



2026. augusztus 24.

Összefoglaló a 2026. július 18-án tartott Általános Szolgálati Konferenciáról

Az aktuálisan tervezett Általános Szolgálati Konferenciánkat 2026. július 18-án Budapesten a Pázmány Péter Egyetem termében tartottuk meg.

Bár az előző Konferencián a küldöttek egyetértettek, hogy a 11:00 órára hirdetett Konferencia ettől az időponttól határozatképes – függetlenül a megjelentek arányától – nem szükséges 10 perces bevezetőt tartani, a Testület úgy döntött, hogy Izabella tartson bevezetőt aktuális témában: zaklatás, molesztálás, szándékos anonimitás sértés.

Ezt követően megállapítottuk, hogy **52 küldött** vesz részt a Konferencián.

A Konferencia levezetője: Izabella.

A korábban elküldött **Napirendi pontokat** a küldöttek szavazatukkal **támogatták**. A Napirendi pontok, illetve azok leírása prezentációban olvasható volt. (Az elküldött Meghívóban jeleztük, hogy egy-egy témára mennyi időt szánunk, illetve, hogy 15 perces szünetet is beiktattunk.)

1. A **szolgálattevők beszámolóit** a küldöttek néhány ellenszavazat, illetve tartózkodással **elfogadták**. Néhány beszámolóhoz történtek hozzászólások, annak ellenére, hogy kértük, a csoportok észrevételeiket az Konferencia előtt kb. egy héttel küldjék el. De ilyen nem érkezett!
2. A **2027. évi Országos Találkozó (Gödöllő)** rendezésére jelentkező csoportok pályázatát a Konferencia **elfogadta**. Egyúttal a Pápan megrendezett Találkozó szervezői a Találkozó gyertyáját átadták a következő évi szervezőknek.
3. A negyedórás szünet után a **2028. évi Országos Találkozóra – 40 éves lesz a magyar Közösség** pályázó budapesti csoportok képviseletében hangzott el ismertető. A csoportok többsége jelezte részvételi szándékát a szervezésben. **Erről döntés majd októberben lesz.**
4. A **Világszolgálati Konferencia (WSM)** szervezőbizottsága fordult segítségért a nemzeti Közösségekhez támogatásért. Részletes vita után a javasolt 1 millió Forint helyett a csoportok küldöttjei **2 millió Ft támogatást szavaztak meg**.
5. **Szolgálati Kézikönyv javítása** A beérkezett módosítási javaslatokat (előszó, telefonszolgálat, Általános Szolgálati Testület, Általános Szolgálati Konferencia, nemzetközi küldött/WSM; ESM, javítási lista, online működés) vita és további változtatások szükségességének felvetése után a küldöttek **megszavazták. Ez most 7 (hét) külön szavazást jelentett.**

(A Konferencia után Vali társunkat kértem, hogy a változtatások szövegét lektorálja, fésülje egybe a jelenleg érvényes Szolgálati Kézikönyvvvel. Elfogadta a felkérést.)

6. **Felépülők Egészségügyi Anonim Egyesülete** új elnököt választott: Vali röviden bemutatkozott. Az egyesület eddigi működésével és az új elnök részvételével kapcsolatban felvetések hangzottak el.

7. **Egyebek** Ennek keretében ismertettük az Általános Szolgálati Testület (VSZ) állásfoglalását az érkezett „KGY napirendi felterjesztési kérelem” kapcsán.

8. **A következő Szolgálati Konferencia időpontja: 2026. október 3. 11:00, Budapest**

- A Hetedik Hagyomány felolvasása és gyakorlása után imával zártuk a Konferenciát. Sikerült a tervezett időkeretet tartanunk!

A Hetedik Hagyományként befolyt 12 011 Ft-t a 7. Hagyomány számlára befizettem.

Sándor,

irodaszolgálat

Összefoglaló az Általános Szolgálati Testület augusztus 15-i üléséről

Jelen van négy szolgálattevő, plusz három online, továbbá az Egyesület elnöke, a fordító bizottság vezetője és a jegyzőkönyvvezető. (Két szolgálattevő hiányzik.)

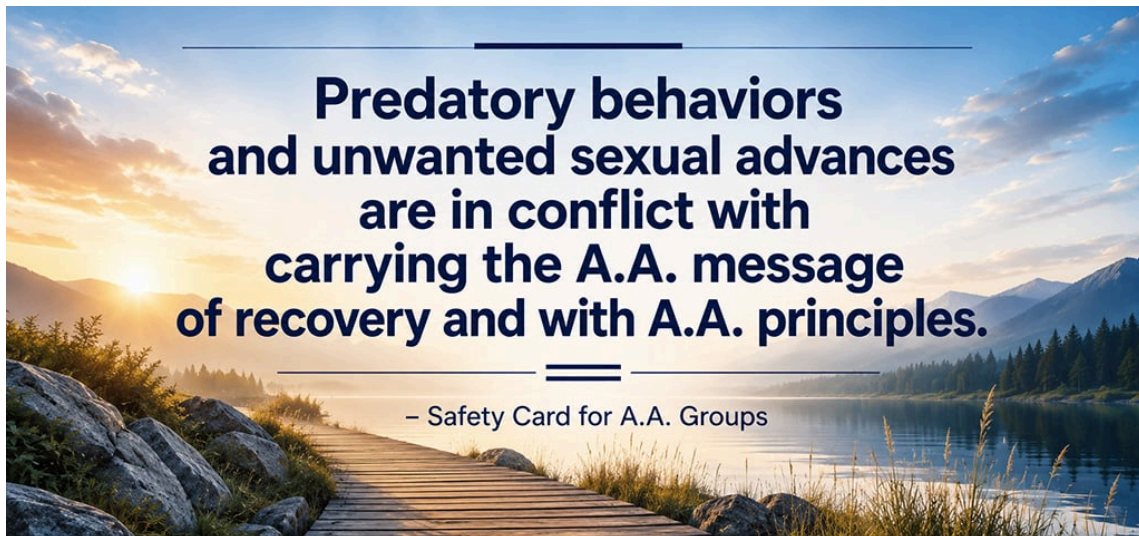
1. A szolgálattevők havi beszámolóit a Testület elfogadta.
2. A Szolgálati Kézikönyv további módosításaival kapcsolatos teendőket megtárgyalta a Testület. Kíváncsún tartjuk ilyen célú bizottság (munkacsoport) létrehozását. Lehet jelentkezni vagy hívunk társakat célirányos feladat meghatározással.
3. Az irodafelújítás kapcsán levél kerül megfogalmazásra a tulajdonosok (Hársfa Alapítvány) felé. Szeretnénk, ha a Magyarországi Közösség 40 éves jubileumára megújult irodába invitálhatnánk meghívott vendégeinket.
4. Az Országos Találkozók kapcsán új fejlemény nincs. A Testület döntött, hogy a Találkozó szervezők figyelmét felhívja arra, hogy a Küldöttgyűlés 2019.04.27-i döntése alapján találkozókra **csak A.A. irodalom árusítható!** A.A. Irányelvek Találkozók szervezéséhez: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://anonimalkoholistak.hu/wp-content/uploads/2026/08/Utmutato-az-AA-talalkozok-szervezeséhez-MG-04.pdf>
5. A július 18-i Általános Szolgálati Konferencia Tapasztalatai: Továbbra is vita tárgya, hogy a Testület tagjai szavazhatnak-e a Konferencián? A Testület álláspontja, hogy igen, szavazhatnak – a Világszolgálat IV. Elve alapján. A konferencia-témák megjelentetése prezentációban és az egy-egy témára szánt időkorlát bevezetése jól sikerült, folytatjuk.

6. A telefonszolgálat megújult működését érő bírálatokat alaptalannak látjuk. A telefonszolgálat koordinátor felelőse által készített összefoglaló értékelés mindenben előrelépést mutat. A telefonszolgálat működési módjának megváltoztatását nem tartjuk indokoltnak Konferencia döntés tárgyává tenni!

7. A Következő Testületi ülés időpontja: 2026. szeptember 15., 11:00

A teljes jegyzőkönyvet az irodaszolgalat@anonimalkoholistak.hu címen kérhetitek.

Egy tag véleménye a „13. lépésről”



„A ragadozó viselkedés és a nemkívánatos szexuális közeledés ellentétes a felépülés A.A. üzenetének átadásával és az A.A. alapelveivel.”

– Biztonsági kártya az A.A. csoportok számára

A „13. lépés” egy az Anonim Alkoholisták (A.A.) körében használt kifejezés, amely olyan magatartást jelöl, amelyet egyes tagok az újoncok segítésének szellemével összeegyeztethetetlennek tartanak. Íme, néhány szempont, amelyet érdemes figyelembe venni, mielőtt „kapcsolatba lépnél” az új taggal.

- Hatalmi egyensúly hiányt eredményez
- Kihaszználja a sebezhetőséget
- Összekeveri a támogatást a romantikával vagy az intimitással
- Megerősíti a függőséget
- Károsíthatja a bizalmat
- Fokozhatja a szégyenérzetet és az elszigeteltséget
- Elmoshatja a határokat
- Bizonytalanságérzetet kelt az A.A.-gyűléseken

Egyes AA-tagok úgy vélik, hogy nem nagy ügy „randizni” egy új taggal. A józanság kezdeti szakasza egy törékeny időszak, amikor az illető a mélyponton van. Néhányunknak lehet, hogy korábbi kapcsolataiban érzelmi vagy fizikai bántalmazást kellett átélnie. Az újonc elveszett, pont úgy, ahogy mi is voltunk. Az új tagok ezekben a kezdeti napokban tőlünk várnak útmutatást. Mi vagyunk a pajzsuk, amíg a józanságukban előrébb nem jutnak.

A legtöbb szponzor segít az újoncoknak felismerni a józanság korai szakaszának buktatóit, és végig vezeti őket a lépéseken. Nem mindenki megbízható személy az A.A.-ban. Legtöbbször közülünk még azt sem tudtuk, kik vagyunk, amikor ideértünk. Ez az az idő, amikor arra kell koncentrálnunk, hogy józanok maradjunk, és megszerezzük azokat az eszközöket, amelyekre szükségünk van egy szilárd lelki alap megteremtéséhez. Ott leszünk melletted, amikor fel akarod adni, és veled nevetünk, amikor jó idők jönnek. Én ittam, együtt józanodunk.

A fizikai vonzalmon, kölcsönös függőségen vagy irányításon alapuló kapcsolatok többsége nem tart sokáig. Mi történik az új taggal, amikor a kapcsolat véget ér? Az új tagnak egyedül kell megbirkóznia a nyomasztó érzelmekkel, az oldalakat választó emberekkel és a burjánzó pletykákkal. Azok a gyűlések, amelyekre korábban párként jártak, már nem nyújtanak biztonságérzetet, és visszatérnek az ivásra irányuló gondolatok. Az, hogy valaki nem érzi magát otthon egy A.A.-gyűlésen, nem olyan dolog, amit egy új tagnak át kellene élnie. Ez előfordulhat, és elő is fordul az A.A.-közösségen belül. Velem is megesett már ilyesmi. A szponzorom és egy erős támogató csoport segítségével sikerült józannak maradnom. De ez nem mindig így van. Számomra tehát úgy tűnik, hogy egy újonccal „randizni” nagy dolog, legalábbis számomra az volt.

Bobbi P.

Cleveland District Newsletter

(gépi fordítás)

A Szolgálati Kézikönyv módosítása

A júliusban megtartott Szolgálati Konferencián (KGy) és az augusztusi Testületi ülésen (VSZ) vita volt arról, hogy a Testület tagjai szavazzanak, szavazhatnak-e a Konferencián azokról a kérdésekről, melyeket ők dolgoztak ki, terjesztettek a küldöttek elé. A szavazást ellenzők fő hivatkozási alapja Szolgálati Kézikönyvünk. Valóban, abban az áll, hogy a küldöttek szavaznak. Ugyanakkor hivatkozunk a Világszolgálat IV. Elvére, mely támogatja az ilyen szavazásokat. Egy évvel korábban hasonló vita zajlott a küldöttek szavazásáról: szavazataikkal eltérhetnek-e csoportjuk döntésétől a konkrét ügyben? Ez esetben a III. Elvre hivatkoztunk.

Mi az ellentmondás oka? A Szolgálati Kézikönyv írásakor külföldi Szolgálati Kézikönyveket vettünk mintaként. Ezekben (pl. Brit struktúra kézikönyv) találkoztunk a Világszolgálat Tizenkét Elve esszé formátumával. Szemben a pamfletjeinkben található rövid vagy hosszú formával az esszéforma összességében 69 oldalt tesz ki. Részletesen olvashatunk az Elvekről. Sem akkor, sem azóta ezek az Elvek nem kerültek fordításra. (Néhányan gépi fordítást használunk, innen ismerjük a szöveget.) Így a Kézikönyvünk sem szellemiségében, sem szövegében nem tartalmazza a Tizenkét Elvet.

A Szolgálati Kézikönyv 2022-es elkészülte után most került részleges módosításra. Kérdés az, hogy érdemes-e úgy módosítani Kézikönyvünket, hogy

továbbra sem tartalmazza a Tizenkét Elv esszéformát? Ezeket az Elveket nem tudjuk beépíteni a Könyv fejezeteibe. Véleményünk szerint ez megint csak félmegoldás lesz. Arra jutottunk, hogy szükséges a Tizenkét Elv hiteles fordítása. A szükséges engedély megkérése után pedig fordítók segítségét kérjük erre a munkára.

A Kézikönyv módosítása csapatmunkában lesz hatékony. Lehet sok-sok önálló módosítást írni, csak senki sem fogja tudni összefésülni őket. Ezért olyan társakat keresünk, akik már jól ismerik Közösségünk (Magyarország) felépítését, működését. Képesek együtt dolgozni. Rendelkeznek hajlandósággal, hogy leírják elképzeléseiket.

Egy segítő kéz

AA Grapevine

2026 JÚLIUS | ÉVES BÖRTÖN KÜLÖNKIADÁS | KIEMELT ROVAT

Egy kentuckyi büntetés-végrehajtási intézetben tartott A.A.-gyűlésen a tagok egy teljesen új eszközt fedeznek fel, amely segít nekik a józanság elérésében.

Ma rám bízta, hogy A.A.-gyűlést tartsak egy maximális biztonsági fokozatú büntetés-végrehajtási intézetben. Tavaly októberben a bentlakó csoportunk csoport lelkiismeret-megbeszélést tartott, és úgy döntött, hogy elolvassuk a Nagykönyvet az elejétől a végéig. A vállalkozás egyszerre volt kihívás és tanulságos élmény.

Bár már jó néhány újonccal ültem szemben az asztalnál a Nagykönyvvel és egy szótárral, nem számítottam arra, hogy a résztvevők közül sokaknak nehézségeik lesznek az olvasással. Valójában közülük többen az írástudatlanság miatt nem jöttek vissza a gyűlésre. Amikor befejeztük a Nagykönyvet, a börtön engedélyt adott nekünk, hogy egy jóváhagyott lépéstanulmányi útmutató segítségével dolgozzuk át a lépéseket.

Ugyanezen év novemberében megjelent az A.A. új, egyszerű nyelvű Nagykönyve. A GSO Büntetés-végrehajtási Osztálya kapcsolatot tart fenn a beszállítókkal, biztosítva, hogy az A.A. irodalma elérhető legyen a büntetés-végrehajtási intézetekben használt táblagépeken. Erőfeszítéseiknek köszönhetően a „Plain Language Big Book” azonnal elérhetővé vált az ország egész területén a fogvatartottak számára. Szóltam a gyűlésünk résztvevőinek, hogy várjuk az új könyvet. Nagyon izgatottak voltak. Valójában még a kinti közösség nagy része előtt megkapták az új Nagy Könyvet, és azt mondták, ettől különlegesnek és nem elfeledettnek érezték magukat. Már ez önmagában is meghatott.

A résztvevőknek megengedték, hogy magukkal hozzák a táblagépeiket a gyűlésre, hogy hozzáférhessenek a „Plain Language Big Book”-hoz. Eleinte néhányan feleslegesnek tartották az új könyvet. Többen is azt mondták: „Elofvastam a Nagykönyvet. Nincs szükségem erre.” Aztán felmerült az

„ítélkezés a vizsgálat előtt” témája, és a csoport úgy döntött, hogy úgy fogja használni, ahogyan Isten jónak látja. Így most a Nagykönyvön alapuló lépéses tanulmányozást folytatunk, a Nagykönyv negyedik kiadását és az Egyszerűsített Nyelvezetű Nagykönyvet egyaránt felhasználva. Az új könyv annyira új volt, hogy szerintem a mi tanulmányozásunk lehetett az első ilyen jellegű!

A lépéses tanulmányozás minden egyes kérdéséhez elolvastuk a Nagykönyv megfelelő oldalait, majd megkerestük az egyszerűsített hozzá tartozó részt.

Amikor a PLBB-hez fordultunk, a csoport nem állt meg. Olvasgattak és továbbadták a könyvet. Úgy gondolom, ez azért van, mert a „Plain Language Big Book” jobban szólít meg minket, könnyebben érthető, és áthidalja a megértési képességek közötti szakadékot. A szöveg ritmusa könnyedén áramlik. Az egyik gyűlésen, mielőtt észbe kaptunk volna, már a „Munkaadókhöz” című fejezet végén találtuk magunkat. Az egyik tag azt mondta: „Ez egy igazán klassz módja volt a „Feleségeknek” című rész feldolgozásának – most már értem.

Örülök, hogy ezt olvassuk!”

A 16 hetes lépéses tanulmányunk során tanúja lehettem annak, hogy az egész csoport olyan módon azonosult az A.A. üzenetével, amelyet még soha nem láttam. Minden gyűlésen láthattam, ahogy az Egyszerűsített Nyelvezetű Nagykönyv révén spirituális élményeken mennek át. Bárcsak láthatnátok azokat az arcokat, amelyeket én láttam, miközben mindenki olvasott. Mindenfelé felvillanó felismerések és csodák történtek. Egy másik résztvevő így szólt: „Tetszik, ahogy meg van írva. Most már értem.” Egy másik megjegyzés így hangzott: „Tudjátok, ez valójában nagyon jó!” Valahányszor láttam, hogy felvillan bennük a felismerés, az megerősítette a józanságomat, és aláhúzta számomra az új könyvünk fontosságát. Miután elolvastuk az 5. fejezet „Hogyan árt nekünk az önzés” című részét, két tag hátradőlt, és egyszerre mondták: „Hűha!”. Aztán egymásra néztek, és elnevezték magukat. Amikor elkezdték megírni a Negyedik Lépésüket, teljesen új értelmezést kaptak a feladatukról.

A keddi délutáni gyűlésünkön itt, Louisville-ben őszinte hála árad. Köszönet mindenkinek, aki lehetővé tette a „Plain Language Big Book” megjelenését. Segítettetek egy csoportnak, amelynek tagjai a legszigorúbb biztonsági intézetben élő alkoholisták, hogy közelebb kerüljenek a Felsőbb Erőhöz, és teljesen új módon tapasztalják meg az A.A. megoldását.

Plain Language Big Book/ Egyszerűsített Nyelvezetű Nagykönyv

Ez a Konferencia által jóváhagyott könyv egyszerűbb nyelven íródott, és remek eszköz ahhoz, hogy az olvasók jobban megértsék az „Anonim Alkoholisták” című Nagykönyvünket. Megtalálható az aa.org/books oldalon.

Írta: Nina M. | Louisville, Kentucky

Copyright ©The AA Grapevine, Inc. (2026. július).

Engedéllyel újra közölve.

Fordításokhoz várunk jelentkezőket

Néhány hónapja rendszeresen olvashatjuk az AA Grapevine Magazin legfrissebb számának írásait, magyarra fordítva. Ezek fordítása néhány társ

közreműködésével születik meg. Szeretnénk bővíteni ezt a kis csapatot.
Ehhez és a Tizenkét Elv, néhány pamflet, majd könyvek fordításához várunk tenni kívánó, szolgálatra jelentkezőket! Mint minden szolgálattól, úgy ettől is csak többek leszünk! Erről számolnak be a jelenlegi fordítók is. Ha jelentkezni, kérünk, hogy írd: irodaszolgalat@anonimalkoholistak.hu címmel!

Lejáró szolgálatok

A Szolgálati Testületben 2027. január 1-jén lejár két társunk szolgálata: P. István – Üzenetátadás:

intezmenyi-kapcsolatok@anonimalkoholistak.hu illetve P. Andor – Pénzügyi szolgálat: penzugy@anonimalkoholistak.hu

Amennyiben szeretnél ezekben a szolgálatokban dolgozni, írhatod a megadott címekre, vagy irodaszolgalat@anonimalkoholistak.hu –ra.

További szolgálati lehetőség a **Nemzetközi küldött**. Ezt a szolgálatot párban látják el társaink, így most a „kettes számú” küldöttre keresünk angolul beszélő, külföldi konferenciákon részt venni tudó társat minimum 5 év józansági idővel. Érdeklődni az irodaszolgálatnál tudsz!

És még:

Jelentkezz, ha a **Hírlevél** szerkesztésében szeretnél részt venni! Számítógépes tevékenység. Szintén örömmel fogadunk, ha a **Szolgálati Konferencia** (KGy) lebonyolításában segédkeznél. Mindezek belépők lehetnek további szolgálatokhoz. Ha Te is úgy akarod!

Hírlevél szerkesztés: nyilvanossag@anonimalkoholistak.hu

Nemzetközi küldött, Konferencia lebonyolítás:

irodaszolgalat@anonimalkoholistak.hu

Veszprémi Regionális Találkozó

2026.08.28. - 2026.08.30.

Szállás, étkezés:
Előzetes jegy vásárlással
meleg étkezést tudunk biztosítani.
Szállás foglalás: Egyénileg.
Idén nem tud szállást biztosítani
az Érseki Főiskola.

Találkozó helyszíne:
Veszprém
ÉRSEKI FŐISKOLA
8200 Veszprém, Jutasi út 18/2

**ANONIM ALKOHOLISTÁK
MAGYARORSZÁGI
KÖZÖSSÉGÉNEK REGIONÁLIS
TALÁLKOZÓJA**

2026. AUGUSZTUS 28. 30.



Pannon Régió

Regisztrációs díj:
3000 Ft
Terápiásoknak:
1000 Ft

Információk:
pannonaa.hu
e-mail:
talalkozo@pannonaa.hu

A találkozó témája:

LÉPÉSRŐL LÉPÉSRE

Kapcsolat:
Endre (Kristály):
+36308568733
Peti (Viadukt):
+36702896232



PROGRAM

Péntek	Szombat	Vasárnap
14:00-19:00 Regisztráció, Aula	7:30-18:00 Regisztráció, Aula	7:00-8:00 Lele, Udvar
Diszterem	Diszterem	Diszterem
16:00-17:00 Türelem (Kórház csoport)	9:00-9:20 Megnyitó	9:00-10:00 Megbocsátás (Derő)
17:30-18:30 Elfogadás (Viadukt)	9:30-10:30 Szeretet (Választ)	10:30-11:30 Alázat (Viadukt)
18:30-19:30 Vacsora	11:00-12:00 Hit (Bakonyér)	11:45-12:00 Záró gyűlés
20:00-22:00 Filmvetítés	12:00-13:30 Ebéd	12:00-13:30 Ebéd
	14:00-15:00 Hajlandóság (Dunaszerdahely)	14:00-15:30 Műhelygyűlés (Üzenetátadás)
	15:30-16:30 Önzetlenség (Alba Regia)	
	17:00-18:00 Bátorság (Feri gyűlés, Kristály)	17:00-18:00 Önellfogadás (Női gyűlés, HáIAA)
	18:00-19:00 Vacsora	
	20:00 Búcsó	

AI-Anon gyűlések a tanteremben

Programunk Elvek összessége, olyan egyszerűen leírva, hogy követni tudjuk azokat a mindennapokban.

Esemény

Ha találkozót, egyéb eseményt szerveztek, érdemes megnézni az Eseménynaptárt, nem tervezett-e már egy másik csoport ugyanarra a napra eseményt.

<https://anonimalkoholistak.hu/tagoknak/esemenyek/>

Amikor a fejlődésbe öröm vegyül

AA Grapevine

2026. július | ÉVES BÖRTÖN KÜLÖNKIADÁS

Néha nehéz, de mindig megéri: az általános szolgálat élete legkielégítőbb útjává vált.

Amikor először hallottam az A.A.-ban a „fejjel lefelé fordított háromszögről”, nem fogtam fel teljesen, mit is jelent. Akkor még újonc voltam az általános szolgálatban, és még csak kezdtem megismerni az olyan rövidítéseket, mint a GSR (Általános Szolgálati Küldött) és a DCM (Körzeti Bizottság Tag). Most, miután megadatott számomra az a kiváltság, hogy küldöttként, Körzeti Bizottság tagként és póttagként szolgálhattam, megtanultam, hogy a háromszög nem csupán egy szervezeti felépítés. Ez egy spirituális utazás volt, amely kihívások elé állított, megváltoztatott, és még mélyebben megalapozott a programunk alapelveiben.

Az A.A.-n kívüli életben gyakran mi választhatjuk ki, kivel töltjük az időnket. Mi döntjük el, kivel iszunk kávé, kivel időzünk, és kit kerülünk el. Az A.A.-szolgálatban azonban nem mi dönthetjük el, ki mellett ülünk az asztalnál. Éppen itt történik meg az igazi fejlődés.

A szolgálat során szemtől szembe kerültem mindenféle személyiséggel – határozottakkal, passzívakkal, önzőkkel, sőt néhány olyan emberrel is, akik kellemetlenül emlékeztetnek a régi énemre. Néha olyan emberekkel ülök szemben, akik fájdalmas emlékeket idéznek fel bennem – zaklatók, elkerülők, manipulátorok. És mégis, a szolgálatban nem futhatok el. Maradnom kell. Hallgatnom kell. Gyakorolnom kell a türelmet és a toleranciát, és meg kell keresnem a jót másokban – akár akarom, akár nem.

És ezáltal többet tanultam magamról, mint amire valaha is számítottam. Ezek a pillanatok segítettek feldolgozni a régi sérüléseket. Tisztább képet kaptam a múltbeli kapcsolataimról, és enyhültek a reakcióim. A szolgálat során a nehéz személyiségek váratlan tanítókká váltak – tükrökké, amelyek a múltam olyan részeit tükrözik vissza, amelyekkel még nem békültem meg.

Ahogy egyre lejjebb haladok az általános szolgálati háromszögben, egyre többet tanulok magamról, és alig várom azokat a változásokat, amelyeken az út során keresztül fogok menni. Minden új szerep nem csupán felelősséget jelent, hanem önreflexiót is. Minden napirendi pont, minden csoporttudat, minden kényelmetlen pillanat arra hív, hogy növekedjek – lelkiileg, érzelmileg és személyesen egyaránt.

Ennek a munkának a hatása messze túlnyúlik a gyűléstermeinken. Javult a kapcsolatom a szüleimmel. Békét kötöttem a múltamból származó emberekkel. Jobban megértem, honnan jönnek mások, és mélyebb empátiát érzek irántuk. A szolgálat segített levetni néhány régi páncélt, amiről nem is tudtam, hogy még

mindig viselem. És mindezekon keresztül megadatott nekem az a kiváltság, hogy visszaadjak valamit az A.A.-nak – önként és elvárások nélkül.

Tudom, hogy soha nem fogom tudni visszafizetni az adósságomat ennek a programnak, de hálás vagyok a lehetőségért, hogy megpróbálhassam. Hogy ott legyek, hogy számítsanak rám, és hogy ugyanazt a gyógyító teret nyújthassam, amit egykor nekem is adtak.

Ahogy tovább haladok „lefelé a háromszögben”, rájövök, hogy valójában emelkedek. Emelkedek a hála, az alázat és a kapcsolódás felé. Ami egyszerű szolgálatként indult, az életem legizgalmasabb és legkielégítőbb útjává vált.

Írta: N.O. | Freeport, Maine

Copyright ©The AA Grapevine, Inc. (2026. július).

Engedéllyel újra közölve.

Zöld Kártya

Felelős	Szolgálat	Elérhetőség	Lejárát
V. Sándor (Sásd)	Irodaszolgálat	irodaszolgalat@anonimalkoholistak.hu +36302442600	2028-02-01
S. Dezső (Dombóvár)	Csoportközi Kapcsolatok	kapcsolat@anonimalkoholistak.hu +36702445489	2027-07-01
T. Izabella (Budapest)	Telefon szolgálat	telefonszolgalat@anonimalkoholistak.hu +36703980224	2028-03-01
P. István (Cegléd)	Üzenet átadás	intezmenyi-kapcsolatok@anonimalkoholistak.hu +36703698541	2027-01-01
P. Andor (Kecskemét)	Pénzügyi szolgálat	penzugy@anonimalkoholistak.hu +36306763398	2027-01-01
H. Zsolt (Sopron)	Irodalom szolgálat	irodalom-ertesites@anonimalkoholistak.hu +36702984982	2027-05-01
S. Feri (Érd)	Médiaszolgálat	nyilvanossag@anonimalkoholistak.hu +36202367766	2027-07-01
Sz. Berci (Pécs)	Archívum szolgálat	archivum@anonimalkoholistak.hu +36301311882	2027-07-01
B. Kinga (Budapest)	Nemzetközi kapcsolattartó	contact@anonimalkoholistak.hu +36208084674	2028-04-01
Á. Sándor (Kaposvár)	Nemzetközi Küldött	int-delegate@anonimalkoholistak.hu +36703602785	2027-01-01
B. Kinga (Budapest)	Ideiglenes Nemzetközi Küldött helyettes	alt-int-delegate@anonimalkoholistak.hu +36208084674	
S. Judit (Budapest)	Fordító szolgálat	shirley.solti@gmail.com	
K. Csaba (Érd)	Honlap szolgálat	Weboldal@anonimalkoholistak.hu	
Betöltetlen/ideiglenes	Jegyzőkönyv vezetés	aaajegyzokonyv@gmail.com	

A friss Zöld Kártyát [itt](#) találjátok meg a honlapon.

A legfrissebb szpíker lista

Leginkább a frissen alakult, kislétszámú csoportok vehetik hasznát a gyűléseikhez a szpíker listának, amelyről a bevezetőik megszervezéséhez előadókat választhatnak különböző témákban, de minden csoport számára hasznos lehet.

[Szpíker lista letöltése](#)

Tapasztaltabb társak az alábbi linken jelentkezhetnek erre a szolgálatra.

JELENTKEZEM

Az Anonim Alkoholisták Általános Szolgálati Testületének hírlevele

This email was sent to {{ contact.EMAIL }}

[Unsubscribe](#)

