Základné informácie o spoločenstve

Anonymní alkoholici



Niektoré mýty o AA

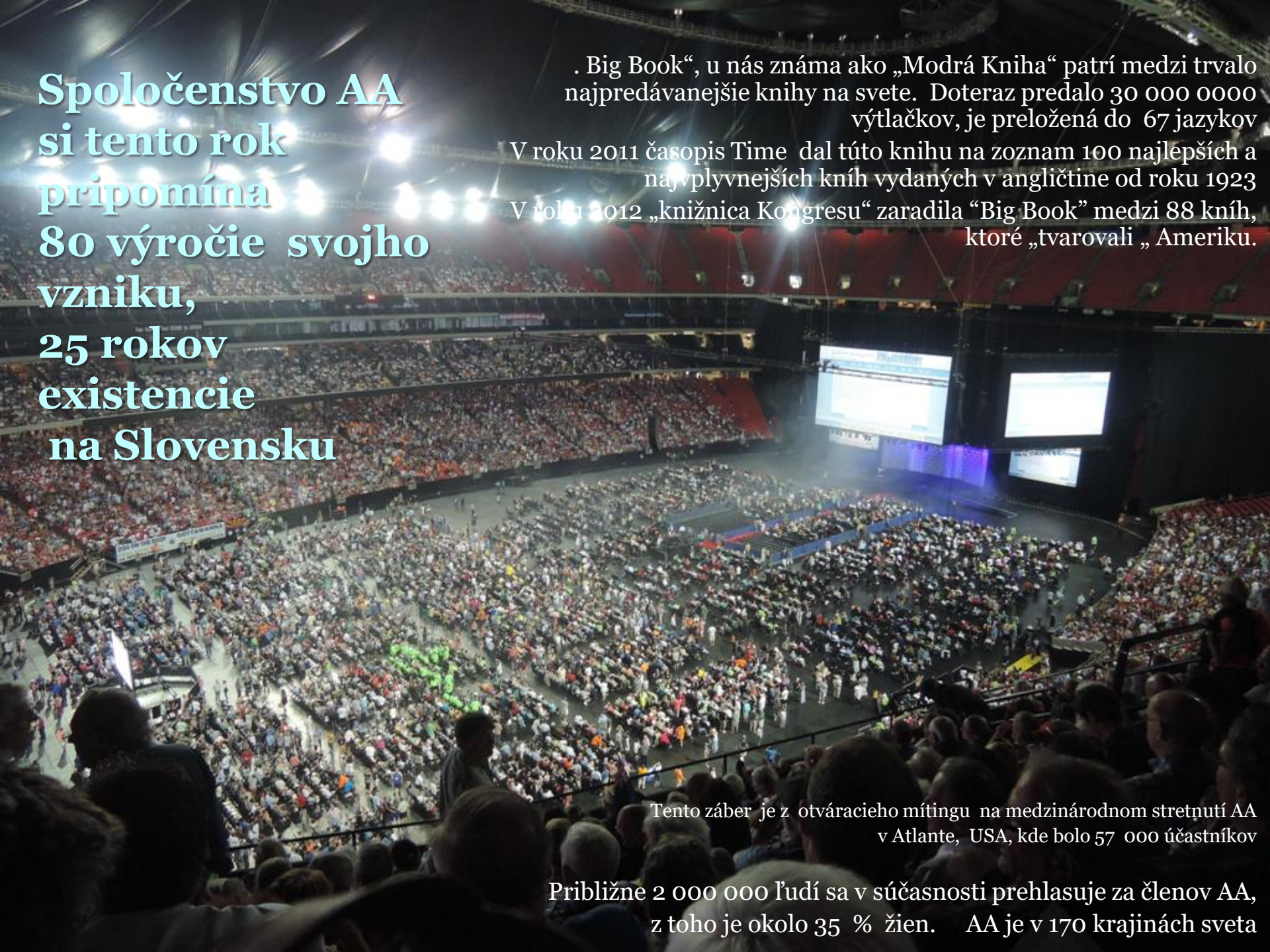


Spoločenstvo AA si tento rok pripomína 80 výročie svojho vzniku, 25 rokov existencie na Slovensku

. Big Book“, u nás známa ako „Modrá Kniha“ patrí medzi trvalo najpredávanejšie knihy na svete. Doteraz predalo 30 000 0000 výtlačkov, je preložená do 67 jazykov

V roku 2011 časopis Time dal túto knihu na zoznam 100 najlepších a najvplyvnejších kníh vydaných v angličtine od roku 1923

V roku 2012 „knižnica Kongresu“ zaradila “Big Book” medzi 88 kníh, ktoré „tvarovali „ Ameriku.



Tento záber je z otváracieho mítingu na medzinárodnom stretnutí AA v Atlante, USA, kde bolo 57 000 účastníkov

Približne 2 000 000 ľudí sa v súčasnosti prehlasuje za členov AA, z toho je okolo 35 % žien. AA je v 170 krajinách sveta

Preambula AA

Anonymní alkoholici sú spoločenstvom mužov a žien, ktorí sa navzájom delia o svoje skúsenosti, silu a nádej, aby mohli riešiť svoj spoločný problém a pomáhať ostatným uzdraviť sa z alkoholizmu.

Jedinou podmienkou členstva v AA je túžba prestať piť.

AA nemajú žiadne povinné poplatky, svoju činnosť vykonávajú len z dobrovoľných príspevkov svojich členov.

AA nie sú spojení so žiadnou sektou, náboženstvom, alebo akoukoľvek inou inštitúciou.

AA sa nezúčastňujú verejných diskusií a nezaujímajú stanovisko k žiadnym problémom mimo spoločenstva.

Našim prvoradým cieľom je ostať triezvym a pomáhať k triezvosti ostatným alkoholikom.



3. tradícia AA

Jedinou podmienkou členstva v AA je túžba prestať piť.

AA je medzinárodné, spoločenstvo mužov a žien, ktorí majú problém s alkoholom

AA je neprofesionálne, neziskové , apolitické spoločenstvo otvorené všetkým bez rozdielu rasy, vierovyznania, spoločenského postavenia



12 krokov – program uzdravovania

Základ programu osobného uzdravovania je obsiahnutý v 12 krokoch, ktoré opisujú skúsenosti prvých členov spoločenstva. Anonymní Alkoholici nie sú náboženská organizácia, nie je tam žiadna dogma.

Jediné spirituálne doporučenie je „Sila väčšia ako je naša“. A ani do toho však nikoho nenútime. Nováčikovia, ktorí robia program najlepšie ako vedia, hovoria o stúpajúcom množstve transformačných skúseností.

Ak chce nováčik začať cestu uzdravovania odporúčame

Nepiť – pre tento deň-
24 hodinový program

Účasť na stretnutiach
skupín AA

Práca na 12 Krokoch
spoločenstva AA

Práca so sponzorom

Práca v službe
pre spoločenstvo AA



V spoločenstve AA koluje množstvo sloganov, ktoré podporujú odporúčania členov AA, v skratke vyjadrujú naše poznanie, a skúsenosti.

‚Nepi , čítaj Modrú knihu a choď na mítingy“,

„Iba pre dnešný deň“

„Pred tým ako povieš „nemôžem“ povedz „skúsim“

„Prines na stretnutie svoje telo a duša za ním pribehne“

„Míting AA je miesto, kde sa stratenci rozprávajú o svojich víťazstvách“

„Neliečený alkoholizmus bez práce na krokoch vráti moju minulosť do mojej budúcnosti“



„Neodíď predtým, ako sa stane zázrak“

„My v AA „nenesieme“ alkoholika, „prinášame“ posolstvo „

„Vyber si vatu z uší a daj si ju do úst“

Sloganov sme za roky existencie AA nazbierali stovky, tu uvádzame, iba niektore .

„Sú tri prejavy vďačnosti, ktorými splácame AA svoju triezvosť : dávame náš čas, náš talent a to, čo je pre nás vzácne“

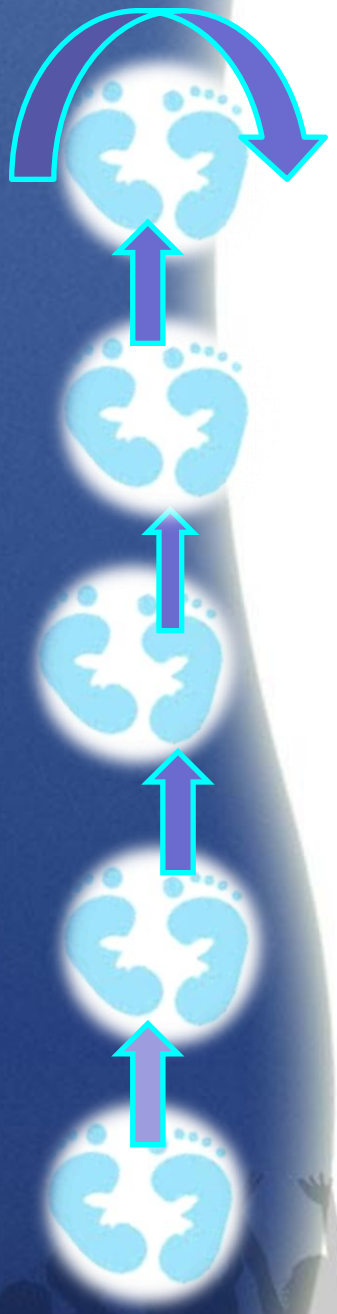
„Keď všetko ostatné zlyhá, práca s iným alkoholikom Ti zachráni deň“

12 krokov Anonymných alkoholikov

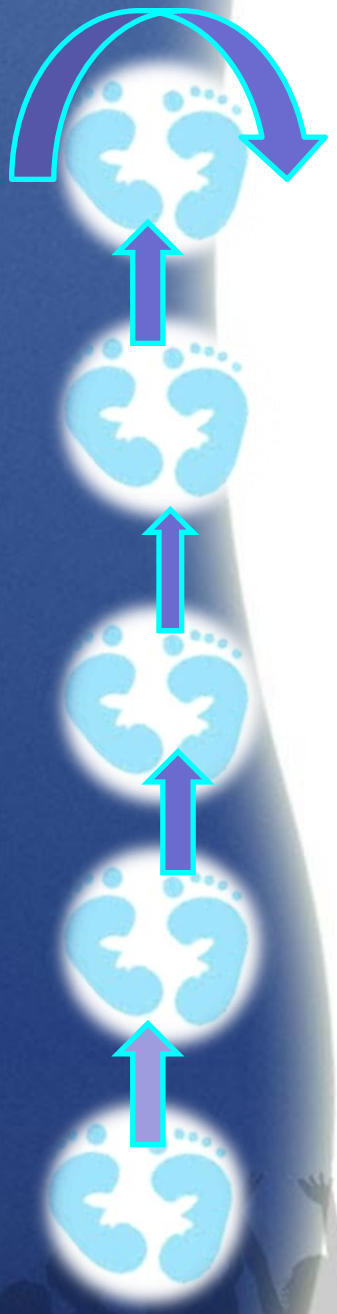
1. Priznali sme svoju bezmocnosť nad alkoholom – naše životy sa stali neovládateľné.
2. Dospeli sme k viere, že len Sila väčšia ako naša obnoví naše duševné zdravie.
3. Rozhodli sme sa odovzdať svoju vôľu a svoj život do starostlivosti Boha tak, ako ho my chápeme.
4. Urobili sme dôkladnú a nebojácnu morálnu inventúru samých seba.
5. Priznali sme Bohu, samým sebe a inej ľudskej bytosti presnú povahu svojich chýb.
6. Boli sme úplne prístupní tomu, aby Boh odstránil všetky naše charakterové chyby.
7. Pokorne sme ho požiadali, aby odstránil naše nedostatky.
8. Spísali sme zoznam ľudí, ktorým sme ublížili a boli sme ochotní to napraviť.
9. Urobili sme priamu nápravu vo všetkých prípadoch, v ktorých to bolo možné, okrem prípadov, keď by naše konanie im alebo iným ublížilo.
10. Pokračovali sme v našej osobnej inventúre a keď sme urobili chybu, ihneď sme sa priznali.
11. Pomocou modlitby a meditácie sme zdokonaľovali svoj vedomý styk s Bohom tak, ako ho my chápeme a prosili sme ho len o to, aby sme spoznali jeho vôľu a mali silu ju uskutočniť.
12. Výsledkom týchto krokov bolo, že sme sa duchovne prebudili a usilovali sme sa odovzdávať toto posolstvo ostatným alkoholikom a uplatňovať tieto princípy vo všetkých našich záležitostiach.

12 tradícií Anonymných alkoholikov

1. Naše spoločné dobro je prvoradé. Naše osobné uzdravenie závisí od jednoty spoločenstva AA.
2. Na dosiahnutie cieľa nášho spoločenstva je tu len jedna autorita – milujúci Boh, tak ako sa môže prejaviť vo svedomí celej skupiny. Naši vodcovia sú len dôveryhodnými služobníkmi spoločenstva, ktorí nevládnu.
3. Jedinou podmienkou členstva v AA je túžba prestať piť.
4. Každá skupina by mala byť samostatná, okrem prípadov, ktoré ovplyvňujú aj iné skupiny AA, alebo spoločenstvo AA ako celok.
5. Každá skupina má len jeden cieľ – prinášať toto posolstvo alkoholikovi, ktorý ešte stále trpí.
6. Skupina AA by sa nikdy nemala hlásiť k nijakému podobnému zariadeniu, ani ho finančne podporovať alebo mu prepožičiavať meno AA, pretože problémy prestíže, peňazí a majetku nás vzďaľujú od nášho prvoradého cieľa.
7. Každá skupina AA by mala byť úplne sebestačná a odmietať akékoľvek príspevky zvonku.
8. AA by malo zostať neprofesionálne, ale strediská našich služieb môžu zamestnávať odborníkov.
9. AA ako také by nikdy nemalo byť organizované, ale môže vytvárať služobné predpisy a výbory, ktoré sú priamo zodpovedné tým, ktorým slúžia.
10. AA nezaujíma stanovisko k nijakým problémom mimo spoločenstva. Meno AA by sa nikdy nemalo zaťahovať do verejných sporov.
11. Naše vzťahy k verejnosti sú založené na príťažlivosti programu AA, a nie na reklame. V rozhlase, televízii a tlači musíme vždy zachovávať osobnú anonymitu.
12. Anonymita tvorí duchovnú podstatu všetkých našich tradícií a pripomína nám nadriadenosť princípov nad osobnosťami.

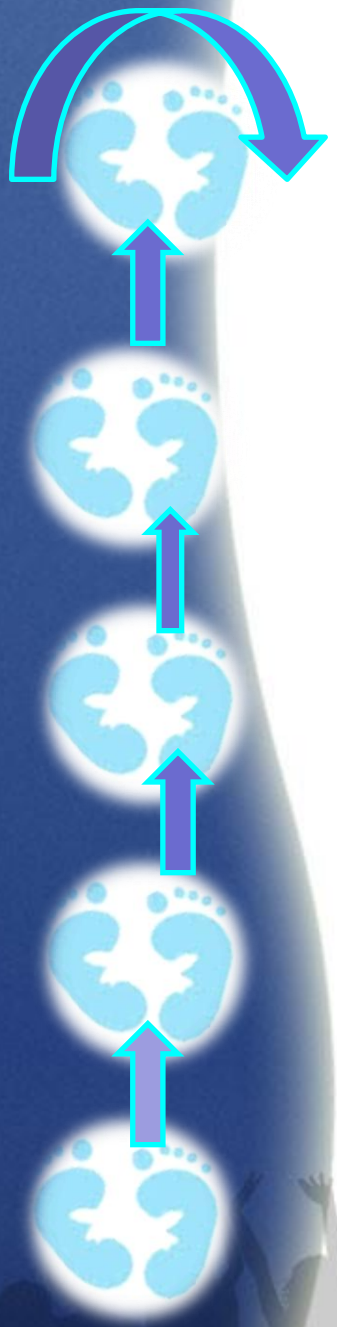


1. Priznali sme svoju bezmocnosť nad alkoholom –naše životy sa stali neovládateľné. Bezmocnosť
2. Dospeli sme k viere, že len Sila väčšia ako naša obnoví naše duševné zdravie. Nádej
3. Rozhodli sme sa odovzdať svoju vôľu a svoj život do starostlivosti Boha tak, ako ho my chápeme. Viera



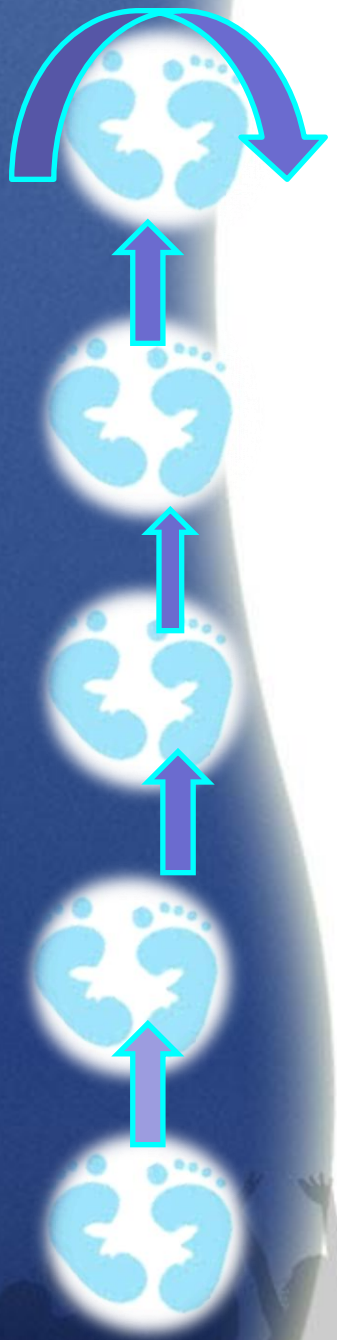
4. Urobili sme dôkladnú a nebojácnu morálnu inventúru samých seba. Odvaha

5. Priznali sme Bohu, samým sebe a inej ľudskej bytosti presnú povahu svojich chýb. Úprimnosť



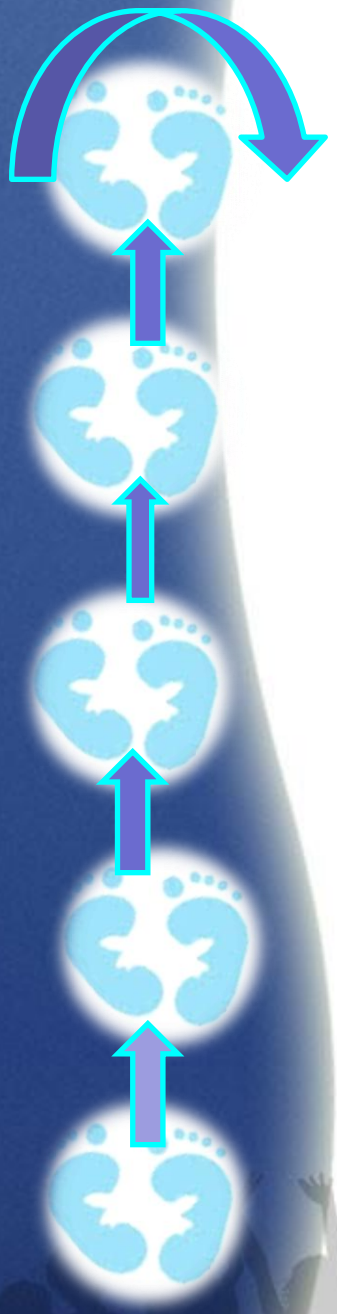
6. Boli sme úplne prístupní tomu, aby Boh odstránil všetky naše charakterové chyby. **Ochota**
7. Pokorne sme ho požiadali, aby odstránil naše nedostatky

Pokora



8. Spísali sme zoznam ľudí, ktorým sme ublížili a boli sme ochotní to napraviť. Nápravy

9. Urobili sme priamu nápravu vo všetkých prípadoch, v ktorých to bolo možné, okrem prípadov, keď by naše konanie im alebo iným ublížilo. Zmena



10. Pokračovali sme v našej osobnej inventúre a keď sme urobili chybu, ihneď sme sa priznali. Vytrvalosť
11. Pomocou modlitby a meditácie sme zdokonaľovali svoj vedomý styk s Bohom tak, ako ho my chápeme a prosili sme ho len o to, aby sme spoznali jeho vôľu a mali silu ju uskutočniť. Spiritualita
12. Výsledkom týchto krokov bolo, že sme sa duchovne prebudili a usilovali sme sa odovzdávať toto posolstvo ostatným alkoholikom a uplatňovať tieto princípy vo všetkých našich záležitostiach.

Služba

5.tradícia AA

Každá skupina má len jeden cieľ – prinášať toto posolstvo alkoholikovi, ktorý ešte stále trpí.

Celá štruktúra AA závisí od zapájania sa a svedomia jednotlivých skupín, a spôsob, akým každá z týchto skupín organizuje svoje záležitosti, spúšťa reťazovú reakciu v celom AA.

Preto si na osobnej úrovni neprestajne uvedomujeme našu zodpovednosť za vlastnú triezvosť a na úrovni skupiny zodpovednosť za prinášanie posolstva alkoholikovi, ktorý k nám vystiera ruku o pomoc.



Anonymita

11. Naše vzťahy k verejnosti sú založené na príťažlivosti programu AA, a nie na reklame. V rozhlase, televízii a tlači musíme vždy zachovávať osobnú anonymitu.
12. Anonymita tvorí duchovnú podstatu všetkých našich tradícií a pripomína nám nadriadenosť princípov nad osobnosťami.

„Anonymita je taká dôležitá, že tvorí polovicu nášho mena“ *Slogan AA*

Služba v AA

Princípy služby pre AA sú obsiahnuté jednak v 12 tradíciach AA, jednak v 12 konceptoch pre službu AA

Keď hovoríme o službe v AA, hovoríme o službe na všetkých úrovniach od vedenia mítingu, cez varenie kávy v skupine, až po službu na národnej úrovni – vydávanie, literatúry, organizácia podujatí pre celé AA, starosť o web stránku a pod.

Základný princíp služby v AA je obrátená hierarchia, naši vodcovia sú iba dôveryhodní služobníci, čo nevládnu.

Skupiny AA sú najdôležitejší prvok v hierarchii AA. Ďalší veľmi dôležitý princíp služby je rotácia.

V 12 konceptoch pre službu AA sa hovorí o významnom práve účasti každého na rozhodovaniach AA, aj o právach menšinových hlasov. 12 konceptov pre službu tiež odporúča, aby boli všetky témy dôkladne prediskutované na všetkých úrovniach. Hlasovať a rozhodovať by sa malo až po vypočutí všetkých názorov

Som zodpovedný...

Keď ktokoľvek,
kdekoľvek,
vystrie ruku o pomoc,
chcem aby ruka AA bola vždy na dosah.

A za to som zodpovedný



Niektoré mýty o AA

Musíš veriť v Boha, aby si sa mohol stať členom AA

„AA pomôže tomu, kto verí v Boha, tomu kto neverí v Boha,

nepomôže tomu, kto verí, že on je Boh“

AA slogan

V AA nie je spätná väzba

V AA nedávame nevyžiadanú spätnú väzbu

V AA nič nemusíme

Je zopár vecí, ktoré v AA musíme, ak chceme ostať triezvi :napríklad nedať si prvý pohár.



Niektoré mýty o AA

Musíš veriť v Boha, aby si sa mohol stať členom AA

„AA pomôže tomu, kto verí v Boha, tomu kto neverí v Boha,

nepomôže tomu, kto verí, že on je Boh“

AA slogan

V AA nie je spätná väzba

V AA nedávame nevyžiadanú spätnú väzbu

V AA nič nemusíme

Je zopár vecí, ktoré v AA musíme, ak chceme ostať triezvi :napríklad nedať si prvý pohár.



Paradoxy AA

zo slabosti sa rodí sila
odpúšťame, aby nám odpustili
dávame, aby sme dostávali
trpíme, aby sme sa mali dobre
vzdávame sa, aby sme zvíťazili
umierame, aby sme žili
z tmy sa rodí svetlo
cez závislosť sme dospeli ku samostatnosti

www.adzpo.sk

Paradoxy AA

ďakujeme

www.alkoholici-anonymni.sk




Bože,
daj mi vyrovnanosť,
aby som prijal to,
čo zmeniť nemôžem,
odvahu,
aby som zmenil to, čo zmeniť
môžem a múdrosť,
aby som vedel odlíšiť jedno od
druhého