

SPIS TREŚCI

NAJWAŻNIEJSZY JEST DOBRY POCZĄTEK	5
Poważny problem z zaletami	10
Skazani? Może i skazani, ale...	12
Czekanie niebanalne	13
Bóg w Programie AA?	17
Przyznaliśmy: ja, oni czy...?	20
Źródła samozadowolenia	21
Sponsor – granice zobowiązań	25
Posłanie Anonimowych Alkoholików	27
Anonimowi Alkoholicy – tajemnicze plemię	32
Alkoholizmu zaklinanie	42
Cieszę się, że dziś nie piję	47
Mityngowe cuda i podzielność doświadczenia.	51
Warsztaty sponsorowania i anonimowość	55
Cóż mogę dać innemu człowiekowi?	58
Miedzy przekonaniem a doświadczeniem...	61
Wietrzenie poglądów	64
Najpierw sprawy najważniejsze	69
Po co mi ta cała duchowość?!	73
Alkoholowe sprzeczności	77
Pies macha ogonem.	81
Anonimowi Alkoholicy płci obojga	85
Bajka o sklepowym wózku.	90
Tu przecież zaszła zmiana!	92
Pokochać samego siebie w praktyce	97
Nie piję! Ale tylko dzisiaj!	101
Pokora i upokorzenie	104
Mityng informacyjny, czyli prawda o Wspólnocie AA	107
Czas wyborów i decyzji	114
Jak wiele AA jest na mityngu AA?	118
Program – sponsor – scenariusz	122
Uczciwość wobec siebie – o co tu chodzi?	124
Egzamin z trzeźwości	127

Kto mówi językiem serca?	134
Czy literatura AA pomaga w trzeźwieniu?	139
„Desiderata” a Program Wspólnoty AA	143
Legendy i mity świata niepijących alkoholików	151
Moja wspólnota AA albo noworoczne postanowienia	156
Ten Program działa, kiedy ja działam	159
Wspólnota AA po mityngu AA.	165
Najpierw sprawy najważniejsze a uczciwość	168
Ostatnie pigułki.	172
Alkoholik – trzeźwy czy zdrowy?	174
Londyn bez znieczulenia, czyli...	182
COŚ SIĘ KOŃCZY, COŚ SIĘ ZACZYNA...	189

SPONSOROWANIE W AA

Osobiste doświadczenia, przemyślenia i uwagi

WPROWADZENIE	193
Odpowiedzialność grupy AA wobec nowicjuszy	196
Jak sponsora znaleźć, wybrać, poprosić o pomoc?	197
Uzgadniamy warunki, zasady i reguły współpracy	204
Techniki, sposoby i metody pracy i współpracy	208
Sponsorowanie w przypadkach szczególnych	210
ZAKOŃCZENIE	216
ANEKS.	218