WARSZTATY nt. TRADYCJI CZWARTEJ

Każda grupa powinna być niezależna
z wyjątkiem spraw odnoszących się do innych grup Al-Anon lub AA jako całości.

17 kwietnia 2013, godz.15.00, siedziba grupy „Trójkącik", Wrocław ul. Komuny Paryskiej („MOST")

prowadząca: Ewa („Westalki" Wrocław); uczestniczyło 10 osób

Tradycja Czwarta mówi o autonomiczności czyli niezależności grup Al-Anon. Jednak taka niezależność powinna być ograniczona przez „posłuszeństwo wobec tego, czego nie można nikomu narzucić". Oznacza to, podjęcie odpowiedzialności zarówno przez każdą grupę jak i przez każdego jej członka za ochronę i utrzymanie właściwego charakteru naszej Wspólnoty, która gwarantuje zachowanie jedności na całym świecie.
Jedność ta jest nieodzowna w niesieniu pomocy dla tych, którzy jeszcze cierpią i potrzebują pomocy.

Tradycja Czwarta proponuje poszczególnym grupom całkowitą wolność i swobodę we wszystkich istotnych sprawach i decyzjach takich jak:

- Wybór nazwy grupy
- Wybór miejsca spotkań, godziny, dnia tygodnia
- Częstotliwość spotkań
- Wybór Reprezentanta Grupy, Przewodniczącego i innych funkcyjnych
- Terminy ich kadencji
- Wybór tematów spotkań i schemat prowadzenia mitingów ale zgodnie z tradycjami i bez szkody dla jedności Wspólnoty
- Dowolność zaczynania i kończenia spotkań
- Wydatki zgromadzonych funduszy
- Aktywność grupy (ilość spotkań otwartych, zamkniętych, praca dla społeczeństwa w informacji publicznej)

Źle zrozumiana i zastosowana wolność i swoboda, o której mowa w Tradycji Czwartej może wprowadzić wiele nieporozumień i chaosu, co prowadzi do zniszczenia podstawowych zasad Al-Anon,
dlatego grupy i poszczególni członkowie nie powinni:

- Łamać anonimowości członków Al-Anon, Alateen, AA
- Niszczyć wspólnej własności
- Tworzyć złej opinii o wspólnocie
- Zniekształcać program, stosować program „jak zniszczyć Al-Anon"
- Wprowadzać „obcą" literaturę lub pisać własną

Wszystkie te zachowania przyczynić się mogą do przerwania niesienia posłania nadziei, zniekształcenia idei AA, a także zniszczenie wspólnoty, od której wszyscy oczekujemy pomocy.

Hasła powiązane z Tradycja Trzecią:

- ✓ **posłuszeństwo nienarzucone –** każda grupa prowadzi pracę Al-Anon zgodnie z zasadami duchowymi przedstawionymi w Tradycjach, które uczestnicy akceptują i stosują się do nich z **własnej woli**, nie kierowani ani zmuszani przez nikogo
- ✓ **jedność w różnorodności –** stosując **jeden program** mamy różne nazwy grup, różne miejsce spotkań, różne godziny, różny sposób prowadzenia – co pozwala na to, by każdy, kto potrzebuje pomocy mógł ją uzyskać, kiedy tylko sam zechce

Pytania do Tradycji Czwartej:

1. Co to znaczy niezależna?
2. Na czym polega swoboda działania grup Al-Anon?
3. Co może wyrządzić szkodę innej grupie Al-Anon lub całej wspólnocie?
4. W jaki sposób współpraca z miejscową służbą informacyjną pomaga nam lepiej stosować tę Tradycję?
5. Dlaczego grupy powinny używać wyłącznie literaturę zaakceptowaną przez Konferencję (LAK) zamiast pisania własnej?
6. Dlaczego grupy powinny przeprowadzać inwenturę swojej grupy?
7. Jeżeli nikt z nas nie będzie karany za złamanie Tradycji, to dlaczego mamy je stosować?
8. Jak rozumiem swoją odpowiedzialność za zachowanie jedności Al-Anon na całym świecie?
9. Jak moja grupa dba o ochronę i utrzymanie unikalnego charakteru naszej wspólnoty?

Wypowiedzi uczestniczek warsztatów

- Al-Anon jest moją opoką, nie wyobrażam sobie stosowania metod „jak zniszczyć Al-Anon". W nim znalazłam wsparcie i osoby, które mnie rozumieją i znają mój problem, bo same też mają podobne trudności.
  Niszczy Al-Anon plotka, dokuczanie i obgadywanie za plecami, które jest tchórzostwem.

- Posłuszeństwo niewymuszone – jeżeli chcę zdrowieć muszę dostosować się do programu, który jest tak skonstruowany by pomagać ludziom w takiej sytuacji. Jeżeli coś mi się nie podoba można otwarcie to ujawnić na inwenturze, a nie robić tego „za plecami". Trzeba przyjrzeć się swoim motywom – zmienić siebie na lepszego człowieka: akceptującego i tolerowanego przez innych.
  Po to zostały stworzone Tradycje by grupy się nie rozpadały i były jednolite w realizowaniu programu.

- Potrzebne jest zrozumienie Tradycji i Koncepcji, ale to wymaga czasu. Dla mnie było problemem zwracanie uwagi zwłaszcza nowym osobom, które nie mają jeszcze wiedzy o Al-Anon i które mogłyby się zrazić.
  Nie karze się za łamanie Tradycji, ale zwraca uwagę na problem.

- Zdarzyło się, że jedna osoba może „zająć sobą" cały miting, a od wysłuchania jest sponsor. Trzeba o tym przypominać z wyczuciem i taktem, by nikogo nie zranić, a dać szansę innym na wypowiedź bez poświęcania czasu tylko jednej osobie na mitingu.

- Brakuje ludzi do służb, bo nie przerabia się Koncepcji, a jest literatura pomocna by je zrozumieć.
  Ci, którzy już nie żyją z alkoholikiem i nie dotyczy ich problem bezpośrednio nie powinni się tym usprawiedliwiać, bo mają bogate doświadczenie, które może umocnić innych.

- Zdarzają się zaskakujące pytania np. Po co czyta się Gwarancje? Nasza wspólnota nie jest zamkniętą enklawą, cały czas rozwija się, nawet literaturę się poprawia – znajduje się lepsze, jaśniejsze określenia gdy te wcześniejsze zdarzały się niewłaściwe czy niefortunne, przez co trudne do zrozumienia.

- Niezależność grup i schemat prowadzenia mitingów jest podobny, ale każda grupa ma swoje „rytuały", których nie powinno się krytykować. Nie zawsze odwaga do formułowania swojej opinii jest wskazana, bo można samego siebie tym ukarać, rzucając cień na własną osobę.

- Wszyscy uczymy się od siebie nawzajem. Musimy dzielić się swoim doświadczeniem w pełnieniu służb.
  Nie powinno być obaw, że zostaniemy skrytykowani czy ocenieni. Potrzebna jest odwaga do zmian.
- Czytanie literatury przynosi odpowiedź na wiele pytań i wątpliwości. Wszystko jest już napisane, trzeba tylko z tego skorzystać.

- Mitingi na których omawia się Tradycje i Koncepcje są spotkaniami dyskusyjnymi: można zadawać pytania i się sprzeczać w myśl zasady: NIE KOP (czyli w skrócie: nie krytykuj, nie oceniaj, nie pouczaj)

- Jak moja osoba wpływa na grupę zależy od tego jaki przykład ja daję. Rozumiałam Stopnie, Tradycje i Koncepcje na swój sposób, często skrzywiony, ale przez pracę nad sobą moja świadomość zaczynała się budzić, ujawniając mi moje najlepsze cechy, którymi chcę dzielić się z innymi.
  Al-Anon pomaga zrozumieć wolność i z empatią przyjmować innych, bo wszyscy jesteśmy ważni.

- Moje nastawienie musi się zmienić, żeby nie winić innych za to, co ja czuję. Odpowiedzi należy szukać w sobie.

- W Al-Anon odkrywamy i akceptujemy siebie w bezpiecznych warunkach, wystarczy tylko mieć pozytywne nastawienie: żeby uczyć się od innych i chcieć dzielić się swoją wiedzą. Program potrzebny jest na życie codzienne.