

Anonim Alkoholisták – Pécs és Baranya

Köszönet szponzornak, F. Ottónak a segítségért felépülésemben! Köszönet, hogy megőrizte a Csoportközi Hírlevél 1999-s számait és rendelkezésemre bocsátotta! (Ekkor volt 10 éves a Pécsi Közösség.) Az ő munkáját használtam fel a Pécs – Baranyai csoportokról készített idővonalhoz, melyet a 2019-s Országos Találkozóra készített. (Ekkor 30 éves volt a Pécsi Közösség.)

Köszönöm mindenkinek, aki adatokkal, emlékekkel hozzájárult a pontosabb történet megírásához! Köszönöm minden társnak, hogy együtt józanodhatunk!

A történetek szerkesztve, rövidítve kerültek felhasználásra.

(Amennyiben további információkkal rendelkezel, kérlek, hívj vagy írd! Örömmel egészítem ki történetünket pontosítással, részletekkel, akár „színes” sztorikkal is. +36 30 244 2600 sandorvajda922@gmail.com)

Megelőző történelem

Az emberiség valószínűleg azóta fogyaszt alkoholt, hogy felfedezte az erjedt gyümölcs hatásait szervezetére. Ennek idejét a kutatások mintegy 10 millió évre teszik. Az is tudható, hogy ez a Kárpát–medencében élő népek esetében is így volt.

Tudjuk, hogy 1100 körül nyíltak alkohol kimérések egyházi működtetésben. Egyúttal hozzájuk kapcsolhatók az első korlátozó próbálkozások is. Oka, hogy részegek gyakran megzavarták az Istentiszteleteket. Feljegyzések szerint gyenge terméshozamok idején külön problémát okozott, hogy az amúgy is kevés gabonából alkoholt állítottak elő. A XIX. században nálunk is elindultak mértékletességi kezdeményezések. Széchenyi és Kossuth is jónak látta támogatni az ilyeneket. Azonban ezidőtájt az ipar, ezen belül az agráripár is fejlődésnek indult. Magyarországon húzó ágazat a malomipar mellett a szeszipar lett. Így az alkoholizmus elleni küzdelem sem bontakozhatott ki. Ennek a Világháború kitörése sem kedvezett. Az absztinens élet propagálásában akkoriban a kezdődő munkásmozgalom járt élen. 1919-ben a Tanácsköztársaság első intézkedései közt szerepelt az alkoholkereskedelem betiltása.

Az 1901-ben Bécsben tartott alkoholelles kongresszus hatására alakult nálunk is alkoholelles szervezet. Elsősorban a munkásmozgalom keretein belül, de „civil” kezdeményezésként, vallási irányzat nélkül jött létre az Országos Magyar Alkoholelles Egyesület (OMAE) (Szász Anna: Boldog józanodók). A két háború közti időszakban nem működött ilyen szervezet. A 2. Világháború után pedig jellemzően a probléma elhallgatása volt a jellemző.

1962-ben született rendelettel kényszergyógykezelést írhattak elő, illetve büntettként kezelték az alkoholizmust. Nagyfán, a Szegedi Csillag börtön részlegeként munkaterápián próbálták leszoktatni a részegeseket. Az 1980-s évekig valódi előrelépés nem történt.

A 80-s években Alkoholizmus elleni Nemzeti Bizottság, majd Állami Bizottság; Alkohol Ellenes klubok (AE); 1987. Alkoholgondozó! Egyházi kezdeményezések is történtek: Magyar Kékkereszt Egyesület, Református Iszákosmentő Misszió, Katolikus Alkoholistamentő Szolgálat.

1969. júniusában Magyarország első nyílt ülése: Midge M. (GSO New York) Budapestre utazott, hogy részt vegyen a Nemzetközi Alkoholizmus Megelőzési és Kezelési Intézet konferenciáján. Míg ő ott rendezte Magyarország első ismert nyílt AA ülését, Peter B. (holland), Inge L. (nyugat-német), Richard P. (ír) és Cecily C. (amerikai) tagok megszólították a magyar alkoholisták egy csoportját. Még 1972-ben (Valószínűleg Kati M.) egy kis csoportot alakítottak Budapesten, de az AA csak a 80-as évek végén jött létre szilárdan Magyarországon.

(Magyar Narancs; Szász Anna: Boldog józanodók; GSO archívum – idővonal)

Az Anonim Alkoholisták magyarországi kezdete

1987 - 88. K. László találkozik Avar Pál doktossal, aki kezébe nyomja az angol nyelvű Nagykönyvet. Alkohol Ellenes Klubba jár, de gyógyszeres megoldást keres.

1988 elején érkezik Helmuth, találkozik Lászlóval az AE klubban. László kiutazik az NSZK-ba Helmuthhoz, aki elviszi kinti AA gyűlésekre. 1988. június 6. az első AA gyűlés Magyarországon 2-3 fővel a Kis János altábornagy utcában. Még az évben érkezik Bill K., aki hosszabb időt tölt Budapesten. Ő jelenti be a magyar AA megalakulását a GSO-nál New Yorkban. Az 1989. évi nemzetközi névsorban (Dictionary) már szerepel a magyar AA. Ekkortól Budapesten és vidéki városokban sorra alakultak az AA csoportok.

Így történt ez Pécsen is

Mint sok más helyen, Pécsen is egy egészségügyi szakember - orvos-pszichiáter – dr. Kelemen Gábor adta a kezdő lökést.

Dr. Kelemen Gábor története

Orvosi végzettségem van, később pszichiátriát, pszichoterápiát és addiktológiát tanultam, ebből szereztem szakképesítést. A pályám elején mindjárt egy alkoholológiai osztályra kerültem, amelyik az egyik legnevesebb, az egyik legnagyobb alkohológia osztály volt akkor az országban Szekszárd-

Palánkon. Sok alkoholbeteget kezeltünk, nekem magamnak talán ezer alkoholbeteg is keresztülment a kezemen a három év alatt, amíg ott dolgoztam. Jó és érdekes munka folyt ott, sokan absztinensekké váltak a betegek közül. Azonban nem voltam elégedett ezzel, mert jöttek aztán a hozzátartozók, főleg a feleségek (elsősorban férfiakat kezeltünk), „hogy hát most rosszabb, amióta nem iszik a férjem, jobb volt, amíg ivott, most még nehezebb az élet”.

Azonkívül pedig nem lehet igazán kapcsolatnak nevezni azt a viszonyt, ami köztem és a betegek között volt, mert egyfajra ellenségeskedés, kölcsönös utálat, jellemezte ezt a viszonyt, legalább is én azt éreztem, hogy ők is utálnak engem. Három év után az volt a jellemző a szakmai pályámra, hogy próbáltam újra meg újra megszabadulni ettől a területtől, annyira kevés volt a siker, a pozitív visszajelzés, hogy ezt már nehezen viseltem.

Egy idő után beindítottuk Bonyhádön, ahova kerültem, az Alkoholizmus Ellenes-klub mozgalmát és ez valami új szintű lehetőséget hozott. A klubban bizonyos szinten közelebb kerültem az alkoholistákhoz, ott közösen kólázgattunk, kártyáztunk, biliárdoztunk. Az volt az elgondolás, hogy ha eddig ittál, akkor eztán majd kólázni fogsz, de valahogy ez nem tűnt igazinak - de hát akkor ez volt. 1988-ban jutottam ki Varsóba és ott találkoztam először a AA-val személyesen. Hát itt látszik meg a különbség, hogy mi az, amit az ember olvas, és az, amikor élő, személyes, létező emberekkel és kapcsolatokkal találkozik.

Legalább tíz éve már, hogy olvastam a AA-ról, de azt hittem, hogy az propaganda, mert olyan dolgokat írtak le az AA-ról, amit én soha nem láttam az életben ezekben az AE-klubokban, amik állítólag még jobbak, mint az AA. Először félelemmel, fenn-tartásokkal mentem az AA-ba, és nemigen vártam semmit. Annál nagyobb volt a meglepetésem. Abban a dohos, füstös, hideg teremben látni húsz alkoholistát, akik nem volt kétség, hogy alkoholisták, mert úgy mutatkoztak be sorra, hogy... vagyok, és alkoholista. Es mindezt nem úgy, hogy szégyenlősen, lesütőre szemmel, hanem büszkén, kihúzott gerinccel és mellkassal, nem kérkedve - úgy, hogy ezen igazán nincs mit szégyenkezni.

Ez igazán olyan dolog volt, hogy amikor később rájöttem, hogy én egy alkoholista unokája vagyok, kellett egy jó pár hónap, míg én ezt hasonló módon ki tudtam mondani: „Gábor vagyok, egy alkoholista unokája”, és ne úgy, hogy olyan szégyenkezve, nem igazán, félig-meddig vállalva. Hazajöve gondolkodtam, hogy én, mint szakember, aki tíz évig dolgoztam valami egészen másféle hozzáállással és eredménnyel ezen a területen, miért ne tehetnék végre egy ennél értelmesebb dolgot?

Akkor írtam egy levelet a New York-i központnak, hogy tegyenek ők már valamit, hogy Magyarországon is legyen AA, ez lenne az én javaslatom, mert

olyan jól működik Lengyelországban is. Erre visszaírtak, hogy van itt már AA, éppen pár héttel azelőtt alakult Budapesten - 1988. július 16-án talán, és az lenne a lehetőség számomra, mint nem alkoholista számára, hogy egy nyitott gyűlésre elmenjek ebbe a csoportba, aztán majd meglátom, hogy mit tudok tenni. Így is történt. Kaptam egy telefonszámot, felhívtam Lászlót, és ő meginvitált a Kiss János altábornagy utcába, ott volt a meeting. Oda sem kisebb izgalommal mentem, mint Varsóba, és meglepetésemre jó pár külföldi volt ezen a meetingen, szinte több, mint magyar. Volt, aki nem is beszélt magyarul. Voltak Németországból is emberek és én ugyanazt a hangulatot láttam, mint Varsóban és elmentem újra. Pedig ez Pécsről nem kis utazás, de elmentem. És amikor újra ott voltam, Helmut és Bill hívtak, hogy menjünk és vacsorázzunk valahol. Ott beszélgettünk és Bill megkérdezte tőlem, aki akkor úgy 40 éve nem ivott már alkoholt, hogy nekem mi az ügyem, miért érdekel ez engem ilyen nagyon? Hazafele a vonaton döcögve egyszer csak leesett, mert motoszkált bennem ez a kérdés, hogy a nagyapám alkoholista volt.

Persze soha nem mondták, hogy alkoholista, csak meghalt, mert beteg volt, bele lett keverve a levesébe valami. Próbálkoztam is aztán az Al-Anon csoport szervezésével Pécsen. Meg is szerveztük. Talán ez volt az első Magyarországon. Visszatérve az AA-ra, Helmut azt vetette fel, hogy kellene Pécsen is csinálni egy csoportot, „nem kell neked utazgatni Pestre, nyitott meetingekre, csináljunk egyet Pécsen”. Ezt elég nem is azt mondanám, hogy vad ötletnek tartottam, hogy Pécsen ilyet szervezni, de Helmut belekapott, elkérte a telefonszámomat. Később felhívott, hogy „jövök és előkészítjük a pécsi csoport alakulását”. Te jó isten, mi lesz ebből, gondoltam.

„Itt leszek vasárnap reggel, hozzád össze engem alkoholistákkal, aztán hamarosan megcsináljuk az első meetinget” - mondta. És valóban megjelent kora reggel. Ahol én akkoriban dolgoztam, sok alkoholistát kezeltünk, de nem pécsieket, meg aztán tudtam címeket is. Összeszedtem harminc nevet, címet, beültem a Helmut Mercédeszébe, szóval ilyen kocsival megjelentünk a kis baranyai faluban. Bementünk sorba alkoholistákhoz, kit otthon, kit a pincéjében találtunk meg. Kilencvenkilenc százalékuk piás volt. Mindenki kedvesen fogadta a Helmutot. Volt, aki meg is akart kínálni minket egy kis borral. Helmut azonban azzal kezdte mindenhol, hogy ő alkoholista, azért is akartak neki bort adni, mert ő mondta, hogy ő alkoholista. Furcsállotta ezt mindenki, hogy miért kell ezt bejelenteni, meg kicsit bepiálva nem is igen értették különben a dolgot: „Hát, ha alkoholista vagy, akkor természetesen inni akarsz.” Mondta, hogy ő egy olyan, aki nem iszik, aki józanodóban van, és elővette a mellényzsebéből azt a fényképet, ami 15 évvel ezelőtt készült róla. És hát nagyon csúnyán néz ki,

öregnek, meggyötörtnek, lepusztultnak ezen a képen. Mutatta, hogy „látod, barátom 15 éve így néztem ki”.

Az első gyűlés után B. László püspöki titkár segítségével kaptunk egy szobát a katolikus egyház egyik Apáca utcai épületében szombatonként, délután egy órára, itt voltak a meetingek. M. Csaba és magam voltunk az "elnökök", azok pedig akik eljártak joggal állandóan bíraltak minket, hogy "nem vagyunk alkoholisták". Volt egy perselyünk is, amit sokáig őriztek a csoportok, mint egy ereklyét.

Úgy emlékszem, hogy decemberben volt az utolsó olyan gyűlés, amin mi elnököltünk Csabával, s akkor bedobtuk a törölközőt. Meglepetésünkre volt két ember, akik azt mondták, ők folytatják, s átvették a perselyt. Közülük az egyik később eljárt a Cs. Simon által vezetett gyűlésre is a következő évben. Cs. Simon már 1990 elején feltűnt Pécsen, az egyetemen/főiskolán tanított februártól kreatív festést (kínai elemekkel), meghívott, így találkoztam vele. Érdeklődött a pécsi AA-ról, s aztán elkezdte a mai BTK B épület II. emeletén. . Így 1989 tavaszától számoljuk az A.A. létrejöttét Pécsen.

T. Csaba 1990 június 06-n került az Idegklinika „C” osztályára. Dr. Kelemen Gábor bevitte hozzá a Lengyelországból Pécsen vendégeskedő Bill társunkat egy kis beszélgetésre. Tíz nap után Csaba részt vehetett az első AA gyűlésén. Ősszel már ő vezette a gyűlést. Ő fogadta a sokak által ismert Károlyt, aki ismertető jelként piros táskával érkezett.

T. Csaba története

Én 1990-ben kerültem kapcsolatba az AA-val, ennek a rövid története az, hogy húsz évi kemény alkoholizálást követően életemben először, és hála istennek utoljára, kórházba kerültem.

Korábban már személyes barátság fűzött Kelemen Gábor pszichiáterhez, akiről tudtam azt, hogy a pécsi AA-csoport megalakításán gondolkodik. Az első időszakban komoly ellenállás volt bennem az AA-val szemben, ami butaság volt, mert nem tudtam valójában, hogy miről van szó és hogyan működik. Aztán amikor a kórházban voltam, Gábor meglátogatott és magával hozta Viktort Varsóból, aki régi AA-tag. Ő megölelt és azt tanácsolta, hogy próbáljam meg. Ez volt az első indíttatás részemre, ami oda vezetett, hogy aztán következő héten elmentem az első pécsi AA-csoportba, ami igen kis létszámú volt.

Itt ismerkedtem meg a Simonnal, aki ugyancsak ismert figura, ő adta a második impulzust, meg az, hogy itt láttam józan alkoholistákat. Aztán itt ragadtam, mert megfogott a dolog. Ezt követően rajtam keresztül ismerkedett meg az AA-mozgalommal Károly, aki ma már a pécsi AA meghatározó

személyiségévé vált. A kezdetek nagyon döcögősek voltak, volt olyan meeting, hogy ketten-hárman jöttünk össze, és az a fajta koreográfia, ami ma jellemző a csoportokra, akkor még nem volt ismert. Kevés szakirodalom állt rendelkezésre, és azokat is fenntartással fogadtuk.

Véleményem szerint ez egy olyan mozgalom, amely fokozatosan önmagát teszi életképpé, fejlődik, állandó mozgásban van. Ha statikus lenne és leragadt volna, akkor talán nem működne ilyen jól. Magyarországon a mai napig a szenvedély-betegeket - legyen az alkoholista vagy drogos - a társadalom megbélyegzi. És fura módon pontosan azokat bélyegzi meg, akik valamilyen módon mégiscsak a gyógyulást keresik. Ma még stigmát visel Magyarországon a beteg ember, és ez igen nagy akadály, mert nagyon sok olyan rászoruló, akinek szüksége lenne a talpra állásra, ez tartja vissza attól, hogy vállalja.

Az első impulzust és lökést az adja meg, hogy igenis vannak olyan emberek, akik ezt meg tudják csinálni. Én sem értettem eleinte, hogy miért járnak az emberek az AA-meetingre hetente vagy akár naponta is. Olyan emberek, akik már öt éve vagy akár 8-10 éve nem isznak. Az egyik alkalommal kérdeztem egy ilyen sorstársat, aki azt mondta „Tudod, én azért járok még mindig ide, mert ha ide jövök, akkor tudom, hogy hova tartozom, és hol a helyem, és ezt nekem soha nem szabad elfelejtenem”. Ma már én is tudom és én is ezt vallom.

Nekem egy csomó buktatóval és visszaeséssel volt tarkítva az utam még azt követően is, hogy az AA-ba kezdtem járni, de most utólag látom, hogy ez az alkudozások kora volt. Másik fontos tényező az én életemben, hogy a józan életem során megtapasztaltam egy csomó olyan örömet, boldogságot, pozitív értéket, amit már később féltettem föladni. Tudtam, hogy ha ismét inni kezdek, akkor mindezeket a pozitívumokat nagyon hamar el fogom veszíteni. Akkor ezek már fontosabbak voltak a számomra, mint az ital nyújtotta élvezetek. Azóta azt lehet mondani -boldog az életem, és nem hiányzik az ital, nem zavar, ha a környezetemben isznak – bár ez az első időszakban nem így volt – nem zavar, ha részeg embert látok.

Mondják, hogy van, akinek sikerül egyedül józannak maradni és józanul élni, nekem ez nem sikerült. Énnekem több próbálkozásom volt. Gyakorlatilag az AA-hoz tartozónak érzem magam. Leállni és józanul élni csak csapatmunkával lehet. Az a tapasztalatunk, hogy akinek egyénileg sikerül, az csak az absztinenciát tudja tartani, de valójában a józan élet nem jelent számára olyan megnyugvást és olyan életet, mintha ezt egy csoporthoz tartozóként csinálja.

Lehet, hogy ez most frázisnak tűnik, de a szívemből mondom, hogy nem gondoltam volna a kezdetekkor, hogy ennek ilyen jelentősége lesz Magyarországon és Pécsen. A pécsi induláskor tudtuk azt, hogy máshol jól működik, de a pécsi csoport nagyon döcögősen indult, és nagyon kevesen

voltunk. Én hittem abban, hogy ez életképes lesz, és ha néha ma elmegyek Pécsre meetingekre, nagy örömmel tapasztalom, hogy nagyon sokan járnak.

Károly története

1991 nyarán egy kórházban feküdtem, ahol már nagyon sokadszor voltam benn. Szerencsémre vagy pechemre nagyon hamar tudatosult bennem az a tény, hogy én alkoholistá vagyok.

Sem a szórakozásom, sem a munkám, sem az életem, a családi életem nem működött anélkül, hogy ne fogyasztottam volna alkoholt, és emiatt végig jártam szinte az ország összes olyan intézményét, ahol az alkoholbetegek gyógyításával foglalkoznak - sajnos eredménytelenül. Mert úgy képzeltem el, ha este valakinek fáj otthon a hasa és elkezd hányni, akkor kihívják a mentőket, beviszik a kórházba. A kórházban megállapítanak egy diagnózist, felviszik a műtőbe, kiveszik, amit ki kell, meggyógyul, hazamegy és kész. Én ezt vártam volna el az alkoholbetegséggel kapcsolatban is az orvosoktól, ez azonban sehogy sem sikerült. Amikor már sokadszor feküdtem egy kórházban, akkor az osztályvezető főorvos jött, hogy ma délután jön egy orvos Pécsről, aki találkozott már boldog alkoholistákkal is. Meghallgattam ennek az orvosnak az előadását. Kelemen Gábor doktor volt, aki a pécsi AA csoportról és egyáltalán az AA-sokról beszélt.

Megállapodtam vele, hogy amikor kijövök a kórházból és Pécsre jövök, azonnal felveszem vele a kapcsolatot és onnantól kezdve eljárak majd meetingre. Ez egy kicsit romantikus körülmények között történt, hiszen ő nevet nem mondhatott, meg címet sem mondhatott egész pontosan. Egy buszmegállóban találkoztunk, ahol a Csaba megismert az általam megadott külső jegyek (piros táskák) alapján és elkerültem életem első meetingjére. Ma elmondhatom, hogy 8 és fél éve nem iszom alkoholt. Ezek az első meetingek kezdetlegesek voltak, nem nagyon ismertük még a meetingek koreográfiáját, a lelki béke imát sem tudtuk. A 12 Lépésről és a 12 Hagyományról tudtunk. Az első lépésekről, tehát az Első, Második, Harmadik Lépésről léteztek szerkesztett kis füzetecskék, de valahogy mégis a reveláció erejével hatott rám ez a dolog, mert megfogott.

Olyan emberek ültek az asztal körül, akiknek ugyanaz volt a bajuk, mint nekem, és ez a közösség, ez az egyenlőség, a betegségben való egyenlőség olyan nagy erőt adott nekem, hogy a napjaim, a józan napjaim örömmel teltek. Korábban is volt olyan év, amit szárazon töltöttem, de azok kínlódással teli napok voltak, és alig vártam már, hogy elteljen az egyik orvos által javasolt egy év. Ez az orvos annak idején azt mondta, hogy ha egy évig nem iszom, akkor

utána már biztosan normál ivó leszek. Ezek a napok viszont örömteli napok voltak, és csak egy napra kellett összpontosítanom, egy napot meg minden alkoholista kibír és én is kibírtam. Ezek a napok hála istennek már több, mint 8 évhez vezettek. Hát ezek voltak a kezdeti lépések a pécsi AA-ban, amit aztán 92-ben egy újabb csoport, 94-ben két újabb csoport és még újabb két csoport követett, így ma szombat kivételével Pécsen minden nap van meeting.

Egy józanodó alkoholista, akinek jobban tetszik a józan élet, mint a korábbi alkohollal töltött szoros együttlét, hamar ráébred arra, hogy a csoport ereje nélkül, a csoportban tapasztalt és a csoportban hallottak nélkül nem tudja megtartani a józanságát. Az előttem lévő idősebbek tanácsaira érdemes odafigyelni, az utánam jövő friss józanodó alkoholista, aki egy-két vagy három napos, annak az arcán tapasztalom azokat a vonásokat és hallom azokat az élményeket, amelyeket én is átéltem, ez erőt ad nekem ahhoz, hogy ha Isten segít, akkor ez a nyolc évem, és ami még az életemből hátravan, az józanul telik.

Egy József Attila verstöredéket találtam nemrég, mely a szavaimnál sokkal jobban érzékelteti szerintem a gyógyulni vágyó alkoholista lelkiállapotát:

*„Az Isten itt állt a hátam mögött
s én megkerültem érte a világot,
Négykézláb másztam. Álló Istenem
lenézett rám és nem emelt föl engem.
Ez a szabadság adta értenem,
hogy lesz még erő, lábraállni, bennem.”*

Ildikó 1991-ben csatlakozott a programhoz. Nehezményezte, hogy a „B” épületben nem volt állandó terem, technikai problémák zavarták a gyűlések menetét. 1992-ben elpanaszolta Budapesten M. Katinak, hogy nem érzi biztonságban a csoportot. Kati válasza: - Édesem, csinálj olyan gyűlést, ami neked tetszik! – Ezen kijelentés kapcsán találták meg az Evangélikus Templom helyiségét, ahol 1992 szeptembertől kezdett el működni a keddi IV. Lépés csoport.

Dischka utcai, majd Ágoston téri csoport

Lázár vagyok, alkoholista, három éve, egy hónapja és egy napja nem iszom alkoholt. Pécsen a volt Dischka-csoportnak vagyok a titkára. A csoportom most elköltözött egy hónapja, most a Szent Ágoston-téren a plébániahivatalban van helyünk a meeting megtartására. Béreljük a helyet, de hogy is mondjam, elég

olcsó bérű. Általában a klérusnál olcsóbban megkapjuk, úgyhogy 1000 forintot fizetünk havonta.

Kedden van a gyűlés fél öttől fél hatig. A mi gyűlésünk speciális, Negyedik Lépés-gyűlés, ott csak a Negyedik Léppessel foglalkozunk, ennek van egy levonata, ami 16 pontból áll, és minden alkalommal egy-egy pontot veszünk át. Természetesen, előtte, akinek mondanivalója vagy sürgős hozzáfűzni valója van, az megteszi, amikor már úgy néz ki, hogy nincs hozzászólás, akkor térünk rá arra a lépésre, amit én otthon előre kidolgozok. Nagyjából leskiccelem, hogy miről szeretnék én beszélni, néhány szóval bevezetem és átadom a szót a többieknek.

Nyitott gyűlést is szoktunk tartani természetesen, minden hónap első keddjén, ahová nem alkoholistákat is szeretettel várunk, családtagokat, vagy érdeklődőket, bárkit, aki úgy gondolja, hogy az alkoholizmussal problémája van. Őket várjuk elsősorban, de olyanokat is szívesen látunk, akik csak érdeklődnek. Az én csoportom kisebb csoportnak mondható, mert körülbelül 10-18-an szoktak megjelenni, amikor rosszabb az időjárás, akkor vagyunk 10-en, ha jobb, akkor 15-18-an, voltunk már 25-en is.

Általában negyedévenként tartunk lelkiismereti gyűlést. A pénzügyi dolgokat beszéljük meg. Esetleg rotációs elven továbbítjuk egymást olyan értelemben, hogy a csoport vezetője odébbáll titkárnak, a helyére lép a másik. Így a pénztáros, a könyvfelelős, akkor valakit kijelölünk, hogy új ember legyen, aki hordja az üdítőt, új ember legyen, aki elmosogatja a szülinap után a késeket-villákat. Szóval igyekszünk bevonni minél több embert, még akkor is, ha csak egész kis munkával, de érezze, hogy ő is oda tartozik, és hogy ő is tesz valamit a csoportért.

Szó van Csoportközi Hírlevél indításáról, K. Attila ezzel a kérdéssel már foglalkozott. Még nincs eldöntve, de már dolgoznak rajta. Az Attila szeretné, ha kiadnánk egy ilyen regionális lapot Dél-Dunántúli címmel. Elméletileg már összeállt a dolog, kérdés, hogy a csoportok mit szólnak ehhez, hogy nekünk érdemes-e külön lapot fenntartani ebben a régióban, vagy elégedjünk meg a központi lappal.

Az ide járó társaink közül Zsuzsa a Bazilika Plébánián szervezte a pénteki Bazilika csoportot (1993/94); Anikó és Sándor pedig a Református Plébánián szervezték a vasárnapi Szabadság csoportot (1992/93) biztosítva ezzel a pécsi AA folyamatos működését.

Szabadság csoport

Józi vagyok, alkoholista, a pécsi Szabadság csoportot képviselem. 475 napja vagyok józan, azóta látogatom a csoportot. Évekkel ezelőtt alakult, ha jól tudom hamarosan az első csoport indulása után, ez volt a második Pécssett megalakult csoport, idestova 10 éve

Pécssett általában az egyházak segítségével vannak termeink. Például a mi csoportunkat a református egyház segíti viszonylag szolid terembérrel. A vasútállomáshoz közel vagyunk, a Szabadság úton. Azért is Szabadság a csoport a neve. Vasárnaponként délután 5 órától tartjuk a gyűléseket a templom helyiségében.

Pécssett majdnem a legnagyobb létszámú csoport, amihez nagymértékben hozzájárul az, hogy a csoportban a mozgás állandó. Nagyon sok tagunk jön a szigetvári terápiás intézetből. A környékeliek a csoportnál szoktak maradni, azért is ilyen nagy létszámú, de a vidékiek helyben, vagy közelebb találják meg a honi csoportjukat.

Gyűléseink minden vasárnap délután 17 órától vannak, az első nyitott. Most volt vezetőségváltás, most már van tematikája a gyűléseknek. Hagyományokkal a terápia keveset foglalkozott és ezért igényeljük. A megmaradásunk lényegét is ez adja, hogy a hagyományokra nagyobb súlyt fektessünk, és az utóbbi időben erős késztetést érzünk arra, hogy kifejezett tematikája legyen a gyűléseknek.

Most lesz aktualitása, hogy a csoportközi kapcsolatot is szorosabbra kell fogni, mert hála az én Felsőbb Erőnek, Istennek, Pécssett is már úgy alakult, hogy a szombati napot kivéve, minden nap le lesz fedve a gyűlésekkel, tehát három új csoportunk alakult, és így az öt csoport között meg kell osztanunk az erőinket. A tizenkettőzést is meg kell szerveznünk, nagyobb figyelmet kell rá fordítanunk, ez a következő idők zenéje lesz. Nagyobb súlyt kell fektetni a csoportközi munka összehangolására. Egyfajta regionális összefogásra törekszünk, de ettől még messze vagyunk, ez sem kizárt

A meetingek a kialakult keretek között zajlanak tehát, hogy az elején a Meghatározás, utána a téma bevezetése, a hozzászólások a „nem párbeszéd, nem reagálunk egymásra” alapján, és aztán a lelki béke imájával zárul. Nagyon hagyománytisztelők vagyunk e tekintetben. Abban kicsit már nem, hogy kevésbé figyelmeztetjük a tagjainkat arra, hogy csak magunkról beszéljünk! A csoporton belül jól működik a szponzorálás. Ezt annak tudom be, hogy a mi csoportunkban a magot a szigetvári terápiások adják, és ott bizony belénk sulykolták a szponzorálás szükségességét. Alkalomadtán azt éreztem, hogy még a csapból is a szponzorálás folyik és rá kellett jönnöm, hogy milyen hasznos dolog.

Nefelejcs csoport

1996 nyarán mélyülő depresszióm és sűrűsödő filmszakadásos ivásaim okán, hosszas vajúadás után mentem először Mentálhigiéniai intézetbe. Nekem ott mondták először, hogy alkoholista vagyok és ott hallottam AA-ról, mindkettőért életem végéig halás leszek. Mindkettőt tagadtam. Nem fogadtam el az alkoholizmusomat és azt sem, hogy az AA-ban lenne a helyem. Egyedül akartam megcsinálni. 1-2 hetes száraz időszakaimat újabb ivászatok követték, akkor már a kapott antidepresszánsokra ittam. 1996 decemberében kipróbáltam a "disco drogokat". A hangulatjavítók, alkohol, drogok kombinációja epilepsziás nagyrohamot váltott ki, kórházba kerültem és itt kezdődött a zuhanásom, amely közel fél évig tartott. Háromféle gyógyszerre ittam, mert nem tudtam nem inni. Minden ellenállásomat felemésztette az ivás kényszer, minden napomat azzal kezdtem, hogy ma nem iszom, és mindig elbuktam, és csak ittam, és ittam. Soha semmit nem akartam még olyan nagyon, mint hogy ne kelljen innom és képtelen voltam rá. És akkor végre feladtam a hiábavaló küszködést, teljes vereségem tudatában, beismerve alkoholizmusomat, tehetetlenségemet, elmentem életem első AA gyűlésére és segítséget kértem. Ennek ma pontosan 740 napja, és én azóta sem iszom. Néhány hónap múltán abbahagytam a gyógyszer szedést és elközöntem a pszichológusomtól, az AA-ban, az AA-val józanodom, de tőle hallottam először az AA-ról, folyamatosan ébren tartotta bennem annak a lehetőségét, hogy oda kell mennem, ott van a segítség számomra, és amikor elértem a mélypontomat, neki köszönhetően tudtam, hova kell fordulnom. Nekem ez óriási segítség volt, szerettem, volna viszonzni avval, hogy felajánlottam, bármikor, ha hozzám hasonló, alkoholista, de az AA-tól idegenkedő betege lesz, örömmel beszélek vele, elkísérem gyűlésre.

És ennél sokkal nagyobb dolog történt! Arra kért meg, hogy tartsunk gyűlést a mentálhigiéniai intézetben. Örömmel újságoltam társaimnak és azóta minden szerdán a pécsi csoportok tagjainak közreműködésével, nyitott gyűléseket tartottunk, az elsőt április 28.-án.

Eljött az idő, felmerült annak az igénye, hogy új csoport alakuljon. Június 23-án az intézet vezetőivel történt egyeztetés után, a lehetőség is megadatott, hogy **12 lépésünk és 12 hagyományunk értelmében önálló csoportként működünk.** Június 30-án tartottuk alakuló gyűlésünket, amelyen megválasztottuk szolgálattelvőinket és gyűlés programot készítettünk.

A csoport neve:

Nefelejcs

Alakult 1999. június 30.

1. szerda: nyitott gyűlés; 2. szerda: lépés gyűlés; 3. szerda: Nagykönyv, 12 Lépés, 12 Hagyomány; 4. szerda: józanság a családban, munkahelyen; 5. szerda: előadó gyűlés (más csoportból meghívott előadó) - Minden

szerdán 14-15-ig várjuk a józanodni vágyó társainkat! Pécs, Papnövelde u. 4. sz. Egy jó kezdet!" (megszűnt)

Telefonszolgálat Pécssett (1999)

Több hónapos előkészítő munka után július 1-től AA. telefonszolgálat indult Pécssett. Előzetesen beszélgetéseket, megbeszéléseket, majd lelkiismereti gyűléseken tett felvetéseket követően körlevelet adtunk közre a pécsi és Pécs környéki csoportokhoz, melyben megfogalmaztuk célunkat egyetértésünk esetén, a környékbeli csoportok közreműködésével megteremthetnénk a lehetőségét, hogy az AA. üzenetét telefonon és levélben is továbbítani tudjuk.

„Minden csoport elsődleges célja, hogy eljuttassa az üzenetet a még szenvedő alkoholistákhoz.”

A körlevélben leírtuk azt is, hogy az AA egységét megbontani nem kívánjuk, ennek a regionális törekvésnek nem célja a Budapesti Szolgálati Irodától való elszakadás.

- A Szolgálati Irodát folyamatosan tájékoztatjuk lépéseinkről.

Javasoljuk, hogy egyetértés esetén a csoportok válasszanak néhány főt a telefonszolgálatban történő részvételre!

- A véleménykülönbségeket megvitatva, a javaslatokat figyelembe véve, elvi egyetértés jött létre, és jelenleg tizenkét társunk vállalta a telefonszolgálatban való részvételt, természetesen vállalva az arra való felkészülést is.

Következtek a megvalósítás gyakorlati elemei.

Korábban a Szolgálati Irodától beszereztük az A.A. segélytelefon működéséhez szükséges ajánlásokat, amely mint elv, tapasztalat, felkészülésünk alapja.

Rövid időn belül sikerült olyan bérleményre találnunk ahol a működés feltételei adottak. Pillanatnyilag minden csütörtökön 17-től 19 óráig a 72-332-600-as számon vagyunk elérhetők. A későbbiekben ez változhat a tapasztalatok függvényében.

Az A.A. irányelvekben javasolt módon a helyi újságokban hozzuk nyilvánosságra elérhetőségünket.

További pécsi, baranyai csoportok időrendben

Szigetvár – Sziget csoport, alakulás 1992. keddenként – kezdő gyűlés

Komló – Hét domb csoport, alakulás 1992. július 29. szombatonként, jelenleg vasárnap Lajos, László és Tamás az alapítók

Szentlőrinc – Szentlőrinc, alakulás 1995. január 11. Laci, az egyik alapító szavaival: 1995 január 11-én indultunk a plébániai hivatalban. Hárman közel egy időben végeztünk a közeli terápián. Mikor ráérezünk arra, hogy gyűlések nélkül a józanodás nem lehet sikeres, akkor határoztuk el, hogy elindítjuk a szentlőrinci csoportot. Azóta rendíthetetlenül működünk.

Mohács – Csak a mai nap, alakulás 1996. december 1. Kezdő tagok száma: 5 fő (4 férfi, 1 nő) közülük már csak János jár. Két férfi társuk meghalt, 2 pedig meggyógyult! A helyszín több alkalommal változott. csoportunk 20 fő feletti, női tagjaink száma is emelkedő. 2 – 3 társunk Mohács városi Pszichiátrián üzenetet is továbbít.

Pécsvárad – Elfogadás, alakulás 1998. június 13. a Gyógypedagógiai Intézetben tartotta az alakuló gyűlését. Gábor, János, Attila, Ferenc, Gábor, Józsi alapító tagokkal.

Pécs – Szertelen, alakulás 1999. augusztus 19. (megszűnt)

Pécs – Józan élet, alakulás 1999. szeptember 30. Alapító tagok: Feri, Ottó Egy hónapig a Civil Közösségek Házában működünk egy kórus próbatermének szomszédságában. Később éveken keresztül a Colping Házban, jelenleg a Szabadság úton. Sokak által látogatott, az AA alapelveit tiszteletben tartó gyűlés.

Szederkény – Első lépés/Egészségedre, alakulás 2000. 03 19. Alapítók: öt szederkényi társunk, András, Jani, János, még egy János, Ödön. Csatlakozott hozzájuk három bolyi társ: Gábor, József, Laci.

Pécs – Női gyűlés/csoport, alakulás 2000.

Pécs – Kórházi gyűlés/csoport, alakulás 2001. 1992-től a Pszichiátrián üzenetátadásként indult és működött.

Pécs – Lokomotív, alakulás 2001. 02. 01. alapítók: Melinda, Gabi, Józsi (3x) köztük „a Született ...

Komló – IV. Lépés, alakulás 2003. szeptember (megszűnt)

Siklós – Tejút, alakulás 2004. december 17. alapítók: Józsi, Judit Pécsról, Magdi az AE klub részéről, Pisti, Eszter, Feri, Rózsa, Levente és Attila

Mohács – Érzések, alakult 2005, március 17. (megszűnt)

Pécs – Van remény, alakult 2009. július 01. Zsuzsa kezdeményezésére kaptuk vissza a korábbi pénteki gyűlés helyszínét, a „Kocsis Termet”. Tekintettel arra,

hogy a pénteki gyűlés új helyszínt talált, itt új Csoport indult döcögve az elején. Évi és Ottó ültek ketten többször a kezdeti meetingeken.

Sásd – Tavasza, alakult 2011. május 9. Alapítók: Sanyi, Lajos, Jóska, Sándor, Puszi

Pécs – 12. Pécsi csoport, alakult 2011. augusztus 6. (szerdai), (megszűnt)

Pécs – Együtt az úton, alakult 2011. A hétfői Józán élet csoport szombati gyűlése Attila társunk kezdeményezésére csoporttá alakult.

Villány - ? ,alakult 2012. június 20. alapítók: Joci, Laci, akik ma is járnak. Aktív tagok még: Krisztián, Zoltán, Imi, Csaba.

Palotabozsok – Bozsok, alakult 2015. január alapítók: János, Károly. A gyűléseken 4-5-6 vesz részt

Szigetvár – Egymásért, alakult 2015. november alapítók. Gábor, Tibi, Csilla, Kata, Jani.

Komló – Nevenincs, alakult 2017. Csenge józansága hetedik évében kezdeményezte. A gyűlés tematikus, havonta beszélünk az adott lépésről és hagyományról, amit igyekszünk tartani.

Pécs – Napindító, alakulás 2018. szeptember 9. alapítók: Csenge, Zsuzsi, Krisztián, Józsi és Cs. Zsuzsi A gyűlést sok fiatal látogatja, többen induláskor „Honi Csoportnak” választották.

Pécs – Szép az élet, alakulás 2020. február 5. alapítók Z. Zoli, K. Ildikó, K. Zoli Hat fő honi taggal indult a csoport. A megszűnt 12. Pécsi csoport helyén (szerda) lévő űr kitöltése is cél volt.

Bóly – Van remény, alakulás 2022. június

Pécs - Anonim Girls csoport, alakulás 2025. Azért hoztuk létre, hogy közös utunkon, a józanodásunk érdekében megoszthassuk egymással érzéseinket és tapasztalatainkat a felépülésben. A csoportban felépülő alkoholista nők vesznek részt, ahol biztonságos, elfogadó közegben teret adhatunk azoknak az elnyomott érzéseinknek, amelyeket az aktív alkoholizmus idején nem tudtunk vagy nem mertünk felvállalni, gyakran háttérbe szorítva női mivoltunkat is.

2026. február 15-i szituáció!