

Informacje dla prowadzących mityng

Zgodnie z Czwartą Tradycją, każda grupa AH powinna rządzić się sama, z wyjątkiem spraw dotyczących innych grup Hazardzistów jako całości.

Każda grupa ma więc pełną swobodę wyboru formy i sposobu prowadzeniu mityngu.

Nie istnieje forma „najlepsza”, niektóre sprawdzają się jednak lepiej.

Niniejszy scenariusz jest jedynie sugestią - propozycją dla grup poszukujących najbardziej odpowiadającego im sposobu prowadzenia mityngu AH.

Uwagi wstępne

Mityng AH prowadzi dowolnie wybrany uczestnik spotkania. Tą osobą jest prowadzący. Służbę sprawuje najczęściej przez jeden miesiąc albo okres ustalony przez grupę. Prowadzący mityng dba o porządek spotkania i tylko on lub rzecznik ma prawo przerywania wypowiedzi, jeśli uzna, że nie jest ona zgodna z programem, tradycjami lub tematem mityngu. Do prowadzącego należy również omówienie spraw organizacyjnych grupy. Przeprowadzeniem zbiórki dobrowolnych datków zajmuje się skarbnik grupy, który informuje także o stanie kasy grupy AH. Sprawy organizacyjne techniczne i finansowe grupy omawia się na specjalnym mityngu. Mityng taki można organizować w razie potrzeby lub ustalić, co jaki czas ma się odbywać. Mityng powinien prowadzić rzecznik grupy lub jeden z doświadczonych członków wspólnoty AH (jeśli grupa nie ma rzecznika).

Rozpoczęcie mitingu

Mam na imięjestem hazardzistą witam wszystkich przybyłych na dzisiejszy mityng. Proszę o wyłączenie komórek i urządzeń mogących rozpraszać naszą uwagę na dzisiejszym mityngu.

Po tym powitaniu odmawiamy modlitwę o pogodę ducha. Informujemy również, że w modlitwie jest słowo Bóg i jeśli komuś ono przeszkadza może je zastąpić imieniem swojego Boga lub je pominąć.

Boże użycz mi
pogody ducha,
abym godził się z tym czego nie mogę zmienić ,
odwagi abym zmieniał to , co mogę zmienić
i mądrości abym odróżniał jedno od drugiego.

Dalej mityng prowadzi prowadzący przedstawiając się:

-Na imię mam.....i jestem hazardzistą.

Pytania do uczestników spotkania

- Czy są wśród nas inni hazardziści? (każdy kto ma problem z hazardem podnosi rękę)
- Czy jest ktoś po raz pierwszy na mityngu AH?
-

Jeśli ktoś się zgłasza - prowadzący zadaje pytania:

- Czy masz problem z hazardem?
- Czy chcesz przestać grać?

Jeśli zapytany odpowie twierdząco, wówczas otrzymuje informacje ,że od tej chwili może uczestniczyć we wszystkich mityngach AH w Polsce i na całym świecie. Informujemy, że może też szukać wsparcia w grupach AA.

Informujemy nowicjusza, że w dniu dzisiejszym ma prawo do zabierania głosu poza kolejnością, mówienia nie na temat i zadawania pytań. Zaznaczamy przy tym, że jest to tylko jeden jedyny raz i warto z tego skorzystać.

W przypadku mityngu otwartego, prowadzący rezygnuje z zadawania pytań i zaczyna od zasad obowiązujących na mityngu AH.

Na początku mityngu dobrą sprawą jest zadać pytanie:

- „Czy ktoś ma okres abstynencji krótszy niż jeden miesiąc?”

Jeśli ktoś zgłosi się, dostaje brawo od obecnych, a prowadzący informuje go, że brawa te nie są za to, że grał, lecz za to, że miał odwagę, aby się przyznać.

Zasady obowiązujące na mityngu AH

- Każdy, kto chce zabrać głos na mityngu, sygnalizuje to poprzez podniesienie ręki.
- Każdy mówi tylko o własnych doświadczeniach, poglądach i przemyśleniach, nie teoretyzuje, nie krytykuje i nie ocenia wypowiedzi innych, a także nie używa słów my, wy, oni itp.
- Nie należy przerywać wypowiedzi innym, zadawać w jej trakcie pytań, wypowiadać komentarze.
- W AH nie udziela się rad, a więc twoja wypowiedź może ujawniać tylko własne doświadczenia, przeżycia i zachowania w sytuacjach podobnych do przedstawionych przez innych uczestników mityngu.
- Wszyscy obecni na mityngu są zobowiązani do zachowania anonimowości osób i zasłyszanych na mityngu spraw i zdarzeń.

JEST TO FUNDAMENTALNA ZASADA ANONIMOWYCH HAZARDZISTÓW

Można także wprowadzić zasadę, iż na mityngu nie mówimy o wysokości wygranych czy przegranych, nie podajemy technik grania ani nie informujemy o lokalizacji kasyn, salonów gry itp.

Teksty Początkowe

Preambuła Anonimowych Hazardzistów (Kim są anonimowi hazardziści)

ANONIMOWI HAZARDZIŚCI są wspólnotą kobiet i mężczyzn, którzy dzielą się nawzajem doświadczeniem, siłą i nadzieją, że mogą rozwiązać swój wspólny problem i pomóc innym zdrowieć z problemu hazardu. Jedynym wymogiem uczestnictwa w grupie jest chęć zaprzestania hazardu. Nie istnieją żadne opłaty za uczestnictwo w grupach Anonimowych Hazardzistów, utrzymujemy się, bowiem z własnych dobrowolnych datków. Anonimowi Hazardziści nie mają powiązań z żadną sektą, grupą wyznaniową, polityką, organizacją czy instytucją; nie chcą angażować się w jakiegokolwiek polemiki, nie popierają ani nie zwalczają żadnych spraw. Naszym najważniejszym celem jest zaprzestanie uprawiania hazardu oraz pomoc innym nałogowym hazardzistom w zrobieniu tego samego.

Większość z nas niechętnie przyznawała się do tego, że mamy problem z hazardem. Nikt, bowiem nie lubi myśleć, że różni się od innych ludzi. Dlatego też, nie dziwi fakt, iż nasze uprawianie hazardu charakteryzowały niezliczone, daremne próby udowodnienia, że możemy grać tak, jak inni ludzie. Myśl, że w jakiś sposób, pewnego dnia będziemy mogli kontrolować uprawianie hazardu, jest wielką obsesją każdego nałogowego hazardzisty. Upieranie się przy tej iluzji jest wręcz zdumiewające. Wielu doprowadziło to za bramy więzień, do obłądu lub śmierci.

Nauczyliśmy się jednak przyznawać w pełni i w najgłębszych zakamarkach naszego jestestwa, do tego, iż jesteśmy nałogowymi hazardzistami.

A to jest pierwszy krok w naszym zdrowieniu. Jeśli chodzi o hazard, to musimy pozbyć się iluzji, iż jesteśmy jak inni ludzie lub wkrótce możemy nimi być. Utraciliśmy bowiem kontrolę nad uprawianiem hazardu. Wiemy, iż nie jest realne, aby nałogowy hazardzista kiedykolwiek tą kontrolę odzyskał. Każdy z nas miał momenty, kiedy czuł, że odzyskał kontrolę, ale te chwile, zwykle krótkie, zawsze zapowiadały jeszcze mniejszą kontrolę, co prowadziło do żalosnej i niepojętej demoralizacji. Jesteśmy przekonani, że hazardziści tacy jak my znajdują się całkowicie pod wpływem postępującej choroby. Po jakimś czasie jest z nami gorzej, nigdy lepiej. Dlatego też, aby prowadzić normalne szczęśliwe życie, staramy się praktykować stosownie do naszych zdolności, pewne zasady w naszych codziennych sprawach.

Jak to działa?
(fragment V rozdziału „Wielkiej Księgi”)

Rzadko się zdarza, by doznał niepowodzenia ktoś, kto postępuje zgodnie z naszym programem. Nie wracają do zdrowia ludzie, którzy nie mogą lub nie chcą całkowicie poddać się temu prostemu programowi. Zazwyczaj są to mężczyźni i kobiety, którzy z natury swojej nie są zdolni do zachowania uczciwości wobec siebie. Istnieją tacy nieszczęśnicy. To nie ich wina. Tacy się po prostu urodzili. Z natury swojej nie są zdolni pojąć, a tym bardziej rozwinąć sposobu postępowania, który wymaga bezwzględnej uczciwości. Ich szanse na powodzenie są znikome. Istnieją też ludzie, których cierpienie wpływa z głębokich zaburzeń emocjonalnych lub umysłowych, ale wielu z nich wraca do zdrowia, jeśli tylko zdobędą się na uczciwość wobec siebie. Historie naszych zmaganiań opublikowane w tej książce ukazują w ogólnych zarysach, kim byliśmy, co się z nami stało i jacy jesteśmy obecnie. Jeżeli czytelnik tej książki poweźmie decyzję, że pragnie tego, co my w AH posiadamy, i że gotów jest uczynić wszystko, aby ów cel osiągnąć, wtedy jest już przygotowany do postawienia pierwszych kroków. Przy stawianiu niektórych z nich towarzyszyło nam wahanie sądziliśmy, że potrafimy znaleźć łatwiejszą i łagodniejszą drogę. Ale nie potrafiliśmy. Pozostaje nam, zatem prosić was bądźcie nieustraszeni i gorliwi od samego początku. Niektórzy z nas usiłowali przez jakiś czas trzymać się starych przekonań bezskutecznie. Musieliśmy pozbyć się ich całkowicie. Pamiętajmy przy tym że mamy do czynienia z hazardem wrogiem potężnym podstępny i przebiegły. Nie jesteśmy w stanie walczyć z nim sami, bez dodatkowej pomocy. Ale na szczęście jest Ktoś potężniejszy pod każdym względem, posiadający wszystkie potrzebne zasoby sił. Tym kimś jest Bóg. Obyś znalazł Go teraz. Stosowanie półśrodków nic nam nie dało. Znajdowaliśmy się ciągle w punkcie wyjściowym. Prosililiśmy Boga z całym oddaniem o pomoc i opiekę.

Jednym z tekstów czytanych na początku mitingu może być też Historia AH

Historia Anonimowych Hazardzistów

Wspólnota Anonimowych Hazardzistów powstała w wyniku przypadkowego spotkania dwóch mężczyzn w styczniu 1957 roku. Ci mężczyźni mieli za sobą zdumiewające historie pełne kłopotów i nieszczęść spowodowanych obsesją uprawiania hazardu. Zaczęli się regularnie spotykać. Mijały miesiące, a żaden z nich nie wrócił do uprawiania hazardu.

Stwierdzili, że aby zapobiec ponownemu upadkowi, należy wprowadzić pewne zmiany w swoim charakterze. Aby to osiągnąć, uznali siłę przewodnią tych zasad duchowych, które zostały sprawdzone przez tysiące ludzi wychodzących z innych nałogowych uzależnień. Słowo „duchowe” w tym kontekście odnosi się do tych cech ludzkiego umysłu, które reprezentują najwyższe wartości, takie jak: życzliwość, wielkoduszność, uczciwość i pokora. Aby zachować abstynencję, owi mężczyźni czuli także, iż jest niezwykle istotne, aby nieść posłanie nadziei innym nałogowym hazardzistom.

Dzięki nagłośnieniu sprawy przez wpływowego dziennikarza prasowego i prezentera telewizyjnego, pierwsze spotkanie grupowe Anonimowych Hazardzistów odbyło się w piątek, 13 września 1957 roku w Los Angeles w Kalifornii. Od tego czasu Wspólnota znacznie się rozwinęła, a grupy powstają na całym świecie.

W lutym 1995 w Warszawie powstała pierwsza polska grupa Anonimowych Hazardzistów i przyjęła nazwę Jedynka. Od tego czasu wspólnota cały czas się rozrasta i mityngi AH odbywają się w coraz większej liczbie miast w Polsce.

DWANAŚCIE KROKÓW

Oto są kroki, które stanowią **Program Zdrowienia**:

1. Przyznaliśmy, że staliśmy się bezsilni wobec hazardu i że przestaliśmy kierować własnym życiem.
2. Uwierzyliśmy, że Siła większa od nas samych może przywrócić nam normalny sposób myślenia i życia.
3. Postanowiliśmy powierzyć naszą wolę i nasze życia opiece tej Siły, jakkolwiek ją pojmujemy.
4. Zrobiliśmy gruntowny, odważny oraz osobisty obrachunek moralny i finansowy.
5. Wyznaliśmy sobie i drugiemu człowiekowi istotę naszych błędów.
6. Staliśmy się całkowicie gotowi, aby uwolnić nas od tych wad charakteru.
7. Pokornie prosiliśmy Boga (jakkolwiek go pojmujemy), aby usunął nasze braki.
8. Zrobiliśmy listę wszystkich osób, które skrzywdziliśmy i staliśmy się gotowi zadośćuczynić im wszystkim.
9. Zadośćuczyniliśmy osobiście tym ludziom, wobec których było to możliwe z wyjątkiem tych przypadków, gdy zraniłoby to ich lub innych.
10. Prowadziliśmy nadal osobisty obrachunek i jeśli byliśmy w błędzie, natychmiast przyznaliśmy się do tego.
11. Szukaliśmy poprzez modlitwę i medytację lepszego, świadomego kontaktu z Bogiem, jakkolwiek go pojmujemy, modląc się jedynie o poznanie Jego woli wobec nas oraz siłę do jej spełnienia.
12. Włożywszy wysiłek w to, aby stosować te zasady we wszystkich naszych poczynaniach, staraliśmy się nieść posłanie innym nałogowym hazardzistom.

DWANAŚCIE TRADYCJI

Program Jedności

Jeżeli chcemy zachować jedność nasze doświadczenia pokazują, że:

1. Nasze wspólne dobro jest najważniejsze, indywidualny powrót do zdrowia zależy od jedności grupy.
2. Nasi liderzy są tylko zaufanymi sługami, oni nie rządzą.
3. Jedynym wymogiem dla członków Anonimowych Hazardzistów jest pragnienie, by przestać uprawiać hazard.
4. Każda grupa powinna rządzić się sama z wyjątkiem spraw dotyczących innych grup Anonimowych Hazardzistów jako całości.
5. Anonimowi Hazardziści mają tylko jeden najważniejszy cel - nieść swoje posłanie do nałogowych hazardzistów, którzy ciągle cierpią.
6. Anonimowi Hazardziści nie mogą nigdy poręczać, finansować i użyczać nazwy Anonimowych Hazardzistów żadnym pokrewnym organizacjom i innym przedsiębiorstwom, tak, aby kwestie finansowe, własnościowe i prestiżowe nie odwracały nas od najważniejszego celu.
7. Każda Grupa Anonimowych Hazardzistów musi być w pełni samowystarczalna, musi odmawiać zewnętrznego wspierania.
8. Anonimowi Hazardziści powinni pozostać zawsze nie zawodowcami, ale nasze centra usługowe mogą zatrudniać specjalnych pracowników.
9. Anonimowi Hazardziści nie mogą nigdy organizować się w struktury, ale mogą tworzyć komitety i ciała usługowe bezpośrednio odpowiedzialne przed tymi, którym służą.
10. Anonimowi Hazardziści nie zajmują stanowiska w żadnych sprawach zewnętrznych, stąd nazwa Anonimowi Hazardziści nie może być wciągnięta w żadną publiczną dyskusję.
11. Nasza polityka wobec środków masowego przekazu powinna polegać bardziej na przyciąganiu niż promocji ; powinniśmy zawsze zachować osobistą anonimowość w stosunku do prasy, radia, filmu i telewizji.
12. Anonimowość jest duchową podstawą programu Anonimowych Hazardzistów przypominającą nam zawsze, aby przedkładać zasady nad sprawy osobiste.

Dzielenie się doświadczeniem i nadzieją

Po odczytaniu tekstów początkowych prowadzący pyta:

- Czy jest na mityngu ktoś, kto ma jakiś problem lub radość, którym chciałby się podzielić lub omówić na mityngu? (Jeżeli tak, to przedstawia go i omawia w pierwszej kolejności)
- Czy ktoś z obecnych chciałby zaproponować dodatkowy temat mityngu?(Jeżeli nie, prowadzący przystępuje do ustalonego wcześniej przez grupę tematu lub podaje temat przygotowany przez siebie).
- Wskazane jest, aby wypowiedzi wiązać z programem i tradycjami AH, tam szukać wskazówek i rozwiązań, a także, aby zabierali głos wszyscy uczestnicy spotkania.

Sugeruje się także pomitingowe spotkania uczestników dla przyjacielskiej wymiany w luźnej dyskusji odczuć i poglądów.

Zakończenia mityngu

(tekst końcowy)

Zdajemy sobie sprawę, że wiemy niewiele. Bóg będzie coraz pełniej wyjawiał Swoją wolę Tobie i nam. Pytaj Go podczas porannej medytacji:, co możesz zrobić każdego dnia dla kogoś, kto jeszcze jest chory. Jeśli twoje sprawy są uporządkowane otrzymasz odpowiedź. Oczywiście nie możesz podzielić się czymś, czego sam jeszcze nie masz. Bacz na to, aby twoja więź z Bogiem była właściwa, a tobie i wielu innym przydarzą się wielkie rzeczy. Dla nas jest to Wielka Prawda. Oddaj się bogu takiemu jak Go sam pojmujesz. Wyznaj Bogu i współbraciom swoje winy. Uporządkuj swoją przeszłość. Dziel się tym, co odkrywasz i dołącz do nas. Będziemy z tobą w Wspólnocie Ducha i z pewnością spotkasz niektórych nas na Drodze Szczęśliwego Przeznaczenia.

(Zamiast tekstu końcowego można np. przeczytać desideratę)

DESIDERATA

Krocz spokojnie wśród zgiełku i pośpiechu - pamiętaj, jaki pokój może być w ciszy.

Tak dalece jak to możliwe, nie wyrzekaj się siebie, bądź w dobrych stosunkach z innymi ludźmi.

Prawdę swą głoś spokojnie i jasno, słuchaj też tego, co mówią inni, nawet głupcy i ignoranci, oni też mają swą opowieść.

Jeśli porównujesz się z innymi możesz stać się próżny i zgorzkniały, albowiem zawsze będą lepsi i gorsi od ciebie.

Ciesz się zarówno swymi osiągnięciami jak i planami. Wykonuj z sercem swą pracę, jakkolwiek by była skromna. Jest ona trwałą wartością w zmiennych kolejach losu.

Zachowaj ostrożność w swych przedsięwzięciach - świat, bowiem pełen jest oszustwa. Lecz niech ci to nie przesłania prawdziwej cnoty, wielu ludzi dąży do wzniosłych ideałów i wszędzie życie pełne jest heroizmu.

Bądź sobą, a zwłaszcza nie zwalczaj uczuć, nie bądź cyniczny wobec miłości, albowiem w obliczu wszelkiej oschłości i rozczarowań jest ona wieczna jak trawa.

Przyjmij pogodnie to, co lata niosą, bez goryczy wyrzekając się przymiotów młodości. Rozwijaj siłę ducha, by w nagłym nieszczęściu mogła być tarczą dla ciebie. Lecz nie dręcz się tworam wyobraźni. Wiele obaw tworzy się ze znużenia i samotności.

Obok zdrowej dyscypliny bądź łagodny dla siebie.

Jesteś dzieckiem wszechświata, nie mniej niż gwiazdy i drzewa masz prawo być tutaj i czy jest dla ciebie jasne czy nie, nie wątp, że wszechświat jest taki, jaki być powinien.

Tak, więc bądź w pokoju z Bogiem cokolwiek myślisz o jego istnieniu i czymkolwiek się zajmujesz i jakiegokolwiek są twe pragnienia: w zgiełku ulicznym, zamęcie życia zachowaj pokój ze swą duszą. Z całym swym zakłamaniem, znojem i rozwianymi marzeniami ciągle jeszcze ten świat jest piękny.

Bądź uważny, staraj się być szczęśliwy.

Tekst znaleziony w starym kościele w Baltimore, datowany w roku 1692.

Na zakończenie mityngu chwyćmy się za ręce i zegnamy słowami:

Do zobaczenia w następnym(w miejsce kropek wstawiamy dzień tygodnia w którym odbywają się mityngi).