

*BOŽE, DA J 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*

KONTAKTY:

NÁJDEŠ NÁS KAŽDÚ STREDU od 14.00 – 17.00 Hod. v Kancelárii služieb AA pri Misijnom dome na Kalvárii č.3, Nitra. Príď, radi sa s tebou porozprávame. Informácie o nás nájdeš na internete : www.alkoholici-anonymni.sk Na tvoje otázky odpovieme, ak napíšeš na mail : aa@alkoholici-anonymni.sk alebo alkoholici-anonymni@stonline.sk. Kontakt s nami môžeš nadviazať na všetkých kontaktných tel. číslach a menách uvedených v adresári skupín AA vo vnútri tohoto čísla.

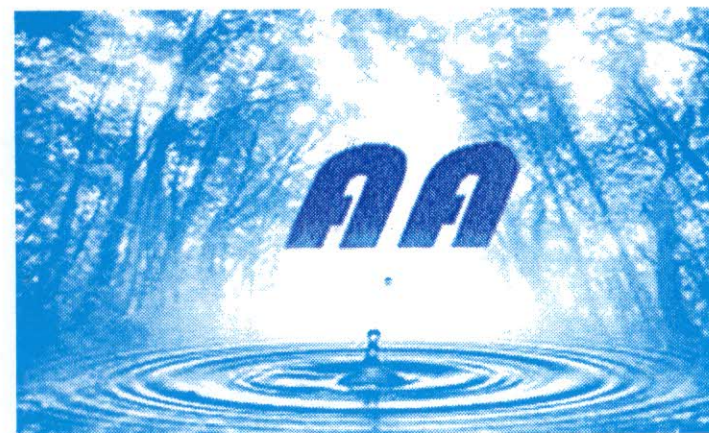
*Som zodpovedný...
keď ktokoľvek, kdekoľvek
vystrie ruku o pomoc,
chcem, aby ruka AA bola
vždy na dosah.
A za to som zodpovedný.*



PRAMENŤ

4/2014

ČASOPIS SPOLOČENSTVA ANONYMNÝCH ALKOHOLIKOV NA SLOVENSKU VYCHÁDZA OD APRÍLA 2002



„Keď sme videli, ako si druhí riešia svoje problémy jednoduchou dôverou Duchu vesmíru, museli sme prestať pochybovať o Božej moci. Naše predstavy nefungovali, Božie áno.“

ANONYMNÍ ALKOHOLICI, My agnostici str. 68

12 KROKOV AA

1. Priznali sme svoju bezmocnosť nad alkoholom - naše životy sa stali neovládateľné.
2. Dospelí 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 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 TRADIÍ AA

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 nám nevládnu.
3. Jedinou podmienkou členstva spoločenstva 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 alkoholikom, ktorí ešte stále trpia.
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 vzdiaľujú od nášho prvoradého cieľa.
7. Každá skupina AA by mala byť úplne sebestačná a odmietat 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 prítlačivosti programu AA a nie na reklame. V rozhlase, v televízii a v tlači musíme vždy zachovávať osobnú anonymitu.
12. Anonymita tvorí duchovnú podstatu všetkých našich tradícií a pripomína nám nadriadenosť princípov nad osobnosťami.



ČASOPIS SPOLOČENSTVA ANONYMNÝCH ALKOHOLIKOV NA SLOVENSKU VYCHÁDZA OD APRÍLA 2002

Vydáva:

Kancelária služieb AA na Slovensku
pri Misijnom dome, Na Kalvárii 3
949 01 Nitra

Mail : aa@alkoholici-anonymni.sk

Informácie: www.alkoholici-anonymni.sk

Zodpovedný redaktor :

Peter - Trenčín

Adresa redakcie :

Peter Opatovský

P.O.BOX 48

Ul. Gen. Svobodu 1

911 08 Trenčín

Č.tel: M: 0903957976

Mail: pramen@alkoholici-anonymni.sk
redakciapramen@centrum.sk

December 2014

Tlač : T-EXPRES Trenčín

Uverejnené materiály sú majetkom spoločenstva AA, ktoré reprezentuje Kancelária služieb AA na Slovensku. Redakcia nevracia zaslané príspevky. Vyhradzuje si právo na ich krátenie a redakčnú úpravu. Publikované články vyjadrujú osobné názory pisateľov, ktoré nemusia byť vždy zhodné s názormi redakcie.

Časopis je verejne nepredajný, je určený pre vnútornú potrebu.

PRAMEN 4/2014

OBSAH

3. krok.....	4
Buď vôľa tvoja	6
3. koncept	9
Moje meno je	15
Hľadanie	17
Takto nie, priatelia	20
Práve dnes	22
Drobnými krôčikmi k uzdraveniu	23
Môj príbeh	24
Kontaktný adresár	26



PREAMBULA AA

(Kto sú Anonymní Alkoholici)

Anonymní Alkoholici (AA) 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 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 inštitúciou. AA sa nezúčastňujú verejných diskusií a nezaujímajú stanovisko k žiadnym problémom mimo spoločenstva. Naším prvotným cieľom je zostať triezvym a pomáhať k triezvosti ostatným alkoholikom.

Slovo na úvod

„Svoju vôľu správne využívame vtedy, ak sa ju snažíme zosúladiť s Božou vôľou. Pre nás všetkých to bol najúžasnejší objav. Celý náš problém spočíval v zneužívaní sily vôle. Snažili sme sa ňou bombardovať svoje problémy, namiesto úsilia o zosúladenie so zámerom, ktorý má s nami Boh.“

DVANÁŠŤ KROKOV, TRETÍ KROK

Blíži sa koniec roka, a mne sa zdá, že ubehol až príliš rýchlo. Tak rýchlo, až som si uvedomil že mám pocit že som za tento rok nič nestihol. Stále som sa niekam hnal, nič som nestihol a nič „naozajstné“ som nezažil. Práve preto ma oslovili tieto slová napísané v našom treťom kroku. Príliš som vkladal svoju vôľu do možno menej podstatných problémov v mojom živote, zabúdajúc na tie dôležitejšie. Pretláčajúc svoju vôľu, vôbec som sa nesnažil zosúladiť ju s tou Božou. Vôbec som si nespomenul na čas, keď som sa snažil žiť v súlade s Jeho vôľou. Ved' práve tie chvíle, keď som sa snažil žiť v súlade s Jeho zámerom, boli chvíľami keď so mal pocit, že žijem, veľa toho zažívam, som spokojný, slobodný a šťastný.

Verím, že Vaše obzretie sa za týmto uplynulým rokom bude plné spokojnosti s jeho prežitím a pohľad do toho ďalšieho bude plný optimizmu a radostného očakávania.

Na záver mi dovoľte popriať Vám pokojné a milostiplné Vianočné sviatky, a všetko dobré, hlavne veľa triezvych dní v novom roku,

Peter

3. krok

Rozhodli sme sa odovzdať svoju vôľu
a svoj život do starostlivosti Boha tak,
ako ho my chápeme.

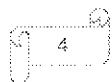
Môj druhý a tretí krok

Čo je to Vyššia sila? Je to Boh tak, ako ho chápem ja. Čo si pod tým predstavujem, čo konkrétne to pre mňa znamená? Nie som si celkom istá, či si mám klásť takéto otázky. Trochu sa obávam analyzovať niečo, čo ma síce drží pri živote, ale zároveň je to veľmi krehké. Mám strach, že stratím to, čo som tak dlho hľadala...

Kedysi som nachádzala Vyššiu silu aj tam, kde vôbec nebola. Verila som kartám, vešteniu z ruky, horoskopom, drahým kameňom aj numerológii... nehovoriac o ľuďoch, ktorí ma dokázali rôzne zmanipulovať...

Až keď som sa obrátila k Bohu, našla som silu, ktorú som nikdy predtým nedokázala v sebe a ani nikde inde nájsť. Boh ma priviedol aj medzi Anonymných alkoholikov, kde som počula po prvý raz o Vyššej sile. Odvtedy sa stalo v mojom živote veľa zázrakov. Ak je moja viera silná, nemala by som sa báť o nej premýšľať, ani hovoriť.

Veľmi veľa krát sme sa o Vyššej sile rozprávali s mojou sponzorkou. Viackrát som čítala znovu a znovu druhý aj tretí krok. Postupne som začínala vidieť tú cestu, ktorú so mnou prešla moja Vyššia sila, až kým ma nedoviedla ku triezvosti. Druhý krok mi svietil na cestu v období, keď sa mi nedarilo urobiť ten prvý. „Dospeli sme k viere, že len sila väčšia ako naša obnoví naše zdravie.“ Vyššia sila mi vtedy dávala nádej, že vďaka nej to dokážem. A keď som už bola čistá, začala som sa pýtať, čo je to za silu, vďaka ktorej som triezva? Čo ma zachránilo?



Moji priatelia Anonymní alkoholici. Skupina AA, kam chodím každý týždeň. Aj iné skupiny AA v Bratislave, kam sa občas dostanem na míting. Skupiny AA na celom Slovensku. Krokové semináre v Pezinku, v Trenčíne aj v Brne. Zjazdy AA. Všetci AA, ktorých som kedy stretla, zo Slovenska, z Moravy, z Čiech, z Poľska, z USA... Naše spoločné stretnutia. Knihy, ktoré napísali Anonymní alkoholici. Naš program 12 krokov. Aj iné 12 krokové programy, Al-Anon, Anonymní narkomani, CODA. Moja sponzorka. To všetko je pre mňa Vyššia sila.

Vyššia sila mi pomáha v tom, aby som ostala triezva. To je jedna jej vlastnosť, podľa ktorej ju identifikujem. Prináša mi šťastie. Mám pri nej radosť. Tak ako na mítingu, keď stretnem ľudí, ktorých mám rada. Alebo keď počúvam hudbu, ktorá sa mi páči. Keď pozorujem zvieratá, prírodu, keď vidím malé deti, ako sa hrajú, ako sa smejú, ako sa učia chodiť, to všetko je Boží dar, prejavuje sa pre mňa tak moja Vyššia sila.

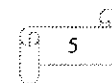
Vyššia sila ma pozná viac ako sa poznám ja sama. To je už vlastnosť Vyššej sily, ktorá mi niekedy trochu komplikuje život. Vtedy, keď by som chcela všetko zasa



riadit', tak ako to bolo kedysi, keď som pila. Vyššia sila mi hovorí, čo mám robiť – napríklad slovami mojej sponzorky, alebo inak mi pošle správu, ktorá sa mi v tej chvíli vôbec nepáči, v tej chvíli sa mi vôbec nehodí riadiť sa niekým iným ako sebou. Rozhodujem sa medzi dvoma možnosťami – z ktorých, ako sa vždy nakoniec ukáže, môj vlastný nápad nebol ten správny. To je však ten lepší prípad, kedy sa aspoň stihnem spýtať, aká je vlastne vôľa Vyššej sily.

Niekedy to tak nie je. Sú chvíle, keď žijem tak, ako keď som pila. Keď som si bola sama sebe pánom, keď som žila vo svete bez pravidiel, bez priateľov a bez niekoho, komu na mne záleží, kto sa pýta, prečo robím veci tak ako ich robím, bez mojej Vyššej sily. Niekedy chcem byť sama so svojim resentmentom, sebaľútosťou a vzdorom. Tieto chvíle sú návratom ku mojej chorobe.

Keď moja vôľa a môj život nie sú v starostlivosti Boha, vtedy sa neliečim a čas, ktorý nestrávim so svojou Vyššou silou, je premárnený. Našťastie, sú to čoraz kratšie intervaly, ktoré ma delia od mojej Vyššej sily. Okamih, v ktorom sa rozhodnem pozvať Vyššiu silu naspäť do svojho života, prichádza dnes už oveľa skôr ako to



bývalo kedysi. Keď sa ku nej obrátim, Vyššia sila mi hneď začne pomáhať, lebo to je jej ďalšia vlastnosť, že je tu stále so mnou, ak si to želim. Odpovedá mi na každú moju otázku, ale niekedy nedokážem rozoznať, čo mi hovorí. Vtedy mi prichádza na pomoc tretí

krok s modlitbou AA. Mám právo na pokoj, uvedomím si najskôr. Všetko nechám tak, odložím prácu, odložím všetko to, čo na mňa počká, sadnem si a skúsím poprosiť Vyššiu silu o pomoc. Ako sa mám rozhodnúť? Čo mám v tejto chvíli urobiť?

Pomôže mi, keď si zapálím sviečku a ako na mítingu, keď počúvam slová svojich priateľov, aj teraz sa snažím počúvať. Lebo toto je tiež vlastnosť mojej Vyššej sily, že keď ju nedokážem rozoznať, často prichádza ku mne až v úplnom tichu, je to niečo, čo musím hľadať, čomu musím urobiť miesto, vzácny hosť, pre ktorého si musím nájsť čas. Nie je to sólo na bicie v skladbe, ktorú mám pustenú na plné pecky až sa z toho trasú steny. Triezva už sledujem iný rytmus. Dnes je to tichá hudba, pozorne ju počúvam a skúšam sa na ňu naladiť. Hovorím si pritom, *nech sa stane nie moja, ale Tvoja vôľa*.

Miriam, alkoholička

BUĎ VÔĽA TVOJA ...

Moje prvé rozhodnutie, to naozajstné, padlo v jeden večer pred niečo vyše ako ôsmimi rokmi. Bol som zlomený chľastom aj životom. Bol neskorý večer. Sľúbil som, že ráno budem triezvy (teda, že už do rána nič nevypijem). Mal som ísť na liečenie, odovzdať kľúče od bytu. Strašne som chcel, niečo, ale nevedel som čo. A hlavne ako.

Vtedy ma napadlo: „Bože, začínam naozaj veriť, že si. Pozri, ja som tu. Hotový, maličký, bezmocný, nevediaci nič o tom, ako žiť.“ Vedel som len to, že nechcem žiť tak, ako som žil doteraz. Tak som prosil (možno trochu zúrivo, arogantne, ale prosil) Urob hocičo. To je mi jedno čo, len aby som podľa toho vedel, čo mám v živote robiť. Bol som vtedy ochotný urobiť naozaj hocičo. Najväčšia obeť akú som si vedel vtedy predstaviť, bolo rozísť sa s priateľkou. Tak som povedal, ak bude treba, tak sa s ňou aj rozídem. Len mi nejako daj vedieť, čo vlastne mám robiť.

A On mi dal vedieť, čo mám robiť!

Najväčší zázrak na tom všetkom je, že rozhodnutie odovzdať sa do Jeho vôle vo mne pretrvalo, pretrváva a stále sa prehľbuje. Je jasné, že teraz, keď mi je dobre, sa vo mne ozýva moje ego a hlási sa k tomu, aby mohlo znova prevziať „vládu“ nad mojím životom, ale už viem, ako sa v takýchto chvíľach zachovať.

V minulosti, keď som sa riadil len svojou vôľou, boli samozrejme aj časy, keď sa mi darilo a bol som na „vrchole“. Vždy však prišla chvíľa, (a neskôr chodila čoraz častejšie) keď som sa cítil unavený, sám a znechutený svetom. Zrazu bolo všetko akosi proti mne a ja som sa na všetko vykašľal a ... potom prišiel čas, že som kašľal už naozaj na všetko. Nevedel som riadiť vlastný život. Moja vôľa je slabá a riadiace schopnosti mizerné. A hlavne moje ciele boli veľakrát falošné alebo boli aj dobré, ale vybral som sa zlou cestou a samozrejme takou, ktorá sa zdala najľahšia.



Keďže som mal aké-také základy o duchovne z mladosti, tak ma aj sem-tam napadlo, že takto to asi nepôjde. Aj moje povrchné duchovno vedelo, že mám plniť Jeho vôľu. A tak som to párkrát skúsil. Modlitba „Staň sa vôľa Tvoja“ bola počas týchto pokusov mojou modlitbou. No vždy potom nasledovali dodatky „ale toto mi neber; tamto mi nezmeň a tamto vylepši“. A potom už naozaj budem plniť Tvoju vôľu. Dlhú dobu mi trvalo, pokiaľ mi došlo, že akékoľvek podmienky a obmedzenia sú úplnou negáciou celej snahy odovzdať sa (aspoň pre mňa) a znamenajú to, že začínam znova presadzovať svoju vôľu. A okamžite sa to začína prejavovať aj v iných oblastiach života a začínajú konflikty, nedorozumenia, omyly, chyby...

Podobne to mám aj s očakávaniami. Akékoľvek očakávanie, či už výsledku mojej voľby, snaženia sa, znamenajú to, že budem nespokojný. Na 99% to dopadne inak, ako si ja vo svojej „genialite“ myslím, že by bolo najlepšie. A tak viem, že chcem pristúpiť „čistý“ bez podmienok a očakávaní a pokorne povedať „Pane, som tu, pripravený plniť Tvoju vôľu. Oslobod' ma, formuj ma, daj mi silu a odvahu kráčať po Tvojich cestách.“

Je to naozaj veľmi rôznorodé ako mi dá spoznávať svoju vôľu. No vždy má spoločné to, že sa musím stíšiť, potlačiť do úzadia „ruch sveta“, aj vlastné túžby a predstavy a počúvať (viem, že často šepká a hovorí v náznakoch). Počúvať, hľadiť okolo seba otvorenými očami a príde chvíľa, keď sa Jeho vôľa ukáže. Tak či onak. V mojom vnútri, v skutku iného človeka, v niečom, čo sa stane... Je to rôznorodé a krásne, ako sa vie prejavíť ON.

Som len človek, občas sa zmýlim, spletiem si cesty, občas tvrdohlavo trvám na svojom. ON je však trpezlivý. Vyčká na chvíľu (alebo mi k nej nejako pomôže), keď prídem na to, že niečo nie je v poriadku a začnem viac sústredenejšie a otvorenejšie počúvať a znova sa môžem vydať správnym smerom.

Ja som sa slobodne rozhodol a odovzdal svoju vôľu, skutky a život do Jeho rúk. Pretože som chcel byť lepší, šťastnejší, slobodnejší, silnejší... pokojnejší. A viem, že ak budem plniť Jeho vôľu, toto všetko sa mi stane. Nemám žiadnu inú modlitbu odovzdania len „Buď vôľa Tvoja“. Pretože nemám predstavu, čo viac by som mohol povedať.

Peter, alkoholik

Štěstí a neštěstí nejsou přímo způsobovány lidmi a věcmi, ale našimi myšlenkami o nich. Věci, lidi a události změnit nemůžeme, ale lze změnit náš postoj k nim. Skutečné a bezpečné štěstí je mnohem více darem mysli a srdce než darem vnějšího světa.

J. Čapek

12 KONCEPTOV SLUŽBY V AA

Koncept III.

Aby sme zabezpečili účinné vedenie spoločenstva, mali by sme dať každému članku spoločenstva AA – Celoštátnej konferencii služieb AA, Rade služieb a jej personálu, výborom a ich vedúcim pracovníkom – „Rozhodovacie právomoci“ podľa Tradícií AA.

Ako ustálený spôsob vytvárania a udržiavania v praxi jednoznačne overených vzťahov medzi skupinami, Konferenciou, Radou dôverníkov, jej komisiami, personálom a jeho vedúcimi, s cieľom upevnenia ich praktickej činnosti, sa odporúča priznať každému z týchto elementov svetovej služby obvyklé „Právo rozhodovania.“

V rámci všeobecných záväzkov alebo tých, ktoré sú uvedené v Charte, alebo v rezolúcii, či v praxi, musí platiť, že všetky útvary svetovej služby, komisie a jej jednotliví pracovníci majú právo samostatného rozhodovania vo veciach, ktorými sa zaoberajú, o ktorých podávajú správu, či o nich konzultujú, alebo žiadajú o pokyny. Musíme dôverovať názorom našich svetových služieb, pretože v opačnom prípade žiadne skutočné vedenie nie je možné. Pozrime sa zatiaľ všeobecne na to, prečo je nutné dať „Právo rozhodovania“ našim vodcom, a ako táto zásada môže byť používaná na všetkých úrovniach svetovej služby. Videli sme už akým spôsobom skupiny AA chápané ako „svedomie skupiny“ uskutočňujú svoju právomoc a majú konečnú zodpovednosť za svetové služby. Poukázali sme tiež na spôsob ako sa využívaním Charty Konferencie dostal termín „dôveryhodný služobník“ do Druhej Tradície a ako skupiny odovzdali Konferencii služieb plnú moc vo veci riadenia a vykonávania záležitostí AA.

Charta Konferencie a Charta rady dôverníkov všeobecne charakterizujú zodpovednosť Všeobecnej Konferencie a záležitostí AA ako celku. V týchto dvoch dokumentoch bol ako nutnosť vymedzený okruh odovzdanej moci v službe a zodpovednosti. Tieto dokumenty všeobecne popisujú vzťahy medzi skupinami, Konferenciou, dôverníkmi a jednotlivými osobami činnými v službe. Takéto široké definície a opisy sú nezastupiteľnými zdrojmi odkazu, bez ktorého by sme nemohli existovať.

Avšak už od dávna bolo jasné, aké dôležité sú znenia v charte. Samy o sebe, ako také nie sú však schopné zabezpečiť bezproblémovú existenciu a skutočné riadenie na tých niekoľkých úrovniach, ktoré sa týkajú služby.

Napríklad: poznajúc, že na nich závisí konečné rozhodovanie, skupiny niekedy podliehajú pokusom zaviazať svojich delegátov, ako majú hlasovať na Konferencii v určitej konkrétnej veci. Pretože skupinám pripadá najvyššia moc, neexistuje žiadna pochybnosť o tom, že to majú právo urobiť. Ak budú naliehať, potom môžu svojim delegátom dať direktívu dotýkajúcej sa nielen niektorej, ale i všetkých vecí AA.

Dobré nariadenie však iba zriedka znamená aj integráciu vymáhania určitého súboru najvyšších práv. Napríklad, ak by skupiny mali v plnom rozsahu inštruovať svojich delegátov, urobili by sme iba základ chybnej teórie, že názor skupiny v záležitostiach svetovej služby bol by v určitom význame dôležitejší ako názor Konferencie. V praxi by sa nič takého nemohlo stať. Bolo by skutočne málo záležitostí, s ktorými by sa mohli „inštruovaní“ delegáti zaoberať lepšie ako konferencia pracujúca na jednom mieste, majúca k dispozícii všetky fakty a diskusie usmerňujúce jej smerovanie. Je pochopiteľné, že vždy je potrebné celkové referovanie o činnosti Konferencie, podobne ako široká konzultácia s členmi komisií i s delegátmi. Avšak „inštruovaný“ delegát, ktorý nie je schopný hlasovať v súlade so svojim svedomím v priebehu konečného hlasovania konferencie, nie je dôveryhodným služobníkom, je jednoducho akýmsi poslancom.

Charta konferencie nerieši typové problémy. Je to obširny dokument, ktorý môže byť rôzne interpretovaný. Podľa jednej interpretácie skupiny môžu inštruovať svojich delegátov vo všetkých záležitostiach. Podľa inej delegáti a dôvernici majú právo neprijímať takéto inštrukcie, ak uznajú, že nie sú potrebné. Ale ako máme prakticky pochopiť a porozumieť tieto obidve interpretácie ?

Pozrime sa na dva príklady: Konferencia ako sa to neskôr ukáže, má temer celkovú praktickú právomoc nad dôverníkmi, okrem tých, ktoré im vznikajú z práv Rady dôverníkov. Vychádzajme z toho, že delegáti konferencie začnú nerozumno využívať svoje najvyššie práva, že začnú dávať dôverníkovi určité nepremyslené odporúčania vo veciach, o ktorých sú dôvernici lepšie oboznámení. Čo vtedy?

Problém takéhoto druhu dakedy kazil vzťahy medzi dôverníkmi a priamo nimi riadenými útvarmi činnnej služby. Tieto útvary však určite k Rade dôverníkov patria. Preto tiež dôvernici môžu prijímať pracovníkov do práce a môžu ich aj uvoľňovať, ich

právomoc je v tomto smere konečná. Ak by však mali dôvernici bez obmedzenia vymáhať svoje ciele a absolútnu právomoc, ak by sa pokúšali riadiť každý jednotlivý útvar, potom by dobrovoľníci a personál veľmi rýchlo podľahli demoralizácii. Boli by zatlačení do úlohy ľudí slepo vykonávajúcich príkazy byrokratov a postavení pred výber, alebo sa vzbúriť a odísť z práce, alebo sa podriať a byť úplne apatický.

Preto musí byť vytvorená akási forma založená na Tradíciách, ktorá by na všetkých úrovniach služby neustále upevňovala vhodné vzťahy medzi najvyššou mocou a zverenou zodpovednosťou. Ako však na to, dosiahneme to ?

Existujú tri možné spôsoby, ktoré môžeme v tomto prípade použiť. Mohli by sme napríklad zrušiť všetky kolektívne charty, smernice, okruhy záväzkov a pod. Každá skupina by si takto sama stanovila rozsah svojej právomoci a zodpovednosti. Nedostatok kodifikovanej štruktúry by nás však doviedol k absurdite a jediným



výsledkom by bola anarchia. Môžeme však postupovať aj naopak. Odmietajúc udelenie akejkoľvek slobody rozhodovania, by sme mohli doplniť existujúce charty obrovským počtom práv, zásad a smerníc, ktoré by v sebe zahŕňali všetku činnosť, dokonca aj nepredvídané situácie. Toto by však znamenalo príliš veľa byrokracie,

viac ako by sme mohli zniesť.

Vhodné riešenie pre AA sa nachádza v druhej časti druhej Tradície, ktorá hovorí o „dôveryhodných služobníkoch“. To skutočne znamená, že musíme dôverovať našim zodpovedným vodcom, že pracujú na svojich povinnostiach, budú interpretovať a využívať svoju právomoc a zodpovednosť v každom jednotlivom prípade, či situácii v súlade s potrebami. Takýto druh dôvery k našim vodcom musí byť esenciou „Práva rozhodovania“ a som si istý, že nemusíme sa ani na najmenšom stupni obávať priznať toto nevyhnutné privilégium každému stupňu svetových služieb.

Vždy bude existovať dostatočná moc na to, aby bolo možné opraviť neefektívnosť, neúčinnosť alebo zneužívanie moci. Ak Konferencia nepracuje správne, skupiny môžu delegovať lepších delegátov. Ak dôvernici veľmi odbočia zo správnej cesty, konferencia ich môže skritizovať a urobiť reorganizáciu. Ak sa zhoršia služby

kancelárie služieb, dôverníci môžu vybrať lepších vedúcich alebo zjednať lepších pomocníkov. Tieto prostriedky nápravy sú dostatočné a bezprostredné. Ale tak dlho ako naše služby budú pracovať v podstate dobre, vždy musí existovať zhovievavosť k sporadickým chybám, a tak dlho musí byť „dôvera“ našim heslom, pretože v opačnom prípade skončíme bez vodcov.

Toto sú dôvody, pre ktoré podľa môjho názoru musíme priznať zvykom ustálené „Právo rozhodovať“ všetkým služobným zborom a ľuďom. V našej štruktúre svetových služieb „Právo rozhodovať“ je možné prakticky používať nasledovným spôsobom :

A/ Ak aj znenia v Charte nestanovujú inak, Konferencia musí byť vždy schopná rozhodovať, ktorými vecami sa bude zaoberať vo vlastnej pôsobnosti a v ktorých sa obráti na skupiny AA (častejšie sú to členovia komisií alebo delegáti) s prosbou o posúdenie alebo konkrétne pokyny.

Preto je potrebné porozumieť a pochopiť to, že naši delegáti sú predovšetkým služobníkmi svetových služieb ako celku a až v druhom rade reprezentujú svoj región. V prípade konečných rozhodnutí počas všeobecnej Konferencie služieb musia byť splnomocnení hlasovať podľa svojho najlepšieho úsudku a svedomia v danej chvíli.

B/ Podobne členovia rady dôverníkov (pracujúci pochopiteľne v súlade so znením charty a smernicami) musia byť vždy schopní sa rozhodnúť, kedy budú v plnom rozsahu pracovať vo vlastnej zodpovednosti a kedy poprosia konferenciu o pokyny, súhlas, odporúčanie alebo konkrétne rozhodnutie a stanovisko.

C/ V rámci svojich presne vymedzených alebo normálne vykonávaných záväzkov rady, komisie, alebo výkonní pracovníci musia mať tiež právo rozhodovania, kedy sa rozhodnú konať samostatne, a kedy odovzdajú veci nasledujúcemu vyššiemu stupňu riadenia.

Toto „právo rozhodovania“ sa nikdy nesmie stať výhovorkou za prehry, pri predkladaní správ za všetky zverené činnosti, nesmie byť dôvodom neustáleho prekračovania vymedzených povinností ani ako ospravedľovanie odmietania konzultácie s tými, s ktorými máme konzultovať pred prijatím dôležitých rozhodnutí alebo začatím určitej činnosti.

Celý náš program AA sa opiera o zásadu celkovej vzájomnej dôvery. Dôverujeme Bohu, dôverujeme AA a dôverujeme sebe navzájom. Preto nemôžeme urobiť nič iné, ako veriť našim vodcom. Preto „Právo rozhodovania“, ktoré im dávame, je nielen praktickým spôsobom umožňujúcim im pracovať a skutočne viesť, ale je tiež symbolom našej bezpodmienečnej dôvery.

Neautorizovaný preklad

Skutočná ťižiadosť nie je tým, za čo sme ju považovali. Skutočná ťižiadosť je vnútorná túžba po užitočnom živote a pokornom smerovaní k Božej milosti.

12.KROKOV A 12.TRADÍCIÍ



LITERATÚRA AA

Kancelária služieb AA v Nitre môže záujemcom zaslať nasledovnú literatúru AA:

ANONYMNÍ ALKOHOLICI - cena 4 €

TRIEZVY ŽIVOT - cena 2,50 €

DVANÁŠŤ KROKOV

DVANÁŠŤ TRADÍCIÍ -

cena za komplet 3,50 €

Ako to vidi Bill - cena 5 €

Denné zamyslenia - cena 5 €

Objednávky zasielajte na:

Kancelária služieb AA na Slovensku

PRÍSLUBY

Ak sa budeme v tejto fáze nášho vývoja snažiť, zmenu pocítíme skôr, ako prejdeme polovicu cesty. Spoznáme novú slobodu a nový pocit šťastia. Nebudeme ľutovať minulosť ani sa snažiť zavrieť za ňou dvere.

Pochopíme zmysel slova vyrovnanosť a objavíme pokoj. Bez ohľadu na to, na ktorom stupni vývoja sa budeme nachádzať, vycítíme, ako naša skúsenosť môže pomôcť iným.

Pocit neúčinnosti a sebaľútosti sa vytráti.

Stratíme sebecké záujmy a začneme sa zaujímať o svojich blízkych.

Náš celkový postoj a pohľad na život sa zmení.

Opustí nás strach z ľudí a ekonomickej neistoty. Intuitívne vycítíme, ako riešiť situácie, ktoré nás predtým vyvádžali z miery.

Odzrazu si uvedomíme, že Boh pre nás robí to, čo sme sami pre seba nedokázali urobiť.

PRAMENĽ 1/2015 vyjde v marci 2014

Témou nasledujúceho čísla je **4. a 5. krok a 4. a 5. tradícia**. Zostáva aj rubrika **Moje meno je...** pre individuálne príbehy a taktiež nová rubrika **Služba v AA**.

Uvítame srdečne tiež príspevky **spoluzávislých** rodinných príslušníkov, členov **AI-Anonu** a všetkých, ktorí sa chcete k problematike vyjadriť.

Redakcia časopisu Vám ďakuje vopred za vaše príspevky, ktoré zasielajte na adresu redakcie.

Príspevky do čísla treba zaslať do 20.2. 2015. Príspevky zaslané po tomto termine budú v aktuálnom čísle uverejnené len vtedy, ak to kapacita časopisu dovolí.

Časopis je možné objednať na adrese redakcie, alebo v Kancelárii služieb AA. Doporučený príspevok za jeden ks časopisu je 1,- €. Pri jednotlivom odbere celoročné predplatné vrátane poštovného je 7 €.

za redakciu: *Peter*

Moje meno je ...

Hmm ... kde začať ? Nuž, volám sa Erika a svojou „usilovnosťou“ som sa prepracovala k závislosti na alkohole. Samozrejme som si dosť dlho nepriznávala, že mám nejaký problém, veď prestať s popíjaním môžem hocikedy, nie ? Keď to už však naberalo na obrátkach rozhodla som sa, že s tým pitím teda niečo urobím, ale poznáte to, čo človek nezačne dnes, ale odloží na zajtra ... V nečinnosti ma „podporovala“ aj skutočnosť, že moji najbližší to nikdy nekomentovali, nikto nič nepovedal, nepýtal sa ... a ja som si naivne myslela, ako to dobre zvládam. Keď sa mi viac krát stalo, že som si musela vziať v práci voľno, povedala som si: „Dost, to musí prestať!“

Predsavzatie chvályhodné, skoro ako tie novoročné, ktoré si už ani nedávam, len s jeho realizáciou to bolo horšie. Chvíľu sa to dalo, no potom stačil malý „dôvod“ - veď dám si len trochu - a už to šlo. Vravela som si: „Maj rozum, prídeš o najbližších, o zdravie, o prácu ...“, ale stačilo dať si prvý a bolo mi to zrazu jedno. Po vytriezvení som sa zaprisahávala - už nikdy viac - , ale moja pomýlená myseľ si vôbec nepripúšťala, že to sama nezvládnem. Iné veci som dokázala, lebo som sa rozhodla a šla za tým, no závislosť je strašná a alkohol prefikany protivník, tu logické dôvody, ani prechodné odhodlanie nepomohli. Ani pocit viny, príšerná neistota, čo som robila alebo rozprávala, lebo som si nič nepamätala, ani neskôr synov vyčítavý pohľad ... Hrozné, keď na to pomyslím.

Zhruba v tom čase sa mi náhodou (?) dostal do rúk letáčik AA. Po prečítaní som ho vložila do kabelky, lebo 12 krokov mi vtedy veľa nepovedalo a ako ateistka som si nevedela predstaviť, ako mne môže pomôcť Boh. Problémy s pitím pokračovali a ani smútok z toho, čo strácam a ešte by som mohla stratiť, pocity viny a obviňovania seba aj tých druhých a ani strach zo samej seba a toho ako môžem skončiť nestačili k tomu, aby som dokázala prestať. Vyhľadala som odbornú pomoc, ale stále mi chýbalo niečo, čo by ma podporilo v mojom snažení a prinieslo pokoj. Pri prekladaní vecí z jednej kabelky do druhej som opäť natrafila na letáčik AA a rozhodla sa zavolať na jedno z čísel. Veď čo môžem stratiť ? V najhoršom prípade tam viac nepôjdem. Spočiatku som tam len sedela a počúvala a hoci som ešte nevedela ako s tým všetkým naložiť, bola som vďačná za to, že som medzi ľuďmi, ktorí ma chápu, rozumejú môjmu problému, lebo si ním prešli a pred nimi sa nemusím hanbiť, ani nič vysvetľovať. A začalo mi svitať na lepšie časy. Čítali sme 12 krokov, zdieľali svoje zážitky, skúsenosti, trápenia, ale i radosti a úspechy. Počúvala som aj o vyššej Sile, ktorá nám môže pomôcť a veľmi som ju chcela objaviť. Nedokázala som prestať s pitím kvôli

sebe, nuž ved' som sa aj tak nenávidela, ale ani pre svoje deti, milovaných rodičov – strašné, že moje choré ja dokázalo tak ubližovať sebe samej i tým najbližším. To už naozaj musel prísť zásah, pomoc Odinakiaľ, aby sa niečo zmenilo. A stalo sa.

Spočiatku sa tou silou stala pre mňa naša skupina. Vzájomná podpora, akceptovanie, zdieľanie pocitov, skúseností, to všetko mi pomáhalo a pomáha v naplňaní mojej túžby byť triezva. Čím dlhšie som chodila, počúvala a premýšľala, tým som bola menej nervózna a ustráchaná a prestala som sa toľko podceňovať. A začala som prosiť, hoc nevediac koho vlastne, keďže vo viere som vychovaná nebola, o pomoc pri hľadaní vnútornej rovnováhy, sebaistoty, pokoja a sily k abstinencii. A začala som ďakovať za každý deň bez alkoholu, kedy som bola opäť sama sebou. A ono to pomohlo!



Dnes už je to úplne iné. Teším sa z každého triezveho dňa, konečne opäť dokážem vnímať veci okolo seba, nové pocity radosti a vyrovnanosti, ktoré alkohol úplne potlačil, vrátane radosti zo života. Vraciam sa k svojim záľubám a teším sa zo všetkého, do čoho sa pustím. Samozrejme prídu chvíle, keď sa „slnko skryje za mraky“, ale tieto situácie už riešim inak a som šťastná, že ma pri nich nenapadne „pomôcť“ si tak, ako predtým. Našťastie som našla niečo iné, čo mi pomáha. Dnes už abstinenciu prestávam vnímať ako boj,

trápenie, strach zo zlyhania, dnes je to pre mňa radosť a neuveriteľný pokoj. Teraz chápem, čo vraveli priatelia zo skupiny, že abstinencia je stav mysle. A ja úprimne verím, že keby mi nepomohla a nepomáhala Vyššia sila, nedostala by som sa tam, kde som a nenašla by som späť svoje duševné zdravie a pokoj.

Som šťastná a cítim sa fajn – ĎAKUJEM !

Erika, alkoholička

Hľadanie

Pochádzam z rodiny, kde náboženstvo bolo tabu. Jediná viera bola viera v socializmus a Sovietsky zväz. Obaja rodičia pochádzali z dediny, ale už v mladosti sa zapálili pre ideály komunizmu. Učili nás tomu, že treba veriť strane a tá sa o nás postará.

Bol som od malička zakomplexovaný pocitom menejcennosti, nebol som vôbec pribojný a neveril som si. Aj keď som v škole patril medzi najlepších, vždy som sa radšej utáhoval do ústrania. Bol som rád sám. Vždy som veľa čítal a hľadal odpovede na čo som na svete, aký je zmysel môjho života.



Hľadal som v knihách nejaké duchovno a odpovede na svoje otázky. Zaujímal som sa o rôzne náboženstvá, no skôr som na nich hľadal chyby. Na kresťanstve sa mi nepáčila vidina tej poslušnej ovečky, ktorá odovzdane nasleduje svojho pána bez vlastnej vôle. Nechcel som byť nikomu odovzdaný - chcel som byť nezávislý, iný ako ostatní.

Aj keď som o sebe nemal vysokú mienku, bol som strašne povýšenecký a namyslený. Pokladal som sa za stred vesmíru, mimoriadne inteligentného tvora. Vrel som si, že keby sa mi chcelo a mal na to podmienky, tak by som svetu ukázal...

Čím viac som pil a hral, tým viac som bol našťvaný na celý svet, boha, vesmír. Ja som si nevedel dať rady so svojim životom, ale vinníka som hľadal v okolí. Hľadal som aj niečo, čo by ma naplnilo, pretože ja sám som so sebou nebol spokojný. A tak som časom prišiel na to, že alkohol ma robí silnejším, vtipnejším, komunikatívnejším. Pod jeho vplyvom som to bol „JA“. Neskôr som túto silu hľadal v marihuane, LSD a hřibikoch. Ja sám som si nikdy nestačil - lebo som neveril sám v seba, musel som hľadať zdroj životnej energie inde.

Ku koncu svojej závisláckej kariéry som už bol zo seba tak zhnusený, že som sa bál byť sám. Vždy ma vtedy sprevádzala sebaľútosť a pocit viny. Nevedel som si predstaviť, že by som v sebe mohol nájsť silu, aby som niečo so sebou urobil. Pocit zhnusenía zo seba bol nakoniec silnejší ako ja; a prihlásil som sa na liečenie. Pomaly som sa začínal dozvedieť o sebe viac ako za celý svoj doterajší život.

Začal som si priznávať, že som závislý na alkohole a automatoch. Nebolo to príjemné, ale aspoň som vedel, čo mi je. Stále som si však myslel, že teraz už viem ako na to a vystačím si sám. Našťastie niekto tam hore ma má rád. Keď som po dvoch mesiacoch liečenia na chľast a hranie odchádzal domov, tak mi na stanici napadlo odmeniť sa za túto prácu na sebe a to, že sa mi tak darí, pivom. Len jedným, to by mi stačilo. A k tomu si ešte podať tiket, aby som nezačínal nový život s holou riťou. Našťastie som túto myšlienku hneď aj zavrhol. Uvedomil som si, že som fakt slabý voči svojim závislostiam.

Začal som chodiť na mítingy AA, kde som sa po svojej zlej skúsenosti, po nedobrovoľnej návšteve v rámci Pálky, nechcel už v živote ukázať. Tí ľudia boli pre mňa stelesnením sektárskych baránkov, ktorí odovzdali svoje životy do starostlivosti nejakého boha. Ale podľa rady lekárov a psychiatrov (ktorí boli predtým pre mňa zaklínačmi hadov a vymývačmi mozgov:) som neprestal chodiť na mítingy. Skutočne som chcel urobiť všetko pre to, aby som ostal triezvy. Skupina AA a mítingy sa pre mňa stali odstredivkou - už som sa nepozeral len na seba a svoje problémy, ale počúval som druhých a učil sa od nich o sebe. Priatelia z AA sa pre mňa stali novou rodinou, zmyslom môjho života. Postupom času, keď som začal chodiť na zjazdy AA, sa tou silou, ktorá mi dodávala chuť k životu, stalo hnutie AA a program 12 krokov, ktoré som začal používať v bežnom živote. Medzi členmi AA som spoznal mnohých úplne odlišných ľudí - či už názorovo, nábožensky, ale aj čo sa hudby a umenia týka . A k svojmu úžasu som zisťoval, že sú to takí istí ľudia ako ja, žiadne tupé ovečky.

Za ten čas, čo som triezvy, som si Vyššiu moc už stotožnil a nazval rôzne. Dnes už hovorím bez problémov boh; je to krátke a nemám s tým problém. Nepredstavujem si za ním žiadne náboženstvo, ale skutočnú silu, ktorá ma naplňa.

Známi mi často hovorili, že mám pevnú vôľu, keď som prestal piť a teraz už aj fajčiť. Je to možné - ale pevnú vôľu mám na to, aby som ráno vstal, zacvičil si, pomodlil sa, šiel do práce a celý deň žil podľa princípov. Aby som sa nenechal vytočiť šéfom v práci, predavačkou v obchode, zbytočnosťami vo svojom okolí. Pevnú vôľu

potrebujem na to, aby som bol ochotný obetovať prípadne svoj zaužívaný životný štýl a istotu pre svoju triezvosť. Lebo viem, že v tom momente, ako by som sa napil alebo hodil peniaze do automatu, moja pevná vôľa by mi bola nanič.

A ešte by som chcel povedať, že v minulosti som často pochyboval o svojom duševnom zdraví- aspoň v takej podobe, ako ho teraz chápem. Nemal som dost sebaúcty a sebavedomia, aby som v sebe našiel tú silu, ktorá by mi duševný pokoj priniesla. To, že som sa pred niekoľkými rokmi pokoril a nechal svoje uzdravovanie na silu vyššiu ako ja, mi tento pokoj prináša. Nemyslím si o sebe, že som tá odovzdaná ovečka, ale viem, že čím som pokornejší, tým som pokojnejší.

Je pre mňa lepšie, keď sa svet okolo mňa riadi podľa svojej vôle a nemusí sa spoliehať na mňa.

Martin, alkoholik a hráč.

Sloboda od strachu

Keď sme s Božou pomocou pokojne prijali svoj osud, objavili sme, že sme dokázali žiť v mieri so sebou a ukázať iným, ktorých sužovali rovnaké úzkosti, že i oni ich môžu prekonať. Objavili sme, že sloboda od strachu je dôležitejšia ako sloboda od nedostatku.

Dvanásť krokov, Dvanásty krok

Mnoho rokov počas môjho aktívneho alkoholizmu riadili môj život materiálne hodnoty. Veril som, že všetko to, čo vlastním, ma robí šťastným. A predsa, keď som všetko získal, cítil som sa na mizine. Keď som prišiel do AA, našiel som nový životný štýl. Na základe učenia sa dôverovať iným som uveril v silu Vyššiu ako ja. Viera ma oslobodila zo zajatia môjho ja. Postupne, ako boli materiálne zisky nahrádzané duchovnými darmi, môj život sa stal ovládateľným. Potom som sa rozhodol deliť sa o svoje skúsenosti s ostatnými alkoholikmi.

Denné zamyslenia str. 269

Takto nie, priatelia

Volám sa Jozef, som alkoholik.

V dňoch 5. až 7. septembra 2014 som sa zúčastnil 17. zjazdu AA v Jasnej, v nádhernom prostredí Nízkych Tatier.

Bol som na viacerých zjazdoch, no z tohto si odnášam najkrajšie zážitky. Program bol ako šitý na moju mieru. Stretol som sa s viacerými priateľmi a aj počasie bolo výborné.

V závere zjazdu všetci vystupujúci vyjadrili svoju spokojnosť a srdečne sa poďakovali organizátorom za ich snahu, obetavosť a za vynikajúci zážitok zo zjazdu. Aj ja sa k nim pripájam. Viem, že zorganizovať takéto medzinárodné podujatie pre cca 300 osôb si vyžaduje od organizátorov obrovskú snahu, skúsenosti, ochotu pracovať, veľa času a aj peňazí. Nuž a o peniazoch bude teraz reč.

Preambula AA hovorí, že AA nemajú žiadne povinné poplatky, svoju činnosť vykonávajú len z dobrovoľných príspevkov svojich členov. Aj 7. tradícia hovorí, že AA odmieta akékoľvek príspevky zvonku. Je teda jasné, že na svoju činnosť sa spoločne skladáme formou dobrovoľných príspevkov svojich členov. To sú tie peniaze čo dávame na mítingoch „do klobúka“. Iné peniaze AA nemajú. Preto je hospodárenie s financiami tak veľmi dôležité a všetky orgány služieb AA na Slovensku mu venujú tú najväčšiu pozornosť a zápasia nie o každé euro, ale aj o každý cent.

Bez peňazí by AA na Slovensku zaniklo.

Prečo o tom píšem v súvislosti so 17. zjazdom AA?

Nuž preto, že sú medzi nami aj takí členovia AA, ktorí sa na zjazd v stanovenom termíne prihlásili a záväzne si objednali rozsah platených služieb / ubytovanie, stravovanie / a potom na zjazd neprišli. Môže sa stať, že človeku príde niečo nečakané a vážne do cesty, pre čo sa nemôže zjazdu zúčastniť. Ale v takomto prípade sa treba telefonicky, alebo emailom ospravedlniť, prípadne si nájsť náhradníka. Všetky kontakty na seba máme. Potrebu ospravedlniť svoju neúčast' niekde, kde sme sa záväzne prihlásili, sme sa naučili už v detskom veku. Niektorí tak aj urobili. Ale niektorí nie a svojím konaním spôsobili AA na Slovensku finančnú ujmu – škodu. Tá škoda spočíva v tom, že si záväzne objednali služby a nezaplatili za ne. Zaplatiť ich musel organizátor zjazdu – Kancelária služieb AA – teda my všetci.

Za neobsadenie 4 izieb v hoteli Družba to činilo 140 € - túto sumu sa podarilo rokovaniami uchrániť / nevyplatiť /. Sumu 220,50 € za objednanú stravu / večera dňa

05.09.2014 a raňajky dňa 06.09.2014 /však bolo potrebné zaplatiť a táto suma aj bola z prostriedkov AA zaplatená.

Finančná komisia a aj Rada VS tento prípad prerokovali a na zamedzenie vzniku takýchto situácií v budúcnosti bolo prijaté opatrenie, podľa ktorého sa počnúc 18. zjazdom AA v roku 2015 budú záujemcovia o účasť na akciách AA / zjazd, stretnutie s tradíciami v Podhájskej a pod. / prihlasovať predovšetkým cestou svojej skupiny po zložení zálohy vo výške 50% zo stanoveného poplatku. Zásada zloženia 50% zálohy platí aj v prípade individuálnych prihlášok. Pre ilustráciu uvádzam, že aj pri objednávaní dovolenky v CK zaplatíme zálohu a rešpektujeme aj pravidlá o storno poplatkoch. O storno poplatkoch v niektorom z budúcich čísel Prameňa.

Veľa radosti z triezveho života a veľa sviežosti v duši všetkým praje

Jozef, alkoholik

Prišli sme, aby sme si pozametali pred vlastným prahom. Uvedomujeme si, že sa nemôžeme dopracovať k ničomu, čo má nejakú cenu, kým to neurobíme. Nikdy sa nepokúšame povedať mu, čo by mal urobiť on. Jeho chyby sa nemôžu stať predmetom diskusie. Ostaneme pri našich vlastných.

ANONYMNÍ ALKOHOLICI str. 95

PRÁVE DNES

Dnes milujem svoj život
on usmieva sa na mňa,
dnes milujem svoj život
pre ten pocit šťastia.

Na nebo pozerám
a pokoj v duši mám,
tam hore niekde nado mnou
láskavý bdie môj Pán.

Chce sa mi spievať, chce sa mi smiať,
svet celučičky objímať,
bo netrápi ma viac
čo vedelo ma predtým rozhádzať.

A každá chvíľka môjho života pripadá mi fajn,
čo teraz naplno si aj vychutnám.

Už to dokážem.

Robia mi znova radosť veci,
ktoré som nevnímala,
po časoch keď ich nahrádzala dávka,
čo vtedy som si dala.

Každý maličkosti dnes sa poteším,
veci čo prídu vopred neriešim.
Nech je to slnko, lienka a či drobný kvet,
úsmev, pár vlúdnych slov, blízkosť
- to okrášli mi svet.

Dnes vyrovnanosť i mier v duši mám,
keď na dno fľašky viac sa neďívam.
Poslednú dobu takto to vnímam,
a Jemu do rúk sa odovzdám.

Našla som svoj pevný bod,
ruku, čo ma drží,
už nebojím sa spraviť krok,
všetko čo príde - vydržím.

Erika

AI - Anon

Moja skúsenosť s alkoholizmom v rodine siaha až do môjho útleho detstva. Bolo to krátke obdobie, ale jeho následky zasiahli celú moju rodinu. Alkoholizmus pripravil môjho otca o jeho mladý život, urobil z mojej mamy - vdovu a z detí - drobné siroty. Mama a stará mama museli riešiť, čo ďalej z rozsiahlym hospodárstvom, kam vycestovať za prácou, ktorej v našom regióne bolo veľmi málo.

Drobnými krôčikmi k uzdraveniu

V dospelosti, keď som si založila vlastnú rodinu sa alkoholizmus vkradol veľmi nenápadne v podobe manželovho nevinného spoločenského pitia, ktoré sprevádzalo porady, 2-3 dňové pracovné stretnutia, povýšenia vo funkcii... Jednoducho nazvané „slovenská pohostinnosť“, počas ktorej sa uvoľnili, zlepšili si náladu, urobili viacej kompromisov, efektívne vyriešili pracovné problémy. Po čase si však všetko vypýtalo svoju daň. Návyk na alkohol sa stupňoval, pribúdalo množstvo (z pivka v pohostinstve, to boli zásoby prinášané a starostlivo odložené doma); skracovali sa intervaly (jednodňové sa predĺžili na víkendové a tie na týždňové ťahy). Potom prichádzalo vytriezvenie z opice, liečenie žalúdočných problémov, drobných poranení a predsavzatie: „S pevnou vôľou to zvládnem“. Môj najbližší človek sa mi strácal pred očami. Nepomáhal plač, výčitky, tichá domácnosť. Padali sme s deťmi hlbšie a hlbšie do studne spoločnej závislosti.

Verím, že Boh videl moje slzy a počul moje vzdychanie, keď mi poslal do cesty kolegyniu, ktorej som sa zverila pri káve s trápením, ktoré som prežívala. Ihneď mi povedala o skupine AI-anon v našom meste a ponúkla sa, že ma tam bude sprevádzať, pretože sama je dospelým dieťaťom alkoholika. Nevedela som do čoho idem, ale moja túžba pomôcť manželovi bola silnejšia ako strach. Neľutujem, že som našla odvahu vykročiť do neznáma, na cestu osobného uzdravenia. To som našla v spoločenstve, v literatúre a v osobných výpovediach členov AI-Anon. Dva roky som chodila tajne, buď pod zámienkou, že idem do mesta s priateľkou na kávu a pod. Bol to proces, ktorý postupoval drobnými krôčikmi dopredu. Najprv to boli brožúrky s tematikou alkoholizmu na mojom nočnom stolíku, neskôr kniha s podobnou tematikou

a nakoniec pravdivé doznanie, kam chodím pravidelne v týždni. Moje uzdravovanie začalo pred 5 rokmi, manželovo začalo pred niekoľkými mesiacmi, keď si priznal svoju bezmocnosť nad alkoholom a súhlasil s návštevou lekára – odborníka. V ňom našiel spriaznenú dušu umelca.

Teším sa z drobných zmien a pokrokov v našom spoločnom živote: z jeho triezvosti, lepšieho vzhľadu, z ochoty porozprávať sa, poslúžiť mi odvozom autom, ale najviac, že sme naše manželstvo mohli spečatiť aj pred Bohom. Boh je dobrý, lebo jeho oči hľadajú na spravodlivých, jeho uši načúvajú ich prosbám.

Majka, Al-anon

MÔJ PRÍBEH...

...tu písať nebudem.

A to pre takú bláznivú nádej: čo ak...? Čo ak budem mať Prameň „akože náhodou“ pohodený na stole, aby okoloídúci alkoholik po ňom siahol, pohnutý náhlým osvietením? A keď zistí, že je tam opísaný on sám, ťažký introvert, úplne ho to oddisponuje pre hlbšie skúmanie svojho problému, a mnou vytúžený nástup na liečenie sa môže odložiť o ďalšie desaťročia.

Takže chcem písať len o mojich dojmach z Al-Anonu.

Keď som sa dozvedela o programe Dvanásť krokov, nemala som žiadne očakávania. Najhoršie obdobie života s alkoholikom bolo za mnou. Z detí vyrástli ľudia, tiež poznačení špeciálnou situáciou, striedavo sa s ňou zmierujúci, inokedy zúrivo trhajúci jemnú pavučinu rodinných vzťahov. Prešlo aj obdobie dilemy, či zobrať deti a utiecť s nimi preč, do krajiny pokoja, lásky a svetla. No takú krajinu som na obzore nezazrela, a koniec koncov nikto nás nebil, nenaháňal s nožom, a detičky napriek všetkému otca milovali. Pocit logického poriadku sveta s dvomi rodičmi sa javil menej hazardný ako skok do tmy ponad priepasť. Závislosť je predsa choroba, a chorého človeka opustiť mi bolo proti mysli.

Som vďačná za dostupnosť informácií o alkoholizme, čo v dávnejších časoch nebola samozrejmosť. Aj za stále rastúce možnosti pomoci, pretože konkrétne problémy rodiny je naozaj treba riešiť individuálne s odborníkom. Bez psychoterapeutickej pomoci by som pravdepodobne prežila, ale za cenu hltania kýblov antidepresív a odkladania riešenia do budúcnosti.

Práve u psychologičky som videla knižku Dvanásť krokov, od Daphne. Kniha bola kresťanský ladená, čo mojej orientácii zodpovedalo. Na konci som našla aj adresu, kde sa Al-Anonáci schádzajú, a po čase váhania prišla aj odvaha stlačiť zvonček. Môj prvý dojem bol zmätený. Bola som pripravená na strhané tváre, neurotické prejavy, moria sĺz a otravné utešovanie. Namiesto toho ma usadili za stôl so sviečkami. /Keby na ňom neboli keksíky a čaj, pomyslím si, že som na seanse nejakej divnej sekty./

Musím ešte prezradiť, že si z detstva nesiem zvyšky sociálnej fóbie, takže tréma bola obrovská. Keď sa ma opýtala osoba s kopou popísaných papierov pred sebou: „Môžeš nám povedať niečo o sebe?“, vtedy som už mala v ušiach príbehy ľudí okolo stola, väčšinou žien. Posmelená ich otvorenosťou, ale aj kultivovaným prejavom a príjemným vzhľadom, cítila som sa ako medzi dávnymi kamarátkami. Pocítila som úplnú istotu: ak tieto úctyhodné dámy neopovrhli mierne jednoduchou bytosťou, tak tu asi bude nejaké pevné vnútorné spojivo. Hovorila som úplne prirodzene a sledovala ich povzbudzujúce úsmevy. Niektorí pokyvovali hlavou na znak, že poznajú takéto situácie.

Je to už niekoľko rokov, čo sa pokladám za súčasť tohoto spoločenstva, ale čítaný úvod a záver každého mítingu je vždy pre mňa ako príjemný dážď pre vysušenú zem: Napríklad taká veta: „...akékoľvek veľké by boli vaše problémy, nájdú sa medzi nami takí, čo ich mali tiež...“ A ja cítim, že som tu doma, konečne mám pri sebe ľudí, čo mi rozumejú, neradia, neľutujú, jednoducho tu SÚ.

Alebo také slová: „...či už alkoholik prestane piť alebo nie...“, tie ma vždy dostanú. Je v nich úplne zhmotnené poznanie, že nie vonkajšie okolnosti z nás robia úbohých nešťastníkov, ale nedostatok viery v pomoc sily väčšej ako my sami, v mojom prípade myslím konkrétne Boha. /Hovorím samozrejme o prípadoch, ktorých riešenie nemáme v rukách./

Dlhú cestu som prešla od prvej návštevy psychologičky, ktorú som pobavila otázkou: „Čo mám zmeniť na svojom správaní, aby prestal piť?“ až po pokojné konštatovanie, že na jeho chorobu moje správanie nemá vôbec žiadny dosah.

No ešte zďaleka nie som v cieľi svojej cesty. Stretávam na nej ľudí názorovo mi blízkych, ale aj celkom iných. Napodiv sedávame spolu okolo jedného stola a spája nás úsilie pracovať na sebe podľa osvedčeného programu Dvanásť krokov.

Maťa, Al-Anon



Kontaktný adresár

SKUPINY AA (Anonymní alkoholicí)

BANSKÁ BYSTRICA

Utorok – 16.30. h. – Skupina AA „MOST“, Horná Strieborná 3 kontakt: Anina 0910910627

BRATISLAVA

Pondelok - 18.30 h. Skupina AA „Z Mozartovho domu“, YMCA Karpatská 2 2. posch. č.d.264 kontakt: Laco 0908 333 575, Ondrej D. 0914 185 413 Ondrej M. 0904619744,

Utorok – 18.00 h. – Skupina AA „Svetlo“ Tomášiková 8/a, Dom nádeje kontakt: Oľga 0907725063

Streda – 18:00 h. – Skupina AA „Teplická“ rímsko - kat. kostol, Teplická 2, kontakt: Ľubo 0904878212

Štvrtok – 17.30 h. Skupina AA „Maják“ Zrinského 2 (Zborový Dom Bratskej jednoty baptistov) suterén, kontakt: Želka 0903294927

Piatok – 17.00 h. Skupina AA „Triezvosť“ Dom Quo Vadis, Veterná 1, kontakt: Eva 0918318248

Piatok – 17:00 h. Skupina AA „Sanatko“ AT sanatórium, Osuského ul., kontakt Miša 0905404825

Sobota – 17:30 English speaking meeting Franciscan church - Františkánsky kostol, Františkánska 2, kontakt: Marek 0948134340

Nedeľa – 17:30 h. Skupina AA „Quo vadis“ Dom Quo Vadis Veterná 1, kontakt: Marek 0948134340

Prvý piatok v mesiaci – 17:00 h., Skupina AA „Triezve duše“ Strečnianska 15, kostol kontakt: Dušan 0907136231

DOMANIŽA

Každá párna nedeľa - 16.45 h – Skupina „AA Domaníža MM“ Fara Domaníža kontakt: Jana 0944524246

HRONOVCE

Nedeľa – 15.00 h. Liečebňa pre drogové závislosti kontakt: Juraj 0905605709

JASOVÁ

Utorok – 18.30 h. – Skupina AA Rim-kat. fara, Jasová 296 kontakt: František 0903218531

KEŽMAROK

Pondelok 16.00 hod. – Skupina AA v budove lýcea, (Ev. fara) vedľa červeného kostola, prízemie kontakt: Miki 0903606232

KOMÁRNO

Streda – 19.00 h Skupina AA „Dunaj“ mítingy dvojazyčne v slovenčine i v maďarčine budova Matice slovenskej, Nám. M. R. Štefánika kontakt : Gabo 0905624847, Juraj 0905605709

KOMJATICE

Piatok – 19.00 h. Skupina AA „Fénix“ Kultúrny dom, Námestie „11.posch. kontakt: Emil 0905372147

KOŠICE

Utorok – 16.30 h. Skupina AA „1.košický AA“ Psychosoc. centrum, Južná Trieda 23, kontakt: Hilda 0907459998, Marek 0903204731

LEVICE

Streda – 16.00 h Skupina AA „Levičatá“ Rim. - kat. kostol, pastor. centrum sídl. Rybníky III kontakt: Korina 0917435704

LUČENEC

Štvrtok – 16:00 h. Skupina AA „3 Pe“, Spoločenské centrum, Sokolská 12 kontakt: Margit 0915302898

MARTIN

Pondelok - 18.00 h. – Skupina AA „Môj Domov“, Evanjelický farský úrad M.R.Štefánika 13 (Memorandové nám.) kontakt: Ľuboš 0905299564

NITRA

Utorok – 17.00 h. – Skupina AA „Otvorené srdce“ Evanjelický kostol, Sládkovičova 12 kontakt: Rudo 0918266070

Streda – 18:00 h - Skupina AA „24“ , Pastoračné Centrum „Misijný dom na Kalvárii. kontakt: Tomáš 0905800603, Maroš 0903809614

NITRIANSKY HRÁDOK

Sobota – letný čas – 19.00 h, zimný čas – 18.00 h Skupina AA „Venuša“ Kultúrny dom, Šurany – Nitriansky Hrádok kontakt: Milan 0911229144 Robo 0908153077

NOVÉ ZÁMKY

Pondelok –17.00 h. Skupina AA „Siccus“ Františkánsky kostol, Námestie kontakt: Klárka 0907575257 Zuzka 0911052595

PEZINOK

Streda –17.30 Skupina AA „Triezvy život“ Psych. nem. Philippa Pinela odd. AT Malacká Cesta 2192/63 kontakt: Marianna 0903557544

Nedeľa –17.30 Skupina AA „12 krokov“ Psych. nem. Philippa Pinela odd. AT Malacká Cesta 2192/63 kontakt: Michaela 0905404825 Posledná nedeľa v mesiaci informiting.

PIEŠŤANY

Pondelok – 17.00 h. Skupina AA „Iskra“ JPC (Jezuiti) nad predajňou Dobrá kniha kontakt: Igor 0907749910

POPRAĐ

Štvrtok – 17.30hod Skupina AA Kostol BJB, Jahodná 5. (Veľká) kontakt: Gabika 0944257066, Jozef 0905313618

PREDNÁ HORA

Nedeľa – 15.00 h. prvá nedeľa v mesiaci CPLZ Predná hora kontakt: Jozef 0915819816

PREŠOV

Piatok - 17.00 h. – Skupina AA, Jarkova ul. 77, Katolícky Kruh kontakt: Eva 0907474811

ROŽŇAVA

Skupina AA „Escape“ Javická ul. č. 66, kontakt: Evka 0907515957

SENEC

Pondelok – 17.00 h. – Skupina AA „Pokoľ v srdci“ Rim. kat. kostol, pastoračné centrum, Farské nám. kontakt: Jozef 0904396159

SPIŠSKÁ NOVÁ VES

Pondelok – 18.00 h, Skupina AA „Nová Sloboda“ Šafárikovo nám. 3 – sídl. MIER, stredisko DIETKA na prízemí oproti kinu Mier kontakt: Marek 0915929084

SVIT

Streda – 18.00 h. Skupina AA v budove Rim. kat fary kontakt: Jozef 0915426134

ŠALA

Pondelok – 18.00 h. – Skupina AA Kultúrny dom – vchod „B“, ul. SNP kontakt: Stano 0907391532

ŠURANY

Štvrtok – 17.30 h. Skupina AA „Nádej“ Rim. Kat. farský úrad, kontakt: Laco 0907797503

TRNAVA

1. a 3. piatok v mesiaci – 17.00 h. Skupina AA „Otvorené srdce“ Poliklinika Družba, Starohájka 2, 1. posch. č.dv. 133 kontakt: Alica 0915461903

TRENČÍN

Streda – 17.00 h. Skupina AA „JUH“, Pastoračná miestnosť rim.- kat. kostola sv. Rodiny, sídl. Juh kontakt: Peter 0910784462

Štvrtok – 19.00 h, Skupina AA „Kroky“ Nemocnica Trenčín, Psychiatrická Klinika, klubovňa.

Nedeľa – 18.00 h. Skupina AA

Nemocnica Trenčín, Psychiatrická Klinika, klubovňa. Info a linka pomoci : 0944521223

VRÁBLE

Utorok – 16.00 h. Skupina AA „Pokoľ v duši“ Mestský úrad Vrábľa, kontakt: Miro 0905887218

ZLATÉ MORAVCE

Štvrtok – 17.00 Skupina AA Kláštor tešiteľov, Mojmirova 1 kontakt: Vlado 0944582514

ZBEHY

Utorok – 19.00 h. Skupina AA „Čistá myseľ“ Farský úrad Zbehy kontakt: Oskar 0904214376

Internetová skupina AA „TRIEZVY PRIESTOR“ :
www.triezvypriestor.net

Skype mítingy na Skype adrese:
cs_anonymni_alkoholici
Pondelok o 20.00 -Štúdium Modrej knihy
Streda o 20.15 - Slogany AA
Sobota o 19.00 - Krokové mítingy, každý mesiac sa preberá jeden Krok.
Kontakt: kris.mandyvy@gmail.com, tel: 0948777041

SKUPINY NA (Anonymní narkomani) BRATISLAVA

Pondelok–19.00 h Streda.– 20:00Skupina NA oz PRIMA Hviezdoslavovo nám. 17 (pri kine Mladost) kontakt: Lenka 0903228728

Piatok - 17:45 h. Skupina NA v Malom klube v budove Centra pre liečbu drogových závislostí na Hraničnej 2

POPRAĐ

Utorok – 17.30 – Skupina NA Aľya, Jahodná 9 (Veľká) kontakt: Ľuboš 0911080308

TRENČÍN

Štvrtok -17:30 h. Skupina NA Nemocnica Trenčín, Psychiatrická Klinika, klubovňa kontakt: : Evka 0903965667.

ŠURANY

Utorok 17:30 Skupina NA „Emanuel“ Rim. – kat. farský úrad, M. R. Štefánika 2 kontakt: Patrik 0908209744
Nedeľa – 15.00 hod. Skupina NA „RADOSŤ“, Resoc. zariadenie NELEGÁL, Nový Svet kontakt: Laco 0907797503

SKUPINA GA (Anonymní hráči)

TRENČÍN

Pondelok – 17.00 h, **Skupina GA**, Pastoračná miestnosť rím.- kat. kostola sv. Rodiny, sídl. Juh
Kontakt: nehazardujtn@gmail.com

SKUPINY AL-ANON

BANSKÁ BYSTRICA

Každý nepárny utorok v mesiaci – 16.30 h. **Skupina AI-Anon** Horná Strieborná 5,
kontakt: Alena 0905112302

BRATISLAVA

Piatok – 17.00 h. – **Skupina AI-Anon**
Cirkev Bratská, Cukrová 4,
kontakt: Dáša 0902394614

LUČENEC

Štvrtok – 16.00 h., **Skupina AI-Anon „3 Pé“**
Centrum 3 Pé Sokolská 12,
kontakt: Eva: 0902338033

POPRAD

Štvrtok – 17.30 **skupina AL-Anon**,
Kostol BJB, Jahodná 5 (Veľká)
kontakt: Jana 0908699767

PREŠOV

Piatok – 18.15 hod **Skupina „Cesta k pokoju“**
Jarkova ul. 77, Katolícky kruh
kontakt: Milka 0905855858

RUŽOMBEROK

Streda – 17.00 **Skupina AI-anon**
Kostol BJB, Bernolákova 18
kontakt: Maja 0908928270

TRENČÍN

Streda – 18.00 h. **Skupina AI-Anon**
Horný Šianec 17
kontakt: Helena 0907779131, Zuzana 0904535615,
Lenka 0903 836 888

ZLATÉ MORAVCE

Štvrtok 17.00 hod. **Skupina AI-Anon**
kláštor Tešiteľov Hviezdoslavova 77
vchod z Mojmirovej ulice
kontakt: Beata 0902267952

SKUPINY DDA a SKUPINY ALATEEN

LEVOČA

Piatok – 17.30 h. **Skupina AL ATEEN** Nemocnica
NSP, Probtnerova cesta (Domček opora)
kontakt: Jano 0908668786

LUČENEC

Štvrtok – 16.00 h. **Skupina DDA**
Sokolská 12
kontakt: Eva 0902338033

PREŠOV

Piatok – 18.15 **Skupina DDA**
Jarkova ul. 77 Katolícky kruh
kontakt: Milka 0905855858

ZVOLEN

Každý párny utorok v mesiaci - 16:30 h
Skupina AI-ATEEN, Tehelná 4
kontakt: Eva 0908406842

Skupiny CODA

BRATISLAVA

Piatok - 19:30 h. **Skupina CODA**
oz PRIMA Hviezdoslavovo nám. 17 (pri kine Mladost)
kontakt: Lenka 0903 793 676

LEVOČA

Sobota - 17:30 h. - **Skupina "Duševný pokoj"**
Nemocnica NSP, Probtnerova cesta 2, (Domček
opora)
kontakt: Jano 0944327227

NITRA

Utorok – 18.00 h. **Skupina CODA**
Pastoračné centrum, Misičný dom na Kalvárii
kontakt: Pafo 0948366043

POPRAD

Pondelok – 18.00 h. - **Skupina CODA**
Jahodná 9
kontakt: Fero 0907 517 250

SPIŠSKÁ NOVÁ VES

Utorok – 18.00 h, **Skupina CODA**
Šafárikovo nám. 3 – sídl. MIER, stredisko DIETKA na
prízemí oproti kinu Mier
kontakt: Marek 0915929084
Janka 0917086128

SKUPINA OA (pre ľudí s poruchou príjmu potavy)

BRATISLAVA

Pondelok – 20.00 **Skupina OA**
Cukrová 2, zvonit' na zvončeku "kancelária"
kontakt: Bibiana 0907573215

SKUPINA EA (Emotions Anonymous)

TRENČÍN

Nedeľa – každá párna nedeľa 16.00 h. **Skupina EA**
v priestoroch Trenčianskej univerzity A. Dubčeka
Študentská 1639/2
kontakt mailto:liskja.ea@gmail.com

„Tu som, Bože môj. Hľadáš
ma? Čo chceš? Nemám ti čo dať.
Po našom poslednom stretnutí som
neodložil pre Teba nič. Bol som
unavený...“

„Nič... Nepovedal som dobré
slovo. Bol som veľmi smutný.
Nechcem žiť. Nuda. Sterilnosť.“

- **Ponúkni to.**

„Netrpezlivosť vidieť každý
deň, deň neužitečne zakončený;
túžbu odpočívať oslobodený od
povinností, záväzkov, ľahostajnosť
urobiť dobre, únava z teba, môj
Bože!

- **Ponúkni to.**

„Ľahostajnosť duše, výčitky pre
apatiu, nevšímavosť, výčitky...
Potreba šťastia, vyčerpávajúca
nežnosť, bolesť byť tým, kým som,
bez úniku...“

- **Ponúkni to.**

„Nepokoj, zmätky, strach,
pochybnosti.“

„Pane, tak ako nejaký handrár
obchádzaš ľudí a zbieraš ...
odpadky a smeti. Čo s tým chceš,
Pane, urobiť?“

- **Nebeské kráľovstvo.**

Sme staré zaprášené a
opotrebované nástroje. Sme však
schopní vydať vznešenú harmóniu.
Stačí na to dotyk Majstra.

Bruno Ferrero

