolista ma che abbia problemi legati alla quotidianità; altri, invece, sostengono che quello è un alcolizzato ormai perso e che sia impossibile che possa avere una speranza di recupero. In effetti, entrambe queste categorie di persone hanno lo stesso problema: non hanno la più pallida idea di cosa sia un alcolista. E' vero (e noi lo sappiamo bene) ogni alcolista è una cosa a sé, con problemi del tutto suoi individuali, ma ci sono delle caratteristiche comuni, gli scienziati direbbero dei "markers" che permettono di dare una valutazione oggettiva, fermo restando (e anche questo è assai difficile da far capire a dei parenti) che solo la persona interessata è in grado di dare un giudizio definitivo sulla propria realtà. Intanto è opportuno dirgli subito la sensazione che dà, che probabilmente è un bevitore-problema, perché le statistiche dei medici ci mostrano che occorre un certo periodo di tempo (più o meno quattro anni) perché un individuo prenda atto della sua vita e decida di fare qualcosa per sé. Poi bisognerebbe spiegargli che nessuno lo obbliga a fare nulla ma che la responsabilità del suo stato appartiene solo a lui. Infine, e forse è la cosa più difficile, bisogna spiegare ai parenti che loro stessi hanno bisogno di un recupero; che

non viene consigliato loro di andare nei gruppi Familiari Al-Anon per imparare meglio le tecniche per aiutare un alcolista, ma è opportuno che essi stessi seguano un cammino per la loro propria condizione e questo stesso fatto è di enorme aiuto per l'alcolista. Insomma, durante il tempo della nostra frequenza abbiamo acquisito dimestichezza con gli alcolisti e sappiamo istintivamente parlare loro col “linguaggio del cuore”; ma i primi a cercare aiuto sono proprio i parenti e gli amici ed è necessario che ci abituiamo a parlare con loro se vogliamo portare il Messaggio di A.A. a quelli che ancora soffrono di questo problema.

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

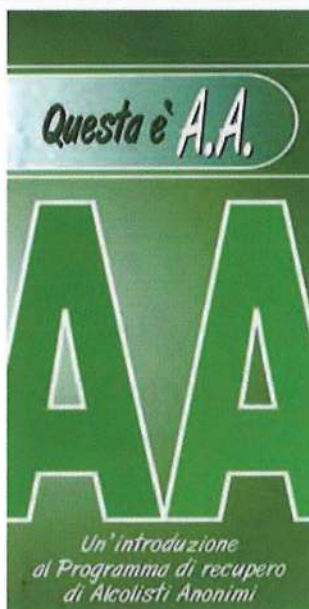
- ◆ Siamo giunti al Gruppo perché qualcuno ci ha spinto o lo abbiamo fatto di nostra volontà?
- ◆ Molti Gruppi usano far partecipare alla prima riunione di un nuovo venuto anche chi lo ha accompagnato. Facciamo anche noi così? E che cosa diciamo loro?
- ◆ Per quali caratteristiche ci sentiamo uguali agli altri alcolisti e quali sono invece le nostre peculiarità?
- ◆ Abbiamo mai fatto un dodicesimo Passo con un parente o un amico di un alcolista? Come ci siamo trovati?
- ◆ Ci siamo mai resi conto che i nostri parenti e amici sono ammalati essi stessi di co-dipendenza? Riusciamo a essere tolleranti su questo?

KIT PER IL NUOVO VENUTO

Molti Gruppi danno qualcosa ai nuovi venuti appena arrivano. Questa è la proposta dei SSG

Un insieme di opuscoli e gadget per sentirsi - finalmente - a casa propria

**QUINDICI
PUNTI
SU CUI
RIFLETTERE!**



E inoltre:

- * **Cartoncino Preghiera della Serenità**
- * **Cartoncino Ieri, oggi, domani**
- * **Biglietto Se hai un problema con...**

Contenuto degli opuscoli

15 punti su cui riflettere:

Quindici punti che aiutano a evitare le trappole mentali che potrebbero riportare a bere aiutando ognuno a mantenere in un'adeguata prospettiva la propria condizione di alcolisti che ha deciso di non bere senza cadere in autocommiserazioni o rimpianti.

QUINDICI
PUNTI
SU CUI
RIFLETTERE

Benvenuto in A.A.:

In una riunione di un Gruppo di Alcolisti Anonimi non si fanno pubblicamente domande; dovrebbe essere uno sponsor a soddisfare queste curiosità, aiutato da questo opuscolo che contiene risposte alle domande che più spesso sorgono nei nuovi venuti; inoltre c'è un test di trenta domande che permette di fare un'autovalutazione sul proprio alcolismo.



Questa è A.A.:

Una introduzione al Programma di Alcolisti Anonimi che spiega i principi fondamentali dei Passi e quali sono state le considerazioni che hanno portato milioni di alcolisti a seguire il cammino

indicato con ottimi risultati riuscendo ad accettare liberamente e senza nessuna costrizione "esterna" la realtà della propria malattia e le conseguenze derivanti da essa migliorando la loro vita.



La sera un cui per la prima volta misi piede in un Gruppo di A.A. ero terribilmente confuso. Certo, dentro di me c'era una qualche forma di desiderio di smettere di bere, ma non ne ero troppo cosciente: in fondo, ero andato lì solo per tacitare mia moglie e il mio medico. Quando entrai mi sentivo come un pesce fuor d'acqua; mi misi in un angolino (sperando di non essere notato) e guardai quegli "ubriacconi" sconosciuti. Poi, d'improvviso, tutto cambiò. Una del Gruppo si alzò e venne a salutarmi con un bacio. Tutti mi stavano intorno e mi riempivano di un amore che non avevo mai sentito prima. Avevo mille domande ma non avevo il coraggio di esprimerle. La riunione finì e tutti se ne andarono. Io rimasi solo e me ne tornai a casa, ancora più confuso e dubbioso: chi erano quelli? In che posto ero capitato? Che facevano? E, soprattutto, davvero io ero un alcolizzato (o alcolista, come dicevano loro)? Fu lunga quella sera. Per la prima volta, dopo tanti anni, ero senza la compagnia del mio amico alcol ma con tante domande che continuavano a frullarmi nel cervello. Non ebbi il coraggio di telefonare a nessuno (anche se mi avevano lasciato alcuni numeri di telefono) e rimasi con tanti dubbi e poche, pochissime certezze. Stringevo tra le mani (me lo portai anche a letto in quella notte insonne e agitata) l'unica cosa che mi avevano dato: un cartoncino con una strana preghiera, che loro chiamavano "Preghiera della Serenità". La stringevo quasi fosse un talismano che avrebbe potuto cambia-

re la mia vita. Da allora non ho più bevuto. Sono lo stesso di prima ma ho un altro stile di vita, grazie ad A.A. Ho capito tante, tantissime cose. Ma quando arriva in Gruppo un nuovo non posso fare a meno di ripensare a quella tremenda sera, quella sera che ha cambiato tutto. Non posso non ricordare i miei dubbi, le mie paure. Cerco di indovinare tutte le sue domande e sono molto grato ad A.A. per aver fatto questo kit, perché so quanto bene può fare. Certo, non risponde a tutto, ma è già tanto per chi intraprende questa via così difficile e bella.

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ◆ Come accoglie il nostro Gruppo i nuovi venuti?
- ◆ L'importanza dell'informazione, uno dei doveri del Gruppo e dello Sponsor nei confronti dei nuovi venuti, Quali informazioni dare subito?
- ◆ Uno dei dubbi più frequenti e meno esplicitati dei nuovi venuti è la propria condizione di alcolisti. Che cosa può fare il Gruppo in tal senso?
- ◆ Come vedono A.A. i nuovi venuti nel nostro Gruppo? Si rendono conto che quella è la loro casa?
- ◆ Nelle nostre abitudini di Gruppo c'è qualcosa che può essere cambiata o migliorata per far sentire subito a proprio agio i nuovi venuti?
- ◆ Qual è il tema della prima riunione del nostro Gruppo con i nuovi venuti?

Conoscere il Programma

DODICI PASSI DODICI TRADIZIONI



*Il testo fondamentale per
il Recupero e l'Unità*

**Per coloro che
vogliono intraprendere
il cammino di Recupero
attraverso i Passi e le
Tradizioni di A.A.**

CITAZIONI:

- Ci rendiamo conto che solo una totale sconfitta ci può mettere in grado di fare i primi passi verso la liberazione e la forza.
- Mentre prima l'umiltà era il misero cibo frutto di un'umiliazione forzata, ora comincia ad assumere il significato del nutriente alimento che può darci la serenità.
- La gioia di vivere è il tema del Dodicesimo Passo di A.A. e azione è la sua parola chiave."
- "Il singolo si rende conto di essere solo una piccola parte di un grande insieme, che nessun sacrificio personale è troppo grande per preservare l'esistenza dell'associazione".
- "Chi paga il pifferaio ha diritto a scegliere la musica...Sollevato dalle sue responsabilità ogni alcolista avrebbe fatto un'alzata di spalle, dicendo: "Ehi, la Fondazione è piena di soldi, perché dovrei preoccuparmi?
- "...l'anonimato è vera umiltà in azione...Spinti dallo spirito dell'anonimato cerchiamo di mettere da parte il nostro naturale desiderio di distinguerci come A.A., sia tra i nostri compagni alcolisti che davanti all'opinione pubblica".

Contenuto del libro:

Il libro più famoso di Alcolisti Anonimi è il Grande Libro, un vero dodicesimo Passo in forma scritta, ma il libro più letto dai membri di A.A. è questo, “Dodici Passi Dodici Tradizioni”; molti Gruppi usano leggerne un capitolo durante le loro riunioni, per poi ascoltare le testimonianze di alcuni o tutti i presenti su come essi vivano quel Passo o quella Tradizione. Questo libro contiene il primo e il secondo Legato del Programma di A.A. e cioè i Passi per il Recupero e le Tradizioni per l'Unità. Per ognuno di essi è riportato l'enunciato e poi un commento scritto da Bill e da quelli – alcolisti e non – che l'hanno aiutato. Non si tratta di “regole”, bensì di suggerimenti che poi ognuno cercherà di applicare nella propria vita. Il libro non si propone di aiutare coloro che vogliono smettere di bere (per loro c'è il Grande Libro), ma può essere molto utile a quelli che, avendo smesso di bere, hanno compreso che solo un radicale cambiamento di vita (seguendo i consigli del Programma) può garantire una vita serena e senza alcol. I Passi suggeriscono un modo per ottenere questo cambiamento di stile di vita. Le Tradizioni sono volte a perseguire l'unità del Gruppo ma, come spiega il dodicesimo Passo, i principi da esse perseguiti andranno poi applicati a tutti i campi della vita: molti ritengono che esse siano un modo per mettere in pratica i dodici Passi. Quindi questo libro, assieme ai “Dodici Concetti per il Servizio”, contiene la base del Programma di A.A.



*DODICI PASSI
DODICI
TRADIZIONI*

Ricordo benissimo la sera che ho messo piede per la prima volta in A.A.; era una stanzetta con una decina di persone, tutte sorridenti; mi accolsero amichevolmente e dopo una chiacchierata (in cui capii ben poco) mi fecero comprare i "Dodici e Dodici". Uscii da lì dopo un paio d'ore e, quasi, non ricordavo più nulla di quello che ci eravamo detti: so unicamente che mi sentivo più solo. Tornai a casa con quella sensazione di allegria e rimasi sveglio per ore a leggere quel libro, che assomigliava sempre più a un'ancora di salvezza. Certo, quello che proponeva era difficile (non sapevo proprio da che parte cominciare), ma ero pieno di voglia d'agire e tutto diventava possibile. Due giorni dopo, tornai al Gruppo e mi fu assegnato uno sponsor: era un signore che aveva ben sei anni di sobrietà (allora mi sembrava impossibile!) e m'incontrai con lui; mi disse che ero stato molto fortunato perché, senza sapere il motivo, avevo smesso di bere la sera stessa in cui ero arrivato. Insieme a lui cominciai a leggere e tentai di applicare quei Passi che il libro conteneva: non erano davvero facili, ma il mio sponsor mi insegnò a non scoraggiarmi di fronte alle difficoltà e, man mano che io cercavo di viverli, la mia vita si trasformava e io non sentivo più la voglia di bere. Leggemmo anche le Tradizioni e lui insistette perché le praticassi e le capissi, anziché accettarle per quello che sono. Così familiarizzai con parole che mi erano sconosciute: unità, uguaglianza, tolleranza, responsabilità, rispetto; capii che il mio

sponsor aveva ragione, le Tradizioni erano un modo per mettere in pratica i Passi, prima in Gruppo e, poi, nella vita. Da allora (è passato un po' di tempo) questo piccolo libro non mi ha più abbandonato: anche oggi, quando sono in dubbio, trovo qualche suggerimento utile e continuo a ringraziare Bill che ha lasciato questo tesoro. Certo, non è tutto il Programma, ci sono anche i Concetti per il Servizio, ma i Passi e le Tradizioni mi hanno regalato (e continuano a regalarmi) tanta serenità.

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ◆ Riteniamo possibile fare il Programma se ancora si beve? Perché?
- ◆ Che cosa vuol dire per noi la parola “umiltà”? Sentiamo di viverla? Che cosa ci ostacola?
- ◆ Risentimento, gelosia, invidia: i tre grandi nemici della serenità. Che parte hanno nella nostra vita? Come li combattiamo?
- ◆ Quali difficoltà incontriamo nel vivere il Programma in “tutti i campi della nostra vita”?
- ◆ Libertà: fin dove? I rapporti tra autonomia e responsabilità.
- ◆ Che cosa facciamo nel nostro Gruppo per raggiungere il suo unico scopo primario? Che altro potremmo fare?
- ◆ Viviamo l'anonimato spirituale o quello della paura?

RIFLESSIONI GIORNALIERE



Meditazioni giorno per giorno sul Programma

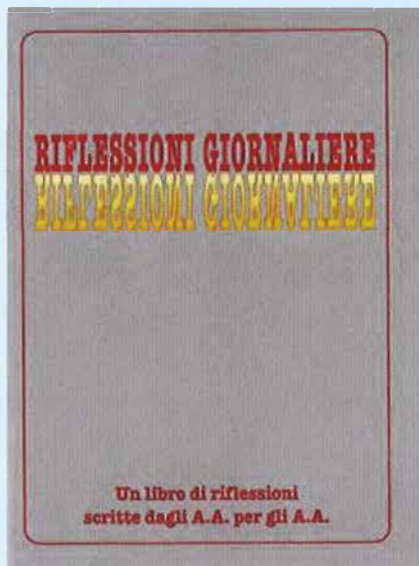
Indicato per tutti
quelli che vogliono
trovare
quotidianamente
spunti di riflessione

CITAZIONI:

- Si suppone che l'uomo pensi prima di agire. Non è stato fatto a immagine di Dio per essere un automa.
- Queste parole possono riferirsi a me; sono *ancora* capace di stabilire una relazione autentica con un altro essere umano?
- Il problema delle aspettative è un argomento di cui si parla spesso nelle riunioni di Gruppo.
- Comportarmi regolarmente con gentilezza e cortesia mi aiuta a vivere in equilibrio emotivo e in pace con me stesso.
- Raggiungere la liberazione dalla paura è l'impresa di tutta una vita, e non potrà mai essere raggiunta completamente... Solo i vanagloriosi si proclamano completamente liberi dalla paura.

Contenuto del libro:

Questo libro è composto da 366 pagine, una per ogni giorno dell'anno (compreso il 29 febbraio). Ogni pagina riporta uno o più scritti di Bill e poi il commento di un A.A. In linea di massima si può dire che i dodici mesi dell'anno sono dedicati ai corrispondenti Passi e Tradizioni (cioè primo Passo e prima Tradizione a gennaio, secondi a Febbraio e così via). Trattandosi di un libro essenzialmente costituito da testimonianze non è stato concepito propriamente per la lettura in Gruppo (anche se molti lo fanno) perché talvolta si rischia di commentare la testimonianza di qualcuno. E' invece molto utile come riflessione personale per ogni giorno, proprio per la sua suddivisione. Molti usano leggere la testimonianza del giorno al mattino, prima di cominciare la giornata. Poi, magari, dedicano alcuni minuti a riflettere su quanto nel libro viene proposto. In questo modo si può ripercorrere tutto il Programma, puntando l'attenzione su uno specifico aspetto e cercando di vedere come esso possa essere messo in pratica nelle azioni che ci si appresta a fare. Altri, invece, usano leggerlo la sera prima di dormire per introdurre il loro personale inventario. In ogni caso, risulta una lettura utile a spingerci verso la meditazione e l'applicazione del Programma in tutti i campi della vita.



Già da un po' di tempo frequentavo un Gruppo di A.A. e avevo smesso di bere. La vita, improvvisamente, si era colorata di rosa, la mia famiglia sembrava andar meglio e anche coi miei clienti il clima era più disteso e sereno. Ma arrivarono i primi guai: mi era difficile gestire il tempo, trascuravo ciò che non volevo e, soprattutto, mi sentivo sempre in ansia, mi sembrava di non avere mai abbastanza tempo. Lo confidai, un po' troppo, al mio sponsor. Lui mi parlò un po' di sé, poi ritrovò un vecchio Grapevine e me lo diede pregandomi di leggere l'articolo di un amico sul Piano delle Venti-quattr'ore. Lo lessi con molto interesse e cominciai a metterlo in pratica. Ma il mio sponsor intervenne nuovamente e mi spinse a comprare le Riflessioni Giornaliere. Poi mi disse: "Leggi ogni giorno la riflessione e costruisci il tuo piano per quel giorno con riferimento a quello che hai letto". Piano piano la mia vita cominciò a cambiare; non avevo più ansia e riuscivo a fare tutto quello che era necessario, il tempo si era moltiplicato! O, più semplicemente, ero io che riuscivo a gestirlo meglio. E da allora presi anche un'altra abitudine; quando avevo letto la Riflessione del giorno e l'avevo utilizzata per il mio Piano, la portavo dentro di me per tutta la giornata, cercando di meditarla. Poi, alla sera, ne parlavo col mio spon-

sor. Lui mi aiutava a capire quello che non avevo capito bene e, soprattutto, mi suggeriva altri testi della nostra Letteratura per approfondire quell'argomento. Con mia grande soddisfazione. Quindi questo libro (che ora è in bella evidenza sulla mia scrivania) mi fu davvero utile per tre cose: per il mio Piano delle ventiquattr'ore, per il mio Inventario quotidiano e per conoscere meglio la nostra Letteratura.

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ♦ Che cosa è la meditazione? La pratichiamo? Quando e in che modo?
- ♦ Che cosa è il “Piano delle ventiquattr'ore”? Lo utilizziamo?
- ♦ Come è possibile applicare la riflessione giornaliera al piano delle ventiquattr'ore?
- ♦ Che cosa è l'inventario quotidiano? Lo facciamo? A che serve?
- ♦ Stiamo attenti, quando utilizziamo le Riflessioni Giornaliere per il tema del Gruppo, a concentrarci su quanto detto da Bill evitando di commentare la testimonianza di un amico in recupero come noi?
- ♦ In che modo le Riflessioni Giornaliere possono essere utili per cercare di “vivere” il dodicesimo Passo?

COME LA VEDE BILL

Pubblicato nell'aprile 1967

Come la vede Bill

Lo stile di vita A.A.
scritti scelti del cofondatore di A.A.

**Per coloro che
vogliono approfondire
la propria spiritualità
con un'antologia degli
scritti di Bill**

CITAZIONI:

- Qualcuno, che sapeva bene quel che diceva, una volta osservò che la sofferenza era la pietra angolare di ogni cambiamento.
- Se mi sbaglio, ne sono sicuro, non cascherà il cielo. E avrò comunque imparato qualcosa.
- Noi alcolisti recuperati non siamo tanto fratelli nelle virtù quanto lo siamo nei difetti e nei nostri sforzi comuni per superarli.
- Se vogliamo esercitare un'influenza positiva sugli altri dobbiamo mettere in pratica noi stessi ciò che predichiamo, anzi, dimenticarci di predicare. Il buon esempio basterà.
- Viene poi il giorno in cui, finalmente liberi da ogni impulso di ribellione, mettiamo in pratica l'umiltà perché la desideriamo profondamente come stile di vita.
- La nascita di A.A. è strettamente legata allo sforzo di affrontare la mia responsabilità di provvedere alla famiglia.
- Nonostante tutta la sua forza distruttiva ci siamo resi conto che la paura può essere il punto di partenza per cose migliori.

Contenuto del libro:

Il sottotitolo esposto già sulla copertina - “Lo stile di vita A.A.” - indica chiaramente lo scopo del libro: accompagnare, giorno per giorno, coloro che, avendo ottenuto con i Passi, le Tradizioni e i Concetti, un risveglio spirituale, si trovano ogni giorno ad affrontare le cose che la vita propone e si domandano quale sia il modo migliore di affrontarle vivendo il Programma, secondo il nuovo stile di vita che A.A. ha offerto. E’ proprio Bill che ha curato la pubblicazione di questo libro, selezionando piccoli brani dai libri che lui stesso ha scritto (e che oggi sono il fondamento della nostra Letteratura) e alcune parti di lettere della sua corrispondenza. Il libro tratta tutti gli argomenti della vita quotidiana e tutto quello che può servire a ciascuno per approfondire e meditare su di noi, la nostra vita, il nostro rapporto con gli altri e con noi stessi. Per ognuno di questi temi Bill ha scelto uno o più brani della Letteratura, talvolta modificandoli, come egli stesso ci dice, al fine di renderli indipendenti dallo scritto originario. Ogni argomento occupa una pagina, in modo da rendere semplice e veloce la lettura che vuole essere solo uno spunto per le meditazioni personali di ogni lettore. Oltre l’indice normale è presente anche un indice analitico studiato appositamente per poter ritrovare gli argomenti che possono essere utili sia per l’approfondimento personale che per riunioni di Gruppo.

Come la vede Bill

Lo stile di vita A.A.
scritti scelti del cofondatore di A.A.

Può essere considerato come un'indispensabile "enciclopedia" poiché fornisce con immediatezza la possibilità di trovare non risposte, che come verità assolute non si trovano mai nel programma di A.A., ma quel necessario confronto con l'opinione e l'esperienza di un altro alcolista. Confronto che solo può consentire di elaborare le proprie risposte ai mille nodi irrisolti del carattere che tanto spesso portano a periodi più o meno lunghi di inspiegabili malesseri, di ritorni a vecchi atteggiamenti e comportamenti che spesso si tende a non prendere in considerazione e a nascondere sotto un ipotetico tappeto nella speranza che così facendo il tempo distrugga la polvere e renda tutto di nuovo brillante. Purtroppo non è così e comunque non è così facile. La complessità del carattere e l'imprevedibilità della vita, sia essa fatta di avvenimenti più o meno straordinari, sia della noia ripetitiva della quotidianità, richiedono uno sforzo costante di correzione e di aggiustamento di rotta, di controllo e di osservazione dei comportamenti, delle reazioni, delle emozioni.

E' tuttavia questa la sfida emozionante che A.A. offre e che ciascuno liberamente accetta: cercare di capire chi siamo, cosa vogliamo e di sperimentare ogni giorno la capacità di mettere in pratica quello stile di vita che A.A. suggerisce.

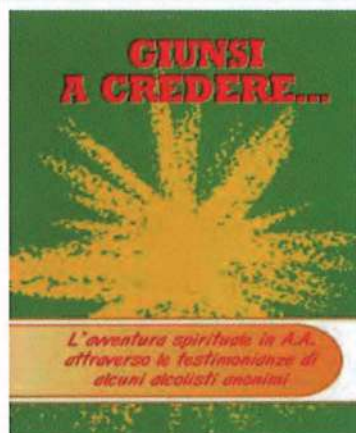
"Come la vede Bill" viene in aiuto in ogni momento con i suoi flash, le sue "pillole" di saggezza per stimolare la riflessione e comunque sempre per tornare alla consapevolezza, una volta di più, che nessuno di noi è l'unico e il solo a trovarsi spesso in difficoltà nell'af-

frontare il prossimo e la vita in generale. E' un comodo vademecum da tenere sempre a portata di mano e un grande incentivo a soddisfare la curiosità che certamente ci spinge a saperne di più e in maniera sempre più approfondita dell'opinione e dell'esperienza del nostro cofondatore leggendo tutti i testi che A.A. mette a disposizione. Testi che anche se riletti mille volte continuano a dare nuovi spunti di riflessione, man mano che diventiamo più consapevoli dei nostri limiti ma anche dei nostri successi.

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ♦ L'accettazione di se stessi e dei propri limiti sono la base per una vera autostima e fiducia nelle proprie possibilità.
- ♦ Il sospetto, la gelosia, la rabbia: li nemici della fiducia.
- ♦ Le aspettative: in che misura servono? Siamo capaci di affrontare le aspettative deluse?
- ♦ Il risentimento e la collera possono fermare il nostro cammino; da che cosa traggono origine?
- ♦ Quanto conta l'ambizione nella nostra vita quotidiana? Quale tipo di ambizione ci possiamo permettere?
- ♦ I nostri sensi di colpa; quanto influiscono nella nostra vita e che cosa possiamo fare per essere obiettivi?

Giunsi a credere



**Indicato per quelli
che vogliono
ascoltare le altrui
esperienze sul
rapporto col
proprio Potere
Superiore**

CITAZIONI:

- Ti stai chiedendo, come dobbiamo tutti: “Chi sono? Dove sono?... Da dove mi muovo?” Il processo d’illuminazione di solito è lento. Ma, alla fine, la nostra ricerca porta sempre a una scoperta. Questi grandi misteri sono, dopo tutto, racchiusi in una totale semplicità.
- Non siamo santi. Il punto è questo: noi vogliamo progredire spiritualmente secondo principi spirituali. I principi che abbiamo elencato sono la guida verso un progresso. Miriamo a un progresso spirituale piuttosto che alla perfezione spirituale.
- I nostri concetti di Potere Superiore e di Dio, come Lo concepiamo, danno a ciascuno una scelta quasi illimitata del tipo di Fede e di azione spirituale.
- La Fede in un Potere più grande di noi stessi e le manifestazioni straordinarie della Sua presenza in mezzo agli uomini sono dei fatti vecchi quanto l’uomo stesso.

Contenuto del libro:

Questo libro raccoglie molte testimonianze di A.A. sulla loro personale definizione di un Potere Superiore. Come è ben specificato nell'appendice al Grande Libro, il Programma non richiede assolutamente di avere una particolare Fede, tanto meno una Fede individuabile nell'religioni costituite. E' però necessario avere una grande apertura mentale e giungere all'individuazione di una qualche forma di Potere Superiore al quale poter cominciare quell'opera di affidamento della propria vita così necessaria per il recupero. Ognuno, quindi, segue una propria strada con il conforto del Programma che dice specificatamente "come noi potremmo concepirLo. In questo libro, perciò, non viene consigliato alcun metodo particolare per questa ricerca. Ma, ascoltando le tante diverse testimonianze di esperienze individuali, è possibile trarre utili spunti di riflessione che possono aiutare ognuno nella propria ricerca individuale. Quindi ognuno può abbandonare qualsiasi pregiudizio su questo fondamentale punto del recupero e trovare le esperienze di tante persone che hanno percorso un cammino spirituale, le quali aiutano a capire l'unicità personale e l'infinita varietà di questa ricerca che può avere milioni di percorsi e forse deviazioni ma che dona sempre infiniti benefici.



Ricordo ancora il mio arrivo in A.A. In tanti mi ci avevano spinto: il medico, mia moglie, mia madre. E alla fine avevo detto sì. Ero andato, ma avevo in cuore quelli che ora so essere dei pregiudizi. E questi si rafforzarono quando vidi che il Gruppo al quale mi era stato detto di andare aveva la sua sede in una Chiesa. Non cattolica, magari, ma sempre Chiesa era. Ed io ero un ateo totale e molto convinto. Furono tutti gentili e amorevoli, sicché sentivo per loro una certa attrazione anche perché sapevo che erano dei bevitori come me che erano riusciti a smettere. Purtroppo, quella sera si faceva il terzo Passo. Si parlava troppo, per i miei gusti, di Dio. Il colmo fu quando alla fine mi invitarono a recitare con loro una "Preghiera". Allora sbottai in "Ma qui c'è troppo puzza d'incenso!" Però, nonostante i miei pregiudizi, tornai. Smisi di bere e, con l'aiuto di uno sponsor, cominciai a cercare di fare il Programma. Ma le mie difficoltà col secondo, terzo e undicesimo Passo rimanevano. Ero come quell'Ed della Tradizione. Allora il mio sponsor venne in mio aiuto e mi consigliò di leggere questo libro. Fu una scoperta per me. Capii così che tanti, nel mondo, avevano avuto il mio stesso problema e ognuno aveva seguito una sua propria strada, con mente aperta. Una testimonianza mi piacque in particolare: uno, che non credeva, aveva preso alla lettera il consiglio di farsi il Dio come lo voleva.

L'aveva messo per scritto e, con suo enorme stupore, aveva visto che la sua idea corrispondeva a quella di un Dio in cui credevano in tanti. Il mio sponsor mi consigliò di fare allo stesso modo. Quello fu il primo passo verso la fine della mia chiusura e del mio isolamento. Non è che oggi vada a Messa tutte le domeniche o mi cosparga il capo di cenere, ma non sono più quell'intransigente di prima. Ho smesso di dire "No, mai!" e adesso so che c'è Qualcuno-Qualcosa che mi ama senza chiedermi nulla in cambio e a cui mi posso affidare con serenità.

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ◆ Che cosa è, per ognuno di noi, il Potere Superiore?
- ◆ Il Programma di A.A. è indubbiamente, come diceva il dottor Bob, un Programma spirituale. Questo significa che chi non crede in Dio non può recuperarsi?
- ◆ In che modo cerchiamo di approfondire il nostro rapporto col Potere Superiore (undicesimo Passo)?
- ◆ Che cosa è il "Principio di sostituzione"? Quando e fino a quando funziona?
- ◆ Facciamo capire abbastanza ai nuovi venuti che non serve un credo religioso per smettere di bere e recuperare ma piuttosto una mente aperta che si rifiuta di dire "No, mai!" come dice l'appendice al Grande Libro?

Il compagno di viaggio



*Esperienze sulla
sponsorizzazione di A.A.
italiani*

**Indicato per coloro
che si accingono a
vivere questo rapporto
fondamentale**

CITAZIONI:

- ⇒ [Fare lo sponsor] fornisce spunti di riflessione che possono tornarci utili per la nostra vita .
- ⇒ Lo sponsor iniziale ha innanzi tutto il difficile compito di aiutare il nuovo venuto a smettere di bere. Poi, dovrebbe aiutarlo a fare il suo primo giro di Programma.
- ⇒ Sì, le Tradizioni servono per vivere in Gruppo; sì, i Concetti servono per fare un buon Servizio, *ma entrambi sono solo il modo di mettere in pratica i Passi in tutti i campi della nostra vita.*
- ⇒ Sono personalmente convinto che la ricerca di ogni essere umano, dalla culla alla tomba, sia quella di trovare almeno un altro essere umano davanti al quale poter stare completamente senza veli, senza finzioni né difese, e sapere che quella persona non gli farà del male perché è anch'essa senza veli come lui. Questa ricerca di tutta la vita può terminare al primo incontro in A.A." (Bill)
- ⇒ Compagno di viaggio: talvolta è uno che suggerisce qualcosa all'altro, talvolta è vero il viceversa, ma più spesso c'è uno scambio di esperienze e di opinioni che risulta utile ad entrambi.

Contenuto del libro:

L'importanza della sponsorizzazione personale è stata sancita da molti; già nel libro "Il dott. Bob e i buoni vecchi compagni" viene indicata come una delle scoperte fondamentali dei pionieri di Cleveland. Inoltre, molte Conferenze hanno parlato della sponsorizzazione sottolineandone il ruolo fondamentale nella via del recupero. Poiché lo sponsor dovrebbe essere un A.A. è chiaro che tutti noi dobbiamo metterci in entrambi i ruoli, di sponsor e di sponsorizzato, come d'altronde sottolinea Bill nel quinto Passo. Questo testo è la raccolta delle esperienze di molti A.A. di tutta Italia; non è certo una regola, ma vuole fornire a ciascuno di noi uno spunto di riflessione, affinché facciamo nostro questo rapporto e lo viviamo traendone tutto il profitto possibile. Dapprima si parla della sponsorizzazione in genere e si chiariscono quali sponsor esistano. Poiché lo sponsor dovrebbe essere utile a ciascuno di noi per confrontare quello che ci accade con il Programma che tentiamo di vivere, questo testo ripercorre tutti i gradini del nostro Programma indicando quali siano le domande più frequenti che possono essere fatte su di esso nonché una proposta per le risposte che lo sponsor potrebbe dare. Non mancano utilissimi riferimenti alla letteratura di A.A. per approfondire gli argomenti.



La testimonianza di un amico:

Quando, un po' di anni fa, arrivai in A.A. non si parlava molto di sponsorizzazione personale. Io sì, avevo una persona con cui confrontarmi, uno che ne sapeva molto più di me e mi dava una mano negli inizi di questa difficile via che, grazie a Dio, avevo intrapreso. Cominciai a capirne qualcosa di più su Internet, in gruppi statunitensi e australiani. Gli amici che lì trovai parlavano tutti, ogni momento, del loro sponsor, del loro affidarsi e confrontarsi con lui. Allora cominciai a capire quello che leggevo in tanti punti della nostra Letteratura, e mi resi conto di quanto fosse essenziale questa figura per poter vivere il Programma in tutte le occasioni della mia vita. Poi venne il giorno in cui qualcuno chiese a me di fargli da sponsor. Non nascondo che avevo una paura tremenda; mi domandavo se sarei stato capace di quello che allora credevo fosse il compito di uno sponsor: farmi carico dei suoi problemi, risolverglieli, guidarlo passo passo. Quella sera, quando ci incontrammo, non so se avevo più paura io o lui... Siccome col Programma avevo cercato di imparare a chiedere aiuto, rivolsi un po' di domande a parecchi amici, di tante parti d'Italia: ognuno mi dette la sua versione, tutte accettabilissime e motivate, ma, alla fine, ci capii ben poco. Guardai allora nella Letteratura di A.A. ma trovai solo molti riferimenti ovunque alla sponsorizzazione, senza che mai mi fosse proposto un modello cui ispirarmi. L'unico testo specifico era un opuscolo ("Domande e risposte sulla sponsorizzazione") che, certo, diceva cose interessanti ma non arrivava al cuore del

problema per quelli, come me, che non sapevano proprio da che parte cominciare. Mi arresi. Ancora oggi faccio da sponsor ad alcune persone: come faccio? Con l'esperienza e col metodo del "prova ed errore". E' vero, qualcosa è cambiato, ma chissà a quanti non sono stato in grado di dare quell'aiuto di cui avevano bisogno. Credo proprio che qualcuno, con un po' di esperienza, dovrebbe condividere con gli altri quello che ha sperimentato in questo difficile campo. Oggi so che la sponsorizzazione è uno dei cardini su cui si poggia il mio recupero.

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ♦ Perché avere uno sponsor è indispensabile per il Programma di A.A.? Che cosa possiamo dire agli amici che non vogliono averlo? E a quelli che dicono che il loro sponsor è il Gruppo?
- ♦ Che cosa ci aspettiamo da uno sponsor?
- ♦ Quali sono le cose che uno sponsor NON fa?
- ♦ E' importante avere uno "sponsor al Servizio"? O è indicato solo per quelli che fanno Servizio? Che cosa ci dovrebbe dare?
- ♦ Uno sponsor iniziale per tutti i nuovi venuti: come tratta questo problema il nostro Gruppo?



LE PROMESSE

LE GARANZIE

***Un brano del Grande Libro
e una parte del
XII Concetto***

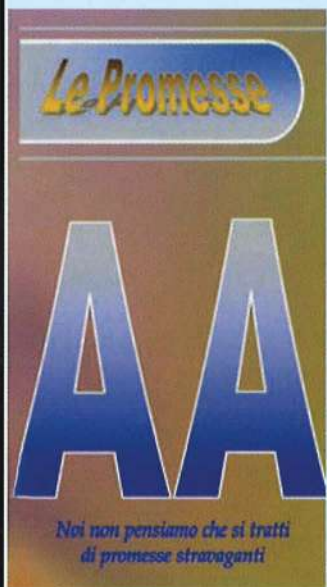
CITAZIONI:

- ◆ Se ci sforziamo di fare bene ciò che è richiesto in questa fase del nostro lavoro, ci meraviglieremo scoprendo di aver completato la metà della nostra opera.
- ◆ Il Terzo Passo ci suggerisce di abbattere questa barriera e ammettere di aver bisogno dell'aiuto altrui, poiché, con umiltà e mente aperta, abbiamo riconosciuto i nostri limiti ed abbiamo deciso di abbandonarci.
- ◆ E' stata la paura ciò che più di tutto ha generato i nostri difetti; fondamentalmente la paura di perdere qualcosa che già possedevamo o di non farcela a ottenere qualcosa che pretendevamo.
- ◆ Trovo interessante il fatto che Alcolisti Anonimi, attraverso i Passi, le Tradizioni ed i Concetti, sia in grado di rispondere alle domande che nella vita mi sono posto sulla conduzione economica.
- ◆ Noi tutti di A.A. siamo convinti che la nostra libertà di servire sia veramente la libertà in virtù della quale viviamo, la libertà in cui è riposta la nostra esistenza.

Contenuto degli opuscoli:

Le promesse:

Le 12 promesse sono un brano del Grande Libro e sono situate alla fine del nono Passo; Bill, al termine dei cosiddetti Passi di



pulizia, dice che cosa ognuno di noi può aspettarsi dal lavoro che ha compiuto su se stesso. Sono, secondo lui, la logica conseguenza del lavoro di “pulizia” che ognuno fa applicando i primi nove Passi del nostro Programma. Questo brano ha da sempre incontrato il favore della gente che lo ha letto ed è stato poi suddiviso in Promesse: dodici, così come dodici sono i Passi, le Tradizioni e i Concetti. Questo opuscolo riporta le cose che Bill dice e, per ogni cosiddetta Promessa, la testimonianza di qualcuno di noi che dovrebbe servire a tutti noi per riflettere e meditare su ciò che possiamo ottenere.

Le Garanzie:

Sono una parte del dodicesimo Concetto che viene riportato integralmente nello Statuto della Conferenza americana e dichiarato imm modificabile. Bill le ha scritte con lo scopo di far rimanere per sempre A.A. e le sue strutture democratiche; ma, come tutti i Concetti, va applicato a noi stessi: siamo noi che dobbiamo rimanere per sempre democratici! Dopo ogni Garanzia c'è nell'opuscolo una testimonianza e poi una riflessione che possono servirci a riflettere su come vivere queste Garanzie nella nostra vita di tutti i giorni.



Non era molto tempo da che ero arrivato al Gruppo e avevo smesso di bere; avevo smesso ma la vita mi sembrava più difficile, ero tormentato da mille dubbi e incertezze: non sapevo proprio come avrei potuto affrontarli e qualche volta mi assaliva il dubbio se quella fosse davvero la strada giusta. Non parlavo molto volentieri di questi miei pensieri se non con qualche amico fresco di sobrietà che condivideva con me questi dubbi. Poi, una sera, uno di noi portò un foglio su cui c'erano scritte a penna delle frasi; disse: "Ragazzi, questo me l'ha dato un amico; questo è quello che ci promette Alcolisti Anonimi se continuiamo a frequentare!" Lessi quelle frasi: davvero A.A. mi stava dicendo che avrebbe risolto tutti i miei dubbi e fatto svanire le mie difficoltà. Allora era vero: nelle "stanze" accadevano sul serio dei miracoli! Un anziano si accorse della nostra eccitazione e venne vicino a noi per capire quello che succedeva. Quando ebbe letto il foglio sbottò a ridere di cuore e ci disse: "Ragazzi! Questo non è qualcosa di segreto, qualcosa che solo pochi di noi sanno; questo è un brano del Grande Libro, del primo libro scritto su A.A. e ognuno di voi dovrebbe averlo letto. Queste frasi sono state messe subito dopo il nono Passo, cioè alla fine dei cosiddetti Passi di Pulizia. Bill ha scritto queste cose per far capire a tutti qual è il risultato che possiamo ottenere con questo duro lavoro. Dunque, non qualcosa che miracolosamente A.A. regala ma il frutto sudato del nostro lavoro. Queste sono le famose

Promesse ma deve essere chiaro che A.A. non promette un bel niente: questo è ciò che noi promettiamo a noi stessi come risultato del nostro quotidiano lavoro che ci deve far cambiare stile di vita.” Lì per lì ci rimasi male, era bello pensare che qualcuno mi regalasse la serenità; ma poi ritrovai la mia contentezza: c’era un preciso obiettivo per il duro lavoro che stavo facendo. Da allora non ho dimenticato più le Promesse: adesso so che io le “faccio”, le “rendo vere”, le in-seguo. Adesso sono veramente mie!

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ◆ Le Promesse si realizzano comunque o è necessario che noi facciamo qualcosa per ottenerle nella nostra vita?
- ◆ Qual è la Promessa che più ci attrae? Perché?
- ◆ Che rapporto c’è tra Promesse e Serenità?
- ◆ Bill sostiene che il passato è l’unica ricchezza che abbiamo quando arriviamo in A.A., eppure esso ci pesa terribilmente. Allora, che cosa farne?
- ◆ Bill vuole che A.A. e le sue strutture restino per sempre democratiche; eppure nei Concetti sostiene che solo i Fiduciari possono scegliere i loro successori. Come si conciliano queste due cose?
- ◆ Perché dobbiamo stare molto attenti ad evitare la nascita di indebiti centri di potere?

Conoscere il Programma

Benvenuto in A.A.

15 punti su cui riflettere

QUINDICI
PUNTI
SU CUI
RIFLETTERE!



***Per i nuovi
venuti.
Decidere se si
è alcolisti e
come fare per
smettere di
bere***

CITAZIONI:

- La sobrietà è senza dubbio la cosa più importante della tua vita. Puoi credere che venga prima il tuo lavoro, o la tua vita familiare, o un'altra qualsiasi cosa; ma se non diventi sobrio e non rimani sobrio finirai per non avere più né lavoro, né famiglia, né salute e forse nemmeno la vita.
- Non dimenticare mai che quando il cuore è pesante, quando la forza viene meno e sei preoccupato e confuso, è un grande conforto avere un amico sincero e comprensivo. Un amico così tu lo puoi trovare in A.A.
- Gli A.A. vengono in soccorso di un alcolista solamente se questi ne esprime il desiderio, avendo riconosciuto che da solo è incapace di risolvere il suo problema di alcolista.
- Gli A.A. non divulgano mai l'identità di un altro A.A. a meno che non vi sia un espresso consenso.

Contenuto degli opuscoli:

15 punti su cui riflettere

QUINDICI
PUNTI
SU CUI
RIFLETTERE!

Quando un alcolista inizia il suo cammino in A.A. e vive le sue prime ventiquattr'ore è assalito da mille dubbi ed ha molte tentazioni di ricadere e lasciarsi andare. Lo sponsor iniziale dovrebbe essere pronto a fornire i suggerimenti adatti e dovrebbe sempre incoraggiare l'alcolista in recupero. Questo opuscolo cerca di indicare a quelli che intraprendono questa strada le cose più importanti da tenere a mente in questo difficile inizio. La prima considerazione è che la sobrietà è la cosa più importante: non è vero che il lavoro e la famiglia vengano prima, perché se si beve li si perde. Può essere utile qualche associazione di idee che vengono suggerite. E si evidenziano i principali trabocchetti che ognuno cerca di porre a se stesso.

Benvenuto in A.A.

Appena giunti in A.A. molti si pongono il problema se veramente sono alcolisti. Chiaramente nessuno può decidere per un altro ma questo opuscolo riporta alcune domande che ognuno può porsi per capire meglio la situazione. Vengono inoltre indicate le domande più frequenti che il nuovo venuto si fa, spesso per crearsi un alibi per fuggire e non cercare una soluzione al suo problema.



Un'amica con un bel po' di ventiquattr'ore alle spalle ci racconta: "Non ricordo quasi niente della sera in cui per la prima volta ho messo piede in un Gruppo. Cercavo disperatamente un qualsiasi motivo per scappare e volevo fare mille domande con la speranza di trovare un appiglio qualsiasi per l'unica cosa che sapevo fare: fuggire. Ero arrivata là perché me l'aveva detto il medico. Poi anche mio marito (che ormai, poveraccio, non ne poteva più); e poi anche lo sguardo preoccupato di mia figlia. Era per loro che volevo disperatamente trovare un motivo per scappare. Tanto per cominciare lì dentro c'era troppo odore d'incenso; parlavano spesso, troppo spesso, di Dio: loro lo chiamavano Potere Superiore ma era chiaro che era Dio. Dove ero capitata? Mi avrebbero fatto inginocchiare e cospargere il capo di cenere? E poi io non ero un'alcolista come loro! E loro lo sapevano tanto che mi ripetevano che solo io potevo decidere se ero un'alcolista o no. Solo c'erano alcune cose che non mi facevano fuggire: sentivo tanto affetto per me dietro quei visi sorridenti e pieni di una fiducia che io non avevo più da molto tempo; non mi chiesero nulla, neppure il nome; non mi chiesero neanche di parlare, anche se io avevo già pronta una triste storia da raccontare per mostrare a tutti che non era colpa mia, che era responsabilità di tutti gli altri, della vita molto cattiva e di un Dio che, se c'era, lo faceva apposta a farmi stare male. La riunione finì e una donna, dagli occhi molto buoni, mi si avvicinò, parlò un po' di sé e mi diede il suo numero di telefono dichiarandosi pronta a rispondere a tutte le mie domande.

Così feci e lei mi tolse tutti gli alibi che mi ero fatta. Me ne restava solo uno: io non ero un'alcolista! Quella donna, quando la rividi, mi disse che magari avevo ragione e mi diede, per aiutarmi a capire, un foglietto su cui c'erano delle domande. Finalmente! Quella sarebbe stata la prova che ero normale! Risposi a quelle domande chiusa nella mia camera e, con terrore, mi accorsi di aver risposto sì a praticamente tutto il test. Porca miseria! Ma allora avevano ragione tutti e solo io torto! Così decisi di tornare al Gruppo. E capii tutto!"

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ♦ Come si può fare per decidere se si è alcolisti? Che cosa possiamo fare per un nuovo venuto per aiutarlo a capire se è veramente un alcolista?
- ♦ Come accoglie il nostro Gruppo un nuovo venuto? Che cosa fa per rispondere alle sue domande?
- ♦ Che cosa si può fare con una persona che frequenta poco adducendo motivi di lavoro o familiari?
- ♦ Come si comporta il nostro Gruppo con le persone che non frequentano più?
- ♦ Quali sono le cose a cui prestare maggiore attenzione per riuscire a diventare sobri e mantenere la sobrietà?



Indicati per coloro che fanno I.P. e che trattano con altre Associazioni

CITAZIONI:

- Gli Enti non A.A. e i professionisti non hanno alcun obbligo di rispettare le nostre Tradizioni. Queste valgono solo per i membri di A.A.
- Di solito, nei disaccordi con Enti esterni ad A.A., tutto ciò che occorre è uno scambio di informazioni e di punti di vista, dando rilievo ai desideri comuni
- A.A. non è in competizione con nessuno.
- E' completamente in armonia con le Tradizioni per un membro A.A. parlare a riunioni non A.A. sul conto di A.A. e del nostro Programma di recupero purché vengano prese alcune semplici precauzioni.
- Manteniamo la nostra posizione di non professionisti.
- Il Preambolo è la definizione di A.A. più completa e più frequentemente usata per presentare la nostra Associazione.

Contenuto degli opuscoli:

Questi due opuscoli sono una vera e propria "linea-guida" per tutti coloro che hanno rapporti con Associazioni o Enti esterni ad A.A. e che magari prendono parte a qualche incontro da loro indetto. Le nostre Tradizioni (cioè l'esperienza di A.A. nel mondo), se da una parte ci spingono a collaborare con tutti quelli che a vario titolo si occupano di recupero dall'alcolismo, dall'altra ci mettono in guardia dai pericoli che possono derivare da una sospetta o reale affiliazione. La linea che passa tra collaborazione (importante per la trasmissione del Messaggio) e l'affiliazione è molto sottile ed è molto utile conoscere l'esperienza di A.A. in questo campo. La situazione è ancora più complessa se siamo chiamati a parlare in una riunione indetta da

qualche Ente esterno,

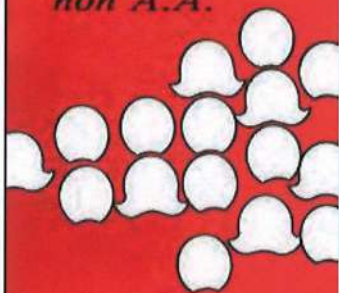
se non abbiamo una grande esperienza in questo campo è opportuno leggere queste "linee-guida". Nell'opuscolo "Collaborazione non affiliazione" vengono elencati sette punti fondamentali da tenere bene a mente e poi ci sono le domande che più frequentemente ci si pone con le relative risposte ben commentate. In "Parlando a riunioni non A.A." ci sono alcuni punti fondamentali da tenere bene a mente, una "bozza" - da personalizzare - di discorso, e venti domande con risposta che possono aiutare ad orientarsi in questo difficile campo. Certo, una buona trasmissione del Messaggio si basa sul far conoscere a tutti la nostra Associazione, quello che fa e quello che non fa, quindi sul collaborare e sul presentarsi ad altri, ma poiché in quel momento rappresentiamo tutta A.A. è opportuno conoscere esattamente i limiti consigliati per nostra partecipazione.

*Collaborazione
non affiliazione*



*Come gli A.A. collaborano
alle altre iniziative della comunità
per aiutare gli alcolisti*

*Parlando
a riunioni
non A.A.*



Una serie di informazioni per gli uomini
ricavate dalla esperienza di A.A.,
e compilate dal Comitato per
l'Informazione Pubblica dell'Ufficio
del Servizio Generale.

C'era molto fermento, allora, nel mio Gruppo; c'erano molte iniziative per parlare con quelli che potevano darci una mano: medici, sacerdoti, ospedali. Tutti sentivano molto questa "missione", ognuno voleva far qualcosa, e anche io fui preso da questo tipo di entusiasmo, tanto che andai subito a parlare col mio medico di base. Non credo che usai parole giuste, tanto che lui mi disse "Ah, perché lei è un alcolizzato?". Nonostante il malessere che provai in quel momento, mi sembrava che bisognasse prestare la propria opera per far conoscere ad altri A.A., sicché mi resi disponibile per altre azioni. Evidentemente la cosa funzionava tanto che, dopo poco tempo, fui chiamato a collaborare col Comitato Esterni dell'Area e ne fui felice perché pensavo che questo mi avrebbe consentito di entrare in contatto con strutture ed Enti più importanti. Così venne il giorno in cui, per la prima volta, partecipai a un incontro, indetto non ricordo più da quale struttura esterna, forse il Comune. Naturalmente andai con un amico più anziano di me, ma, nonostante tutto il mio entusiasmo, quando toccò a me parlare fui preso dal panico: che dovevo dire? A nome di chi dovevo parlare? Che cosa rappresentavo lì? E a quali iniziative potevamo aderire senza essere tacciati di affiliazione? Certo, dissi molto di meno di quanto potevo, ma, soprattutto, feci una gaffe colossale perché dissi che l'alcolismo era una malattia; subito un medico che era lì prese la parola e riportò eminenti studi scientifici che asserivano che l'alcolismo non era una malattia. Ci rimasi male. Non so se quello aveva ragione o meno, comunque io

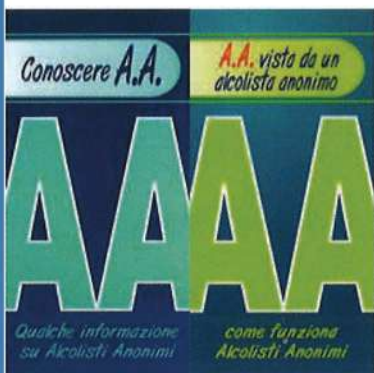
avevo fatto fare una misera figura ad A.A. Il mio amico mi spiegò quale era stato il mio errore: avevo parlato come se fossi un “professionista”, avevo parlato di idee che non riguardavano A.A. e il recupero dall’alcolismo. Tornato a casa, su consiglio del mio amico, mi lessi con più attenzione “Parlando a riunioni non A.A.” e scoprii così che lì c’erano le risposte, ovvie, alle mie tante domande. Avevo fatto esperienza, ma per arroganza e presunzione, avevo rappresentato malissimo l’Associazione che amavo.

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ◆ Qual è la differenza tra collaborazione ed affiliazione?
- ◆ Il concetto di “non affiliazione” ha qualche effetto nella mia vita? O riguarda solo A.A.?
- ◆ Se rischiamo spesso di cadere nell’affiliazione, perché vogliamo collaborare? A che cosa ci serve?
- ◆ Quando partecipiamo a qualche riunione non indetta da A.A. dovremmo limitarci a fare una testimonianza o c’è altro che possiamo dire?
- ◆ Alla luce della coscienza di “parlare a nome di A.A.” ci sono pericoli nella realizzazione di attività “esterne” operate da un singolo Gruppo?
- ◆ Ma non ci sono differenze negli altri Enti? Tra quelli che si occupano, in genere, del sociale e quelle che si occupano specificatamente di alcolismo?
- ◆ Se qualcuno parla “in generale” di dipendenze, dobbiamo specificare che per noi l’alcolismo è una cosa diversa?

CONOSCERE A.A.

A.A. VISTA DA UNO DEI SUOI MEMBRI



*A.A. e il suo metodo per
chi non li conosce*

**Due opuscoli da utilizzare in
Pubbliche Informazioni e
incontri con Professionisti
per presentare A.A.**

CITAZIONI:

- Se l'alcolista non smette di bere la sua malattia, in quasi tutti i casi, si aggrava sempre di più sino alla sua morte.
- Gli A.A. dichiarano di "essere" alcolisti anche se non bevono da molti anni perché sanno che dal momento che hanno perso la capacità di controllo nel bere non potranno più bere senza pericolo.
- A.A. non fornisce trattamenti di disintossicazione o servizi di tipo infermieristico, né assistenza di carattere ospedaliero, farmaceutico, medico o psicologico.
- Le esperienze degli alcolisti sono essenzialmente le stesse.. Possono essere diverse le circostanze ma il tema è sempre il medesimo: un progressivo decadimento della personalità.
- Innanzi tutto vi sorprenderà, come ha sorpreso me, che in questo Programma non vi sia nulla di fisico, come un infuso o una medicina.
- Vorrei ricordarvi che questi Gruppi sono composti di alcolisti e che anche il più accanito degli atei o il più persistente degli agnostici si rende conto, magari dopo anni di sobrietà, di ciò che è la "coscienza di Gruppo".

Contenuto degli opuscoli:

Questi due opuscoli sono estremamente utili per presentare Alcolisti Anonimi a quelli che non la conoscono del tutto o che hanno un'idea piuttosto vaga della sua realtà.

Quindi trovano il loro utilizzo per alcuni nuovi venuti (di solito quelli inviati al Gruppo da qualche Professionista) ma soprattutto nelle Pubbliche Informazioni là dove sono presenti più persone che conoscono poco la nostra Associazione e questi scritti, possibilmente assieme a qualche discorso, possono dare un'idea più precisa dei servizi che siamo in grado di offrire.

“Conoscere A.A.”, dopo una brevissima storia dell'Associazione spiega qual è l'idea che A.A. ha degli alcolisti e presenta alcuni dei più comuni sintomi dell'alcolismo; racconta poi come funziona la nostra Associazione e cosa fanno i

Gruppi che la compongono, sottolineando la differenza tra riunioni chiuse ed aperte e indicando quali siano i requisiti richiesti per potervi partecipare; infine, fornisce un breve quadro dei servizi che A.A. può offrire e, soprattutto, delle cose che A.A. non fa. L'altro opuscolo non è molto recente ed è tratto da un discorso che un membro di A.A. fece ad un convegno sull'alcolismo tenuto in una delle maggiori università americane. In esso l'autore cerca di descrivere la realtà della nostra Associazione ma, soprattutto, tenta di illustrare il “metodo” di A.A. Certo, è difficile parlare di un metodo in una Associazione che afferma che il Programma, unico per tutti, va adattato alle singole realtà individuali perché ognuno ne tragga ciò di cui ha bisogno per cambiare il proprio stile di vita: ma l'autore ci riesce perfettamente.



Sono un cosiddetto anziano e la mia ultima bevuta risale ormai a un bel po' di ventiquattr'ore fa. La mia Zona (perché io frequento sempre la Zona e le altre riunioni di Servizio: il Servizio mi è necessario se voglio continuare a camminare nella sobrietà) stava preparando una Informazione Pubblica a cui aveva invitato tutti quelli con cui era possibile collaborare per portare il Messaggio, indipendentemente dal fatto che conoscessero o meno A.A. Un mio amico si occupava delle pubblicazioni da consegnare agli invitati e mi chiese consiglio. Io ci pensai un poco e poi gli dissi qualche titolo: tra essi c'erano questi due opuscoli; uno descrive A.A. per sommi capi e mi sembra molto utile per una Pubblica Informazione, soprattutto perché chiarisce molto bene quello che A.A. non fa per i suoi membri (tipo servizi medici o trovare un lavoro o un alloggio) evitando così il crearsi di aspettative inutili e il ricevere richieste cui non è possibile dare una risposta. Dell'altro opuscolo (A.A. vista da uno dei suoi membri) devo dire che mi colpisce sempre: intanto perché è molto chiaro ed esaustivo, poi perché è uno dei pochi testi che parla del "metodo" di A.A., e infine perché ha sempre suscitato in me un senso di ammirazione per l'autore. Mi vedo dinanzi quest'uomo, un uomo qualunque, con tutte le sue fragilità di alcolista, in piedi di fronte a una platea di professionisti estremamente acculturata, che cerca di trasmettere loro tutto ciò che ha provato, tutto ciò che gli è stato regalato e che gli ha per sempre cambiato la vita. Mi ha insegnato lo spirito per parlare a professionisti e pro-

fessori, mi ha chiarito l'amore che provo per questa Associazione che mi ha spinto su una diversa bellissima strada, mi ha fatto riflettere su un sacco di cose che mi sono diventate quasi automatiche ma sono la vera grande essenza di questo cammino verso la sobrietà emotiva.

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ◆ Ci sentiamo sempre in difficoltà quando qualcuno ci chiede aiuto perché non ha un alloggio o un lavoro; perché Alcolisti Anonimi non fa queste cose?
- ◆ Quali sono i segni più eclatanti dell'alcolismo che ognuno di noi ha potuto riconoscere in sé e come sono cambiati con la frequenza al Gruppo?
- ◆ La Società Medica Americana e quella Inglese hanno definito l'alcolismo come una "malattia progressiva, inguaribile e mortale". Ci sembra che questa definizione combaci con la nostra esperienza?
- ◆ Perché non si parla in Alcolisti Anonimi di "ex" bevitori?
- ◆ Esiste un metodo in Alcolisti Anonimi? Come lo descriveremmo?
- ◆ Siamo abituati a testimoniare le nostre personali esperienze sui Passi; ma se dovessimo descriverli a un professionista che non sa niente di loro come lo faremmo?
- ◆ Che cosa possiamo offrire a un alcolista che beve? E che cosa Alcolisti Anonimi ha regalato a noi?
- ◆ Perché è così importante parlare di Alcolisti Anonimi a dei professionisti che non ne sanno molto? Abbiamo partecipato o assistito a qualcuna di queste riunioni? Che cosa fa per esse il nostro Gruppo?

Il Gruppo A.A. 44 Domande



**Due opuscoli
per conoscere
e presentare
l'Associazione
e i suoi Gruppi**

CITAZIONI:

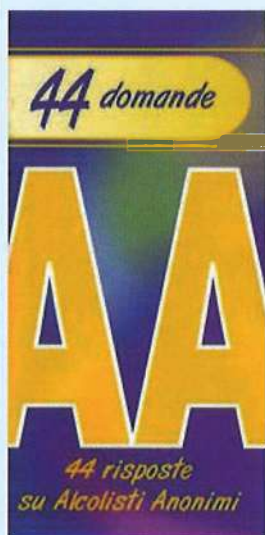
- La nostra Associazione deve attenersi prudentemente al suo unico scopo: trasmettere il Messaggio all'alcolista che soffre ancora... dobbiamo resistere di fronte alla presunzione di essere il veicolo della grazia e salvezza per tutti... questo potrebbe trasformarsi in una sbornia mortale per molti di noi.
- Nei media l'anonimato evidenzia l'uguaglianza di tutti noi, mette un freno al nostro ego.
- Il Gruppo, dove tutto inizia, anche la struttura di Servizio di A.A.
- Solo tu puoi decidere se sei un alcolista.
- A.A. è un'Associazione di milioni di persone in molti Paesi del mondo che si riuniscono in Gruppi - piccoli o grandi - per parlare del loro problema comune, l'alcolismo, in vista della sobrietà.
- • Molti di noi desiderano partecipare ai Gruppi per tutta la vita, alcuni ne hanno bisogno.

Contenuto dei testi:

Questi due opuscoli servono molto bene a far capire la realtà di Alcolisti Anonimi a tutti quelli che non la conoscono a fondo ma cercano di collaborare nell'opera di recupero degli alcolisti attivi. Possono essere utilizzati anche per tutti quei membri di Alcolisti Anonimi che vogliono riflettere sulle molte sfaccettature dell'Associazione. "Il Gruppo A.A." è suddiviso in alcuni grandi temi e ognuno di essi è poi approfondito con alcuni paragrafi in risposta a domande molto frequenti. I temi più importanti sono: unicità dello scopo, l'anonimato, cos'è e come funziona un Gruppo, le relazioni del Gruppo con l'esterno, la rotazione,

la coscienza di Gruppo, l'inventario di Gruppo, le relazioni con i Servizi Generali, cosa NON fa A.A. Anche l'altro opuscolo "44 domande su A.A." cerca di presentare l'Associazione attraverso, appunto, 44 domande sui temi più disparati. Ma cerca di mettersi nei panni di quelli che per la prima volta si accostano ad A.A. e, quindi, cerca di capire i loro timori e perplessità. E' importante che anche un professionista conosca questi

temi se nella sua vita professionale consiglierà A.A. a qualche bevitore. I temi principali sono: l'alcolismo, la diagnosi, l'inguaribilità, le relazioni sociali, che cos'è A.A., l'autofinanziamento, le riunioni aperte e chiuse, il Programma di A.A.



Ho chiesto a un amico con un paio d'anni di sobrietà se ricordasse il suo arrivo in A.A. e mi ha risposto così: "Certo che lo ricordo! Avevo bevuto solo un paio di birre per darmi coraggio; quando arrivai c'era una decina di persone, tutte sorridenti e affettuose con me: però non mi chiesero nulla, neppure il nome e non mi fecero parlare in quella riunione; mi spiegarono che era un'abitudine in A.A., assolutamente seguita negli USA e un po' meno da noi. Mi dissero che una persona del Gruppo sarebbe stata il mio *sponsor iniziale* e a lui potevo rivolgere tutte le domande che volevo. Quello fu molto gentile con me e mi raccontò che anche lui, quando era arrivato in A.A., era pieno di domande ma che poi aveva scoperto che esisteva un opuscolo con le risposte alle 44 domande più comuni, quasi tutte quelle che vengono alla mente dei nuovi venuti. Sicché mi fece comprare quell'opuscolo e devo dire che in esso trovai le risposte che cercavo. Mi fece comprare anche l'opuscolo "Il Gruppo A.A." perché mi disse che era ridicolo che io non conoscessi la casa che abitavo. Quell'insieme di persone sconosciute che avevo trovato al mio arrivo, pian piano nella mia mente avrebbero cominciato ad assumere una precisa identità e quel luogo nel quale ero capitato sarebbe pian piano diventato il *mio Gruppo*, il posto dove potevo percorrere il mio cammino di recupero. Ma che cos'era un Gruppo? Allora questa parola non diceva nulla alla mia mente anche se tanti mi ripetevano che era lì che tutto in A.A. aveva inizio. Quell'o-

puscolo avrebbe aperto la mia mente predisponendomi a considerare quel luogo il posto dove io sono rinato”. Questo mi disse il mio amico. Voglio solo aggiungere che molti Gruppi usano dare questi due opuscoli ai nuovi venuti per far conoscere loro la casa che li accoglie.

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ◆ Come abbiamo capito di essere alcolisti?
- ◆ Come si relaziona il nostro Gruppo con le strutture di A.A. e col mondo esterno?
- ◆ Che cosa possiamo dire dell'alcolismo? E degli alcolisti?
- ◆ Perché Bill dice che credere che A.A. sia il veicolo attraverso cui Dio vuole far fare a tutti un cammino spirituale si può trasformare in una sbornia mortale per molti di noi? Abbiamo qualche esperienza su questo?
- ◆ Che differenza c'è tra anonimato della paura e anonimato spirituale? Perché quest'ultimo è così importante in Alcolisti Anonimi?
- ◆ Negli USA l'80% delle riunioni è aperto, in Italia il 95% delle riunioni è chiuso. Come mai? Abbiamo ragione noi o loro? O, magari, entrambi?
- ◆ E' giusto far parlare, se vogliono, i nuovi venuti, magari ubriachi, come in molti Gruppi italiani o è più giusto farli tacere e ascoltare per qualche mese come negli USA?

I Cofondatori di A.A.

Cofondatori
di Alcolisti
Anonimi



Cenni biografici
Loro ultimi e importanti discorsi

Chi sono i nostri due cofondatori?

**Indicato per coloro
che vogliono
saperne di più sulla
nostra Associazione**

CITAZIONI:

- Secondo suo figlio Bob era a prima vista riservato e formale ma, conoscendolo, era amichevole, generoso, pieno di allegria ed amante dello scherzo senza cattiveria.
- Sarebbe per me [Bob] molto difficile concepire che durante queste discussioni notturne attorno al tavolo di cucina non si dicesse niente che avrebbe influenzato la stesura dei Dodici Passi.
- L'amore assoluto comprende tutto il resto ed è assai difficile averlo; ma ciò non significa che non possiamo tentare di arrivarci
- Cinque anni fa ti incontrai per la prima volta, Bill,. Non lo dimenticherò mai, non cesserò mai di esserti riconoscente.
- La politica delle nostre relazioni pubbliche non è quella di far propaganda alle persone, ma alla Associazione che è

Contenuto dell'opuscolo:

Non sono molti in Italia che conoscano la vita dei nostri due Cofondatori e come sia nata da loro questa Associazione che ha portato la salvezza, il recupero, la serenità, la crescita spirituale a milioni di persone. Questo opuscolo colma questa lacuna di molti di noi raccontandoci le loro vite e il loro, benedetto, incontro. E' difficile immaginare due persone più diverse tra loro sotto tanti punti di vista, ed è proprio questa diversità, che si rivela chiaramente nelle storie delle loro vite, che ha permesso ad A.A. di nascere e crescere. Questo opuscolo riporta anche i loro due ultimi interventi "ufficiali" e pure in essi è possibile rilevare la differenza delle loro impostazioni: A.A. non sarebbe quella che è senza questi due personaggi. Il discorso del Dottor Bob è incentrato, dapprima, sulla sua storia di recupero, e poi sul profondo senso spirituale che pervade tutto il nostro Programma; se non tentiamo di vivere, ogni giorno di più, secondo questi principi siamo destinati alla ricaduta, se non quella fisica, di certo quella spirituale. Invece Bill incentrò il suo ultimo intervento sulle Tradizioni di A.A. e in esso cercò di spiegare la loro importanza fondamentale, vero cardine della nostra struttura. Se non seguiamo questi suggerimenti, noi e i nostri Gruppi, non verremo puniti da nessuno ma l'alternativa che ci aspetta è peggiore di qualunque punizione.

I Cofondatori di Alcolisti Anonimi



Cenni biografici
I loro ultimi e importanti discorsi

Chi ha fondato A.A.? Da dove è cominciata questa grande avventura che è arrivata come un fulmine nella mia vita, cambiandola totalmente? Ricordo che posi questa domanda al mio sponsor dopo qualche mese che avevo "scoperto" la sobrietà. Lui mi rispose, ma confesso che capii molto poco di quello che mi diceva; così si mise a cercare nell'armadio di ferro che era praticamente l'unico arredo della stanza del Gruppo, il posto dove tenevamo le copie dei nostri libri, qualcosa, per me, di magico e misterioso, scritti da chissà chi, che avevano in sé il miracolo della sobrietà. Ne tirò fuori un opuscolo, diverso dai tanti altri, in bianco e nero, con due volti in copertina; mi disse di leggermelo e di fare attenzione: non erano solo le vite di due alcolisti, erano l'inizio di A.A. e lo spirito con cui avrei dovuto provare ad affrontare la vita, ora che ero sobrio. Lo lessi, ma non speravo di trovare chissà che. E invece mi affascinò. Non furono solo le vite di quei due ubriaconi, non fu solo il miracolo della nascita di A.A. Furono soprattutto i loro ultimi due discorsi. Vorrei essere come Bob, provare quel gran senso di amore verso tutti e verso tutto che reca benefici agli altri, ma soprattutto tanta serenità nel cuore. Vorrei essere come Bill, amare questa Associazione e il Programma come lui, immaginare una struttura assolutamente unica, senza leggi, senza punizioni, senza giudizi. Vorrei sapere come fare per vivere quelle dodici

Tradizioni nella mia vita di tutti i giorni, provare, come Bob, lo spirito di servizio incontrando chiunque il Potere Superiore metta sulla mia strada. Questo mi insegnò il mio sponsor con questo opuscolo e i discorsi che ci facemmo appresso: che il mio tentativo di recupero, di crescita umana e spirituale è come il Programma di A.A. secondo Bob, "quando è ridotto all'osso, è fatto di due parole, amore e servizio". Forse non ci riuscirò, ma, come dice Bob, io ci provo.

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ◆ Le storie dei nostri Cofondatori, Bill e Bob, ci insegnano qualcosa? Che cosa ci dicono a proposito del nostro recupero?
- ◆ Bill e Bob: due modi diversi e complementari di intendere il servizio, in A.A. e nel mondo. Come viviamo noi il servizio?
- ◆ Bob diceva che l'amore comprende tutto e che dovremmo tentare di viverlo anche se è difficile: quali difficoltà ci presenta nella nostra vita di oggi?
- ◆ Pensiamo che la struttura di A.A. che conosciamo applichi le Tradizioni? E il nostro Gruppo?
- ◆ Che cosa rappresentano nella nostra vita le dodici Tradizioni?
- ◆ Bob ha portato il messaggio a oltre 5.000 persone; e noi? Le cerchiamo, da soli o tramite le strutture, o aspettiamo che ci capitino dinanzi?
- ◆ Ci capita mai di pensare a Bill e a Bob? Come li vediamo?

Quando fui eletto Vice Rappresentante nel mio Gruppo ammetto che avevo un po' di paura, che era bilanciata solo dal sapere che, in fondo, la responsabilità non era mia ma solo del mio amico Rappresentante con cui andavo. Era la prima volta che mi accingevo ad uscire da quel nido in cui avevo scoperto me stesso, in cui ero rinato, circondato da persone che ormai erano miei amici. E invece, quel Servizio rappresentò per me un punto di svolta. Cominciai a conoscere la realtà degli altri Gruppi, cominciai a capire che AA non finiva tra le mie quattro mura, ma era una cosa molto più grande. Man mano scoprii che tante cose che nel mio Gruppo davamo per scontate "perché si era sempre fatto così" potevano essere viste in altri modi e su di esse c'erano tante opinioni differenti. Ma il mio amico RGSG mi fece riflettere perché mi spiegò che il mio compito non si esauriva nelle strutture di AA, ma, anzi, la parte più importante era quella "dentro" il Gruppo. Intanto bisognava farsi ascoltare, bisognava spiegare a tanti che non è possibile alcuna forma di recupero se non si guarda oltre l'orizzonte. E che quindi ciò che riportavamo in Gruppo non era solo un freddo verbale, ma era il frutto del confronto tra tanti amici alcolisti che vivevano le situazioni più disparate negli ambienti più diversi. Poi era necessario avere carisma, perché non si può essere il punto di riferimento del Gruppo "per elezione", ma bisogna avere la capacità di mettere a frutto le esperienze che si fanno fuori per saper dare

Contenuto del testo:

Spesso l'incarico di Rappresentante di Gruppo ai Servizi Generali (R.G.S.G.) viene definito come l'incarico più importante in Alcolisti Anonimi. Ma, altrettanto spesso, gli amici che si accingono a questa funzione, magari sotto la spinta degli anziani del Gruppo, non sanno bene che cosa dovrebbero fare. Certo sanno che devono recarsi alle Assemblee di Zona e di Area (e questo, gli viene detto, è l'unico impegno temporale del loro Servizio), ma poi non sanno che cosa effettivamente debbano fare, soprattutto per essere il punto di riferimento del Gruppo. Questo opuscolo non è certo esauriente, si potrebbero scrivere libri su questo incarico, ma ha il pregio di elencare tutte le cose più importanti che gli alcolisti di A.A. si aspettano da un RGSG. Intanto alcune considerazioni generali e le qualità che un buon RGSG dovrebbe avere o sviluppare. Poi gli impegni verso l'esterno, l'importanza nella catena di delega di fiducia che sorregge AA della elezione dei Delegati alla Conferenza e, soprattutto, le cose che bisogna tenere presenti quando si opera all'interno del Gruppo. Poiché il RGSG è "l'anello di congiunzione" del Gruppo col resto di AA, dovremmo sempre tenere a mente che la parte fondamentale di questo Servizio è proprio quella che si svolge all'interno del Gruppo. C'è infine la citazione di cose che sono state dette da Bill a proposito dei Servizi Generali e del RGSG.

R.G.S.G.

Rappresentante di Gruppo
ai Servizi Generali

*E' FORSE
IL PIU' IMPORTANTE
INCARICO IN A.A.*

Domande e risposte sulla sponsorizzazione

Comprendere l'anonimato



Comprendere e approfondire il valore di due fondamenti del Programma

CITAZIONI:

- A livello personale l'anonimato offre a tutti gli A.A. una protezione dall'essere identificati come alcolisti, protezione spesso molto importante per i nuovi venuti.
- Rivelare la propria appartenenza ad A.A. (a livello personale) è una decisione strettamente personale.
- Ognuno ha diritto di rivelare il proprio nome e parlare dell'alcolismo come alcolista recuperato purché non riveli la propria appartenenza ad A.A.
- La sponsorizzazione assicura il nuovo venuto che c'è almeno una persona che capisce appieno il suo problema.
- Nell'aiutare gli altri gli alcolisti aiutano se stessi!
- La sponsorizzazione aiuta il Gruppo a rimanere unito.

Contenuto degli opuscoli:

“Comprendere l’anonimato” cerca di chiarire a tutti (alcolisti e non) l’importanza dell’anonimato in A.A., una cosa talmente grande da aver dato il nome alla nostra Associazione. Intanto si chiarisce l’esistenza di due forme di anonimato, a livello personale e a livello mezzi di comunicazione di massa. La prima forma (che Bill chiama anonimato della paura) è una sicurezza molto importante soprattutto per i nuovi venuti ma anche per tutti coloro che potrebbero essere danneggiati se si sapesse la loro appartenenza ad A.A. Questo anonimato non può mai essere rotto per gli altri ma ognuno può decidere per se stesso di rinunciarci. L’anonimato a livello mezzi di comunicazione di massa, invece, non può mai essere violato e resta la miglior garanzia per l’intera Associazione.

“Domande e risposte sulla sponsorizzazione” è un opuscolo che affronta uno dei temi fondamentali della nostra Associazione, appunto, la sponsorizzazione. Fino a non molti anni fa questa era molto diffusa in tanti Paesi del mondo ed era considerata importantissima per il recupero individuale, ma non era ben conosciuta in Italia. L’argomento viene affrontato col metodo delle domande e delle risposte ed è diviso in tre capitoli principali: la sponsorizzazione vista da un nuovo venuto, vista da chi vuole avvicinarsi al ruolo di sponsor e, infine, vista utilitaristicamente dal Gruppo. Oggi, in Italia, sull’argomento esiste un apposito testo ma questo opuscolo resta fondamentale per meglio comprendere l’importanza di questa pratica.

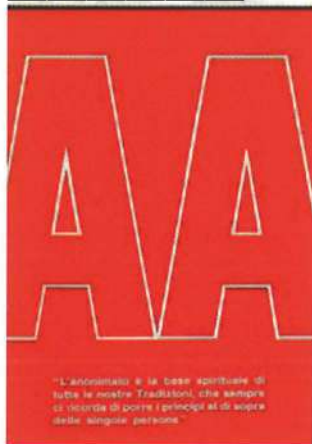
**Domande e
Risposte sulla
"SPONSORIZZAZIONE"**



Una sera, al Gruppo, il tema era che cosa ritenessimo più importante del nostro Programma di recupero. Ci furono quelli che sottolinearono l'importanza dell'autoanalisi che aveva permesso loro, per la prima volta, di conoscersi; altri parlarono dell'ammenda, del prendersi a cuore il benessere altrui; qualcuno disse che avere un rapporto onesto e profondo col Potere Superiore significava arrivare alla spiritualità; molti, infine, ricordarono che il portare il Messaggio era fondamentale e su quello era cresciuta Alcolisti Anonimi. Poi parlò un anziano. Disse: "Noi non ci chiamiamo Alcolisti che fanno au-

toanalisi o Alcolisti col Potere Superiore o Alcolisti che fanno proseliti; noi ci chiamiamo Alcolisti Anonimi. Avete fatto caso che all'anonimato sono dedicate ben due Tradizioni? E' stato proprio Bill che ci ha spiegato l'importanza fondamentale dell'anonimato. Questo, lui dice, è nato come figlio della paura, una coltre che proteggesse gli alcolisti dal pregiudizio. Poi, pian piano, quella paura svanì: ma l'anonimato restò. Perché? Perché si scoprì che l'anonimato non era solo quello della paura ma anche quello spirituale, quello che ci fa sentire tutti fratelli sulla via del recupero,

**Comprendere
l'anonimato**



quello che non ci fa mai parlare a nome di A.A., quello che ci fa mettere sempre i principi al di sopra delle singole persone; è una grande arma contro il nostro egoismo, la nostra vanità, la nostra voglia di apparire. Intendiamoci: non è che l'anonimato della paura non esista più, è ancora una rassicurazione per molti nuovi venuti; solo che è affidato a noi stessi: siamo noi che possiamo romperlo (il nostro!) quando vogliamo o quando ci sembra utile. L'altro no, l'altro resterà e ci accompagnerà tutta la vita." Dopo di ciò nulla fu detto: in effetti, cos'altro si poteva dire?!

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ◆ Quando parliamo con gente non dell'Associazione ci capita di lasciar capire che A.A. la pensa come noi?
- ◆ Che rapporto c'è, secondo noi, tra anonimato spirituale ed uguaglianza?
- ◆ Perché l'anonimato spirituale ci ricorda sempre di mettere i principi al di sopra delle singole persone?
- ◆ Quanto ci sentiamo anonimi nel Gruppo? Solo per il nome e la professione o ci sentiamo veramente tutti fratelli nel recupero?
- ◆ La sponsorizzazione fa bene solo a chi la riceve o anche allo sponsor? Perché? E al Gruppo?
- ◆ Abbiamo uno sponsor? Come l'abbiamo scelto?
- ◆ Come ci siamo preparati a fare gli sponsor? O lo devono fare solo gli anziani?
- ◆ C'è ancora qualcuno tra noi che sostiene che il proprio sponsor sia il Gruppo? Che dirgli?

**Approfondire
il Programma**

A.A. DIVENTA ADULTA

*La storia di Alcolisti Anonimi
pubblicata nel 1957*

ALCOLISTI
ANONIMI

DIVENTA ADULTA

breve storia di A.A.



**Indicato per coloro che
vogliono approfondire
il Programma di A.A. e
conoscere la storia
dell'Associazione**

CITAZIONI:

- Lois raccontò che per tre anni la nostra casa si era riempita dalla cantina al soffitto di alcolisti di ogni genere e che, con nostra costernazione, essi ricadevano nel bere.
- **Fu subito chiaro che per i nuovi membri si sarebbe dovuto escogitare un piano di sponsorizzazione individuale.**
- Bill ci raccontò che durante la notte gli era nata la speranza. Se Bob ed io ce la facevamo anche lui ci sarebbe riuscito.
- Noi che conoscevamo bene il dottor Bob possiamo quasi vederlo e sentirlo. Sappiamo che lui ora sta esclamando con noi: “Ecco ciò che Dio ha compiuto”.
- Ma le dodici Tradizioni sottolineano pure molti dei nostri difetti personali e ci chiedono di mettere da parte l'orgoglio e il risentimento.

Contenuto del libro:

Il libro è stato scritto quando A.A. usciva dal suo periodo di pionierismo (appunto, diventa adulta) e si stava dando una struttura. Il primo obiettivo era quello di fissare per sempre il ricordo di quei momenti, far rivivere a tutti l'emozionante serie di avvenimenti che aveva condotto alla nascita di questa fratellanza di alcolisti. In questo testo è possibile trovare la risposta a tutte le curiosità sui primi tempi di Alcolisti Anonimi, sul perché abbia assunto questa forma. Il secondo obiettivo è costituito dal desiderio di chiarificare che cosa siano i tre legati e perché, appunto, essi siano legati tra di loro, perché ognuno di essi sia fondamentale per poter perseguire gli altri due. Il libro dedica un intero capitolo ai tre legati e cerca, quindi, di chiarire che cosa sia lo spirito di servizio, perché ci sia necessario, che cosa sia il servizio in A.A., che cosa significhi per ciascuno di noi l'unità, che cosa il Gruppo debba perseguire per riuscire a viverla, come il recupero sia impossibile se non c'è unità e se ciascuno di noi non si mette al servizio degli altri. Il terzo obiettivo è legato proprio all'unità; qui si racconta come e perché le Tradizioni siano nate e il valore che esse assumono nella nostra vita. Insomma, il libro è la storia della nascita di AA, della sua crescita e della sua ogni giorno maggiore consapevolezza su che cosa con lei possiamo perseguire.

**ALCOLISTI
ANONIMI**

DIVENTA ADULTA

breve storia di A.A.



Avevo giusto qualche mese di sobrietà, ero pieno di gioia e di incredulità; mi sentivo grato a tutti e a tutto perché era successo quello che credevo non sarebbe mai potuto accadere: avevo smesso di bere! Con Alcolisti Anonimi. E mi prese la curiosità, non facevo altro che fare domande a tutti gli anziani che conoscevo, volevo sapere chi eravamo, come eravamo nati, che cosa fossero i tre legati, perché dovevo fare servizio se volevo recuperarmi. Insomma, rompevo. Fu allora che il mio sponsor mi regalò “A.A. diventa adulta” dicendomi: “Tieni, qui troverai tutte le risposte alle tue curiosità!”

Da allora, quel libro è per me uno dei testi fondamentali, quello dove trovo tutti gli spunti che mi servono per sapere e approfondire. Come è nata Alcolisti Anonimi, l'incredibile serie di avvenimenti che ha dato origine a quell'associazione (o fraternità, come la chiamano gli anglosassoni) che è riuscita a farmi smettere di bere, che mi ha regalato tanta serenità e tanta gioia di vivere; come è cresciuta A.A., quali sono stati i problemi che abbiamo dovuto affrontare e che ancora ci troviamo di fronte in tutto il mondo, man mano che “diventiamo adulti”; come è fatto il nostro Programma: questo è l'unico testo di A.A. che parla così approfonditamente (e semplicemente!) di tutti e tre i nostri legati, della loro necessità e della loro indissolubilità.

E' da allora che non lascio più questo libro: ogni volta (e quanto spesso succede!) che mi trovo di fronte a

un dubbio, sia per la mia vita personale che per qualunque struttura di A.A., lo riprendo in mano, lo scorro e scopro con meraviglia che i nostri predecessori hanno già affrontato quel problema e il loro suggerimento, un suggerimento che nasce dall'esperienza e dalla vita di tutti i giorni, è un suggerimento che mi aiuta a pensare, ad approfondire e a fare quello cui mira tutto il nostro Programma: decidere e sentirmi libero perché posso – finalmente! – decidere.

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ♦ Qual è l'importanza del 10 giugno?
- ♦ Perché i tre Legati hanno questo nome? Qual è il loro fine? Che significato ha la loro unione?
- ♦ Perché l'unità di Alcolisti Anonimi (dell'Associazione e dei Gruppi) è così importante? Che cosa potrebbe succedere se tutti noi non la perseguissimo?
- ♦ Che cosa possiamo concretamente fare in Gruppo per vivere e conseguire la sua unità?
- ♦ Lo spirito di servizio che ci insegna A.A.
- ♦ Lo spirito di servizio e gli incarichi di Servizio. Che cos'è il Servizio in A.A.?
- ♦ Andiamo al Gruppo per aiutare gli altri o per cercare, con gli altri, la nostra sobrietà e serenità?

1 12 CONCETTI PER IL SERVIZIO



***Il terzo legato: lo spirito
di servizio***

**Un testo fondamentale
per chi vuole imparare
ad amare attraverso il
servizio agli altri e
raggiungere la sobrietà
emotiva**

CITAZIONI:

- Vedi, A.A. è una piramide capovolta. Il mondo non capirà mai!
- I Gruppi devono delegare, altrimenti nulla verrebbe fatto.
- Il diritto di decisione: il segreto è la fiducia reciproca!
- Diritto di partecipazione: personale che vota? In A.A. siamo tutti uguali!
- Diritto di appello: ciascun partecipante ha voce in capitolo. La minoranza desidera ancora prendere la parola?
- Il Consiglio dei SSGG.: qualcuno deve pur fare in modo che le cose procedano!
- Le Società di Servizio: così i Fiduciari non devono star dietro alle piccolezze!
- I leader: ci guidano con l'esempio, non ci comandano!
- Autorità e responsabilità sono ben definite!
- Se paghi poco, poco avrai in cambio.
- La rotazione: è come giocare a scambiarsi i cappelli.
- Il dodicesimo Concetto è scritto nella pietra e può essere cambiato solo con il consenso scritto dei tre quarti dei Gruppi A.A. di tutto il mondo.

Contenuto del libro:

Il Programma di Alcolisti Anonimi si divide in tre parti (differenti ma intimamente legate tra di loro): Recupero, Unità e Servizio. Per ciascuna di queste parti è stato scritto un apposito testo che dovrebbe servire a darci dei suggerimenti per la nostra crescita spirituale: i 12 Passi, le 12 Tradizioni e i 12 Concetti. Molti di noi credono che i Concetti servano solo per “fare Servizio in A.A. ai massimi livelli”. Così non è. Intanto, la nostra Letteratura ci chiarisce che il Servizio (qualunque forma di Servizio) è necessario per ottenere il recupero. Poi, lo “spirito di servizio” ci è necessario in tutti i campi della nostra vita: la famiglia, il lavoro, lo stare con gli altri. Lo spirito di servizio, ci chiarisce Bill, non è che l'applicazione del vero nocciolo del Programma: l'amore. E come è possibile amare qualcuno se non gli riconosciamo (e lo sentiamo come nostro) il diritto di decidere liberamente, di appellarsi per le decisioni altrui (anche le nostre!), oppure il diritto di aver sempre voce in capitolo, con la certezza che lo ascolteremo attentamente e cercheremo di capire le sue ragioni? Certo non riusciremo ad amare e servire gli altri, se non riusciremo a raggiungere l'equilibrio tra razionalità ed emotività, proprio come Alcolisti Anonimi, che si basa sull'equilibrio tra il potere razionale e legale dei Servizi Generali (che hanno la delega di fiducia a condurre A.A. tutti i giorni) e il potere emotivo e Tradizionale dei Gruppi (che hanno il compito di portare avanti l'unico scopo primario di A.A. e, cioè, la trasmissione del Messaggio



Sono arrivato in Alcolisti Anonimi una sera di primavera; sono stato uno di quei fortunati che hanno smesso subito di bere (o, forse, avevo toccato il fondo e non ne potevo più). Mi sentivo eccitato e pieno di voglia di fare: anche i miei discorsi col mio sponsor cercavano di individuare che cosa potessi fare in A.A., perché il mio fare servisse a qualcuno. Fu allora che alcuni anziani mi avvicinarono e mi dissero che si stava aprendo un nuovo Gruppo, poco lontano di lì: potevo svolgere in quel Gruppo qualche Servizio? Entusiasta, risposi di sì; allora qualcuno mi disse che se volevo fare Servizio dovevo conoscere i Concetti. Oggi capisco che era uno scherzo ma, di fatto, quello fu il mio primo libro in A.A. Naturalmente ci capii ben poco: questa Conferenza, questa responsabilità finale, questi fantomatici Servizi Generali, soprattutto, questi strani leader mi sembravano roba di un altro mondo, non riuscivo a capire che cosa avessero a che fare con quegli amici che vedevo in Gruppo. Probabilmente mi aspettavo un testo che mi spiegasse che cosa dovevo fare, che mi dicesse una regola da seguire in tante occasioni che non avevo mai affrontato e che mi gravavano di una responsabilità che mi faceva paura. Così ne parlai col mio sponsor: lui sorrise e mi spiegò che quel libro non era utile per fare servizio a qualsiasi livello, ma per fare proprio lo “spirito di servizio”, per imparare ad amare gli altri e stare in mezzo a loro guardandoli non più come nemici sempre pronti all’aggressione, ma come fratelli da aiutare; serviva a me per trovare quella serenità che il Programma mi promet-

teva, quell'equilibrio tra le mie pulsioni, che lui chiamò "sobrietà emotiva". In effetti, come potevo amare qualcuno se non gli riconoscevo il diritto di decidere, di essere contrario, di partecipare? E, soprattutto, se mi lasciavo accecare dalla mia emotività o dalla mia iper-razionalità, anziché da un sano equilibrio tra di esse? Altro che fare il segretario o il delegato o il fiduciario, potevo piuttosto imparare a essere un uomo!

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ◆ I Concetti servono solo per fare Servizio "ai massimi livelli"? Perché?
- ◆ Come applichiamo i suggerimenti dei dodici Concetti in tutti i campi della nostra vita? Facciamo qualche esempio pratico utile per tutti noi.
- ◆ Che cos'è un leader? In quali ambiti si manifesta?
- ◆ Permettiamo agli altri di partecipare e di far sentire la propria voce, in tutti i campi della nostra vita? Ascoltiamo gli altri?
- ◆ Che cosa è la "delega di fiducia"? In che differisce dalla delega pura e semplice tipica di ogni democrazia?
- ◆ Perché i Concetti sono essenziali per il recupero? E perché cercano di condurci alla serenità e alla sobrietà emotiva?
- ◆ Che cosa vuol dire l'equilibrio tra diritto legale e tradizionale? Come lo possiamo vedere nella nostra vita di tutti i giorni?

PASS IT ON

(Trasmetti il Messaggio)



***La vita di Bill W.
e la nascita del Messaggio***

**Una riflessione su alcuni
temi di vita indicata per
coloro che vogliono
approfondire il
Programma**

CITAZIONI:

- Bill disse di essere stato un bevitore compulsivo fin dall'inizio. Egli non passò lo stadio del bere moderato o del bere sociale.
- Lui tenne nascosto [il suo bere] a Lois quando lei venne a trovarlo. Ma non si fermò; senza alcol si sentiva di nuovo inferiore.
- Cosa poteva fare per l'alcolismo [il dottor Silkworth]? Era quella la questione. Tutti quei milioni di persone con quella misteriosa malattia fisica, mentale ed emotiva.
- Ora si era reso conto che niente avrebbe potuto trattenerlo da quella che definì in seguito come l'"insidiosa pazzia" del primo bicchiere.
- Lui [Bill] parlava la mia lingua - disse Bob - Conosceva tutte le risposte e non certo perché le avesse trovate nelle sue letture.
- Il suo viso intero sembrava crollare ed era triste, molto triste.

Contenuto del libro:

Questo testo racconta la storia della vita di Bill Wilson. E siccome Bill legò strettamente la sua esistenza ad A.A. e ne fu cofondatore, ripercorrendo tutte le sue esperienze si viene a formare un quadro della nascita di A.A. e della sua crescita impetuosa. La frase "Pass it on - Trasmetti il Messaggio" deriva da una risposta che Bill diede, poco dopo la nascita di A.A., ad un alcolista felice di incontrarlo ed è il punto basilare di tutto ciò che Bill credeva sarebbe potuto servire agli alcolisti di tutto il mondo. Bill raccontò la sua storia innumerevoli volte; lui stesso la chiamò "La storia della buonanotte". Per quanto lui l'abbia raccontata, i Gruppi non si stancavano mai di ascoltarla. Questo libro è una narrazione dettagliata della "Storia della buonanotte", anche se parlare di tutte le esperienze, i pensieri e le avventure di Bill richiederebbe molto più spazio. Ma, soprattutto, Bill, con gli episodi della sua esistenza, ci ha mostrato come ricevere il dono della vita ed è questo il fine ultimo di questo racconto. E' un racconto di cui nessun A.A. può fare a meno per capire come ognuno possa, tra le mille difficoltà che la vita propone, cercare con tutto se stesso di seguire una strada che porta inevitabilmente alla serenità e alla sobrietà spirituale.



Non mi è stato facile leggere questo libro. Anche se è quello che, forse, mi ha aiutato di più nel mio cammino di recupero. Perché mi stato così difficile? Ci ho riflettuto molto sopra e ho concluso che la difficoltà per me è stata quella di leggere, nei minimi particolari, la vita di un ubriacone come me. Anzi, lui stava peggio di me, perché non aveva intorno alcuna via e cercava disperatamente come facevo io. A momenti di esaltazione quando gli sembrava di aver trovato una soluzione al problema della sua vita seguivano momenti di vera disperazione, quando ogni strada si mostrava inefficace e ogni ricaduta nell'alcol era peggiore della precedente. Anche io mi sono trovato come lui a dire a qualcuno che osservava "Come fai a bere sapendo tutto quello che sai e dicendo quello che dici? Devi essere pazzo!". E io: "Sì, lo sono". E' una sorta di follia quella in cui sono passato, non c'era alcuna spiegazione logica alla mia insensatezza. Bill si salvò con i tanti amici che cercarono di aiutarlo (Ebby, il dott. Silkworth, Lois, ecc.) e con una fortissima esperienza spirituale: quella della "luce bianca". Non a tutti noi è dato provare quel momento di esaltazione mistica; ma Bill ci ha lasciato un Programma che può portarci, se noi lo viviamo, verso un diverso modo di stare nel mondo, osservando gli altri attraverso una spiritualità che mai avevamo provato prima. Ci ha lasciato dei suggerimenti che possono portare milioni di pazzi senza speranza, come me, a vivere una vita degna di essere vissuta. Ora so che questo

libro può essere fondamentale per tutti noi; per quelli che, come me, hanno vissuto tutte le follie dell'alcolismo, quelli che hanno toccato il fondo e che, quindi, si possono identificare in Bill e nella sua pazzia, e quelli che hanno solo cominciato a provare l'inferno in cui l'alcolismo ti precipita, che così possono seguire, passo dopo passo, il progredire di questa malattia, inguaribile, progressiva e mortale. Tutti noi siamo dei "sopravvissuti" grazie a quest'uomo che ci ha lasciato tanto e ci ha insegnato che "una via d'uscita c'è".

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ◆ Perché con noi le parole di un altro alcolista hanno fatto più effetto di quelle di tanti professionisti (medici, psicologi, sacerdoti, ecc.)? Che cosa abbiamo provato nel fare il dodicesimo Passo a qualcuno che beveva?
- ◆ C'è chi dice "Chi toglie l'alcol a un alcolista senza sostituirlo con qualcosa è un pazzo". Nella nostra esperienza questo è vero?
- ◆ Si può uscire dall'alcolismo da soli? Oppure servono amici alcolizzati come noi? A noi che cosa è accaduto?
- ◆ Che cosa, nel nostro attuale stile di vita, è diverso da prima? E perché?
- ◆ In questo libro abbiamo potuto riscontrare che "Azione è la parola chiave"?
- ◆ E' vero che toglierci dal centro della scena ci regala la serenità?

IL DOTTOR BOB E I BUONI VECCHI COMPAGNI

IL DOTT. BOB
e i Buoni
Vecchi
Compagni



Una biografia con riferimenti
alla nascita di A.A. nel Midwest

**La vita del
dott. Bob**

**Indicato per coloro
che vogliono
conoscere la storia
di A.A. e le radici
del Programma**

CITAZIONI:

- ⇒ Ma se Bill era un visionario, in anticipo rispetto agli altri, il dottor Bob era forse più a contatto con il "qui ed ora".
- ⇒ I nostri Dodici Passi, quando sono sintetizzati al massimo, si restringono alle parole 'amore' e 'servizio'.
- ⇒ Bob era molto avanti a me [undicesimo Passo] in questo genere di cose [Bill].
- ⇒ Il dottor Bob era un uomo in cerca di Dio.
- ⇒ E' giusto, figliolo, ascolta. Ma osserva bene anche *quello che si fa* oltre ad ascoltare quello che si dice
- ⇒ Egli sottolineò che A.A. differiva dalle religioni ufficiali per il fatto che i membri potevano scegliere il loro concetto di Dio come potevano concepirLo

Contenuto del libro:

Il libro racconta la storia del dottor Bob (morto nel 1950), uno dei due fondatori di Alcolisti Anonimi, e quella dello sviluppo dell'Associazione partendo dal Gruppo di Akron (Ohio) che pervase il Midwest statunitense, appoggiandosi agli Oxford Groups. Non è un caso che noi consideriamo la nascita di Alcolisti Anonimi come il primo giorno di sobrietà del dottor Bob. Si parla della sua infanzia nel Vermont, nell'ottocento, del suo divenire uno stimato chirurgo, del suo accostarsi all'alcol per divenirne poi un forte dipendente, che riuscì a smettere solo con l'aiuto di Bill che si fermò a casa sua per stargli vicino. Leggendo questo libro si riesce a capire il perché e il come siano nati alcuni Passi del Programma. Molti di noi che hanno grossi problemi con la Fede vi troveranno utili indicazioni su questo problema; il dottor Bob, infatti, estremamente convinto dell'importanza della spiritualità, visse, dopo la raggiunta sobrietà, sempre attratto dalla Fede ma con enormi problemi che gli impedivano di lasciarsi andare ad essa. Nel libro appaiono tante persone che hanno aiutato l'Associazione nei tempi pionieristici, i primi "nuovi venuti" e l'accoglienza che veniva loro fatta e risalta anche l'amore che permise ad Alcolisti Anonimi di diventare quello che è oggi.

IL DOTT. BOB
e i Buoni
Vecchi
Compagni



Una biografia con riferimenti
alla nascita di A.A. nel Midwest

Un uomo, un alcolista. Questo è quello che emerge della figura del Dott. Bob dalla lettura di questo libro. Molti di noi conoscono bene Bill, tutte le cose che ha scritto, la lungimiranza di tante sue idee, il lavoro di diffusione del Programma che lui ha fatto. Ma pochi sanno quanto sia stato importante per l'associazione cui apparteniamo (e che ci ha ridato la vita!) la figura del Dott. Bob. Mentre Bill girava in lungo e in largo per promuovere A.A. il Dott. Bob rimaneva in disparte ma illuminava il pensiero di Bill con la sua profonda umanità, col suo rimanere legato ai principi essenziali del Programma ("Bill, mantienila [A.A.] semplice!"). Il Dott. Bob, dal primo momento in cui raggiunse la sobrietà, portò il Messaggio di amore di A.A. a tutti quelli che lo conobbero e rimasero affascinati dalla sua umiltà e dalla sua umanità. E' facile provare ammirazione per le idee e per le azioni di Bill, ma quando guardo alla mia vita, alle mie paure, alle mie incertezze mi sento molto vicino al Dott. Bob, e in lui ritrovo me stesso; lo guardo e vedo un modello cui ispirarmi. Anche io, come lui, lotterò tutta la vita alla ricerca di Dio, e vivrò gli stessi momenti di incertezza illuminati da quell'umiltà e quell'amore che hanno pervaso tutta la sua esistenza. E quando sarò confuso da tutto quello che il Programma mi propone, ogni volta che mi capiterà di dubitare di riuscire a cambiare, come vorrei, i miei comportamenti alla luce della spiritualità, mi ricorderò delle sue parole: "I nostri Dodici Passi, quando sono sintetizzati al massimo, si restringono alle parole 'amore' e 'servizio'". E' proprio la lettura di questo libro che mi ha fatto capire

che 'servizio' non è un 'incarico', ma è quel desiderio di fare, ogni momento e senza alcun incarico, PER gli altri, quel vero 'dare' senza 'chiedere nulla in cambio', quell'amare gli altri e metterli al centro dell'universo e domandarsi, ogni momento, che cosa sia possibile fare per farli essere felici. Mi piacciono i 'super-eroi', i miti, i sogni di grandezza, gli onori. Ma il Dott. Bob mi riporta coi piedi per terra per cercare di 'fare' e non di 'sognare'. Come un semplice, vero uomo, come un alcolista in recupero.

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ◆ E' necessario avere una Fede per recuperarsi?
- ◆ Che differenza c'è tra "spiritualità" e "religiosità"?
- ◆ Che cosa è lo "Spirito di servizio"?
- ◆ Perché il Servizio è parte integrante ed ineliminabile del Recupero?
- ◆ L'amore per il nuovo venuto. L'accoglienza.
- ◆ L'importante non è "trovare" ma "cercare". Avere una "mente aperta"
- ◆ Onestà con se stessi, fiducia, affidamento: le basi del recupero.
- ◆ Dare senza chiedere nulla in cambio. Si può?

Kit per il Servizio: 4 OPUSCOLI

*Il Programma, sintetizzato, si
riduce a due parole, amore e
Servizio*

**Adatto per coloro che
cominciano a fare Servizio
e vogliono conoscere la
casa in cui vivono**



Cerchi
d'amore
e di
servizio



Come le diverse parti
di A.A.
si combinano
e lavorano assieme



Il Gruppo A.A.

Cerchi d'amore e di Servizio

I Dodici Concetti illustrati

R.G.S.G.

Che cosa ci si può trovare?

IL GRUPPO A.A.

Dà consigli, basati sull'esperienza, sulla conduzione del Gruppo, si propone come uno strumento di consultazione e viene suggerito ai Gruppi per un riferimento. Copre quattro temi fondamentali: che cosa è un Gruppo, come funziona, i rapporti del Gruppo con la comunità e come il Gruppo si colloca nella struttura complessiva di A.A.. Naturalmente, ogni Gruppo è autonomo, ma il testo propone l'esperienza condivisa di A.A. in tutto il mondo.

CERCHI D' AMORE E DI SERVIZIO

Una spiegazione "grafica" che aiuta a capire come è strutturata la nostra Associazione a livello nazionale, come sono collegate le strutture (Gruppi, Zone, Aree, Comitati, Conferenza, Servizi Generali), come collaborano e lavorano per mantenere vitale Alcolisti Anonimi curando tutti gli aspetti che concorrono alla continuazione della trasmissione del messaggio nel migliore e più ampio dei modi. Come chiarisce il titolo, questo opuscolo aiuta a mettere in stretta correlazione lo spirito di servizio con l'amore che A.A. ci insegna.

I DODICI CONCETTI ILLUSTRATI

I Concetti sono la base per ogni Servizio in A.A., ma spesso chi li legge nel testo di Bill è spaventato e fermato dalla loro complessità. Questo opuscolo è invece molto "facile" ed è una introduzione illustrata ai dodici concetti; spiega anche ai nuovi venuti quali siano i principi fondamentali che continuano da tanti anni a far funzionare le strutture che permettono a tutti gli alcolisti di avere gli strumenti per assolvere il nostro terzo e indispensabile legato: il Servizio.

R. G. S. G.

Come suggerisce il sottotitolo, l'incarico di Rappresentante di Gruppo ai Servizi Generali è forse l'incarico più importante in A.A.; da una parte ci aiuta a capire che A.A. non si riduce alla caverna del nostro Gruppo, dall'altra ci abitua ad essere "la coscienza" della nostra Associazione, assumendoci quelle responsabilità che abbiamo scansato così bene grazie all'alcol. Qui viene spiegato che cosa significhi e come svolgere al meglio questo incarico che mantiene il Gruppo in contatto con il resto dell'Associazione e permette lo scambio e la partecipazione senza i quali il Gruppo rischia l'isolamento e pericolose deviazioni di cammino.



Che cosa lega questi quattro opuscoli? Io penso a quando sono entrato in AA, con un'idea tutta mia su cosa avrei trovato.

Pian piano cominciai a conoscere il Gruppo e le sue necessità; poi, spinto dal mio sponsor, cominciai a far Servizio fuori del Gruppo e mi resi conto di quanto la mia

Associazione fosse qualcosa di molto più grande di ciò con cui ero venuto a contatto nella mia caverna, nel Gruppo che col suo amore mi aveva ridato la



vita. Ma tutto ciò che sapevo era frutto della mia curiosità, del mio chiedere estemporaneo agli amici. Allora, questo kit non c'era.

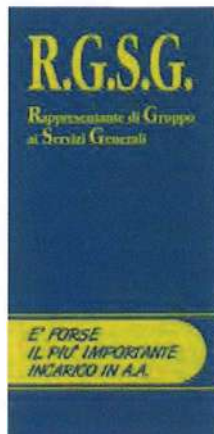
Peccato! Avrei fatto molto meno fatica e, soprattutto, avrei capito molto meglio come era fatta la "casa" in cui vivevo. Questo è ciò che lega questi quattro opuscoli; capire come è fatto (e perché)

il Gruppo in cui siamo, quali legami abbia col resto di AA e del mondo, su quali basi spirituali poggi lo spirito di servizio, per arrivare a rendersi conto che questo non è un "optional", qualcosa che si fa se si ha tempo e voglia, ma è qualcosa che mi serve per poter vivere come un uomo, per poter essere un cittadino tra i

Cerchi
d'amore
e di
servizio



Come le diverse parti
di A.A.
si combinano
e lavorano insieme



cittadini, Penso che questo sia lo spunto più importante. E' per questo motivo che spingo tutti i nuovi venuti, forse non subito ma assai presto, a conoscere il posto in cui si trovano, a capire da subito perché gli anziani dicono che non c'è recupero senza Servizio, perché il Dott. Bob diceva che il Programma, sintetizzato, si riduce a due cose: amore e Servizio.

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ♦ Quanto conta nel nostro Gruppo l'esperienza di A.A. nel mondo?
- ♦ Che cosa fanno i Servitori del Gruppo? Consentono le riunioni o si assumono responsabilità più grandi?
- ♦ Ci fidiamo dei nostri Servitori? Gli deleghiamo abbastanza? Li abbandoniamo?
- ♦ Qual è il legame tra amore e servizio di cui parlava il Dott. Bob?
- ♦ A che servono i Concetti? Hanno un impatto anche sulla nostra vita al di fuori dell'Associazione?
- ♦ Aiutiamo il nostro RGSG? O lo lasciamo solo? Lo ascoltiamo?
- ♦ A che servono le riunioni aperte?
- ♦ Perché il RGSG svolge il Servizio più importante in A.A.? Ce ne rendiamo conto?

I 12 CONCETTI ILLUSTRATI

"I Dodici
Concetti per
il Servizio"



**I
Dodici
Concetti
per il
Servizio**

illustrati



***Un approccio "facile" ai
dodici Concetti***

**Per coloro che vogliono
accostarsi ai Concetti
(da soli o in gruppo) in
modo da applicarli ad AA
e a tutta la vita**

CITAZIONI:

- Vedi, AA è una piramide capovolta. Il mondo non capirà mai!
- I Gruppi devono delegare, altrimenti nulla verrebbe fatto.
- Il diritto di decisione: il segreto è la fiducia reciproca!
- Diritto di partecipazione: il personale

che vota? In A.A. siamo tutti uguali!

- Diritto di appello: ciascun partecipante ha voce in capitolo. La minoranza desidera ancora prendere la parola?
- Il Consiglio dei SSGG.: qualcuno deve pur fare in modo che le cose procedano!
- Le Società di Servizio: così i Fiduciari non devono star dietro alle piccolezze!
- I leader: ci guidano con l'esempio, non ci comandano!
- Autorità e responsabilità sono ben definite!
- La rotazione: è come giocare a scambiarsi i cappelli.
- Il dodicesimo Concetto è scritto nella pietra e può essere cambiato solo con il consenso scritto dei tre quarti dei Gruppi A.A. di tutto il mondo.

Contenuto del testo:

Il Programma di Alcolisti Anonimi si divide in tre parti (differenti ma intimamente legate tra di loro): Recupero, Unità e Servizio. Per ciascuna di queste parti è stato scritto un apposito testo che dovrebbe servire a darci dei suggerimenti per la nostra crescita spirituale: i 12 Passi, le 12 Tradizioni e i 12 Concetti. Molti di noi credono che i Concetti servano solo per “fare Servizio in AA ai massimi livelli”. Così non è. Intanto, la nostra Letteratura ci chiarisce che il Servizio (qualunque Servizio) è necessario per ottenere il recupero. Poi, anche se non vogliamo assumerci la responsabilità di fare qualcosa per AA, lo “spirito di servizio” ci è necessario in tutti i campi della nostra vita: la famiglia, il lavoro, lo stare con gli altri. Quindi abbiamo bisogno dei Concetti e dei loro importantissimi suggerimenti. Molti di noi, convinti dai loro sponsor, tentano di leggere i Dodici Concetti e ne restano spaventati anche perché ci sembrano spesso oscuri e incomprensibili. Questo testo intende proprio assolvere a questa importantissima funzione: spiegare in modo semplice e chiaro i dodici Concetti, anche con l’ausilio di immagini, Quindi, la sua lettura può essere molto utile sia al singolo individuo che all’intero Gruppo per avvicinarsi al mondo del servizio. Dopo averlo letto e commentato, chi lo desidera può andare al testo vero e proprio, sapendo già il significato profondo di ogni suggerimento.

*“I Dodici
Concetti per
il Servizio”*



**I
Dodici
Concetti
per il
Servizio**

illustrati



I Concetti! Quando me ne parlarono la prima volta ammetto che non ci capii niente, che mi sembravano una cosa un po' astrusa, riservata a quei pochi che, ammalati di esibizionismo e ambizione, volevano dare la scalata ai "vertici" della nostra Associazione. Più di una volta i Servitori del mio Gruppo tentarono di inserire i Concetti come lettura, ma io facevo parte di quei tanti che si annoiavano e preferivano parlare dei Passi. Eppure il mio sponsor insisteva. Ci misi molto a capire che il servizio non è un incarico, che lo dovrei fare sempre, indipendentemente da candidature ed elezioni. Però, grazie alla pazienza del mio sponsor, arrivai a capire che i Concetti mi davano dei forti suggerimenti per riuscire ad appropriarmi dello "spirito di servizio" e che questo mi era indispensabile se volevo recuperarmi. Ero convinto. Ma rimaneva sempre la difficoltà ad accostarmi a quel libro, ai "Dodici Concetti per il Servizio", ogni volta che lo aprivo mi perdeva subito tra la "responsabilità finale" e le "Garanzie". Qualcuno allora mi suggerì di cominciare con questo testo, con i "Dodici Concetti Illustrati", e fu il suggerimento vincente. Mi accorsi, leggendolo, che non si parlava affatto di cose astruse, ma di "umiltà", di "tolleranza" di "rispetto". E i diritti di partecipazione, di appello, di decisione non furono più cose strane che si applicavano ai palazzi del potere, ma ciò che io dovevo far mio per viverlo dapprima in AA ma poi anche sul lavoro, nella famiglia, con gli amici. Dopo questo "facile" libro mi fu immediato approfondire gli argomenti con la lettura dei Dodici Concetti. Da allora, da quando ho visto i cambiamenti che si sono verificati in me, convinco tutti i

miei amici che sponsorizzo ad accostarsi al mondo dello spirito di servizio con l'uso di questo libricino: facile, chiaro anche per i testoni come me, ma insieme profondo come tutto nel nostro Programma.

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ◆ A che (e a chi) servono i dodici Concetti?
- ◆ Come applichiamo i suggerimenti dei dodici Concetti in tutti i campi della nostra vita? Facciamo qualche esempio pratico utile per tutti noi.
- ◆ Lasciamo decidere i nostri Servitori? E gli altri? Gli diamo fiducia?
- ◆ Permettiamo agli altri di partecipare e di far sentire la propria voce, in tutti i campi della nostra vita? Ascoltiamo gli altri?
- ◆ Che cosa vuol dire “delegare”? Cosa comporta? Lo facciamo anche fuori di AA? Abbiamo fiducia negli altri?
- ◆ Che cos’è la “responsabilità finale”? E come può essere disgiunta dall’azione pratica? Come si può applicare con “gli altri”?
- ◆ Che cosa vuol dire l’equilibrio tra diritto legale e tradizionale? Come lo possiamo vedere nella nostra vita di tutti i giorni?

Presentare
A. A.

A.A. E I GIOVANI

A.A. PER LA DONNA



Per sapere che cosa possiamo offrire a queste due importanti categorie di persone e come valido ausilio nei dodicesimi Passi e nelle P.I.

CITAZIONI:

- Alcolismo è una parola dura da mandare giù. Eppure nessuno è troppo giovane o vecchio per avere problemi con l'alcol.
- Ti capita di reggere bene, più degli altri, l'alcol o, al contrario, di crollare dopo un paio di bicchieri e ubriacarti quando non vuoi?
- Mi sentivo inferiore agli altri, isolato; ma trovai subito il rimedio.
- Facevano tutti così, se non lo facevo anch'io ero fuori.
- Se solo sospetti che il fatto di bere sia uno dei tuoi problemi qui troverai storie di donne che si sentivano come te: non sei sola.
- Non c'è bisogno che tu arrivi a un punto di svolta da un letto di ospedale; in qualsiasi momento, a qualsiasi punto tu sia arrivata, puoi decidere di fare qualcosa per te, puoi decidere di chiedere aiuto.

Contenuto dei testi:

Questi due opuscoli sono stati creati da A.A. Italia come supporto ai dodicesimi Passi e all'Informazione Pubblica. Sono rivolti a due categorie di persone molto difficili da avvicinare ed aiutare portando loro il nostro Messaggio di speranza: i giovani e le donne. E' molto difficile per un giovane ammettere di avere un problema con l'alcol anche se l'Organizzazione Mondiale della Sanità ci ha avvertito a più riprese che l'alcol comincia a far danni sempre più presto (e l'Italia detiene un triste record in questo campo con i ragazzi che si avvicinano all'alcol già a 14 anni). E' difficile convincere un ragazzo in giovane età che si trova su una strada senza scampo; spesso i ragazzi sono portati a pensare "Forse è vero, ma ho ancora tanto tempo dinanzi a me". Inoltre, hanno molta difficoltà a identificarsi in qualcuno una volta arrivati in Gruppo, proprio a causa della differenza di età. Questo opuscolo riporta tre testimonianze di giovani che hanno preso la strada del recupero in A.A., uno del nord, uno del centro e uno del meridione. Si tratta di storie vere, di testimonianze molto sentite che possono aiutare i giovani a identificarsi. Anche l'aspetto grafico dell'opuscolo è stato studiato appositamente per persone giovani e si avvale dell'uso di fumetti. Anche le donne sono difficili da avvicinare, intanto perché molte di esse pensano di essere diverse e poi, probabilmente, a causa di un forte pregiudizio sociale che rende molto doloroso riconoscersi alcoliste. Addirittura in un Paese americano le donne andavano in Al-Anon per poter fare il Programma senza pubblicamente ammettere di essere alcoliste. Pochi anni fa si credeva che le donne fossero meno soggette degli uomini all'alcolismo ma questo era dovuto principalmente alla difficoltà di riconoscere il vero stato di difficoltà. L'opuscolo comincia con delle domande che possono aiutare a prendere coscienza di avere un problema con l'alcol. Seguono poi molte testimonianze di donne che credevano di essere diverse e, proprio per questo, non cercavano alcun aiuto.



Nei primi tempi della mia frequenza al Gruppo c'era un anziano che mi portava sempre con sé quando andava a fare qualche dodicesimo Passo. Devo dire che questa pratica è stata veramente salutare per me e mi ha fatto capire un sacco di cose. Un giorno ci trovammo di fronte a un ragazzo che non aveva compiuto ancora i diciotto anni. I genitori erano disperati perché il problema alcolico era molto evidente ma il ragazzo si rifiutava di ammettere di essere (già!) un alcolista e non voleva aiuti di nessun tipo. Dopo aver avuto ragguagli dai genitori parlammo un poco (per la verità parlò solo il mio amico!) con il ragazzo ma ciò che fu detto in quella occasione era decisamente diverso dal solito. Gli raccontò la sua esperienza e il suo incontro con Alcolisti Anonimi e quanto ciò avesse cambiato la sua vita, ma, soprattutto, sottolineò come i suoi problemi con l'alcol fossero cominciati già quando era molto giovane e come avesse trascurato la nascente difficoltà dicendosi spesso "Devo stare un po' più attento. Ma che m'importa, si diventa dei veri alcolizzati solo dopo tanti anni, ho tanto tempo dinanzi a me!". Dopo aver raccontato di sé concluse dicendo "Lo so che non puoi credermi, per te sono una specie di dinosauro, un vecchio alcolizzato. Ma leggi, se vuoi, questo opuscolo: dentro ci troverai le testimonianze di alcuni miei amici che hanno provato quel che provi tu alla tua stessa età. Magari loro potranno farti capire che il tuo problema non è diverso dal mio o da quello di tanti altri. Solo tu hai in mano la tua vita e ne puoi fare quello che vuoi. Se pensi di aver bisogno di aiuto chiamami quando ti pare". E gli lasciò l'opuscolo "A.A. per i giovani". Quando ce ne andammo lui mi spiegò che la vera difficoltà di ognuno è capire di non essere diverso riguardo a questa malattia. Ognuno si crea un bell'alibi

pensando al motivo della propria diversità: perché si è un prete, perché si è gay, perché si è ragazzi, perché si è una casalinga. Soprattutto i ragazzi e le donne provano maggiore difficoltà a identificarsi e si attaccano disperatamente alla loro presunta diversità. Solo le testimonianze di persone del tutto simili a loro hanno effetto. Ed è perciò che questi due opuscoli sono importantissimi nei dodicesimi Passi, nelle Informazioni Pubbliche, coi nuovi venuti al Gruppo. E' da allora che porto questi opuscoli sempre con me, anche perché mi hanno fatto capire che di fronte all'alcol siamo tutti uguali.

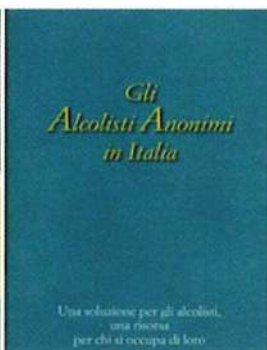
TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ◆ Ci sono nel nostro Gruppo ragazzi? Che differenza hanno con gli altri? Soprattutto, si “sentono” diversi?
- ◆ Un giovanissimo entra nel nostro Gruppo: come ci comportiamo? Che cosa sottolineiamo nelle nostre testimonianze?
- ◆ Una volta le donne avevano una grossa difficoltà ad ammettere il proprio alcolismo. E' così anche oggi nella nostra città?
- ◆ Che cosa possiamo concretamente fare perché diminuisca il pregiudizio sociale nei confronti dell'alcolismo femminile?
- ◆ Spesso alcuni di noi vanno nelle scuole per qualche Informazione Pubblica. Una volta pensavamo ai parenti degli studenti: ci rendiamo conto che oggi tutto è cambiato e gli stessi studenti sono i destinatari del nostro Messaggio?
- ◆ Quando ci troviamo di fronte a qualche donna o a qualche giovane evidentemente nel problema gli diamo i due opuscoli che A.A. ha dedicato a loro?

Gli A.A. In Italia

A.A. nelle carceri

Una risorsa per la professione medica



**Per
presentare
Alcolisti
Anonimi e i
suoi Servizi
in Italia**

CITAZIONI:

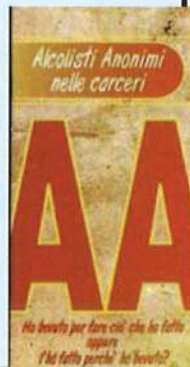
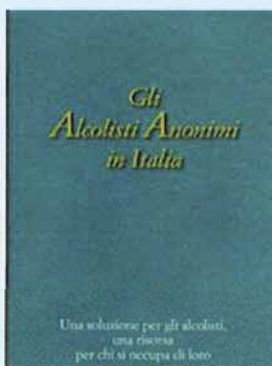
- A.A.. non è stata inventata! I suoi principi fondamentali provengono dall'esperienza e dalla saggezza di un gran numero di amici preziosi. Noi abbiamo solo preso in prestito e adattato le loro idee (Bill).
- In un certo senso ogni A.A. è stato prigioniero. Ciascuno di noi è stato emarginato dalla società, ciascuno ha conosciuto la riprovazione generale. E' per questo che quando giungerete nel mondo di A.A. , una volta fuori dal carcere, potete essere certi che nessuno baderà al fatto che siete stati in prigione. Ciò che conta per noi è ciò che state cercando di diventare, non quello che siete stati (Bill)
- L'alcolismo in A.A. è considerato una sorta di malattia progressiva, sia sotto l'aspetto spirituale ed emotivo, sia sotto l'aspetto fisico.

Contenuto dei testi:

“Gli A.A. in Italia” è una pubblicazione piuttosto recente elaborata appositamente per presentare l’Associazione a tutti i Professionisti che non la conoscono oppure ne hanno un’idea piuttosto vaga e che potrebbero collaborare con noi allo scopo di portare più efficacemente il nostro Messaggio di speranza. Dopo un discorso iniziale, volto ad introdurre i Professionisti nella nostra realtà, viene presentata l’Associazione e i Gruppi di cui si compone presenti in tutte le regioni italiane; si parla poi del nostro metodo, un concetto

molto importante non solo per gli “esterni” ma anche per i membri che possiedono la realtà, che un pacchetto che insieme e non è una parte. In particolare l’anonimato e liari concludendo Professionisti che no di noi. “A.A.

uno dei più antichi Servizi di A.A.: il tentativo di recuperare coloro che sono in prigione. Questo opuscolo esamina come può concretamente fare un carcerato che si voglia recuperare con A.A. soprattutto attraverso il Piano delle 24 ore e con la comunicazione con i membri che sono fuori. “Una risorsa per la professione medica” è stato scritto da alcuni medici della nostra Associazione ed illustra le possibilità di collaborazione, evidenziando le più comuni resistenze di un alcolista alla frequenza di uno dei nostri Gruppi.



Ci fu una riunione al mio Gruppo perché molti si lamentavano del fatto che le riunioni aperte (ne facciamo una al mese) erano aperte solo in teoria ma poi, di fatto, non veniva nessuno. Un anziano osservò: “Ma è ovvio! A chi lo abbiamo detto? Chi abbiamo mai invitato? Eppure tutti noi sappiamo che la parola chiave è azione e non aspettare che cada la manna dal cielo!”. Come al solito aveva ragione! Fu così che decidemmo che, a turno, tre-quattro di noi si sarebbero preoccupati di far venire qualcuno. A me toccò un medico che aveva lo studio piuttosto vicino ma che non ci aveva mai inviato nessuno. Così andai da lui e lo invitai cercando di fargli capire l'importanza della collaborazione, ma non lo vidi molto entusiasta; mi accomiatiai da lui lasciandogli “Gli A.A. in Italia” e “Una risorsa per la professione medica”. Non lo sentii neanche quando volevo ricordargli la nostra riunione e parlai solo con la sua segretaria. La sera della riunione con mia grande sorpresa lo vidi. Mi salutò con un cenno poi ascoltò con grande attenzione (quella sera parlavamo del settimo Concetto). Alla fine della riunione mi disse: “Vi chiedo scusa! Non avevo capito niente! Pensavo che voi voleste fare la parte dei medici, ma quegli opuscoli che mi hai lasciato mi hanno fatto capire che invece siamo complementari: finalmente ho capito che la Browning aveva ragione parlando di alcolismo e terapia multidimensionale; solo noi medici o uno psicologo possiamo far smettere di bere qualcuno ma solo voi potete seguirlo anche per tutta la vita facendogli cambiare, se vuole, stile di vita per affrontare quello che

non è mai stato capace di affrontare; insomma, smettere di bere è solo l'inizio, ma per continuare a smettere di bere ogni giorno, per non aver mai più bisogno dell'alcol, è necessario fare qualcosa e voi sapete come si fa!" Fui commosso dalle sue parole e grato a chi aveva scritto quegli opuscoli che erano riusciti a spiegare a quel medico ciò che io non ero riuscito a fargli capire. Da quella sera quel dottore ci ha mandato sei persone che con lui avevano smesso di bere e quattro di loro ancora vengono. Questa è collaborazione!

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ◆ A.A. possiede un "metodo"? E' il Programma di Passi, Tradizioni e Concetti che deve adattarsi alle persone o sono le persone che devono adattarsi al Programma?
- ◆ Perché A.A. in Italia non si espande? Che cosa possiamo fare a questo riguardo in modo che altri possano avvalersi di noi?
- ◆ In che modo possiamo dare ai carcerati una speranza? Abbiamo mai provato a parlare con loro? Ci rendiamo conto delle loro difficoltà?
- ◆ Abbiamo mai fatto assistere qualche medico a una nostra riunione aperta? Lo abbiamo mai aiutato a rispondere alle perplessità dei suoi pazienti?
- ◆ Perché è possibile con i medici rispettare i diversi ruoli? Siamo in competizione con loro? Riteniamo che essi possano solo contattare alcolisti ma poi ci pensiamo noi?

Cerchi d'amore e di Servizio

A.A. e le altre dipendenze

Cerchi
d'amore
e di
servizio



Come le diverse parti
di A.A.
si combinano
e lavorano assieme

***Solo attraverso
una completa
“pulizia”
possiamo
giungere a
comprendere
che amare gli
altri è servirli***

***A.A. e le altre
dipendenze***



***problemi diversi dall'alcol:
farmaci e droghe***

CITAZIONI:

- ...Molti dei primi A.A. avevano l'idea quasi comica di essere degli “alcolisti puri”, solo beoni senza nessun altro problema serio. Quando si presentarono i primi alcolisti tossico-farmaco-dipendenti ci fu uno sdegno generale. “Cosa penserà la gente?” vociavano gli alcolisti puri. Fortunatamente, questa sciocchezza è scomparsa da molto tempo.
- Per alleviare le inquietudini emotive la nostra reazione naturale sarà quella di rivolgerci a sostanze chimiche, prendendone una quantità maggiore di quella abituale o prescritta. Per affrontare i dolori e i disagi della vita quotidiana cerchiamo di trovare soluzioni diverse dai farmaci.
- A.A. è fatta di cerchi di persone che se ne prendono cura.
- In Alcolisti Anonimi tutti lavoriamo insieme!
- Naturalmente nessuna struttura di A.A. ha il potere di “governare”.

Contenuto dei testi:

C'è molta confusione in A.A. sulla geografia delle dipendenze, tanto che alcuni membri pensano di essere sobri per il fatto di non assumere alcol pur essendo chiaramente dipendenti da altre sostanze (farmaci o droghe) psicotrope. L'opuscolo "A.A. e le altre dipendenze" fa chiarezza su questo punto: pur occupandosi solo di recupero dall'alcolismo A.A. è perfettamente cosciente del pericolo rappresentato dalle altre dipendenze che, alterando la mente di chi ne è soggetto, impediscono il raggiungimento di una vera sobrietà. Questo problema diviene sempre più grande se si considera che oggi è molto difficile che ci siano i cosiddetti alcolisti puri, cioè quelle persone che hanno assunto solo alcol e che non "spostano" la loro dipendenza su altre sostanze. E' quindi necessario fare molta attenzione: spesso i farmaci sono una necessità medica ma vanno assunti solo nella quantità e per il tempo prescritti da un dottore. Molte testimonianze in questo opuscolo chiariscono bene il rischio. "Cerchi d'amore e di Servizio" è molto importante perché paragona ogni realtà di A.A. a dei cerchi, tutti connessi tra loro, e mostra, anche graficamente, come il Servizio, a qualsiasi livello, sia semplicemente l'espressione di quell'amore per gli altri, di quello "sgonfiamento" dell'io che tutti cerchiamo e a cui aspiriamo; il Servizio, in quanto amore, è parte integrante del nostro recupero.

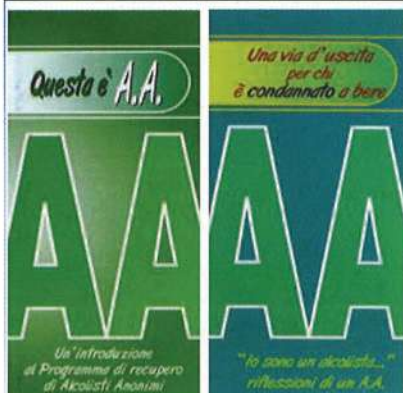
Erano i primi tempi che stavo in Alcolisti Anonimi; avevo smesso di bere quasi subito. Avevo imparato a vincere i momenti “difficili” con l’uso di un certo tranquillante, che poi prendevo la sera per dormire; pian piano, senza accorgermene, lo usai sempre di più, per la paura, mi dicevo, di ricadere. Lo usavo talmente tanto che c’erano lunghi periodi (così mi ha raccontato mia moglie) in cui dormivo o sembravo un morto vivente. Però di questo non parlavo con gli altri, avevo paura che mi togliessero questo rifugio e pensavo che lo avrei abbandonato quando mi fossi sentito più sicuro. Ma quel momento non arrivava mai. Finché il mio sponsor mi parlò dell’onestà, e allora gli dissi dei farmaci. Lui mi disse che se lo immaginava ma aspettava che io, spontaneamente, ne parlassi. Mi fece notare quanto era sciocco spostare la propria dipendenza dall’alcol a qualche altra sostanza e allora gli dissi che avrei smesso subito. Ma lui mi apostrofò: “Non ti azzardare! Mica sei un medico! Piuttosto parlane col tuo dottore e fatti aiutare da lui a smettere”. Così feci, anche se mi vergognavo non poco. Il medico mi fece scalare il farmaco e poco dopo lo abolii: il giorno che smisi fu veramente il primo mio giorno di sobrietà. Allora chiesi al mio sponsor come potevo fare per le mie paure; mi disse: “C’è un antico racconto; se prendi un rametto lo puoi spezzare, ma se lo unisci e lo leghi con altri rametti non ci riuscirai più. Questo è il segreto. Unisciti agli altri rametti, integrati nel Gruppo, conosci altri A.A., pren-

diti cura dell'Associazione, ama gli altri senza chiedere nulla in cambio, e allora nulla e nessuno ti potrà spezzare, le tue paure svaniranno". Fu proprio così! Cominciasti a stare di più con gli amici del Gruppo e, soprattutto, cominciasti a fare Servizio sperimentando quell'amore che non chiede nulla in cambio, cominciasti a sentire A.A. come una cosa mia, una cosa cui appartenevo ma che mi apparteneva, e la paura di ricadere diminuì e scomparve: smisi di essere un morto vivente!

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ◆ Narcotici Anonimi considera l'alcol come una qualsiasi droga. Qual è il nostro rapporto con le altre dipendenze?
- ◆ Dovremmo rifiutare qualsiasi psicofarmaco prescritto dal nostro medico?
- ◆ Se arriva qualcuno con una doppia dipendenza come ci comportiamo con lui? Lo accogliamo tra noi o lo invitiamo ad andare in qualche altra fratellanza? Che cosa è la "dipendenza primaria" e la "sostanza d'elezione"?
- ◆ Pensiamo che debba fare Servizio solo chi ne ha voglia o che il Servizio sia qualcosa che fa parte del nostro recupero?
- ◆ Perché molti pensano che amore e Servizio siano in stretta correlazione?
- ◆ Sentiamo che il cerchio di cui facciamo parte (ad esempio il Gruppo) è strettamente connesso a tutti gli altri cerchi di cui si compone A.A.?

Una via d'uscita ***Questa è A.A.***



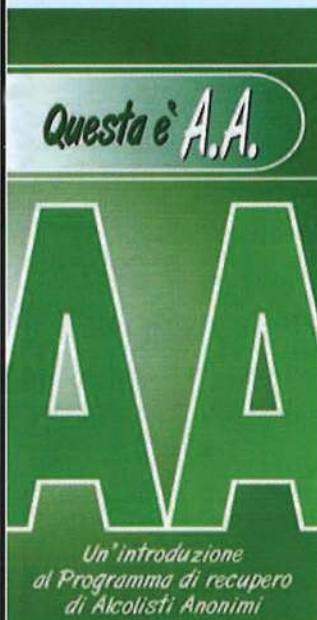
**Il dodicesimo
Passo: dare la
speranza di una
via d'uscita verso
la serenità**

CITAZIONI:

- A.A. non ha opinioni sull'alcolismo ma ne ha parecchie, e fondate, sugli alcolisti.
- Finiamo a vivere in un mondo “altro”, diverso da quello dei non alcolisti.
- Da un certo momento della nostra vita in poi non siamo realmente più in grado di controllare quanto continueremo a bere non appena toccato il primo bicchiere.
- Non basta smettere di bere per recuperarsi. Solo se si è compreso fino in fondo il mutamento della nostra personalità possiamo intuire l'ampiezza dei cambiamenti necessari per arrivare a un reale recupero.
- Tutti noi che siamo in A.A. abbiamo dovuto prendere una decisione prima di sentirci al sicuro nel nuovo stile di vita: abbiamo dovuto affrontare con realismo e onestà la realtà su noi stessi.
- Teniamo a mente che siamo perfettamente liberi di ubriacarci, che la scelta tra bere e non bere dipende completamente da noi.

Contenuto degli opuscoli:

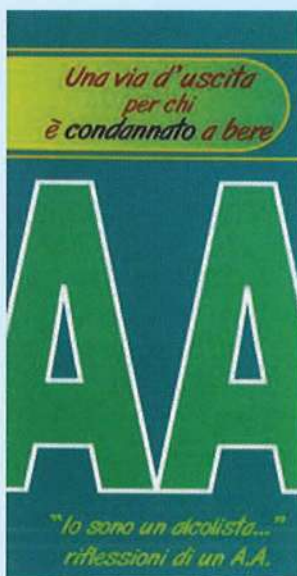
Questa è A.A.:



Una presentazione di A.A. per tutti quelli che sono ancora nel problema dell'alcol, sia che già frequentino un Gruppo, sia che ancora debbano decidere di intraprendere con noi il cammino del recupero. Viene subito chiarito che nessuno di noi è in grado di emettere una diagnosi di alcolismo e che questa definizione è la prima che venga affidata alla responsabilità individuale. Se l'alcolismo possa definirsi una malattia è opinione di molti medici, ma quel che più importa è che noi che l'abbiamo provata la vediamo così per le implicazioni fisiche e mentali che essa comporta. A questa malattia A.A. offre un rimedio basato sul "qui e ora"; questa è proprio una filosofia di vita che noi adottiamo per la nostra serenità e cominciamo a farlo proprio col problema del bere: non ci importa quel che succederà domani, noi smettiamo di bere per 24 ore, un giorno alla volta.

Una via d'uscita:

Anche questo opuscolo è un ausilio per il dodicesimo Passo e già nel titolo sottolinea ciò che noi condividiamo con chi è nel problema dell'alcol: la speranza. Dapprima si cerca di elencare le caratteristiche e i comportamenti tipici di un dipendente dall'alcol perché in essi possa riconoscersi il nostro interlocutore. Poi viene mostrato tutto un panorama di ciò che A.A. può fare e si cerca di spiegare che il motivo per cui A.A. è efficace è in ciò che abbiamo scoperto con la pratica: l'auto-aiuto, la helper therapy. Chi è passato attraverso la sofferenza dell'alcolismo riesce ad avvicinarsi e a farsi capire più facilmente di un cosiddetto normale. Aiutando un altro noi aiutiamo noi stessi e troviamo una via d'uscita ogni giorno.



Facevo da sponsor a un ragazzo, uno che faticava molto a mantenere la sobrietà. Un giorno avevamo deciso al Gruppo di dedicare una riunione a ciò che A.A. poteva offrire a tutti quelli che avevano bisogno di aiuto e alla struttura di A.A.; fu allora che il mio sponsorizzato mi disse che non sarebbe venuto a quella riunione, che quelle cose burocratiche non lo interessavano e che era impegnato solo a mantenere la sua sobrietà. In quell'attimo mi tornò alla mente che, qualche anno prima, ero stato io nei suoi panni ed avevo detto al mio sponsor le stesse cose. E gli ripetei, quasi a memoria, quel che il mio sponsor aveva detto a me. "Vedi, la prima cosa che ti hanno detto quando sei arrivato a un Gruppo di A.A. è che solo tu potevi diagnosticare la tua malattia; poi, ti hanno detto che solo tu potevi decidere se tornare o meno e solo ti potevi decidere di vivere il Programma, di accettare il 'pacchetto' che A.A. ti metteva a disposizione. Che vuol dire tutto questo? Che la cosa fondamentale che poteva farti trovare la sobrietà era la 'responsabilità'. E tu ritieni che sia responsabile disinteressarsi al posto in cui si è? Pensi che sia responsabile bollare come cose burocratiche quelle che servono a farti capire dove sei? Quando fai la Settima, cioè quando metti i soldi che puoi nel cappello dichiari di essere responsabile di A.A., di 'appartenere' a lei, di doverle la vita: e come fai a dire tutto questo se non ti interessa neppure come è fatta? Bada, la tua sobrietà, il tuo recupero stanno lì! Se te ne disinteressi, se ti

lasci prendere dall'egoismo, non persegui la tua sobrietà, la cacci e la nascondi. Che cosa puoi dire a un amico che brancola nell'alcol, non sai neppure cosa A.A. gli può offrire. Quando diciamo a un nuovo venuto che A.A. gli offre una via d'uscita non gli diciamo che la sobrietà sta nel disinteressarsi delle 'cose burocratiche', ma nello stare insieme agli altri in una Associazione cui lui appartiene e che gli appartiene, di cui è responsabile per prepararsi ad essere responsabile di tutta la sua vita.”

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ◆ Perché è importante che la diagnosi di alcolismo venga emessa da chi ne soffre? Perché un alcolista non crede alle diagnosi di altri?
- ◆ Perché crediamo alle parole di un altro alcolista mentre siamo diffidenti se le stesse parole ci vengono dette da qualcun altro?
- ◆ Il “piano delle ventiquattr'ore” è circoscritto al “non bere solo per oggi” o è una filosofia che noi, a partire dall'astinenza, mettiamo in atto in tutti i campi della nostra vita? E come?
- ◆ Troviamo che ci sia una relazione tra “malattia” e “impotenza”? Quale?
- ◆ Quali aspetti della nostra vita sottolineiamo ad un nuovo venuto o durante un dodicesimo Passo perché l'altro possa identificarsi?
- ◆ Perché non abbiamo opinioni sull'alcolismo ma sugli alcolisti?

Tratti da Grapevine

IL LINGUAGGIO DEL CUORE

*Portare il Messaggio
parlando col cuore*

**IL
LINGUAGGIO
DEL CUORE**

Gli scritti di
Bill W.
su Grapevine

**Indicato per coloro che
vogliono approfondire il
Programma di A.A.
leggendo tutti gli articoli
di Bill su Grapevine**

CITAZIONI:

- Sì, siamo di nuovo cittadini del mondo!
- Il dono più grande che chiunque possa ricevere è un risveglio spirituale.
- ... un servizio in A.A. è qualunque cosa che ci aiuti a raggiungere un compagno che soffre ancora, e va dal Dodicesimo Passo ... fino all'Ufficio dei Servizi Generali.
- L'amore era la sua magia, e con essa compì questo miracolo: trasmise alla mente annebbiata di un ubriaco che esisteva un altro essere umano che lo capiva e si prendeva cura di lui senza limiti.
- Assistiamo a molti casi in cui recuperi senza aiuto medico sembrerebbero di fatto impossibili.
- Posso conseguire "l'umiltà per oggi" solo se sono in grado di evitare il pantano dei sensi di colpa e della ribellione e quella terra bella ma ingannevole disseminata delle monete della Superbia.

Contenuto del libro:

Il libro raccoglie tutti gli scritti di Bill Wilson su Grapevine, dal 1944 al 1970. Bill è sempre stato uno dei più prolifici promotori di Grapevine, la rivista americana dell'Associazione, ed ha scritto di tutto, da articoli che portavano la sua lucida testimonianza su argomenti fondamentali del Programma a scritti commemorativi, da riflessioni sull'Associazione a lucide visioni del futuro di Alcolisti Anonimi.

Il libro è diviso in tre parti che seguono i diversi periodi in cui gli articoli furono pubblicati, e ogni parte si divide in più sezioni a seconda dell'argomento trattato. In ogni scritto è facile essere presi dall'entusiasmo di Bill e trovare quell'identificazione necessaria a "sentire" il Programma così come fu concepito, e quindi comprendere che lo smettere di bere è solo la condizione necessaria per intraprendere un lungo e difficile cammino che porta a un totale rovesciamento dei valori. Molto importante è la serie di articoli di Bill che riguardano le dodici Tradizioni; la loro lettura è fondamentale per comprendere quanto le Tradizioni siano necessarie alla vita dell'Associazione ma, soprattutto, come esse siano una vera palestra per mettere in pratica i Passi del Programma in tutti i campi della vita.

IL LINGUAGGIO DEL CUORE

Gli scritti di
Bill W.
su Grapevine

Quando io sono entrato in Alcolisti Anonimi “Il linguaggio del cuore” non c’era; siccome, però, non è altro che una raccolta degli articoli di Bill Wilson su Grapevine, ogni tanto uno di questi articoli veniva tradotto e pubblicato su Insieme in A.A. Ricordo ancora quanta emozione mi dessero (e non ero certo l’unico), perché era un po’ come avere Bill nel Gruppo, sentirlo parlare e testimoniare su qualche argomento importante. Quante cose mi sono diventate molto più chiare dopo aver letto che cosa ne pensava Bill! Ma erano rare visioni, spesso mi perdeva quel numero della Rivista e non potevo più verificare quello che avevo ascoltato. Quando, finalmente, il libro venne pubblicato in Italia, fui uno dei primi a comprarlo e, da allora, è una delle letture più costanti della mia vita. Ci sono articoli che mi fanno pensare a quando gli amici chiedevano a Bill di raccontare dei primi tempi di A.A., è decisamente coinvolgente ritornare con il racconto di Bill all’epoca pionieristica della nostra Associazione. Altri articoli, invece, affrontano di petto qualche argomento “difficile” del Programma, che non so bene come mettere in pratica; ad esempio, è stato per me fondamentale leggere della “Umiltà per oggi”, del “Linguaggio del cuore”, del “Problema della paura” e dell’“Uso corretto del denaro”. Su questi, come su molti altri, argomenti Bill apre impensati squarci ed è per me come affrontare assieme a uno sponsor un tema che posso certo comprendere con la razionali-

tà, ma che riesco a “vivere” con estrema difficoltà. In tutti i suoi scritti traspare quello che fa attrazione per me (come per milioni di alcolizzati), ascoltare qualcuno che parla di un tema che conosce per esperienza diretta, che capisce perfettamente le mie paure e la mia voglia di scappare, non mi giudica mai (perché sarebbe come un giudicare se stesso) ma ha sempre una parola efficace da regalarmi, uno spunto a cui non avevo pensato, un piccolo trucco da mettere in atto per continuare, giorno dopo giorno, a crescere, a fidarmi di me e volermi bene per poter amare gli altri.

TEMI PER LA CONDIVISIONE IN GRUPPO

- ♦ L'anonimato come atto di modestia.
- ♦ Servire è vivere. Abbiamo uno spirito di servizio o cerchiamo un'autorità conferita?
- ♦ Le monete d'oro della superbia.
- ♦ Come facciamo ad avere “umiltà per oggi”?
- ♦ Una rete d'aiuto per noi alcolisti; è importante collaborare?
- ♦ Che cos'è per noi la leadership? C'è anche nel nostro Gruppo? A che serve?
- ♦ Che cosa facciamo per il nostro futuro?
- ♦ L'uso corretto del denaro.



MV18