

SPIS TREŚCI

WSTĘP	7
NOWE	9
Jestem alkoholikiem	9
Zamiast	15
Przebudzenie duchowe alkoholika	19
Alkoholik – trzeźwy czy zdrowy? Czy możliwe jest całkowite wyleczenie?	24
Anonimowość anonimowa	31
Zbyt niska poprzeczka, czyli doskonałość i postęp	35
O nowicjuszach i Pierwszym Kroku	38
Ocet czy miód?	41
Nie jestem bezinteresowny	42
Na mityngu nie udziela się rad?	45
Czytanie ze zrozumieniem, czyli refleksje o „Codziennych refleksjach”	48
Esej o strachu i miłości	51
Tajemnice „Wielkiej Księgi”	56
„Historia AA w Polsce”	57
Rozważania na temat wolności	63
Moda, marzenia i strach	65
Strategia Piątego Kroku Anonimowych Alkoholików	69
Krok Szósty: techniki, sposoby, metody... ..	74
Najtrudniejszy z Dwunastu Kroków	77
Sześć/Siedem, czyli <i>krótki dwukrok</i>	79
Zagadka Szóstego Kroku	83
Powrót do Ósmego i Dziewiątego Kroku AA	87
Zerwana więź – rozważania o Jedenastym Kroku i Utopii	89
Obietnice i... obietnice	92
Siła większa i biuletyny	95
Programowe wątpliwości	99

Kto będzie dziś na mityngu?.....	102
WARSZTATY SPONSOROWANIA POZNAŃ 10.02.2013 –	
i ja tam byłem... ..	104
Mityng spikerski Meszuga: Tradycje AA – teoria czy praktyka?.....	108
Życie to ciągła zmiana... ..	122
Trudna sztuka hamowania	125
Meszuga – ostatnia misja.....	128

STARE	134
Co oferujemy nowicjuszowi?	134
Sponsorowanie i służba w AA	139
Inteligencja, moralność, trzeźwość... ..	141
My w AA, na mityngach AA, czytamy literaturę AA	142
Program Anonimowych Alkoholików to nie wytrych!	146
Rocznice w grupie AA	151
W pogoni za uczuciami	155
Patetyczny i udziwniony język trzeźwiejących alkoholików	161
Być czy mieć – oto jest pytanie.....	164
Ciche Kroki	171
Czy inteligencja przeszkadza w trzeźwieniu?	178
Moja grupa AA – co to znaczy?.....	182
Przyjmowałem ludzi do AA.....	185
Jak mam zadośćuczynić?	189
Jedna grupa AA czy kilka?	191
Nasz wspólny cel – co to dla mnie oznacza?.....	196
O przyjaźni w życiu i w AA	199
Otwarty mityng AA	203
Ósma rocznica abstynencji	206
Po co mi ta służba?!	208
Powrót do Kroków Dziesięć-Dwanaście w Woźniakowie, jesienią 2008 roku.....	211
Scenariusz mityngu grupy AA	214
Pierwsze warsztaty sponsorowania	219
Wspólnota AA w Polsce czy Polska Wspólnota AA?.....	222
Przypadki losowe w życiu alkoholika	226

NOWE	229
Nikt nie kocha tęgich kobiet	229
W przeciwne strony się nie da.....	245
O żałowaniu przeszłości.....	247
Pomysł na abstynencję?.....	249
Nieporozumienia i wątpliwości.....	251
Alkoholik trzeźwiejący	254
Trzeźwość na trójkę z plusem	256
Brzytwa Ockhama we Wspólnocie AA	257
Krok Piąty, mandarynki, ulga i dwie szkoły	258
Bóg we Wspólnocie AA.....	262
Sponsorowanie i Internet	263
Sponsor we Wspólnocie AA	266
Krok za Krokiem	268
Jestem bezsilny, a nie.....	269
Czyn wykonany połowicznie... ..	270
Na sponsora jest sposób!.....	273
O korzyściach rozlicznych z posiadania osobistego wroga płynących	277
Daleka droga.....	280
Przyzwoity człowiek	283
 CDN.	 285