

Hallo, liebe EA-Freunde,

es haben sich einige Personen gemeldet und positive Rückmeldung zum Rundbrief gegeben, vielen Dank! Es gab auch Anregungen, die wir versuchen umzusetzen und es gab Beiträge zur Rubrik ERLEBTES, dafür auch ein Dankeschön.

Für einige Anliegen haben wir keine Überschrift:

Marianne aus Hagen hat kein Meeting am Ort und sucht Kontakt, möchte sich jemand mit ihr in Verbindung setzen?

Die Kontaktstelle sucht dringend einen zweiten Diensttuenden, am besten zur GSV im August. Ich scheidet nächstes Jahr aus und dann würde niemand die Mails beantworten, Telefondienste einteilen, den AB abhören usw. Fragen zum Dienst beantworte ich gerne.

Lagerraum im Raum Karlsruhe gesucht, etwa 4m² für die hoffentlich bald gedruckten Bücher. Da wir kein zentrales Büro haben, suchen wir einen trockenen und sicheren Platz für Bücher und Broschüren. Etwa einmal im Monat wird ein Team die Bestellungen bearbeiten und den Versand vorbereiten. Dazu werden Bücher aus diesem Lager geholt.

Über Gruppeninfo@ea-selbsthilfe.net ist die Redaktion erreichbar und gibt die Meldungen gerne weiter. Karin (Karlsruhe)

ERLEBTES:

Das „Wieder Aufstehen Können“ ist mir ein Geheimnis . . . und ein großes Geschenk !

Manchmal schickte mir die Höhere Macht
einen „Engel in Menschengestalt“,
der oder die mir den Weg wies.

Ich danke auch für die hervorragenden Werkzeuge und Bausteine, die ich in dem 12-Schritte-Programm vorfinden und nutzen durfte :

Zum einen war und ist die regelmäßige Teilnahme in **1** bestimmten 12-Schritte-Meeting-Gruppe ein wichtiger Baustein für das Wachsen von „Vertrauen in mir“.

Das „Nutzen von **1** Sponsor“ war und ist ein hilfreicher Baustein für das Wachsen von Selbstbewusstsein und von Selbstannahme.

Der „Weg der Wunder“ geht weiter. Danke . . .

Was war und ist das Heil-Bringende in den 12-Schritte-Meetings ? :
ist es das Reden?

oder ist es das Schweigen?

Es ist beides.

Ich freue mich besonders über die Meldung, dass voraussichtlich bald das Heute-Buch gedruckt wird.

Mal schaun.

Liebe Grüße und Gute 24 Stunden!

Ralf Göttingen

MEDITATION:



Heute werde ich verantwortlich mit meiner Zeit umgehen.
Ich überlege, für was ich Zeit habe...
wofür ich Zeit brauche...
für was ich mir Zeit nehme...
und wem ich Zeit schenke.

OEFFENTLICHES:

Im Jahr 2015 haben wir in Berlin damit begonnen, uns bei den Gebietsmeetings auch mit der EA-Literatur auseinanderzusetzen. Zum Jahresende war es das Thema Sponsorschaft.

Was bedeutet Sponsorschaft, nutzen wir sie in den Gruppen? Die Betreuung von Neuen.

Wie finde ich einen Sponsor? Was ist mir bei meinem(r) Sponsor(in) wichtig?

Was bringt uns die Sponsorschaft, warum stelle ich mich als Sponsor(in) zur Verfügung?

Sponsorschaft mit einem Loner. - Ist das noch aktuell?

Gruppensponsorschaft. - Ist sie vergessen worden?

Das Thema ist so komplex, dass wir es auf 2 Meetings aufteilen mussten. Und es hat sich gelohnt. Wir haben gemeinsam die EA – Broschüre "Sponsorschaft" gelesen und unsere Erfahrungen dazu geteilt.

Wichtig ist es, gleich zu Beginn klare Regeln aufzustellen (z. B. wie und wie oft kommen wir in Kontakt, wie lange soll die Sponsorschaft dauern). So ist eine Beziehung auf Augenhöhe leichter zu halten und damit auch für alle Beteiligten eine große Bereicherung und wertvolle Ergänzung zu unseren Meetings.

Reinhard (Berlin)

TERMINLICHES:

- EA-Jahrestreffen 12.-14.8.16 in Marburg, mit GSV am 13.8.2016

Nähere Infos auf unserer Homepage

INTERGRUPPE:

Hier kommt eine weitere Erläuterung zur Intergruppe. Nach der Vorstellung des Kontaktstellendienstes im letzten Rundbrief, geht es dieses Mal um den Dienst des Intergruppensprechers. Die Diensttuenden sind Ulrich aus Frankfurt und Susann aus Kempten. Sie sind Ansprechpartner für EA als Ganzes und haben einen Gesamtüberblick über die anstehenden Aufgaben. Zudem koordinieren sie die Arbeit der Dienste, berufen die halbjährliche IGV (Intergruppenversammlung) und die jährliche GSV (Gruppensprecherversammlung) ein und leiten sie. Sie beantworten Emails oder Telefonate, die ihren Dienstbereich betreffen. Sie halten Verbindung zum ISC (International Service Center), dem internationalen EA-Weltdienst in den USA.

Gleichzeitig sind Ulrich und Susann Vorstände des Vereins EA-Selbsthilfe. Doch möchte ich die Vereinsarbeit bewusst in einem anderen Beitrag vorstellen.

Karin aus Tübingen

Mein Dienst in EA : Intergruppensprecherin

Ich bin. Ich brauche. Ich bleibe. Mein Name ist Susann. Hallo ihr.

Auf der GSV im November 2014 in Frankfurt bin ich zur Intergruppensprecherin gewählt worden und wachse seitdem an den Aufgaben, die dieser Dienst an mich stellt. Die erste Intergruppenversammlung im Februar 2015 wurde von mir und dem Intergruppensprecher Ulrich vorbereitet und geleitet. Aller Anfang ist schwer, befürchtete ich. Dank der gewählten Dienstinhaber, die sehr konzentriert und motiviert sich in ihre Bereiche einarbeiten, und dem gemeinsamen Ziel, war es leicht, eine TO-DO-Liste zu erstellen.

- Das Wichtigste zuerst -

Nach der Vereinsgründung im November war ich an vielen Entscheidungen beteiligt. Unter anderem eröffneten wir ein Bankkonto, beantragten die Gemeinnützigkeit der EA-Gemeinschaft und bekamen sie auch. Wir nahmen Kontakt mit Amerika auf wegen der Lizenzen für den Buchdruck. Wir sind als Gemeinschaft bei den größeren Treffen ausreichend versichert und besitzen eine DJH-Mitgliedskarte, die von den Freunden, die Treffen ausrichten, auch genutzt werden kann. Die URL www.emotionsanonymous.de ist mittlerweile wieder aktiv und in unseren Händen.

Zur Zeit bereite ich die GSV für den August vor. Dazu nehme ich gern Anträge und Punkte für die Tagesordnung entgegen (Email an intergruppensprecher@ea-selbsthilfe.net). Auch für die anschließende Vereinssitzung des EA-Selbsthilfe e.V. bereite ich die Einladung vor. Dass ich als IG-Sprecherin gleichzeitig im Vorstand des Vereins bin, ist in der Struktur so vorgesehen, und ich übernehme gern die Verantwortung für diese Aufgabe, so gut ich es kann.

Wichtig ist mir der Kontakt zu allen Dienstinhabern. Es sind aktuell viele Entscheidungen zu treffen: z.B. über die Verwendung eurer Spenden für die Sicherheit des Weiterbestehens der EA-Gemeinschaft in Deutschland.

Die Beantwortung von Emails, Korrekturlesen von Protokollen und die Telefonate nehmen einen Teil meiner Zeit in Anspruch. Auch bin ich immer wieder mit Gruppen und

EA-Freunden in Kontakt, trage die Botschaft der 12 Schritte weiter. Mit Unterstützung der Höheren Macht, Vertrauen in Euch und in meine Kompetenzen sehe ich optimistisch einen guten Weg für unsere Gemeinschaft. Viele Schultern die tragen, machen es leichter für jeden Einzelnen. Nur Mut, auch Du kannst deinen Genesungsweg durch Übernahme einer kleinen Aufgabe unterstützen.

Euch allen viele gute „Jetzt“

ORGANISATORISCHES:

Spannend wie das wahre Leben

Man glaubt es nicht, wieviele Stolpersteine einem von der Idee Literatur nachzudrucken bis zum Empfang der gedruckten Exemplare begegnen können. Aber auch hier half uns die Gelassenheit Dinge hinzunehmen ...

Durch die Neugründung des Vereins EA-Selbsthilfe e. V. mussten die Lizenzrechte von Amerika neu beantragt werden. Die Dateien für die Druckvorlagen waren nicht mehr auffindbar. Aber diese Stolpersteine haben wir ja jetzt beseitigt. Der Weg zum Nachdruck ist jetzt frei. So kann dann die nächste Auflage schneller nachgedruckt werden.

Reinhard (Berlin)

Hast Du schon einmal den Wunsch gehabt, eine kleine Aufgabe in EA zu übernehmen? Jetzt ist die Zeit

Wir freuen uns, Freunde zu finden, die Ihre zukunftsweisenden Ideen ins Strukturteam einbringen wollen. Es ist dringend notwendig, die Broschüre „Struktur der Gemeinschaft“ auf die aktuellen deutschen Verhältnisse umzuarbeiten. Dazu ist schon einiges von EA-Freunden geleistet worden. Zur Zeit stagniert es leider. Es wäre hilfreich, wenn wir demnächst wieder eine verbindliche Orientierungshilfe hätten, die wir an wissbegierige und dienstbereite Freunde weitergeben können.

Melde Dich einfach kurz per email an intergruppensprecher@ea-selbsthilfe.net und ich leite diese an den Strukturteamsprecher weiter. Wir freuen uns auf Dich.

Gute 24 Stunden wünscht Susann

NOCH WAS:

Intergruppenversammlung 12.–13. März 2016 in Neustadt/Weinstraße

Der Termin stand lange fest und im Internet las ich einen Aufruf, dass hierfür noch ein(e) Protokollant/in gesucht wird. Da ich seit ca. 1 Jahr nach längerer Auszeit wieder regelmäßig in EA-Meetings gehe und somit die Neugründung des Vereins mitbekommen habe, war ich von dem Engagement der Gründungsmitglieder und Diensttuenden fasziniert und wollte meine Dankbarkeit irgendwie zum Ausdruck bringen. Dieser Aufruf erschien mir gerade recht, hier auch einen Beitrag zu leisten, um die freiwillig und

ehrenamtlich Tätigen bei ihrer Arbeit zu unterstützen. Aber auch um zu zeigen, dass Gruppenmitglieder bereit sind, die Diensttuenden nicht „hängen“ zu lassen, denn zum Funktionieren braucht es engagierte Unterstützung.

Mich hat aber auch interessiert, wie EA als Organisation funktioniert und wer die Personen sind, die hier ihre Kraft und Freizeit für die Gemeinschaft einsetzen. Ich wollte also auch mal einen „Blick hinter die Kulissen“ tun, also über die wöchentliche Teilnahme an den Gruppenmeetings hinaus.

Und ich muss sagen, dass ich sehr beeindruckt war über den Einsatz der einzelnen Diensttuenden – und vor allem über das Arbeitspensum, was hier zu bewältigen ist. Die Abstimmung untereinander, die Erörterung der Probleme, die im täglichen Ablauf in allen Bereichen auftreten, das Ringen um gemeinsame Lösungen und die Fähigkeit, zu ausgewogenen Ergebnissen zu kommen, all das zeugt von der außerordentlichen Motivation der Teilnehmer.

Es hat mir jedenfalls Spaß gemacht, dabei zu sein und auch einen Beitrag zum Ablauf zu leisten. Der Kontakt zu den anderen war hervorragend und es herrschte eine freundliche, von gegenseitiger Wertschätzung getragene Stimmung – aber etwas anderes wäre dann wohl auch nicht EA.

Ich möchte daher jedem Mut machen, sich aktiv zu beteiligen und im Rahmen der Möglichkeiten einzubringen. EA ist keine Firma, in der Leistung erwartet wird. Hier ist es vielmehr so, dass jeder jedem hilft und ganz nach dem Motto „Gemeinsam schaffen wir es“ wird ein gemeinsames Werk daraus.

In diesem Sinne wünsche ich uns allen allzeit gute 24 Stunden

Hans-Hermann (Viersen)