

# NOVĚ PŘÍCHOZÍ SE PTÁ...

Toto je literatura schválená  
Konferencí všeobecných služeb AA

recovery

ANONYMNÍ ALKOHOLICI © je společenství mužů a žen, kteří spolu vzájemně sdílejí své zkušenosti, sílu a naději, že mohou vyřešit svůj společný problém a pomoci ostatním k uzdravení z alkoholismu.

- Jediným požadavkem členství v AA je touha přestat pít. Členové AA neplatí žádné příspěvky nebo poplatky za členství. Jsme soběstační díky vlastním dobrovolným příspěvkům.
- AA nejsou spřízněni s žádnou sektou, církví, politickou organizací ani s žádnou jinou institucí, nepřejí si zaplést se do jakékoliv rozepře, nepodporují žádné programy ani žádným jiným programům neodporují.
- Naším hlavním cílem je zůstat střízliví a napomáhat ostatním alkoholikům k dosahování střízlivosti.

Copyright © AA Grapevine, Inc.;  
Vytisknuto s povolením.

Copyright © AA 1980  
Alcoholics Anonymous World Services, Inc.  
Všechna práva vyhrazena

Poštovní adresa: Box 459  
Grand Central Station  
New York, NY 10163, USA

[www.aa.org](http://www.aa.org)

*Původní verze této brožury  
byla poprvé publikována:*  
AA Sterling Area Services  
P.O. Box 1

Stonebow House  
York YO1 2NJ England

Poštovní adresa:  
Ambrožova 729  
500 02 Hradec Králové

[www.anonymnialkoholici.cz](http://www.anonymnialkoholici.cz)

Tento letáček je určený lidem, kteří přicházejí do společenství Anonymních alkoholiků (AA) poprvé. Pokusili jsme se v něm zodpovědět otázky, které nově příchozí kladou nejčastěji, tj. otázky, které jsme si kladli my sami v okamžiku, kdy jsme poprvé kontaktovali společenství AA.

### ***Jsem alkoholik?***

Jestliže opakovaně vypijete víc, než jste původně zamýšleli nebo chtěli, pokud se kvůli pití dostáváte do potíží, pokud trpíte výpadky paměti způsobenými nadměrným pitím, pak je možné, že jste alkoholik.

Pouze vy sami můžete říci, zda jste alkoholik. Nikdo v AA vás nebude diagnostikovat, zda alkoholikem jste či nikoliv.

### ***Co mohu udělat, když mi moje pití způsobuje problémy?***

Vyhledejte pomoc. Anonymní alkoholici vám mohou pomoci.

### ***Kdo jsou Anonymní alkoholici?***

Jsme společenství žen a mužů, kteří ztratili schopnost ovládat své pití a dostali se do rozličných problematických situací, které byly přímým důsledkem našeho pití. Pokoušíme se vytvořit si uspokojivý způsob života bez alkoholu – většina z nás úspěšně. Zjistili jsme, že proto potřebujeme pomoc ostatních alkoholiků ve společenství AA.

### ***Jestliže navštívím setkání AA, zavazuje mě to k něčemu?***

Ne, AA si nevede žádné členské záznamy, ani neeviduje účast na setkáních. Nemusíte na sebe nic prozrazovat. Nikdo vám nebude dělat žádné problémy, pokud nebudete chtít v našem programu pokračovat.

### ***Co se stane, když potkám lidi, které znám?***

Budou na setkání ze stejného důvodu jako vy. Neprozradí vaši identitu lidem mimo společenství. V AA budete mít tolik anonymity, kolik si budete sami přát. Toto je jeden z důvodů, proč se jmenujeme Anonymní alkoholici.

### ***Co se děje na setkáních AA?***

Setkání AA může mít několik různých formátů, ale na každém najdete alkoholiky, kteří mluví o tom, co alkohol provedl s jejich životy a jak ovlivnil jejich osobnost. Co udělali, aby si pomohli, a jak jejich životy vypadají nyní.

### ***Jak mi to pomůže s řešením mého problému?***

My v AA víme, jaké to je být závislý na alkoholu a nebýt schopen dodržet sliby přestat pít, které jsme dávali sami sobě a svým blízkým. Nejsme profesionální terapeuti. Naší jedinou kvalifikací pro pomoc druhým při uzdravení se z alkoholismu je skutečnost, že my sami jsme přestali pít. Problémoví pijani, kteří k nám přicházejí, zjistí, že je možné se uzdravovat, protože vidí lidi, kteří to dokázali.

### ***Proč pokračují členové AA v návštěvách setkání i potom, co byli vyléčení?***

V AA věříme, že vyléčení z alkoholismu neexistuje. Nikdy se už nemůžeme vrátit k normálnímu pití alkoholu, naše schopnost udržet si od alkoholu odstup závisí na udržování fyzického, mentálního a duševního zdraví. Dosahujeme toho pomocí pravidelných návštěv setkání a uplatňování všeho, co jsme se na nich naučili. A navíc jsme zjistili, že pomoc druhým alkoholikům nám pomáhá udržet si vlastní střízlivost.

### ***Jak se mohu stát členem AA?***

Členem AA se stanete okamžikem, kdy to o sobě prohlásíte. Jediným požadavkem pro členství v AA je touha přestat pít. Mnoho z nás z toho nebylo zrovna nadšeno, když jsme poprvé přišli do AA.

### ***Kolik stojí členství v AA?***

V AA nemáme žádné členské poplatky. Ve skupině AA se na setkání obvykle vybírají dobrovolné příspěvky, abychom pokryli nájemné, občerstvení apod. Každý z členů přispívá částkou, kterou považuje za vhodnou.

### ***Je AA náboženskou organizací?***

Ne. AA není spojeno s žádnou náboženskou organizací.

### ***Ale i přesto se v AA hodně mluví o Bohu, že ano?***

Většina členů AA věří, že jsme řešením našeho problému nenašli díky své vlastní silné vůli, ale díky síle, která je větší než naše vlastní. Nicméně každý si pojmenovává tuto sílu podle svých představ. Mnoho lidí ji nazývá Bohem, jiní si myslí, že je to skupina AA, a mnozí další v ni nevěří vůbec. V AA je místo pro všechny skupiny věřících i nevěřících lidí.

### ***Mohu na setkání AA přivést rodinné příslušníky?***

Rodinní příslušníci se mohou zúčastnit „otevřených“ setkání AA. Na podrobnosti se zeptejte kontaktního člena místní skupiny.

### ***Jaká doporučení dáváte nově příchozím?***

Podle našich zkušeností jsou lidé uzdravující se v AA ti, kteří:

- a. si udržují od alkoholu odstup;
- b. chodí na setkání AA pravidelně;
- c. v AA vyhledávají dlouhodobě střízlivé členy;
- d. se snaží uplatňovat program uzdravování AA;
- e. si koupili a studují Modrou knihu Anonymní Alkoholici.

### ***Jak mohu AA kontaktovat?***

Vyhledejte si Anonymní alkoholiky v místním telefonním seznamu. Na vaše volání odpoví dobrovolníci z řad členů AA, kteří vám rádi na vaše dotazy odpovědí, nebo vás přepojí na člena, který toho bude schopen. Pokud ve vašem okolí není možné získat telefonní kontakt, obraťte se na Všeobecnou kancelář služeb AA.

### ***Zde je seznam brožurek AA, které vám mohou být nápomocny.***

Máte ve vašem okolí alkoholika?

Často kladené otázky

Je AA pro vás?

Myslíte si, že jste odlišný?

AA pro ženy

Mladí lidé a AA

Příliš mladý?

Nezapomeňte, že alkoholismus je progresivní nemoc. Berte ji vážně, a to i v případě, že se nacházíte v počátečním stádiu. Alkoholismus zabíjí. Jestliže jste alkoholik a budete pokračovat v pití, váš stav se časem zhorší.

## **DVANÁCT KROKŮ ANONYMNÍCH ALKOHOLIKŮ**

1. Přiznali jsme si svou bezmocnost nad alkoholem – že se naše životy staly nezvladatelnými.
2. Dospěli jsme k víře, že síla větší než naše může obnovit naše duševní zdraví.
3. Rozhodli jsme se předat svoji vůli a svůj život do péče Boha, tak jak ho my sami chápeme.
4. Provedli jsme důkladnou a nebojácnou morální inventuru sami sebe.
5. Přiznali jsme Bohu, sami sobě a jiné lidské bytosti přesnou povahu svých chyb.
6. Byli jsme zcela připraveni, aby Bůh odstranil všechny tyto naše charakterové vady.
7. Pokorně jsme ho požádali, aby naše nedostatky odstranil.
8. Sepsali jsme listinu všech lidí, kterým jsme ublížili, a dospěli jsme k ochotě jim to všem nahradit.
9. Provedli jsme tyto nápravy ve všech případech, kdy nám to situace dovolí, s výjimkou, kdy by naše počínání jim nebo jiným lidem ublížilo.
10. Pokračovali jsme v provádění osobní inventury, a když jsme chybovali, okamžitě jsme to přiznali.
11. Pomocí modlitby a meditace jsme hledali, jak zdokonalit svůj vědomý styk s Bohem, jak jsme ho chápali my, a modlili jsme se pouze za to, aby se nám dostalo poznání jeho vůle a síly ji uskutečnit.
12. Výsledkem těchto kroků bylo, že jsme se duchovně probudili a v důsledku toho jsme projevíli snahu předávat toto poselství ostatním alkoholikům a uplatňovat tyto principy ve všech našich záležitostech.

## DVANÁCT TRADIC ANONYMNÍCH ALKOHOLIKŮ

1. Naše společné blaho by mělo být na prvním místě, osobní uzdravení závisí na jednotě AA.
2. Pro účely naší skupiny existuje pouze jediná konečná autorita – milující Bůh, tak jak se projevuje v našem skupinovém vědomí. Naši vedoucí představitelé jsou pouze spolehliví služebníci; nevládnou nám.
3. Jediným požadavkem pro členství v AA je touha přestat pít.
4. Každá skupina by měla být autonomní s výjimkou případů, které ovlivňují ostatní skupiny nebo AA jako celek.
5. Každá skupina má pouze jediný hlavní účel – předávat poselství alkoholikovi, který ještě trpí.
6. Skupina AA by nikdy neměla podporovat ani financovat jakékoliv příbuzné zařízení nebo podnik stojící mimo AA, ani mu propůjčovat jméno AA, aby nás problémy peněz, majetku a prestiže neodváděly od našeho hlavního účelu.
7. Každá skupina AA by měla být plně soběstačná a odmítat příspěvky z vnějšku.
8. Anonymní alkoholici by měli navždy zůstat neprofesionálními, i když naše střediska služeb mohou zaměstnávat specializované pracovníky.
9. AA jako takové by nikdy nemělo být organizováno, ale my můžeme vytvářet služební rady nebo komise přímo odpovědné těm, kterým slouží.
10. Anonymní alkoholici nemají názor na záležitosti mimo společenství, proto by jméno AA nemělo být nikdy zataženo do veřejných sporů.
11. Naše vztahy k veřejnosti jsou založeny spíše na přitažlivosti než na reklamě, musíme vždy zachovávat osobní anonymitu na úrovni tisku, rozhlasu a filmu.
12. Anonymita je duchovním základem všech našich tradic, která nám stále připomíná, že máme dávat přednost zásadám před osobnostmi.

### **Deklarace jednoty**

Toto dlužíme budoucím členům AA: Klást naše společné blaho na první místo a zachovat naše společenství jednotné. Protože na jednotě AA závisí naše životy, a životy těch co přijdou po nás.

### **Jsem zodpovědný...**

Když kdokoliv kdekoliv napřáhne ruku s žádostí o pomoc, chci, aby tam ruka AA byla vždy k dispozici. A za to jsem zodpovědný.