

## Chat *aiutoalcolistianonimi* dedicata ad un nuovo iscritto - 18 gen 2016

(21:30:32) Ooo: ciao Ttt, benvenuto

(21:30:43) Qqq: ciao Ttt, benvenuto

(21:31:07) Ooo: come stai Ttt

(21:31:26) Ttt: ...

(21:31:31) Ooo: io sono stato alla riunione del mio gruppo, dunque sto benissimo.

(21:31:34) Rrr: Ciao Ttt. Benvenuto

(21:32:09) Ttt: ...

(21:32:23) Ooo: tu hai un gruppo fisico, Ttt?

(21:32:42) Ttt: ...

(21:32:47) Ooo: ahahah

(21:32:59) Ooo: e smetti di esserlo, no?

(21:33:26) Ttt: ...

(21:33:37) Qqq: e allora riuscirai ! 😊

(21:34:36) Ttt: ...

(21:35:03) Qqq: in AA non si e' mai soli, a meno che non lo si voglia

(21:36:00) Ttt: ...

(21:36:54) Qqq: ma dai, mi sembra normale.....

(21:36:59) Ttt: ...

(21:37:01) Ooo: guarda, questa è la pagina che ti dà l'elenco dei gruppi in Italia. [http://www.alcolistianonimiitali a.it/modules.php?name=bloc\\_menu6- italia](http://www.alcolistianonimiitali a.it/modules.php?name=bloc_menu6- italia) Sceglie uno vicino e vacci quando fanno riunione. ma qui puoi venire ogni giorno, è importante frequentare il più possibile per un certo periodo. In America consigliano 90 riunioni in 90 giorni. Che ne dici?

(21:37:25) Ttt: ...

(21:38:02) Qqq: vinci la diffidenza, amico, e unisciti a chi può comprenderti .

(21:38:23) Qqq: insieme si riesce.

(21:38:31) Ttt: ...

(21:38:49) Qqq: siamo uguali, allora !

(21:39:13) Ttt: ...

(21:39:18) Ooo: allora, per chi è da tempo nel programma è indispensabile offrire aiuto a chi soffre ancora. Se tieni la sobrietà solo per te potresti perderla, si dice da noi. è aiutando gli altri che noi fortifichiamo la nostra sobrietà individuale.

(21:39:30) Ttt: ...

(21:39:38) Qqq: diffidenza

(21:39:42) Qqq: presunzione

(21:39:51) Qqq: egocentrismo

(21:40:02) Qqq: sono caratteristiche proprie

(21:40:02) Ttt: ...

(21:40:15) Qqq: che ritrovi in molti di noi.

(21:40:34) Qqq: ma ci si può lavorare 😊

(21:40:52) Ttt: ...

(21:42:04) Qqq: io il vero sollievo l'ho trovato nella "resa".....

(21:42:13) Qqq: ho teso la mano

(21:42:23) Qqq: gli amici al gruppo fisico

(21:42:28) Qqq: la hanno afferrata

(21:42:36) Qqq: e mi sono fatto guidare.

(21:42:46) Qqq: ero diffidente come te....

(21:43:28) Qqq: se vuoi

(21:43:35) Qqq: penso che sia io che Ooo potremmo raccontarti

(21:43:51) Qqq: il nostro primo incontro

(21:43:56) Qqq: al gruppo fisico

(21:44:04) Ooo: ma certo

(21:44:06) Ttt: ...

(21:44:13) Qqq: Ooo, modera tu, ti va?

(21:44:27) Ooo: a te la parola, Qqq.

(21:44:36) Qqq: grazie per la parola

(21:44:41) Qqq: buonasera a tutti

(21:44:47) Qqq: il mio nome e' (Qqq)

(21:44:48) Qqq: io

(21:44:54) Qqq: sono un alcolista

(21:44:57) Qqq: e anche oggi

(21:45:01) Qqq: non ho bevuto.

(21:45:11) Qqq: la mia storia di alcol e' cosi'...

(21:45:23) Qqq: come dire...

(21:45:30) Qqq: radicata e lontana nel tempo

(21:45:35) Qqq: che nemmeno ricordo

(21:45:40) Qqq: quando e come

(21:45:45) Qqq: io abbia iniziato.

(21:45:51) Qqq: il primo bicchiere

(21:45:57) Qqq: nemmeno lo ricordo

(21:46:06) Qqq: ma ricordo bene l' ultimo.

(21:46:19) Qqq: era il confine con l inferno!

(21:46:25) Qqq: l inferno in terra

(21:46:30) Qqq: e l inferno dentro.

(21:46:35) Qqq: sapevo benissimo

(21:46:43) Qqq: di avere ormai un grosso

(21:46:50) Qqq: e ingestibile problema

(21:47:00) Qqq: ma da buon presuntuoso

(21:47:15) Qqq: pensavo di potermela sbrogliare da solo.

(21:47:24) Qqq: speranza vana!

(21:47:29) Qqq: ho tentato

(21:47:35) Qqq: un migliaio di volte

(21:47:41) Qqq: di imparare a bere  
(21:47:50) Qqq: non sapevo che l'alcolismo e'  
(21:47:57) Qqq: una malattia irreversibile....  
(21:48:05) Qqq: pensavo fosse un vizio  
(21:48:14) Qqq: e non ne parlavo con nessuno....  
(21:48:26) Qqq: quelle poche volte che toccavo l'argomento  
(21:48:40) Qqq: ero piu' che certo  
(21:48:46) Qqq: di non essere compreso.  
(21:49:05) Qqq: e' iniziato cosi'  
(21:49:15) Qqq: il vero baratro dell'isolamento.  
(21:49:17) Qqq: io  
(21:49:22) Qqq: chiuso in me stesso  
(21:49:34) Qqq: dentro un mare di bottiglie vuote  
(21:49:38) Qqq: che odiavo  
(21:49:46) Qqq: ma che cercavo.  
(21:49:53) Qqq: non riuscivo piu'  
(21:49:56) Qqq: ne' a bere  
(21:50:01) Qqq: ne' a non bere!  
(21:50:11) Qqq: mi ero ritrovato sotto scacco.  
(21:50:21) Qqq: per una serie di motivi  
(21:50:28) Qqq: molto molto grossi  
(21:50:39) Qqq: (fra cui anche un tentato suicidio)  
(21:50:45) Qqq: mi sono  
(21:50:49) Qqq: dovuto  
(21:50:53) Qqq: rivolgere ad  
(21:50:59) Qqq: Alcolisti Anonimi  
(21:51:03) Qqq: e questo fu  
(21:51:15) Qqq: il mio primo gesto di umile buon senso.  
(21:51:28) Qqq: ai tempi  
(21:51:33) Qqq: internet  
(21:51:41) Qqq: e queste preziose tecnologie  
(21:51:45) Qqq: non esistevano  
(21:51:49) Qqq: era il 1991.

(21:51:56) Qqq: telefonai  
(21:52:02) Qqq: e mi rispose una donna  
(21:52:19) Qqq: (LUCIANA che sempre ricordero')  
(21:52:32) Qqq: voce suadente  
(21:52:38) Qqq: pacata e cortese....  
(21:52:42) Qqq: dentro  
(21:52:44) Qqq: tremavo  
(21:53:03) Qqq: e cercavo di ridurre la realta' nella quale mi ero ritrovato  
(21:53:13) Qqq: "bevo, a volte, troppo...."  
(21:53:23) Qqq: e lei sorrise!  
(21:53:39) Qqq: "lunedì' vieni qua, alle 21,30  
(21:53:54) Qqq: e se ti riesce cerca di venire senza aver bevuto prima"  
(21:53:55) Qqq: ecco.  
(21:54:01) Qqq: mi disse  
(21:54:08) Qqq: "se ti riesce".....  
(21:54:30) Qqq: era sabato e passai quei tre giorni  
(21:54:35) Qqq: pensando che forse  
(21:54:41) Qqq: ero compreso.  
(21:54:46) Qqq: lei sapeva quanto  
(21:54:58) Qqq: mi sarebbe restato difficile....non bere.  
(21:55:18) Qqq: ma fu questa sua maniera  
(21:55:24) Qqq: di lasciarmi libero  
(21:55:33) Qqq: che mi diede la forza e la speranza.  
(21:55:43) Qqq: di fatto non bevvi.  
(21:55:48) Qqq: lunedì' passai la giornata a pensare  
(21:56:09) Qqq: che all' appuntamento avrei trovato  
(21:56:16) Qqq: poco piu' che barboni...  
(21:56:20) Qqq: mentre io....  
(21:56:28) Qqq: io avevo ancora casa e lavoro....  
(21:56:45) Qqq: ero presuntuoso come pochi ne ho conosciuto.  
(21:56:52) Qqq: avevo casa e lavoro ma

(21:56:58) Qqq: avevo perso me stesso.  
(21:57:02) Qqq: entrando trovai un ambiente  
(21:57:19) Qqq: piu' che amichevole....  
(21:57:24) Qqq: ero e mi sentivo  
(21:57:31) Qqq: "in famiglia"...  
(21:57:39) Qqq: naturalmente ero in imbarazzo.  
(21:57:46) Qqq: ma gli amici  
(21:57:48) Qqq: a turno  
(21:57:57) Qqq: con pacato ordine  
(21:58:06) Qqq: mi raccontarono la loro vita...  
(21:58:13) Qqq: le loro cose piu' intime  
(21:58:19) Qqq: le loro difficolta'  
(21:58:29) Qqq: la loro solitudine e i loro errori  
(21:58:32) Qqq: e soprattutto  
(21:58:41) Qqq: di come stando uniti fra noi  
(21:58:46) Qqq: erano riusciti  
(21:58:51) Qqq: laddove da solo  
(21:58:56) Qqq: nessuno di loro  
(21:59:05) Qqq: era mai riuscito ad arrivare.  
(21:59:11) Qqq: ecco Ttt....  
(21:59:26) Qqq: il mio ultimo bicchiere.....  
(21:59:32) Qqq: e' stato  
(21:59:39) Qqq: prima di quella chiamata!  
(21:59:47) Qqq: smettere di bere  
(21:59:51) Qqq: se si accetta  
(22:00:01) Qqq: la nostra impotenza di fronte all'alcol  
(22:00:06) Qqq: paradossalmente  
(22:00:16) Qqq: e' molto piu' semplice di quanto  
(22:00:22) Qqq: si possa pensare.  
(22:00:27) Qqq: tutti noi qui  
(22:00:31) Qqq: siamo stati  
(22:00:38) Qqq: dove adesso ti trovi te.  
(22:00:51) Qqq: tutti qui possiamo comprendere le ansie  
(22:00:55) Qqq: e le angosce

(22:01:02) Qqq: dei dopo sbronza....  
(22:01:08) Qqq: quella paura del vuoto  
(22:01:11) Qqq: e del....  
(22:01:15) Qqq: non so che!  
(22:01:22) Qqq: tutti le abbiamo avute.  
(22:01:35) Qqq: tutti abbiamo avuto paura di fallire.....  
(22:02:01) Qqq: paura di perdere ancora un' altra parte di quel poco di stima  
(22:02:06) Qqq: che ci era rimasta.  
(22:02:19) Qqq: ma come vedi siamo qui.  
(22:02:28) Qqq: sapessi quanto  
(22:02:34) Qqq: di buono e di positivo  
(22:02:40) Qqq: troveresti  
(22:02:44) Qqq: nel gruppo  
(22:02:54) Qqq: se solo riuscissi a vincere  
(22:02:59) Qqq: la paura!  
(22:03:11) Qqq: ho sentito storie di vita  
(22:03:19) Qqq: di successi e di sconfitte  
(22:03:26) Qqq: che erano la copia esatta  
(22:03:35) Qqq: delle mie immagini.  
(22:03:47) Qqq: in Alcolisti Anonimi  
(22:03:54) Qqq: nessuno giudica nessuno.  
(22:04:02) Qqq: siamo tutti uguali  
(22:04:05) Qqq: E SPECIALI.  
(22:04:12) Qqq: SIAMO IL MIGLIOR POPOLO  
(22:04:14) Qqq: CHE IO  
(22:04:28) Qqq: abbia mai conosciuto.  
(22:04:32) Qqq: spero  
(22:04:37) Qqq: che queste parole  
(22:04:45) Qqq: ti siano state utili...  
(22:04:52) Qqq: non e' nulla di speciale  
(22:04:57) Qqq: e' soltanto  
(22:05:13) Qqq: la mia esperienza in Alcolisti Anonimi....

(22:05:21) Qqq: ma e' stata la mia salvezza.  
(22:05:23) Ttt: ...  
(22:05:25) Qqq: ringrazio  
(22:05:28) Qqq: e passo.  
(22:05:47) Ooo: grazie Qqq  
(22:06:02) Ooo: (scusate, sono al tel con una nuova aa)  
(22:06:45) Ooo: sto chiudendo  
(22:06:50) Ooo: la telefonata, arrivo  
(22:07:07) Qqq: tranquillo Ooo  
(22:07:10) Qqq: siamo qui.  
(22:07:15) Qqq: che dici Ttt....  
(22:07:28) Qqq: sono cosi' diverso da te?  
(22:07:56) Ttt: ...  
(22:08:08) Qqq: bene!  
(22:08:12) Qqq: allora  
(22:08:19) Qqq: se ce l' ho fatta io  
(22:08:31) Qqq: perche' non dovresti riuscire anche te?  
(22:08:54) Ttt: ...  
(22:09:03) Qqq: dimmi caro.  
(22:09:23) Ttt: ...  
(22:09:42) Qqq: perche' smettere?  
(22:09:51) Ttt: ...  
(22:10:10) Qqq: questo viaggio, ... hai detto bene!,  
(22:10:25) Qqq: e' un viaggio stupendo, Ttt....  
(22:10:37) Qqq: sono entrato dentro me stesso senza maschere  
(22:10:40) Ttt: ...  
(22:11:07) Qqq: il senso e' viaggiare verso la vita.  
(22:11:21) Ttt: ...  
(22:11:21) Qqq: (scusa Ooo, vai tu)  
(22:11:28) Ooo: (scusate, riecconi, mi ha chiamato X, arrivata da poco tra noi...)  
(22:12:08) Ooo: (e non beve da tre o quattro settimane)

(22:12:44) Qqq: Ttt non devi temere i falsi te.  
(22:13:03) Qqq: qui hai la possibilita' di far crescere il tuo vero te!  
(22:13:08) Qqq: e ti piacera'.  
(22:13:35) Ooo: \*  
(22:13:43) Qqq: prego Ooo  
(22:13:45) Ooo: sono (Ooo) alcolista.  
(22:13:51) Qqq: ciao Ooo  
(22:13:51) Ooo: io, a differenza di Qqq,  
(22:14:02) Ooo: alla prima riunione sono arrivato bevuto.  
(22:14:19) Ooo: Avevo da tempo in mente l'indirizzo di AA,  
(22:14:29) Ooo: era vicino a casa mia, tra l'altro,  
(22:14:42) Ooo: ma non ho mai avuto il coraggio di chiamare  
(22:14:51) Ooo: e tanto meno di andarci.  
(22:15:16) Ooo: Anche dopo quell'incontro, nel quale  
(22:15:23) Ooo: mi hanno presentato il programma  
(22:15:39) Ooo: di recupero proposto da AA, ho bevuto per premiarmi  
(22:15:52) Ooo: di aver avuto la capacita' di  
(22:16:06) Ooo: essere andato in quella sede.  
(22:16:36) Ooo: [abbiamo lentezza di linea internet!]  
(22:16:53) Ooo: Non ricordo bene cosa ho detto  
(22:17:04) Ooo: quando sono andato li'.  
(22:17:21) Ooo: Sicuramente ho detto di avere un problema con l'alcol,  
(22:17:29) Ooo: ma credo di averlo anche un po'  
(22:17:40) Ooo: sminuito, nel senso che  
(22:17:47) Ooo: tanto grave non era.  
(22:18:10) Ooo: Ma questa seconda parte era una menzogna.  
(22:18:18) Ooo: Sicuramente se ne saranno accorti,  
(22:18:28) Ooo: ma non me l'hanno fatto pesare.  
(22:18:39) Ooo: Perché grave lo era.

(22:19:17) Ooo: Al medico dicevo che mi vedevo nelle vicinanze  
(22:19:22) Ooo: di un gorgo,  
(22:19:41) Ooo: che giravo in quelle spire di acqua  
(22:19:52) Ooo: sempre più vicino al buco  
(22:20:10) Ooo: che prima o poi mi avrebbe inghiottito.  
(22:20:42) Ooo: Alla fine della riunione  
(22:20:48) Ooo: ero frastornato da tutte  
(22:20:56) Ooo: le novità che avevo appreso.  
(22:21:06) Ooo: Mi hanno presentato i passi,  
(22:21:20) Ooo: la prima parte l'ho capita interamente,  
(22:21:33) Ooo: poi per la seconda c'era  
(22:21:43) Ooo: poco spazio per immagazzinare.  
(22:21:57) Ooo: mi piacevano tantissimo  
(22:22:05) Ooo: gli argomenti dei primi passi,  
(22:22:19) Ooo: lasciavano intravedere la soluzione  
(22:22:24) Ooo: dei miei problemi.  
(22:22:32) Ooo: Specialmente il 4.passo,  
(22:22:41) Ooo: che dice di fare un  
(22:22:44) Ooo: inventario personale,  
(22:22:52) Ooo: approfondito e senza paura.  
(22:23:01) Ooo: Io non ci ero mai riuscito  
(22:23:19) Ooo: e la zavorra delle faccende che mi erano capitate  
(22:23:27) Ooo: e di quelle che avevo combinato io,  
(22:23:40) Ooo: era diventata troppo pesante per portarla  
(22:23:50) Ooo: o per trascinarsela dietro.  
(22:24:15) Ooo: E meditavo per il resto della giornata  
(22:24:23) Ooo: gli elementi dei singoli passi  
(22:24:53) Ooo: e i brani delle storie personali sentite.  
(22:25:10) Ooo: Ho bevuto anche il giorno dopo,  
(22:25:35) Ooo: e in testa mi frullavano

(22:25:44) Ooo: quegli stessi brani  
(22:25:56) Ooo: e i nomi degli aa che mi avevano accolto  
(22:26:19) Ooo: accolto tra sé, come un amico atteso e benvenuto.  
(22:26:49) Ooo: Quel secondo giorno dissi, ad uno dei bicchieri,  
(22:26:59) Ooo: "Spero che tu sia l'ultimo".  
(22:27:11) Ooo: Se non è stato quello,  
(22:27:21) Ooo: l'ultimo è stato il successivo.  
(22:27:47) Ooo: Il terzo giorno andai sobrio alla riunione di gruppo. Lo desideravo.  
(22:27:56) Ooo: Mi avevano invitato,  
(22:28:05) Ooo: ho voluto andarci ad ogni costo.  
(22:28:39) Ooo: Per ritornare tra quelli che mi avevano dato la speranza di riuscire.  
(22:28:58) Ooo: Gliel'ho chiesto espressamente  
(22:29:16) Ooo: "Ma credete che possa anch'io smettere"?  
(22:29:37) Ooo: E risposero con un sorriso rassicurante "Ma certo, come noi, se ce l'abbiamo fatta noi ci riuscirai anche tu!"  
(22:29:50) Ooo: Volevo risentire quella rassicurazione,  
(22:30:04) Ooo: e volevo occupare un posto tra di loro, quel posto che mi avrebbero offerto  
(22:30:22) Ooo: intorno a quel tavolo carico di libri  
(22:30:41) Ooo: libri pieni di saggezza vissuta, provata e verificata funzionante.  
(22:31:06) Ooo: Quello è stato il mio primo giorno sobrio  
(22:31:32) Ooo: primo di una lunga serie di giorni sobri.  
(22:31:51) Ooo: Riesco a sopportare le situazioni che mi circondano,  
(22:32:11) Ooo: riesco a sopportare le persone con le quali mi incontro  
(22:32:29) Ooo: oppure che frequento,

(22:32:36) Ooo: riesco a sopportare me stesso.  
(22:33:01) Ooo: Son tutte cose che mi erano difficilissime  
(22:33:15) Ooo: se non addirittura impossibili.  
(22:33:42) Ooo: E, specialmente, ricordo  
(22:33:56) Ooo: la mia incredulità per essere stato capace  
(22:34:06) Ooo: di non bere giorno dopo giorno,  
(22:34:20) Ooo: dopo aver bevuto, per mesi,  
(22:34:34) Ooo: bevuto ogni santo giorno  
(22:34:46) Ooo: od ogni maledetto giorno.  
(22:35:00) Ooo: Passo.  
(22:35:19) Qqq: grazie Ooo.  
(22:35:43) Ttt: ...  
(22:35:43) Rrr: Grazie Ooo  
(22:36:12) Ooo: Rrr, vuoi aggiungere la tua esperienza?  
(22:37:02) Rrr: Benvenuto Ttt  
(22:37:20) Ttt: ...  
(22:37:30) Rrr: Anch'io come tutti  
(22:38:14) Rrr: prima di smettere ho dovuto toccare un fondo  
(22:38:37) Rrr: davvero drammatico  
(22:39:37) Rrr: AA e la cosa più bella che io abbia conosciuto  
(22:40:13) Rrr: perche l'alcol mi stava uccidendo  
(22:40:47) Rrr: AA e' la salvezza di migliaia di alcolisti  
(22:41:00) Rrr: la frequenza soprattutto  
(22:41:14) Rrr: Insieme si può  
(22:41:20) Rrr: basta desiderarlo  
(22:41:27) Rrr: Passo  
(22:41:30) (...): (...)