

*Gott gebe mir die Gelassenheit,  
Dinge hinzunehmen,  
die ich nicht ändern kann,  
den Mut, Dinge zu ändern,  
die ich ändern kann,  
und die Weisheit, das eine  
vom anderen zu unterscheiden.*

*Gott gebe mir Geduld mit Veränderungen,  
die ihre Zeit brauchen,  
und Wertschätzung für alles,  
was ich habe, Toleranz gegenüber  
jenen mit anderen Schwierigkeiten,  
und die Kraft, aufzustehen und  
es wieder zu versuchen, nur für heute.*



Nr. 84

September 2012

01.09.2012

---

## **Fallen ist menschlich**



**Anonyme Spieler(GA)**  
 c/o bwlv Fachstelle Sucht  
 Baslerstraße 61  
 79100 Freiburg  
 E-Mail: [region-sued@anonyme-spieler.org](mailto:region-sued@anonyme-spieler.org)



Freiburg, den 30.07.2012

Liebe GA-Freunde/innen der Region Süd.

Hiermit laden wir Euch zum Regionalgruppentreffen/Arbeitsmeeting\* der Anonymen Spieler(GA) Region Süd, **am Samstag, den 15.09.2012**, in den **Räumlichkeiten der Mittwochsgruppe der GA-Freiburg, c/o bwlv Fachstelle Sucht, Baslerstraße 61 (Victoriahaus), 79100 Freiburg**, recht herzlich ein.  
**Zeit: 14.30 Uhr – 16.30 Uhr**

#### Tagesordnung:

- Top 1 - Begrüßung, Lesen der 12 Schritte, 12 Traditionen, Gedanke zum Tag, Vorstellungsrunde**
- Top 2 - Bericht aus den Gruppen**
- Top 3 - Bericht zur Region, Kassenbericht**
- Top 4 - Abstimmung über den Antrag zur Auflösung der Region Süd**

Die GA-Gruppen Freiburg und Offenburg haben zum Arbeitsmeeting der Region Süd am 15.09.2012 in Freiburg folgenden Antrag zur Abstimmung eingebracht:

**Antrag:** „Die GA-Gruppen Freiburg-Di, Freiburg-Mi, Freiburg-Do und Offenburg der Anonymen Spieler(GA) Region Süd, stellen gemeinsam den Antrag zur Auflösung der Region Süd der Anonymen Spieler(GA) mit Datum zum 15.09.2012. Die Gelder der Regionsgruppenkasse in Höhe von derzeit **518,11 €** werden nach Auflösung, nach Abzug noch anfallender Ausgaben, an die Interessengemeinschaft der Anonymen Spieler e.V. mit Sitz in Hamburg gespendet.“

Gute 24 Stunden,  
 Ralf, kommissarischer Regionsgruppensprecher

**Anmeldung, Rückfragen:** Tel. 0761-507105 Ralf, E-Mail: [region-sued@anonyme-spieler.org](mailto:region-sued@anonyme-spieler.org)

\* Teilnahme am Arbeitsmeeting

Wir nehmen an den Arbeitsmeetings der Gruppe/Region, GDA oder des Interessenvereins teil. Viele von uns halten an der Vorstellung fest, dass der Dienst nicht zu ihrem Leben gehört, sondern für besser qualifizierte reserviert ist. Aber gerade das Mitwirken an der Verwaltung unseres Programms zeigt uns, wie diese Organisation funktioniert. Das hilft uns auch dabei, Verantwortung für unsere Genesung zu übernehmen.

## Inhaltsverzeichnis

Impressum.....	2
Inhaltsverzeichnis .....	3
Titelthema – Fallen ist menschlich.....	4
Präambel .....	5
Die Zwölf Schritte (Das Programm zur Genesung) .....	6
Die Zwölf Traditionen (Das Programm zur Einigkeit) .....	7
Schriftliches Meeting mit Beiträgen Anonymer Spieler(GA).....	8
Vereinsinformation .....	15
Einladung zum D-Treffen 2012.....	16
Einladung zum Regionaltreffen der Region Süd .....	18
Gedanke zum Tag – 01.09.2012.....	19
Das Gelassenheitsgebet.....	20

Anonyme Spieler (GA) Region Hamburg · Interessengemeinschaft e.V. · Eilbeker Weg 20 ·  
22089Hamburg

GA Region Hamburg · Eilbeker Weg 20 · 22089 Hamburg

Donnerstag, 29. Dezember 2011

### Einladung zum Deutschlandtreffen 2012

Liebe Freunde,

unser nächstes Deutschlandtreffen steht an und es gibt einen besonderen Anlass  
„30 Jahre GA Deutschland“.

Wir wünschen uns, dass alle Freunde an diesem **besonderen** Treffen teilnehmen.  
Im Sinne des 12. Schrittes bitten wir, Freunde zu motivieren und gegebenenfalls zu  
helfen, dabei zu sein.

Termin und Ort stehen fest. Das Anreisedatum ist Freitag der 5.10.2012 ab 14.00 Uhr.  
Die Abreise ist am 07.10.2012 nach dem Mittagessen geplant.  
Es besteht die Möglichkeit, einen Tag früher anzureisen. In diesem Fall wendet Euch  
bitte an Stefan mobil: 01577 5064994 Tel: 040 64858520

Es stehen uns 102 Plätze mit Vollverpflegung zur Verfügung, die sich wie folgt verteilen:

Kategorie	Anzahl	Preis pro Person Fr bis So
Einzelzimmer mit Dusche/ WC	7	135 €
Einzelzimmer ohne Dusche	33	120 €
Doppelzimmer mit Dusche	25	110 €
Familienzimmer/ 3 Bettzimmer ohne Dusche		
Kinder bis 12 Jahre frei	4	80 €
Tagesgäste mit Vollverpflegung	egal	35 €

Es sind genügend saubere Duschen und Toiletten auf den Gängen vorhanden. In jedem  
Zimmer befindet sich ein Waschbecken. Die Bettwäsche wird vom Haus gestellt.

**Für Handtücher hat jeder selbst zu sorgen**

Anmeldungen werden ab sofort entgegen genommen. Anmeldungen bitte an Stefan.

**Per Tel: 040 64858520 oder mobil: 01577 5064994**

Eilbeker Weg 20 · 22089 Hamburg · Tel.: +49 (040) 2099009 · Fax: +49 (040) 2099019  
Bankverbindung: HASPA · Konto: 1261 110 942 · BLZ: 20050550  
FA: HH Nord · Steuernummer Nr. 17/421/11756

## Präambel

**ANONYME SPIELER (GA)** sind eine Gemeinschaft von Frauen und Männern, die ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung miteinander teilen, um ihr gemeinsames Problem zu lösen und anderen süchtigen Spielern bei ihrer Genesung zu helfen.

Die einzige Bedingung für die Mitgliedschaft bei den Anonymen Spielern (GA) ist der aufrichtige Wunsch, mit dem Spielen aufzuhören. Es gibt bei uns keine Gebühren oder Mitgliedsbeiträge. Wir tragen uns selbst durch unsere eigenen, freiwilligen Spenden.

Die Gemeinschaft Anonyme Spieler (GA) ist mit keiner politischen Partei, Konfession, Sekte oder sonst einer Organisation oder Institution verbunden; sie will sich weder an öffentlichen Debatten beteiligen, noch zu irgendwelchen Streitfragen Stellung nehmen. Unser wichtigstes Anliegen ist es, mit dem Spielen aufzuhören und anderen süchtigen Spielern zu helfen, es auch zu schaffen.

Die meisten von uns gaben nur widerstrebend zu, dass das Spielen für sie ein Problem ist. Niemand mag sich von anderen unterscheiden. Typisch für unsere "Spielerkarriere" sind daher unzählige Versuche zu beweisen, dass wir genauso spielen können wie andere auch. Der Gedanke, eines Tages das Spielen irgendwie unter Kontrolle zu bringen, ist die fixe Idee eines jeden süchtigen Spielers. Die Beharrlichkeit, mit der wir diese trügerische Idee verfolgten, ist erstaunlich; viele unter uns führte sie an die Schwelle von Gefängnissen, Wahnsinn und Tod.

Wir haben gelernt, dass jeder von uns sich selbst in aller Ehrlichkeit eingestehen muss, ein süchtiger Spieler zu sein. Das ist der erste Schritt zur Genesung. Vor allem müssen wir den Selbstbetrug erkennen, dass wir so sind oder jemals so sein werden wie andere, wenn es ums Spielen geht. Wir sind anders! - Wir haben die Fähigkeit verloren, kontrolliert zu spielen. Wir wissen, dass ein süchtiger Spieler diese Fähigkeit niemals wiedererlangt.

Jeder einzelne von uns hat irgendwann einmal geglaubt, er wäre in der Lage, die Kontrolle zurückzugewinnen. Aber auf diese meist sehr kurzen Phasen folgte unausweichlich noch mehr Kontrollverlust, der allmählich zum körperlichen und seelischen Verfall führte. Wir sind fest davon überzeugt, dass wir an einer fortschreitenden Krankheit leiden. Im Laufe der Zeit verschlimmert sich diese; solange wir spielen, geht es uns stets schlechter, niemals besser.

Steht jemand erst einmal unter diesem Spielzwang, verliert er drei grundlegende Dinge: Zeit, Geld und sein Wertgefühl. Zeit und Geld sind verspielt - unwiederbringlich -, das Wertgefühl aber lässt sich wieder herstellen.

Damit wir wieder ein normales, zufriedenes und glückliches Leben führen können, richten wir uns nach besten Kräften im täglichen Leben nach bestimmten Grundsätzen: **Die Zwölf Schritte**

Vielen Dank, dass ihr meinen kleinen Beitrag gelesen habt.

Gruß  
Manuel



## Die Zwölf Traditionen (Das Programm zur Einigkeit)



Aus unseren Erfahrungen haben wir gelernt, dass folgende Punkte wichtig sind, um den Erfolg in unseren GA-Gruppen zu gewährleisten.

1. Unser gemeinsames Wohlergehen sollte an erster Stelle stehen; die Genesung des Einzelnen beruht auf der Einigkeit der Anonymen Spieler.
2. Für den Sinn und Zweck unserer Gruppe gibt es nur eine höchste Autorität, einen liebenden Gott, wie er sich in dem Gewissen unserer Gruppe zu erkennen gibt. Unsere Vertrauensleute sind nur betraute Diener, sie herrschen nicht.
3. Die einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit ist der aufrichtige Wunsch, mit dem Spielen aufzuhören.
4. Jede Gruppe sollte selbständig sein, außer in Dingen, die andere Gruppen oder die Gemeinschaft der Anonymen Spieler als Ganzes angehen.
5. Die Hauptaufgabe jeder Gruppe ist es, unsere GA-Botschaft zu süchtigen Spielern zu bringen, die noch leiden.
6. Eine GA-Gruppe sollte niemals ein außenstehendes Unternehmen unterstützen, finanzieren, oder mit dem GA-Namen decken, damit uns nicht Geld-, Besitz- und Prestigeprobleme von unserem eigentlichen Zweck ablenken.
7. Jede GA-Gruppe sollte sich selbst erhalten und von außen kommende Unterstützung ablehnen.
8. Die Tätigkeit bei den Anonymen Spielern sollte immer ehrenamtlich bleiben, jedoch dürfen unsere zentralen Dienststellen Angestellte beschäftigen.
9. Anonyme Spieler sollten niemals organisiert werden, jedoch dürfen wir Dienstausschüsse und Komitees bilden, die denjenigen verantwortlich sind, welchen sie dienen.
10. Anonyme Spieler nehmen niemals Stellung zu Fragen außerhalb ihrer Gemeinschaft; deshalb sollte auch der Name „Anonyme Spieler“ niemals in öffentliche Streitfragen verwickelt werden.
11. Unsere Beziehungen zur Öffentlichkeit stützen sich mehr auf Anziehung als auf Werbung. Deshalb sollten wir auch gegenüber Presse, Rundfunk, Film und Fernsehen stets unsere persönliche Anonymität wahren.
12. Anonymität ist die spirituelle Grundlage aller unserer Traditionen, die uns immer daran erinnern soll, Prinzipien über Personen zu stellen.

ken, sondern mit meiner ganzen Persönlichkeit. Emotional und geistig erkrankt. Das war die Diagnose, die es für mich anzunehmen galt. Die bewusste Annahme und Akzeptanz meiner Krankheit, war der erste Meilenstein auf meinem Weg der Genesung. Daran musste ich mich heranwagen.

Das Genesungsprogramm der Anonymen Spieler(GA) ist ein Orientierungsprogramm, das ich für mich in Anspruch nehmen kann, um die wahren Schwierigkeiten in meinem Leben zu erkennen und in dessen Anwendung und Umsetzung ich Lösungsansätze für einen gesunden Weg der Genesung finden kann. Dabei war für mich die Suche nach meinem spirituellen Halt, nach meiner Kraft, größer als ich selbst, von enormer Wichtigkeit. Diese Kraft, und die Verbindung zu ihr, brauche ich auch heute, um mit ihrer Hilfe wieder aufstehen zu können, wenn ich falle. Das Hinfallen hat nach meinem letzten Spielrückfall nicht einfach aufgehört. Das Leben, und oftmals auch ich selbst, stellen mir in ihrer ganzen Bandbreite oft genug ein Bein, das mich auch immer wieder straucheln und fallen lässt. Doch mit Gottes Hilfe brauche ich dabei nicht mehr zu trinken und zu spielen. Und ich darf zu jeder Zeit und an jedem Ort nach seiner stärkenden Hand, die ich meist durch meine Ichbezogenheit und Selbstverliebtheit immer wieder loslasse, voll Hoffnung und Vertrauen greifen, um die Kraft zu bekommen, wieder aufstehen zu können. Gott lässt es zu, dass ich auch falle, damit ich durch mein Fallen lerne die richtigen Schlüsse für mein Leben zu ziehen, aber er will mit Bestimmtheit nicht, dass ich liegen bleibe. 17 Jahre habe ich es ohne meine höhere Macht versucht, und bin beinahe dabei gestorben. Ja, die Frage nach dem „Wozu“ wird mir beantwortet, wenn ich bereit dafür bin, mich spirituell meiner höheren Macht, wie ich sie verstehe, zu öffnen.

Ich möchte meinen Beitrag mit dem Sprichwort schließen: *„Fallen ist menschlich, liegen bleiben ist teuflisch, wieder aufstehen ist göttlich.“*

Gute 24 Stunden,  
Ralf



Gestern war Ich mal wieder mit der Bahn unterwegs , gerne beobachte Ich Menschen in grösseren Städten .

Ich war geschockt über das was Ich sah , es ist mir seit längerem schon aufgefallen aber am gestrigen Sonntag wieder sehr extrem . Die Menschen haben die Fröhlichkeit abgelegt , ob in der Stadt , im Zug , im Strassencafe , die Alltagsmimen sind verbittert , steif wie die von Schaufensterpuppen , teilweise böse anmutend .

Es ist sehr selten das gelacht wird und wenn auch nur sehr kurz . Als Kind bekommt man Angst unter solchen Leuten , aber das sind wir , die Gesellschaft und das geben wir so weiter .

Heute war meeting , auch hier spüre ich Jammer und Leid , Tonlagen und Stimmen in Verzweiflung . Jeder übernimmt die Stimmungslage des Anderen in seine Geschichte und da sitzen wir , steigern uns immer mehr in negativ und schwarz sehen , verstärken das Sinnbild von Ausweglosigkeit ganz unbewusst , anstatt Euphorie und Hoffnung zu geben .

Es ist eigentlich ganz einfach warum tun wir es nicht ??

Ich spiele nimmer und mir gehts prima , Ihr könnt das auch schaffen , ich helfe gerne , ich bin da wenn du Hilfe brauchst ; ich schaffe das , ich glaube an Dich usw. .... das ist die Botschaft ! GA soll uns wieder zu Menschen machen , Ga hilft uns aufzustehen ,rüttelt uns wach , schenkt uns vergessenes Leben .

Danke, Volker

Liebe Grüsse aus Lahr !





## Thomas per E-Mail

Hinfallen ist Menschlich.....

Für mich bedeutet dieses Sprichwort, das ich nicht liegen bleiben darf, um meine Entwicklung zu gefährden. Ich bin Mensch – ich darf Fehler machen, ja und ich habe in meinem bisherigen Leben einige gemacht, die ich nicht mehr ungeschehen machen kann, ich kann nur aus den gemachten Fehlern meine Lehre ziehen und dies ändern sofern ich gewillt bin das zu tun.

Wenn ich das auf mein Leben anwende bin ich heute froh dass ich nicht liegen geblieben bin, weil ich versagt habe, mich klein gemacht habe, Schuldgefühle mich vor dem aufstehen gehindert haben. Was hat mich wieder aufstehen lassen, der Glaube dass ich es schaffe, egal wie oft ich stolpere? Ja, aber auch das andere hingefallen sind und nicht liegengeblieben sind, Beispiele anderer waren ein Fingerzeig in Bezug auf meine Genesung. Kleine Kinder fallen in den ersten Jahren immer wieder hin, ja das tut weh, sie stehen aber immer wieder auf, bis sie gelernt haben aufrecht zu gehen, die Schmerzen sind ab und an groß, sie sind aber nicht so groß es wieder zu versuchen, auch ich versuchte mein Leben zu ändern, aufrecht und ehrlich durch das Leben zu gehen, dies nicht als Bürde oder Hürde zu nehmen sondern als Aufgabe statt es „wegzudrücken“ das Leben vor mir herzuschieben das Leben so annehme als ein Teil von mir selbst.

Es ist göttlich, dass nicht alles, was hinstürzt, am Boden liegen bleiben muss; dass es einen neuen Anfang, ein neues Sich-Hinstellen, gibt für mich. Göttlich ist es, dass mir nach der Nacht ein neuer Tag geschenkt wird, neue 24 Stunden die ich versuche ein zufriedenes Leben zu führen.

Schöne 24 Stunden Thomas



## Ralf

Fallen ist menschlich

Hallo Freunde.

Nachdem ich 1988 für mich festgestellt hatte, dass mein Spielen mich immer mehr und immer tiefer in finanzielle Schwierigkeiten brachte, besorgte ich mir einen ersten Termin in einer Suchtberatungsstelle.

Dies ist nun beinahe 25 Jahre her. Eine lange Zeit, - und ein weiter Weg der Genesung, auf dem ich oft wieder hingefallen bin. Sehr oft. Anfänglich war mein Fallen fast immer mit Spielrückfällen begleitet, bei denen ich mir im Vorfeld auch meist die gleichen Fragen stellte: „Bin ich wirklich ein süchtiger Spieler? Bin ich wirklich Alkoholiker? Habe ich mein Leben wirklich nicht mehr im Griff? Brauche ich wirklich die Hilfe anderer?“

Mit diesen Fragen habe ich noch über sechs Jahre weiter gespielt und weiter getrunken. Das Hinfallen wurde immer schmerzhafter. Immer tiefer rauschte ich auf meiner Leiter dem Abgrund entgegen. Die Sprossen auf meiner Leiter nach unten schienen unter dem Gewicht der Rückfälle nur so durchzubrechen. Ein Abrutschen ins Bodenlose. Ins Nichts. Warum so lange? Warum so oft durch dieselben Fallen hinfallen? Immer in dem Wissen darum, dass ich nach meinem nächsten Rückfall vielleicht nicht mehr die Kraft aufbringen kann, wieder aufzustehen.

Doch die Frage nach dem Warum, wurde nach meinem letzten Spiel und meinem letzten Schluck zur Frage nach dem Wozu? Wozu diese Leidenszeit, obwohl mir gedanklich doch schon lange klar gewesen war, dass ich Spieler und Alkoholiker bin, dass ich die Kontrolle darüber schon vor langer Zeit verloren habe?

Heute weiß ich immer noch nicht mit Sicherheit, was mich im Enddefekt im Einzelnen wirklich dazu veranlasst hat, den Schalter umzulegen. Ich denke, es war die Fülle der wichtigen Erkenntnisse über mich selbst und mein Krankheitsbild, die ich in den Gruppen und durch geistlichen Beistand erhalten habe und die mich auf den Weg der Kapitulation führten. Ich hätte mit Sicherheit noch Monate, vielleicht auch Jahre so weiter machen können, bis ich mich zu Tode gesoffen und gespielt hätte, aber ich musste es nicht mehr. Mein mit Dornen übersäter Weg des Fallens hat mir die Frage des „Wozu“ beantwortet. Mein gesamtes Leben, mein ganzes Denken, und mein Handeln mir selbst und meinen Mitmenschen gegenüber, war nicht gesund. Ich hatte nicht nur massive Probleme mit meinem Spielen und Trin-





*Schriftliches Meeting*  
*Schriftliches Meeting*  
*Anonymer Spieler (GA)*  
*Anonymer Spieler (GA)*



**Volker per E-Mail**

Hallo Freunde.

Schade das keiner etwas schreibt , schreiben aus Gedanken heraus reinigt die Seele und nimmt einem aus dem Alltag ein wenig heraus !

Wen ich etwas schreibe brauche ich es mir nicht merken und vergesse es auch nimmer , denn es ist immer parat auf Papier gebannt ; stets abrufbar durch lesen .

Heutzutage sind Computer unsere stetigen Begleiter , Segen und Fluch zugleich , Ich denke , nein Ich bin der Überzeugung diese Geräte überfordern uns , denn die Schnelligkeit des Daten Inputs ist für Menschen zuviel .

Der Einzelne von uns , Modell : homo sapiens 2012 , Entwicklung ca 100 000 Jahre , ist der dauernden Überreizung hilflos ausgeliefert und damit überfordert . Wir führen Leben auf der Rennstrecke , keine Zeit für nix und Ruhe .

Doch die Evolution hat den Mensch 2012 nicht für die rasante Entwicklung vorbereitet , er bleibt auf der Strecke .

Ich glaube kaum das Begriffe wie : Burnout , Abhängigkeit , Sucht , usw. vor 200 Jahren ein Thema waren . Die Menschen haben gelebt , Sie haben gearbeitet , Sie haben gefeiert , Sie waren Mensch , heute sind wir ein Teil eines riesigen Systems , hochleistungs Roboter mit unbegrenztem Speicherplatz stets 100 % Einsatz fähig . Der Input kommt von Rechnern aus dem Netz oder via Handy mobil , der Tag hat ZE s ( Zeiteinheiten ) und kostet so und soviel.



**Manuel per E-Mail**

Fallen ist menschlich...

Hallo Freunde.

„Fallen ist menschlich“, lautet ein altbekanntes Sprichwort und wird gerne und häufig verwendet. Allerdings wird in den meisten Fällen, der zweite Halbsatz dieses Sprichwortes vergessen. In vollem Umfang lautet es nämlich: „Fallen ist menschlich, liegen bleiben teuflisch“.

Ich muss eingestehen, dass ich den zweiten Halbsatz auch zum ersten Mal las als ich mir im Netz einige Infos zum angesetzten Thema holen wollte. Ich verstehe jetzt den Spruch jetzt auch viel besser und kann ihn auch auf mich übertragen. Ich bin gefallen, besser gesagt ich bin dem Spielteufel, Spielwahn oder wie immer man ihn nennen mag verfallen. Ich war am Boden, kein Geld, keine Selbstvertrauen und fast keine Hoffnung mehr. Ich war am Boden und wäre heute wahrscheinlich immer noch dort, hätte ich nicht den ersten Schritt gewagt und mir selbst eingestanden, dass ich ein SÜCHTIGER SPIELER bin. Den zweiten Schritt machte ich mit meinem ersten Besuch meiner GA Gruppe in Offenburg im Juli 2011.

Das fallen für mich als Spieler ist gleichbedeutend mit einem Rückfall zum Spiel hin. Ein Rückfall kann jeden bei GA erleiden, viele haben schon einen oder mehrere Rückfälle erlitten. Vielleicht ist es die Sehnsucht nach Geld oder man muss wieder bunte Früchte rotieren sehen oder man will mit aller Macht endlich die richtigen Zahlen auf dem Lottoschein ankreuzen. Spielfrei zu bleiben bedeutet vor allem eines Arbeit, Arbeit mit sich selbst, es ist ein Trugschluss zu sagen: „Ich gehe heute abend zu eine GA-Stunde und bin dann von meiner Spielsucht geheilt. Wir alle wissen, dass wir unsere Krankheit nicht heilen können, wir können sie nur anhalten und stoppen, so dass nicht weiter Kontrolle über unser leben übernimmt. Ich habe bereits einige neue Interessierte gesehen, welche ein oder zwei mal in die Meetings kamen, mit der Vorstellung, die ich oben beschrieben habe. Es ist schade, dass sich deren Vorstellungen nicht erfüllt haben, sie können von mir aus aber gerne wieder kommen und einen zweiten Versuch bei uns starten.

## Die Zwölf Schritte

(Das Programm zur Genesung)



1. Wir gaben zu, dass wir dem Spielen gegenüber machtlos sind und unser Leben nicht mehr meistern konnten.
2. Wir kamen zu dem Glauben, dass eine Macht, größer als wir selbst, uns unsere geistige Gesundheit wiedergeben kann.
3. Wir fassten den Entschluss, unseren Willen und unser Leben der Sorge Gottes – wie wir Ihn verstanden – anzuvertrauen.
4. Wir machten gründlich und furchtlos eine moralische und finanzielle Inventur in unserem Inneren.
5. Wir gaben Gott, uns selbst, und einem anderen Menschen gegenüber, unverhüllt unsere Fehler zu.
6. Wir waren völlig bereit, all diese Charakterfehler von Gott beseitigen zu lassen.
7. Demütig baten wir Ihn, unsere Mängel von uns zu nehmen.
8. Wir machten eine Liste aller Personen, denen wir Schaden zugefügt hatten, und wurden willig, ihn bei allen wieder gut zu machen.
9. Wir machten bei diesen Menschen alles wieder gut, wo immer es möglich war, – es sei denn, wir hätten dadurch sie oder andere verletzt.
10. Wir setzten die Inventur bei uns fort, und wenn wir Unrecht hatten, gaben wir es sofort zu.
11. Wir suchten durch Gebet und Besinnung die bewusste Verbindung zu Gott – wie wir Ihn verstanden – zu vertiefen. Wir baten Ihn, nur seinen Willen erkennbar werden zu lassen und uns die Kraft zu geben, ihn auszuführen.
12. Nachdem wir durch diese Schritte ein seelisches Erwachen erlebt hatten, versuchten wir, diese Botschaft an süchtige Spieler weiterzugeben und unser tägliches Leben nach diesen Grundsätzen auszurichten.

## Vereinsinformation:

### Vereinsmitglieder gesucht

*Hallo GA-Freundinnen und GA-Freunde,*

*da es in diesem Jahr einen großen Umbruch im Verein geben wird, wenden wir uns heute als Vereinsvorstand an euch. In 2012 werden insgesamt 6 Freunde aus unserem Verein „Anonyme Spieler (GA) Interessengemeinschaft e.V.“, turnusmäßig ausscheiden. Zusätzlich werden die Dienste des Geschäftsführers und des 2.ten Vorsitzenden vakant.*

*Nun unsere Bitte und Frage an euch: Wer hat Interesse und Bereitschaft unsere Gemeinschaft im Rahmen eines Eintritts in den Verein und/oder auch mit Übernahme einer der oben genannten Dienste tatkräftig zu unterstützen? Kennt jemand eine Freundin oder einen Freund für diese Dienste? Bitte gibt diese Information möglichst an alle euch bekannten GA Freundinnen und Freunde weiter, damit wir für 2013 best möglichst aufgestellt sind.*

*Wenn ihr Fragen zum Thema Verein, Mitgliedschaft oder Dienst habt, wendet euch einfach an einen von uns dreien.....*

*Manfred, Marc und Kai*

*E-Mailadressen:*

[Manfred-hamburg@hotmail.de](mailto:Manfred-hamburg@hotmail.de)

[Hamburg-marc@hotmail.de](mailto:Hamburg-marc@hotmail.de)

[Kai-hamburg@hotmail.de](mailto:Kai-hamburg@hotmail.de)



## Fallen ist menschlich

Liebe GA-Freundinnen und Freunde.

Wer von uns kennt nicht den erbarmungslosen Zustand des unendlichen Fallens, den wir alle durch das Ausleben unserer Suchterkrankung und dem damit verbundenen persönlichen Scheitern in unserem Leben schmerzvoll erfahren mussten. Wir werden in unserem Leben immer wieder erfahren müssen, was es bedeutet zu fallen, zu versagen, zu scheitern. In welchen Bereichen unseres Lebens auch immer. Der Mensch ist nicht dazu geschaffen, perfekt und vollkommen zu sein. Immer wieder überfordern uns schwierige Lebensumstände, denen oft ein persönliches Fallen folgt. Es muss dadurch nicht gleich wieder ein Rückfall ins Spielen folgen, doch wenn wir nicht aufpassen und ein Abgleiten in unser altes Verhaltensmuster zulassen, wird ein Spielrückfall nicht lange auf sich warten lassen. Darum ist die Hilfe zur Selbsthilfe, unser Genesungsprogramm, das Verständnis, die Begleitung, die Annahme, die Akzeptanz unserer Person, und die Liebe, die uns in den Gruppen entgegengebracht wird, so ungemein wichtig und wertvoll, um nach dem Hinfallen in persönlichen Lebenskrisen wieder aufstehen zu können. Alleine sind die meisten von uns zu schwach dazu.

Viel Freude beim Lesen, und gute 24 Stunden euch allen.

Der Rundbrief wird in einer Druck- und Leseversion online auf unserer Homepage: [www.anonyme-spieler.org](http://www.anonyme-spieler.org) eingestellt und zusätzlich an alle Gruppen mit E-Mailadresse, per E-Mailanhang versendet. Wer für die nächste Ausgabe einen Beitrag schreiben möchte, kann ihn per E-Mailanhang, und wenn möglich in Word-Format, an: [ga-rundbrief@anonyme-spieler.org](mailto:ga-rundbrief@anonyme-spieler.org) senden, oder uns auch mit der Post an die Adresse der Freiburger Mittwochsguppe, die im Impressum unter "Redaktion und Druck" angegeben ist, zukommen lassen.

Wir führen bei den an uns eingereichten Beiträgen jedoch keinerlei Korrektur oder Lektorat durch. Wir belassen die Beiträge auch grammatikalisch so wie sie uns zugesandt wurden und setzen sie lediglich in ein passendes Layout (Schrift- und Blocksatz). Die Beiträge sollen den jeweiligen Inhalt und den Sinn so wiedergeben, wie sie die Autoren/innen verfasst haben. Wir führen eine Rechtschreibprüfung und eventuelle Korrektur der Beiträge nur durch, wenn die Einsender dies ausdrücklich wünschen und bei Einreichung der Beiträge vermerken.

### Titelthema des nächsten Rundbriefes: "Komm wieder, es funktioniert"

Redaktionsschluss: **15.11.2012** Erscheinungsdatum: **01.12.2012**

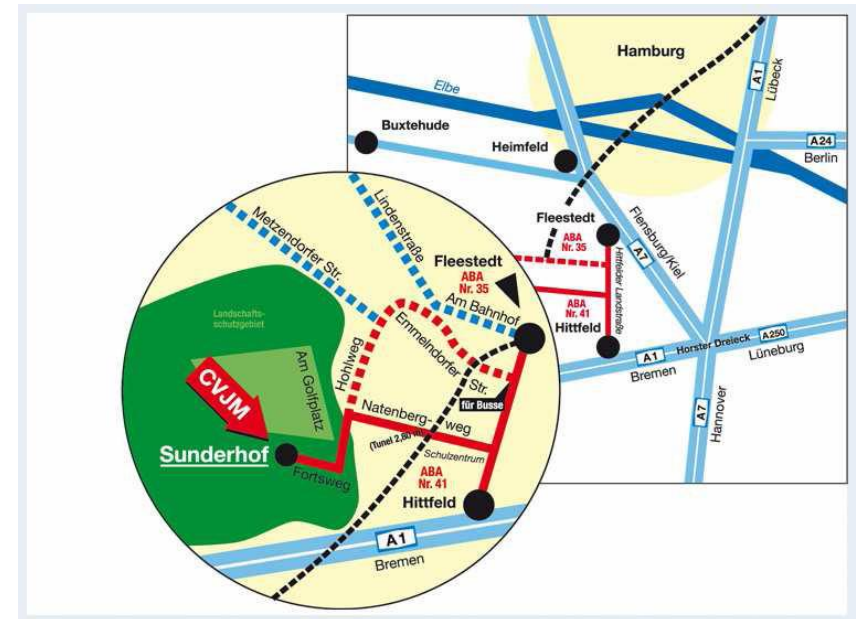
Wir freuen uns wieder auf eure Beiträge und wünschen euch allen:  
Euer Rundbriefteam aus Freiburg.



Anonyme Spieler (GA) Region Hamburg · Interessengemeinschaft e.V. · Eilbeker Weg 20 · 22089 Hamburg

### Für die Anreise einige Informationen für euch

Adresse: DER SUNDERHOF · FORSTWEG. 35 · 21218 SEEVETAL(EMMELNDORF)



Reist ihr mit dem Zug an (Bahnhof Hittfeld) wird es einen Shuttle - Service geben.

Falls ihr noch Fragen habt: **Telefon 040 64858520 oder mobil: 01577 5064994**

Schöne 24 Stunden

Das Vorbereitungsteam Region Hamburg  
30Jahre GA Deutschland

Eilbeker Weg 20 · 22089 Hamburg · Tel.: +49 (040) 2099009 · Fax: +49 (040) 2099019  
Bankverbindung: HASPA · Konto: 1261 110 942 · BLZ: 20050550  
FA: HH Nord · Steuernummer Nr. 17/421/11756

**Impressum:**

**Rundbrief  
"Gib es weiter"  
der  
Anonymen Spieler (GA) Deutschland  
Nr. 84 • September 2012**

**Herausgeber:**

Interessengemeinschaft  
Anonyme Spieler (GA)  
Eilbeker Weg 20  
22089 Hamburg

**Redaktion und Druck:**

Anonyme Spieler (GA)  
Rundbriefteam - Gib es weiter  
c/o bwlv Fachstelle Sucht  
Baslerstraße 61  
79100Freiburg

E-Mail: [ga-rundbrief@anonyme-spieler.org](mailto:ga-rundbrief@anonyme-spieler.org)

© by Anonyme Spieler (GA)

**Titelbild:** Kanal von Kastilien, bei Boadilla del Camino(Spanien)

**Teile des Inhaltes frei übersetzt  
nach dem Combo-Buch der Gamblers Anonymous GA  
Copyright © by Gamblers Anonymous GA**

**sowie dem 12-Schritte Programm der  
Anonymen Alkoholiker AA deutscher Sprache**

Die im Rundbrief "Gib es weiter" veröffentlichten Beiträge gründen sich auf den Erfahrungen der jeweiligen Verfasser/Innen mit dem GA-Programm (Schritte, Traditionen, Meetings-Begegnungen, Sponsorchaft etc.) Sie stellen keine Stellungnahme der Gemeinschaft der Anonymen Spieler(GA) dar und können nicht auf GA als Ganzes bezogen werden.

Für eingereichte Manuskripte wird kein Honorar bezahlt. Die Manuskripte werden nicht zurückgesandt. Für Zusendungen oder Teile davon kann keine Haftung übernommen werden.

Das Redaktionsteam bittet um Verständnis dafür, wenn ihm notwendige Änderungen, Kürzungen, oder das nicht veröffentlichen eines Beitrages als unabwendbar erscheinen. Die Entscheidung hierüber trägt ausschließlich das Redaktionsteam und in letzter Verantwortung der Verein Interessengemeinschaft Anonyme Spieler(GA) e.V., Eilbeker Weg 20, 22089 Hamburg. Wir veröffentlichen auch keine uns zugesandten Beiträge, die unseren Traditionen widersprechen.

Die im Rundbrief "Gib es weiter" veröffentlichten Beiträge, dürfen nicht ohne ausdrückliche Genehmigung des Vorstandes des Vereins wiederverwendet oder veröffentlicht werden. Das gilt auch für Arbeitsgruppen, Komitees und Bedienstete der Anonymen Spieler(GA).

Eventuelle Rechte Dritter der an uns zugesandten Artikeln oder Teilen davon (Textpassagen, Fotos, Zeichnungen usw.) müssen beachtet werden; für den Abdruck muss eine schriftliche Einverständniserklärung der Rechteinhaber vorliegen.

*Einen  
Tag  
zur  
Zeit*

**01. September 2012**

**Gedanke für den Tag**

In der Broschüre "12 Schritte und 12 Traditionen" der Anonymen Spieler(GA) wird der Elfte Schritt wie folgt kommentiert: "Ein tägliches Gebet scheint das beste Mittel zu sein, eine bewusste Verbindung zu Gott - so wie wir ihn verstehen - zu erhalten und zu vertiefen. - Was ist ein Gebet? Für manchen ist es ein kurzes, vertrauensvolles Gespräch mit seiner 'Höheren

Macht'. So kann jeder von uns sein Gebet gestalten, wie er mag." Und weiter heißt es: "Den meisten von uns erschien es anfangs schwer, Worte für ein Gebet zu finden. Nun, wir könnten wenigstens so tun, als ob wir beten, - bis wir es dann wirklich tun." Im Laufe der Zeit werden wir das Beten für uns als selbstverständlich ansehen und nicht mehr darauf verzichten wollen, nachdem wir einmal erkannt haben, welchen Gewinn und welchen Nutzen wir daraus ziehen können.

*Sind Gebet und Meditation auch ein fester Bestandteil meines täglichen Lebens?*

**Gebet für den Tag**

Ich möchte meiner "Höheren Macht" dafür danken, dass ich die Freiheit habe, "Gott, - so wie ich ihn verstehe" zu entdecken und für mich anzunehmen. Sei es, dass ich ihn mir als gütigen Vater vorstelle, dessen starke Hand und Geist ich verspüre, wenn ich mich ihm im stillen Gebet zuwende, oder als universalen, kosmischen Geist, in dem ich selbst aufgehe, wenn sich meine harte Panzerung um mein "Ich" langsam auflöst, oder auch nur als göttlichen Kern und das absolut Gute in mir betrachte, ich will ihn kennenlernen und lieben, um Ihm mein Leben zu widmen, ganz gleich, ob ich ihn nun in mir, außerhalb von mir oder in all den Dingen um mich herum entdecke.

**Nur für Heute \_\_\_\_\_ will ich im Gedächtnis bewahren,**

dass ich Gott - wie ich ihn verstehe - für mein Verständnis und Bewusstsein von ihm dankbar sein kann.

**Aus dem GA-Meditationsbuch „Einen Tag zur Zeit“ © Hazelden-Verlag**