

Warsztat dla nowoprzybyłych

Krok 3

Postanowiliśmy powierzyć nasze życie i naszą wolę opiece Boga, jakkolwiek Go pojmujemy

(1 godzina 45 minut)

Powitanie (5 minut)

Odczytanie Dwunastu Kroków i Dwunastu Tradycji AJ (10 minut)

Spikerka – Krok 3 (25 minut)

Wspólne odczytanie fragmentu: „Niemożliwe jest trzeźwienie samemu” z Wielkiej Księgi AA (10 minut)

Praca indywidualna z tekstem (20 minut)

Medytacja (10 minut)

Omówienie odpowiedzi w parach (20 minut)

Zakończenie

“Niemożliwe jest trzeźwienie samemu” - fragment historii osobistej, Wielka Księga Anonimowych Alkoholików (str. 176-177)

I znowu będąc u kresu wyczerpania, tym razem psychicznego, poprosiłem o pomoc. Zadzwoiłem do przyjaciela, o którym wiedziałem, że jest w AA i poprosiłem go o pomoc. Natychmiast zawiózł mnie na mityng AA, posadził przy świeczce i kapeluszu, a ja siadłem skruszony, pokonany i zacząłem słuchać. Na początek bardzo się zdziwiłem: przecież ja to wszystko wiem, tylko „jakoś” wszystko wyparowało z mojej głowy. Gdzieś tkwiąc w samotności, zatraciłem wiarę w wartości, w duchowość, w innego człowieka i w Boga, który przecież jest w ludziach i przez nich przemawia, także do mnie, a okazało się, że to ja chciałem robić za Boga. Po pewnym czasie, gdy uczciwie powiedziałem sobie, że chce mi się pić, że jestem o krok od zapicia, a było to trudne, chyba tak samo trudne jak wtedy, gdy po raz pierwszy powiedziałem o sobie – alkoholik, nagle doznałem olśnienia „nie jest za późno”, „wszystko może się zmienić”!

Nagle uświadomiłem sobie, że się pomyliłem. Bardzo ciężko było mi się do tego przyznać. W swoim rozdmuchanym ego myślałem, że jestem ekspertem od alkoholizmu, a okazało się, iż zapomniałem o bardzo ważnym przykazaniu: - **niemożliwe jest trzeźwienie samemu, jeżeli ma to być trzeźwienie poprzez rozwój, a nie tylko „suchość”**. Zrobiwszy najuczciwszą, na jaką było mnie stać, inwenturę ostatnich lat, zauważyłem, że moje postępowanie było oparte na instynktach. Przestałem zastanawiać się nad wyborem „mogę – nie muszę”, zapomniałem kompletnie, że Bóg obdarzył mnie wolną wolą. To, że ją posiadam stało się nagle moim wielkim odkryciem, moim przebudzeniem.

Ja mogę się zmieniać, muszę tylko chcieć. Nie muszę kłamać, kraść, mścić się, chować uraz, uciekać od ludzi, bać się wszystkich nieznanymi rzeczami. Mogę, jeśli chcę dalej się dręczyć, ale nie muszę. A mnie się wydawało, że taki byłem, jestem i taki będę do końca życia. **To „odkrycie” okazało się punktem zwrotnym w moim życiu i drogowskazem przy powrocie na drogę trzeźwienia.** Przestałem się cofać i dopiero wówczas mogłem zacząć znowu się rozwijać.

Od tego czasu minęły dwa lata i w moim życiu po raz drugi bardzo wiele się zmieniło i ciągle zmienia. Na mityngi chodzę regularnie, grupa obdarzyła mnie zaufaniem, pełnię służby, w których zdobywam nowe doświadczenia bardzo przydatne w życiu codziennym i moim rozwoju; jeżdżę poza tym na aowskie spotkania i imprezy. **Ludzie są mi potrzebni.**

Wskazówki do pracy z tekstem:

Indywidualne odpowiedzi w krótkiej formie; konkretne i związane odpowiedzi. Warto użyć przykładów, haseł i skojarzeń. Maksymalny czas odpowiedzi na wszystkie pytania 20 min. Ważne, aby przejść przez każde pytanie, a jeśli nie znam odpowiedzi, to idę dalej.

Praca indywidualna z tekstem (20 min)

Pytania do tekstu:

1. Czy wierzę, że Siła Wyższa przemawia do mnie przez ludzi? TAK / NIE

Dlaczego tak uważam?

2. Czy mam osobiste doświadczenie spotkania Siły Wyższej w drugim człowieku / działania Siły Wyższej przez drugiego człowieka? TAK / NIE

Jeśli TAK, to czy możesz podać przykład?

3. Czy widzę punkty zwrotne mojego zdrowienia? TAK / NIE

Jeśli TAK, to jakie "odkrycia"/drogowskazy okazały się punktem zwrotnym w mojej historii? – podaj max. 3 przykłady.

4. Jak rozumiem zdanie: "*niemożliwe jest trzeźwienie samemu, jeżeli ma to być trzeźwienie przez rozwój, a nie tylko przez "suchość"*?"

5. Czy wierzę lub czy jestem skłonny uwierzyć, że "*ludzie są mi potrzebni*" i niemożliwe jest zdrowienie samemu? TAK / NIE.

Dlaczego?