

DER FINDES EN LØSNING

(Side 40 til 50)

Når vi læser 2. kapitel "Der findes en løsning", vil vi erfare, hvad løsningen er på en tilsyneladende håbløs fysisk og psykisk tilstand. Vi vil erfare, hvem der gav os informationen. Vi vil erfare, hvor vi kan finde de klare retningslinjer til at tage den handling, der skal til, for at sikre os, at vi slutter os til de første hundrede som helbredte alkoholikere.

Vi vil lære forskellen at kende mellem fællesskabet og programmet. Vi vil erfare, at selvom vi har det samme problem, er det i sig selv ikke bringer løsningen. Vi vil erfare nogle meget dybe sandheder om alkoholisme. Vi vil erfare, at selvom en alkoholiker ikke kan kontrollere mængden, han drikker, når han først har indtaget et par stykker (pga. den fysiske allergi overfor alkohol), så er det ikke det virkelige problem. Det er ikke den fysiske allergi, som driver os til at søge hjælp i Anonyme Alkoholikere. Det egentlige problem skal søges i sindet, fordi den sande alkoholiker er ude af stand til at holde selv det mest inderlige løfte om aldrig at drikke igen.

Drikkeriet er ikke det største problem for den kroniske alkoholiker. Alkoholikere drikker, og gør det grundigere end næsten alle andre. Det er ikke et problem at holde op. Alle alkoholikere er holdt op mange gange. Den kroniske alkoholikers største problem er, at han ikke kan lade være med at drikke igen. Det sande alkoholiske sind har ikke tilstrækkelig viljestyrke til at håndtere beslutningen om ikke at drikke; det skaber "den snigende sindssyge", der fører til den første drink. Manglende viljestyrke til at håndtere beslutningen om at lade være med at tage den første drink, gør det nødvendigt for den håbløse alkoholiker at finde en Højere Magt, som kan fjerne behovet for at forsøge at kontrollere beslutningen om aldrig at drikke igen.

Vi vil også erfare noget om de tre typer af drankere. Der er de moderate nydere, som aldrig ville overveje at komme til AA; de kan drikke eller lade være. Så er der dem med et stort alkoholforbrug; de har måske behov for at komme til AA for at finde ud af, at de ikke er alkoholikere. Hvis de får en god grund kan de drikke som den moderate nyder eller helt afholde sig fra alkohol, hvis de vælger det.

Men den sande eller kroniske alkoholiker er totalt magtesløs overfor alkohol. Vi kan hverken kontrollere mængden, vi drikker, eller kontrollere beslutningen om aldrig at drikke igen. Anonyme Alkoholikere er kun for den sande alkoholiker. Det vil vi lære mere om, når vi læser Anonyme Alkoholikerses Tolv Traditioner.

Så der findes en løsning. Lad os høre om den.

DER FINDES EN LØSNING

(Side 40)

(P) 1. Hvem kender vi?

I Anonyme Alkoholikere kender vi tusinder, som engang var ligeså håbløse som Bill.

2. Hvad har de gjort? (2 sætninger)

Næsten alle er kommet sig. De har løst deres alkoholproblem.

(P) 3. Hvem er medlemmer af Anonyme Alkoholikere?

(2 sætninger)

Vi er gennemsnits-amerikanere. Alle dele af landet, og mange af dets erhverv er repræsenteret, såvel som forskellige politiske, økonomiske sociale og religiøse baggrunde.

4. Ville vi kende hinanden uden AA?

Vi er mennesker, som normalt ikke ville blande sig med hinanden.

5. Hvad er der mellem helbredte alkoholikere?

Men mellem os råder et fællesskab, et venskab og en forståelse, som er ubeskrivelig smuk.

6. Hvem er vi som?

Vi er som passagererne på en stor oceankrydser i øjeblikket efter afværgelsen af en katastrofe, når kammeratskab munterhed og demokrati gennemstrømmer fartøjet fra tredje klasse til kaptajnens bord.

7. Hvordan er vi anderledes?

Men modsat skibspassagerernes følelse, så holder vor glæde over, vi undgik katastrofen, ikke op, når vi går hver til sit.

8. Hvilken følelse har vi delt?

Følelsen af at have delt en fælles fare er en af bestanddelene i en kraftig cement, som binder os sammen.

9. Vil det fælles problem holde os sammen?

Men det i sig selv ville aldrig have knyttet os sammen, som vi nu er sammenføjede.

(P) 10. Hvilken fantastisk realitet holder os sammen?

Den fantastiske realitet for enhver af os er, at vi har opdaget en fælles løsning.

11-a. Hvad kan vi alle tilslutte os?

Vi har fundet en vej ud, som vi helt kan tilslutte os,

11-b. Hvad kan vi samles om?

og hvorunder vi kan samles i broderlig og harmonisk handling.

12. Hvor finder vi den store nyhed?

Dette er den store nyhed, som denne bog bringer enhver, som lider af alkoholisme.

(P) 13. Er virkningen af vores sygdom begrænset til alkoholikeren?

En sygdom af denne art – og vi mener det er en sygdom – involverer alt omkring os på en måde,

DER FINDES EN LØSNING

ingen anden lidelse gør det.

14. Hvad føler vi for en kræftpatient?

Hvis et menneske lider af kræft, har alle ondt af ham, og ingen er vrede eller sårede.

15. Hvilke følger har den alkoholiske lidelse?

Men sådan er det ikke med den alkoholiske lidelse, for med den følger tilintetgørelse af alt af værdi i livet.

16. Hvem berører lidelsen?

Den fortærer alle, hvis liv er berørt af den lidende.

(Side 41)

1. Hvad forårsager alkoholisme alle involverede?

Den forårsager misforståelser, voldsom vrede, økonomisk utryghed, venner og arbejdsgivere, som vender sig bort, fortvivlede ægtefæller og forældre – enhver kan selv forlænge denne liste.

Kommentar: Hvordan svarer det til, hvordan det var for dig og dine?

(P) 2. Hvad er vores håb?

Vi håber denne bog må oplyse og trøste dem, som er eller må blive involveret.

3. Er det kun nogle få?

Det er mange.

Kommentar: Det anslås, at der for hver alkoholiker er mindst 5-6 liv, der berøres. De er følelsesmæssigt værre stillede end alkoholikeren, da de skal håndtere alkoholismen i ædru tilstand. Alkoholikeren kan søge tilflugt i flasken.

(P) 4. Er vi villige til at diskutere vores situation med professionelle eller dem, der står os nær? (hele afsnittet)

Særlige kompetente psykiatere, som har haft med os at gøre, finder det til tider umuligt at overtale en alkoholiker til at tale om sin tilstand uden forbehold. Besynderligt nok finder ægtefæller, forældre og nære venner os endnu mere upåvirkelige end psykiateren og lægen.

(P) 5. Hvad kan den helbredte alkoholiker?

Men **den tidligere problemdrikker, som har fundet løsningen**, som er tilstrækkeligt garderet med sandheden om sig selv, kan som regel vinde en anden alkoholikers tillid inden for få timer.

6. Hvornår kan der opnås fremskridt med en lidende alkoholiker?

Før denne forståelse er etableret, kan lidet eller intet udrettes.

Kommentar: En præcis beskrivelse af arbejdet som sponsor findes i kapitel syv.

(P) 7. Hvad giver den helbredte alkoholiker den lidende alkoholiker (2 sætninger)

At den person, som gør denne tilnærmelse, har haft samme problem selv, at han klart viser, at han ved, hvad han taler om, at hele hans holdning råber mod den anden, at han er et menneske med det rette svar, at han ikke fremturer en "jeg er bedre end dig" holdning, ja intet overhovedet, bortset fra et inderligt ønske om at hjælpe, at intet skal betales, ingen skal mele

DER FINDES EN LØSNING

deres egen kage. Ingen, der skal tilgodeses, ingen formaninger, der skal udholdes – dette er de forhold, vi har fundet mest effektive.

Kommentar: Beskriver det de kvalifikationer, en sponsor skal have?

8. Hvad sker der, når en helbredt alkoholiker fortæller sin historie til den lidende alkoholiker?

Efter en sådan opdagelse bliver mange motiveret og begynder at arbejde sig tilbage til livet.

(P) 9. Hvor mange af os tjener vores penge ved at arbejde at Ingen af os gør en solooptræden ud af dette kald, ej heller mener vi, at effektiviteten ville blive større, hvis vi gjorde.

10. Hvad er udelukkelsen af drikkeriet?

Vi mener, at selve udelukkelsen af drikkeriet blot er begyndelsen.

Kommentar: Men jeg mente, at hele formålet med Anonyme Alkoholikere var bare at lade være med at drikke.

11. Hvad er endnu vigtigere end blot at være ædru?

En langt dybere demonstration af vore principper ligger forude i vore respektive hjem, på arbejdet og i vor omgangskreds.

Kommentar: Vores principper er de livgivende Tolv Trin og de livsnødvendige Tolv Traditioner. Vi skal lære at praktisere dem fra vi står op til vi går i seng.

12. Hvor mange af forfatterne arbejdede med lidende alkoholikere?

Enhver af os bruger en del af vor fritid til den form for handling, vi nu skal redegøre for.

Kommentar: Den indsats, de beskriver, står i kapitel 7. Det er at gå ud og opsøge lidende alkoholikere med den forståelse og det håb, som kun en helbredt alkoholiker kan give en, som lider.

13. Hvad er nogle så heldige, at de kan gøre?

Nogle få er så heldigt stillede, at de kan give næsten al deres tid på dette arbejde.

(P) 14. Kan AA gøre en ende på alkoholismens ødelæggelser?

Resultatet vil utvivlsomt blive en masse fremgang, hvis vi fortsætter ad denne vej, vi er slået ind på, men det vil dårligt have berørt overfladen af problemet.

(Side 42)

1. Hvad bliver vi, som bor i store byer, overvældet af?

De af os, som bor i de store byer, overvældes af tanken om, at hundredvis hver dag glider ind i glemsel.

Kommentar: For hver eneste af os, som sidder trygt på møderne, er der 20-30 eller flere, som lider alkoholisme. De er ikke klar over, hvad deres problem er, og de vil forblive uvidende om det, indtil en helbredt alkoholiker deler sine erfaringer og sin viden om sandheden om alkoholisme, ligesom Bill gjorde med Dr. Bob.

2. Hvad kunne hjælpe mange alkoholikere?

DER FINDES EN LØSNING

Mange ville kunne komme sig, hvis de havde den mulighed, vi kan glæde os over.

Kommentar: Hvilken chance havde Dr. Bob haft, hvis Bill ikke havde foretaget de tolv opringtoner for at beskytte sin ædruelighed?

3. Hvilket spørgsmål blev de første hundred stillet overfor?

Hvordan skal vi da videregive dette, som vi så ufortjent har modtaget?

(P) 4. Hvad blev svaret på dette spørgsmål?

Vi har besluttet at udgive denne anonyme bog med en beskrivelse af problemerne, sådan som vi ser dem.

5. Hvad er indholdet af Store Bog?

Vi skal gøre det til vor opgave at bringe vore samlede erfaringer.

Kommentar: Det er ikke erfaring, styrke og håb fra ubehandlede alkoholikere eller ikke-alkoholikere.

6. Hvem kan have nytte af deres erfaringer og viden?

Dette skulle give forslag til et anvendeligt program for enhver, som har et alkoholproblem.

Kommentar: Eftersom oplysningerne i denne bog er blevet afprøvet over tid, og erfaringer har vist succes siden april 1939, er du så uenig i denne udtalelse?

(P) 7. Hvilke emner er det nødvendigt at berøre?

Det er en nødvendighed, at vi berører emner af medicinsk, psykiatrisk social og religiøs art.

8. Hvad var forfatterne klar over?

Vi er vidende om, at disse emner, ifølge deres natur, er kontroversielle.

9-a. Hvad ville virkelig glæde forfatterne?

Intet skulle glæde os mere end at skrive en bog, som ikke indeholdt noget grundlag for hverken påstande eller argumenter,

9-b. Hvad forsøgte forfatterne at opfylde?

men vi skal gøre vort bedste for at opfylde dette ideal.

Kommentar: Det må siges, at det er lykkedes forfatterne at opfylde idealet. Vores program har fundet verdensomspændende accept.

10. Hvad har de fleste indset?

De fleste af os har indset, at ægte tolerance med vore medmenneskers fejl og synspunkter, og respekt for deres meninger, er holdninger, som gør os mere anvendelige for andre.

11. Hvad afhænger vores liv af?

Vort hele liv – som tidligere problemdrikkere – afhænger af vor konstante omsorg for andre, og hvordan vi bedst kan hjælpe dem.

(P) 12. Hvad har du allerede spurgt dig selv om?

Du har formentlig allerede spurgt dig selv, hvorfor vi alle blev så dødsyge af at drikke.

13. Hvad er du utvivlsomt nysgerrig efter?

Utvivlsomt er du nysgerrig efter at vide, hvordan og hvorfor vi for øjnene af eksperter med

DER FINDES EN LØSNING

modsat synspunkt er kommet os fra en håbløs tilstand på legeme og sind.

14. Hvad spørger du om, hvis du er alkoholiker?

Er du alkoholiker og ønsker at komme ud af det, spørger du måske allerede: "Hvad skal jeg gøre?"

(P) 15. Hvad er formålet med denne bog?

Formålet med denne bog er at besvare sådanne spørgsmål utvetydigt.

16-a. Hvad vil de første hundred fortælle os?

Vi vil fortælle om, hvad vi gjorde,

16-b. Hvad gjorde forfatterne forud for beskrivelsen?

men før vi begynder en detaljeret beskrivelse, må det være på sin plads at sammenholde nogle punkter – som vi ser dem.

(P) 17. Hvad har folk sagt til den lidende alkoholiker mange gange (hele afsnittet)

Hvor mange gange har folk ikke sagt til os: "Jeg kan tage det eller lade være. Hvorfor kan han ikke?" – "Hvorfor drikker du ikke som en gentleman eller lader det stå?" – "Den fyr kan ikke klare at drikke." - "Hvorfor går du ikke over til øl eller vin?" – "Lad være med at drikke stærk spiritus." – "Han må have en svag karakter." – "Han kunne godt holde op, hvis han ville." – "Hun er sådan en sød pige, man skulle tro, han ville holde op for hendes skyld." – "Lægen har sagt, at hvis han nogensinde rører spiritus igen ville det slå ham ihjel, men nu er han fuld igen."

(Side 43)

(P) 1. Er det almindelige kommentarer?

Dette er almindelige kommentarer om dem, der drikker, sådan som vi hører dem overalt.

2. Hvad ligger der bag dem?

Bag ordene ligger en verden af uvidenhed og misforståelser.

3. Kommer disse udtalelser fra alkoholikere?

Vi ser, at disse udtalelser kommer fra mennesker, hvis reaktioner er vidt forskellige fra vores.

(P) 4. Hvad kan de, der drikker mådeholdent?

De, der drikker mådeholdende, har kun lidt besvær med at lægge spiritus helt på hylden, hvis der er en god grund til det.

5. Hvad kan de, som alkoholikere ikke kan?

De kan drikke – eller lade være.

Kommentar: Kroniske alkoholikere kan hverken drikke eller lade være.

(P) 6. Hvilken anden type er nævnt?

Så har vi den særlige type, der drikker en masse.

7. Har han en belastende vane?

DER FINDES EN LØSNING

Måske har han en vane, som belaster ham så meget, at det gradvist svækker ham fysisk og mentalt.

8. Hvad kunne det føre til?

Måske tager det livet af ham nogle få år for tidligt.

9-a. Kan denne type stoppe med at drikke eller holde måde, hvis han får en god grund til det?

Hvis der er en tilstrækkelig vægtig årsag, som dårligt helbred, en forelskelse, forandringer i omgivelserne eller en advarsel fra lægen kan han også holde op med at drikke eller holde måde, også selvom han finder det vanskeligt og besværligt,

9-b. Kan han have gavn af behandling?

og måske endog må ty til medicinsk behandling.

Kommentar: Mennesker, som drikker for meget, kan have gavn af behandling eller psykologhjælp. Det kan alkoholikere ikke!)

(P) 10. Ligner ham med overforbruget af spiritus på overfladen en alkoholiker? (hele afsnittet)

Men hvad med den ægte alkoholiker? Hans drikkeri begynder måske moderat, måske udvikler han sig til stordrunker – måske ikke, men på et eller andet tidspunkt i hans alkoholiske løbebane begynder han at miste kontrollen over sit spiritusforbrug, når han først er kommet i gang.

Kommentar: Dette er den væsentligste forskel mellem en person med et overforbrug af alkohol og en alkoholiker: Ham, med overforbruget kunne holde op, hvis han ville. Alkoholikeren ville holde op, hvis han kunne.)

(P) 11. Hvad har især forvirret dig hos en alkoholiker?

Her er typen, som har forvirret dig, især ved sit kontroltab.

12. Hvad gør han, når han drikker?

Han foretager sig absurde, vanvittige, tragiske handlinger, når han drikker.

13. Oplever den ægte alkoholiker en forandring af sin personlighed, når han drikker?

Han er i sandhed en Dr. Jekyll og Mr. Hyde.

Kommentar: Oplevede du en markant personlighedsændring, når du drak? Robert Louis Stevenson, forfatteren til "Dr. Jekyll and Mr. Hyde" døde af alkoholisme. Det antages, at det var hans egen historie.

14-a. Er en alkoholiker som regel kun lettere beruset?

Det er sjældent, han er lettere beruset,

14-b. Han befinder sig næsten altid i hvilken tilstand?

han er altid mere eller mindre vanvittig fuld.

15. Hvad sker der med alkoholikerens adfærd, når han drikker?

Hans dispositioner, når han drikker, minder meget lidt om hans normale adfærd.

16. Er en alkoholiker ofte et godt menneske, når han ikke drikker?

Han kan være et af de fineste mennesker, men drikker han en enkelt dag, bliver han ofte direkte afskyelig, ja, endog farligt asocial.

DER FINDES EN LØSNING

17. Hvad har han en særlig evne til?

Han har en særlig evne til at blive beruset på de helt forkerte tidspunkter, især hvis nogle vigtige beslutninger skal træffes, eller aftaler holdes.

Kommentar: I Bills historie hører vi, hvordan Bill forspildte chancen til et lovende forretningstilbud, fordi han gik på en voldelig druktur.

(Side 44)

1-a. Er alkoholikeren på mange måder normal?

Som regel er han absolut fornuftig og afbalanceret i enhver henseende,

1-b. Hvad er undtagelsen?

bortset fra når, han drikker,

1-c. Hvad sker der med hans personlighed?

for i den forbindelse er han utrolig uærlig og egoistisk.

Kommentar: Her fortæller forfatterne sandheden om alkoholikere. Vi er utroligt uærlige og egoistiske. Efterhånden som vi tager trinene, bliver dette meget tydeligt.

2. Har alkoholikeren ofte særlige evner og færdigheder?

Ofte besidder han særlige evner, færdigheder og talenter og har en lovende fremtid foran sig.

3-a. Hvordan anvender alkoholikeren sine gaver?

Han anvender disse gaver til at opbygge en lysende fremtid for sin familie og sig selv

3-b. Hvordan ødelægger alkoholikeren sin fremtid?

og vælter så hele bygningen i en række meningsløse soldeture.

4. Hvor beruset bliver alkoholikeren?

Det er ham, der går i seng så beruset, at han burde sove de næste 24 timer.

5. Hvad søger alkoholikeren efter, når han vågner?

Alligevel søger han som en gal næste morgen efter den flaske, han har forlagt den foregående aften.

Kommentar: Har du nogensinde søgt efter en flaske, for at kunne starte på dagen?

6-a. Hvad gør en alkoholiker, hvis han har råd til det?

Har han råd, kan han have spiritus gemt overalt i huset for at sikre sig,

6-b. Hvorfor gør han det?

at ingen finder hele hans lager og hælder det i kloakken.

7-a. Hvad gør alkoholikeren, når alkohol ikke længere er nok?

Som tingene udvikler sig, begynder han at anvende en kombination af stærkt beroligende medicin og spiritus for at dulme nerverne,

7-b. Hvilken virkning ønsker han at opnå?

så han kan passe sit arbejde.

8. Hvordan udvikler misbruget sig?

Så kommer dagen, hvor han simpelthen ikke kan klare den længere, og han drikker sig fra vid og

DER FINDES EN LØSNING

sans.

9. Hvad er næste skridt for at han fortsat kan fungere?

Måske går han til sin læge, som giver ham morfin eller noget beroligende, som han kan trappe ned på.

10. Hvor begynder alkoholikeren så at dukke op?

Derefter begynder han at dukke op på hospitaler og behandlingssteder.

Kommentar: I dag er det behandlingssteder frem for sindssygehospitaler.

(P) 11. Er det foregående et dækkende billede af en virkelig alkoholiker?

Dette er på ingen måde et dækkende billede af den virkelige alkoholiker, for vort adfærdsmønster varierer.

12. Passer beskrivelsen i store træk?

Men beskrivelsen skulle i store træk identificere ham.

13. Hvis hundredvis af forsøg er endt med sammenbrud, hvilke spørgsmål stiller man sig så? (resten af afsnittet)

Hvorfor opfører han sig sådan? Hvis hundredvis af forsøg har vist ham, at en eneste drink forårsager et nyt sammenbrud, med efterfølgende smerte og ydmygelse, hvorfor tager han så denne første drink? Hvorfor kan han ikke holde sig på "vandvognen"? Hvad er der sket med hans sunde dømmekraft og viljestyrke, som han dog demonstrerer i andre sammenhænge?

(P) 14. Har vi nogen viden om det i dag? (3 sætninger)

Måske vil der aldrig blive givet et udtømmende svar på dette spørgsmål. Synspunkterne varierer betydeligt, hvorfor alkoholikeren reagerer anderledes end andre mennesker. Vi ved ikke med sikkerhed hvorfor, at når et vist punkt er nået, er det uendelig lidt, man kan gøre for ham.

15. Kan vi løse denne gåde?

Vi kan ikke løse denne gåde.

(Side 45)

(P) 1. Hvad ved vi med sikkerhed?

Vi ved, at hvis alkoholikeren afstår fra at drikke, hvilket han kan præstere i måneder eller år, så reagerer han som de fleste andre.

2-a. Påvirker indtagelsen af alkohol både krop og sind?

Tilsvarende er vi overbeviste om, at straks han tilføjer nogen form for alkohol i sit system, sker der noget, såvel i legeme som i mental henseende,

2-b. Hvad er resultatet, hvis en alkoholiker indtager alkohol?

som gør det praktisk taget umuligt for ham at stoppe.

3. Hvad kan bekræfte dette?

Enhver alkoholikers erfaring kan i rigt mål bekræfte dette.

Kommentar: Herfra og resten af bogen handler det om den kroniske alkoholikers essentielle

DER FINDES EN LØSNING

problem, nemlig det mentale problem. Det er alkoholikerens manglende evne til at håndtere beslutningen om ikke at drikke igen, baseret på selverkendelse, egenrådighed og hans viljestyrke. Vi hører om behovet for en åndelig opvågning/oplevelse for at overleve alkoholisme og grunden til, at alkoholikeren er nødt til at finde en højere magt.

(P) 4. Hvad sætter det forfærdende kredsløb i gang?

Disse iagttagelser vil være teoretiske og formålsløse, hvis vore venner aldrig tog den første drink, og dermed satte dette forfærdende kredsløb i gang.

5. Hvor findes alkoholikerens hovedproblem?

Alkoholikerens hovedproblem må altså søges i hans sind – snarere end i hans legeme.

Spørgsmål: Er det egentlige problem fysisk (en allergi) eller psykisk (en besættelse)?

6. Kan en alkoholiker svare ærligt, hvis du spørger ham, hvorfor han drikker? (2 sætninger)

Spørger du ham, hvorfor han startede sin sidste tur, vil han sandsynligvis give dig en hvilken som helst årsag ud af hundred. Somme tider kan disse undskyldninger til en vis grad virke plausible, men ingen af dem virker synderlig fornuftige taget de ødelæggelser, en drikkende alkoholiker forårsager, i betragtning.

7. Hvilken sammenligning giver forfatterne os?

De minder om historien om manden, der havde hovedpine, og som slog sig selv i hovedet med en hammer, for så mærkede han ikke smerten fra hovedpinen.

8. Hvordan reagerer alkoholikeren, hvis du forelægger ham denne idé?

Forelægger du denne fejlagtige idé for en alkoholiker, så vil han enten le ad den eller blive irriteret og nægte at udtale sig.

(P) 9. Siger alkoholikeren nogensinde sandheden?

Indimellem siger han måske sandheden, og besynderligt nok er sandheden som regel, at han aner lige så lidt om, hvorfor han tog den første drink, som du.

10. Hvad er sandheden?

Nogle alkoholikere har undskyldninger, som tilfredsstiller dem selv en del af tiden, men inderst inde ved de faktisk ikke selv, hvorfor han gjorde det.

Kommentar: Var der nogen, som spurgte dig, hvorfor du drak, som du gjorde, dengang du begyndte at miste kontrollen over dit drikkeri? Svarede du dem ærligt: "Det ved jeg ikke"?

11. Hvordan er alkoholikerens mentale tilstand, når alkoholen har fået overtaget?

Når denne sygdom en gang har bemægtiget sig sit offer, så er det magtesløs.

12. Hvilken tvangstanke har enhver alkoholiker?

De har denne tvangstanke, at de en skønne dag på en eller måde vil vinde spillet.

13. Har de normalt mistanke om sandheden?

Men ofte tænker de også på, om ikke de allerede er gået ned for fuld tælling.

DER FINDES EN LØSNING

(P) 14. Indser de fleste dette?
Hvor sandt dette er, indser få.

15. Hvad håber venner og familiemedlemmer?
På en udefinerlig måde opfatter familie og venner, at disse alkoholikere er abnorme, men enhver ser tillidsfuldt frem til den dag, da den syge atter selv vil rette sig fra sløvheden og gøre sin viljestyrke gældende.

(Side 46)

(P) 1. Hvad er den tragiske sandhed?
Den tragiske sandhed er, at hvis den pågældende er rigtig alkoholiker, oprinder denne lykkelige dag aldrig.

2. Hvad har alkoholikeren mistet?
Han har mistet sin kontrolevne.

3. Hvad sker der på et vist tidspunkt af alkoholikerens drikkeri?
For enhver alkoholiker vil på et vist tidspunkt af sit drikkeri overskride et punkt, hvor det stærkeste ønske om at stoppe drikkeriet er til ingen verdens nytte.

4. Hvad er den tragiske situation?
I næsten ethvert tilfælde er dette tidspunkt allerede inde længe før, man overhovedet fatter mistanke.

(P) 5. Hvad har alkoholikeren mistet?
Sandheden er, at de fleste alkoholikere af årsager, som endnu er ukendte, har mistet evnen til selv at vælge at drikke.
Kommentar: Tror du, at du har evnen til at kontrollere dit drikkeri, når du først er begyndt? Tror du, at du har evnen til at lade være med at begynde? Har du mistet evnen til selv at vælge, hvor meget du vil drikke – og endnu vigtigere – har du mistet evnen til at vælge om du vil drikke eller ej? Bliver dit liv uhåndterligt, når det handler om at drikke alkohol?

6. Hvad sker der med vores viljestyrke?
Vor såkaldte viljestyrke eksisterer praktisk talt ikke.

7. Hvor længe kan vi regne med at huske smerten fra vores sidste druktur?
På et vist tidspunkt er vi ude af stand til, med tilstrækkelig vægt, at få ind i vor bevidsthed erindringen om smerten og ydmygelsen for blot en uge eller en måned siden.
Kommentar: Hvor længe var du i stand til at holde dig ædru, før du kom til Anonyme Alkoholikere? Hvorfor beder vi en nykommer gå til 90 møder på 90 dage, hvis han ærligt ønsker at holde op med at drikke?

8. Hvad er resultatet af vores manglende evne til at huske smerten?
Vi er forsvarsløse mod denne første drink.
Kommentar: Alene er vi forsvarsløse mod den første drink, og hvilken skæbne kan vi da forvente? Uden hjælp fra en magt større end os selv (2. trin) ender det med død eller

DER FINDES EN LØSNING

sindssyge (1. trin).

(P) 9. Hvad kan ikke trænge igennem til vor hukommelse efter blot et glas øl?
De næsten sikre konsekvenser, som følger efter blot et glas øl, kan ikke trænge igennem til vor hukommelse og afskrække os.

10. Hvad gør sindet, hvis en vag mistanke opstår?
Hvis disse tanker optræder, er de vage og allerede fortrængt af den gamle forslidte idé om, at denne gang skal vi nok klare den som andre mennesker.

11. Hvilket billede giver man os på vores manglende forsvar?
Der er en total mangel på det forsvar, som afholder os fra at lægge hånden på en varm kakkelovn.

(P) 12. Hvad må alkoholikeren sige til sig selv?
På den mest overfladiske måde må alkoholikeren sige til sig selv: "På denne måde brænder jeg mig ikke denne gang!"

13. Tænker alkoholikeren altid, før han drikker?
Eller måske tænker han overhovedet ikke.

14. Begynder nogle alkoholikere at drikke uden at overveje, hvad de gør?
Hvor ofte er ikke nogle af os begyndt at drikke på den skødesløse måde, og efter den tredje eller fjerde hamret næven i baren og sagt: "Hvordan i himlens navn fik jeg nu begyndt igen?"
Kommentar: Har du nogensinde oplevet, at du har drukket og ikke kunnet huske, hvordan du fik begyndt?

15. Når de indser, at de er begyndt at drikke, hvad tænker de så?
For blot at fortrænge tanke med: "Nå, jeg stopper efter den sjette," eller "det nytter jo alligevel ikke noget."

(P) 16-a. Hvad sker der, når en alkoholiker når til dette stadie i sin alkoholisme?
Når denne tankegang er totalt grundfæstet i et menneske med alkoholiske tendenser, har den pågældende formentligt sat sig ud over enhver menneskelig hjælp,

16-b. Hvad sker der, hvis han ikke bliver låst inde?
og medmindre han bliver låst inde, vil han enten dø eller blive kronisk sindssyg.

17. Er disse kendsgerninger blevet bevist?
Disse nøgne og barske kendsgerninger er blevet bekræftet af en hærskare af alkoholikere ned gennem tiderne.

18. Hvad har forebygget flere bekræftende tilfælde?
Havde det ikke været for Guds godhed, ville der have været tusindvis flere bekræftende tilfælde.

DER FINDES EN LØSNING

(Side 47)

1. Hvad kan mange ikke?

Så mange ønsker at stoppe – men de kan ikke.

(P) 2. Er der en løsning?

Der findes en løsning!

3-a. Bryder alkoholikeren sig om løsningen?

Næsten ingen af os brød sig om selvransagelsen;

3-b. Hvad kan de ikke lide?

dette niveau for vor stolthed, denne erkendelse af vore fejl,

3-c. Er disse handlinger nødvendige for at opnå ædruelighed?
som processen krævede for det heldige resultat.

4-a. Hvad gav os håb?

Men vi så, at det virkelig fungerede på andre,

4-b. Hvad blev vi konfronteret med, når vi mødte helbredte alkoholikere?
og vi var blevet overbevist om håbløsheden og ørkesløsheden i det liv, vi havde levet.

5. Hvad har vi oplevet, når vi har taget det enkle sæt åndelige redskaber til os? (resten af afsnittet)

Når vi blev påvirkede af dem, der havde løst deres problem, fandtes der intet andet tilbage end at tage imod det enkle sæt åndelige redskaber, som blev lagt for vore fødder. Vi havde set et glimt af himlen, og var blevet kastet ind i en fjerde dimension af tilværelsen, som vi end aldrig havde drømt om.

(P) 6. Hvad er den store sandhed?

Dette er den store sandhed – og intet mindre: at vi havde haft en dyb og effektiv åndelig oplevelse *, som havde vendt op og ned på hele vor livsholdning til vore medmennesker – og til Guds univers.

Kommentar: Bemærk henvisningen til tillæg II "Åndelig erfaring".)

7. Hvad er den centrale sandhed i vore liv i dag?

Den centrale sandhed i vort liv i dag er den absolutte overbevisning, at vor skaber har taget bolig i vort hjerte og vore liv på en måde, som i sandhed er mirakuløst.

8. Hvad er Han begyndt at udrette?

Han er begyndt at udrette det for os, som vi aldrig kunne gøre for os selv.

Kommentar: Er dette et selv-hjælps program?

(P) 9. Findes der en middelvej for alkoholikeren?

Hvis du er lige så dybt alkoholisk som vi, tror vi ikke, der findes nogen middelvej.

10. Hvordan var vores liv?

Vi befandt os i den situation, at livet var blevet umuligt, og var vi fortsat ind i området, hvorfra ingen vej fører tilbage ved menneskelig hjælp, havde vi kun disse to muligheder:

DER FINDES EN LØSNING

11. Hvad var de to muligheder?

at fortsætte til den bitre og udslette bevidstheden om vor utålelige situation, så godt vi kunne eller at tage imod den åndelige hjælp.

Kommentar: Forekommer mulighederne i trin 1 og trin 2?

Før vi fortsætter, ser vi på Tillæg II, side 290

II. Åndelig erfaring (Side 290)

(P) 1. Hvad lærer vi om resultatet af en "åndelig erfaring" og en "åndelig opvågning" ved en omhyggelig gennemlæsning?

Begreberne "åndelig erfaring" og "åndelig opvågning" bruges mange gange i denne bog, som ved omhyggelig gennemlæsning viser, at den ændring af personlighed, som er nødvendig for at genvinde helbredet efter alkoholisme, har vist sig blandt os på mange forskellige måder.

Kommentar: Bemærk ordene "omhyggelig gennemlæsning". Mange alkoholikere kommer sig ikke, fordi de ikke læser den grundlæggende tekst i Anonyme Alkoholikere omhyggeligt.

2. Hvilket indtryk fik læserne af den første udgave?

Det er dog sandt, at vores første udgave gav mange læsere det indtryk, at ændringer i personligheden, eller religiøse erfaringer, skulle vise sig som en slags pludselige iøjnefaldende omvæltninger.

Kommentar: Den eneste betydningsfulde ændring, der er foretaget af den grundlæggende tekst (de første 166 sider inklusive "Lægens synspunkt"), er en eneste, som medførte behovet for at tilføje Tillæg II. Tolvte trin i første udgave lyder: "Når vi som følge af disse handlinger havde haft en åndelig opvågning ..." Når vi læser Bills historie, hører vi, at han fik en pludselig åndelig oplevelse, som følge af disse trin. Dr. Bob oplevede derimod en langsom "åndelig opvågning". Mange læsere af den første udgave oplevede ikke "at se lyset", som Bill gjorde, og de følte, at de var gået glip af noget. For at rette den fejlsluttelse, rettede Bill ordlyden af tolvte trin til den nuværende og tilføjede Tillæg II som en uddybning.

3. Var det en forkert opfattelse?

Heldigvis for os alle er dette en fejlsluttelse.

(P) 4. Hvilke åndelige oplevelser blev der beskrevet i de første kapitler?

I de første få kapitler beskrives et antal sådanne pludselige epokegørende ændringer.

5. Mente de fleste alkoholikere, at de også måtte have en åndelig oplevelse?

Skønt det ikke var vores mening, konkluderede mange alkoholikere ikke desto mindre, at for at blive "helbredt" måtte de opnå en øjeblikkelig og overvældende "Gudsbevidsthed" straks efterfulgt af en kolossal ændring af såvel følelser som udsyn.

(P) 6. Forekommer sådanne forvandlinger hyppigt?

Blandt vores hurtigt voksende medlemsskare af tusinder af alkoholikere er sådanne forvandlinger, selv om de hyppigt forekommer, overhovedet ikke reglen.

7-a. Hvad erfarer de fleste af vore medlemmer?

De fleste af vore erfaringer er, hvad psykologen William James kalder "tillærte forandringer",

DER FINDES EN LØSNING

7-b. Hvorfor kaldte William James det sådan?
fordi de udvikles langsomt over en længere periode.

8. Hvem er ofte de første, der lægger mærke til ændringerne?
Ret ofte har en nykommers venner fået øje på forskellen, længe før han selv har set dem.

9-a. Hvad indser alkoholikeren omsider?
Han ser omsider, at han har undergået en dyb ændring i sit forhold til livet;

9-b. Kunne han have frembragt dem selv?
at denne ændring næppe kunne være frembragt af ham selv alene.

10. Hvad kan næppe gennemføres ved selvdisciplin?
Hvad der ofte sker på nogle få måneder, kunne næppe gennemføres ved flere års selvdisciplin.

11-a. Hvad har vi tappet – bortset fra nogle få undtagelser?
Bortset fra nogle få undtagelser, syntes vore medlemmer, at de har tappet en ukendt indre kilde,

11-b. Hvad identificerer de den som?
som de umiddelbart identificerer som deres egen forestilling om en Magt større end dem selv.

12. Hvad mener de fleste af os?
De fleste af os mener, at bevidstheden om en Magt større end os selv, er essensen af den åndelige erfaring.

13. Hvad kalder religiøse mennesker det?
Vore mere religiøse medlemmer kalder dette "Gudsbevidsthed".

(P) 14-a. Hvad vil vi gerne slå eftertrykkeligt fast overfor enhver alkoholiker?
Vi vil gerne eftertrykkeligt slå fast, at enhver alkoholiker, der ærligt er i stand til at betragte sine problemer i lyset af vore erfaringer, kan "blive helbredt",

14-b. Hvilken betingelse må alkoholikeren opfylde?
forudsat han ikke lukker ethvert åndeligt begreb ude.

(Side 291)

1. Hvad kan knække en alkoholiker?
Han kan kun lide nederlag ved en intolerant holdning eller en krigerisk benægtelse.

(P) 2. Hvad bør ingen have besvær med?
Vi mener ikke, nogen bør have besvær med åndeligheden i programmet.

3. Hvad er de væsentligste forudsætninger for helbredelse?
Villighed, ærlighed og et åbent sind er de væsentligste forudsætninger for helbredelse.

4. Hvor vigtige er de?
Men de er også uundværlige.

DER FINDES EN LØSNING

(P) 5. Hvad vil holde en person i evig uvidenhed?

"Der er ét princip, som er en barriere for at informationen – et vidnesbyrd mod alle argumenter – som ikke kan undgå at holde et menneske i evig uvidenhed, det er princippet fordømmelse uden forundersøgelse eller efterforskning."

HERBERT SPENCER

(Tilbage til side 47)

12. Hvorfor accepterede de åndelig hjælp?

Dette gjorde vi, fordi vi inderligt ønskede det, og fordi vi var villige til at gøre en indsats.

(P) 13. Hvordan beskrives Rowland H, en amerikansk forretningsmand?

En amerikansk forretningsmand havde muligheder, sund fornuft og en god karakter.

14. Hvor havde han søgt hjælp? (2 sætninger)

I årevis havde han tumlet fra det ene behandlingshjem til det andet. Han havde konsulteret de bedst kendte amerikanske psykiatere.

15. Hvad gjorde han til sidst?

Derefter var han rejst til Europa og havde ladet sig indlægge under en berømt læge (psykiateren dr. Jung) som behandlede ham.

(Side 48)

1. Havde han tillid til behandlingen?

Skønt erfaringerne havde gjort ham skeptisk, gennemførte han behandlingen med usædvanlig tillidsfuldhed.

2. Hvordan var hans fysiske og mentale tilstand efter behandlingen?

Hans fysiske og mentale tilstand var ovenud god.

3. Hvad troede han fuldt og fast på?

Han troede fuldt og fast på, at han havde tilegnet sig en så grundig indsigt i sit eget indre sind og dets skjulte kilder, at et tilbagefald var utænkeligt.

4. Hvad skete der alligevel?

Alligevel var han kort efter atter fuld.

5. Hvordan forklarede han det?

Endnu mere magtesløs kunne han stadig ikke give sig selv en plausibel forklaring på, at han atter var faldet i.

(P) 6-a. Hvad gjorde han?

Han vendte tilbage til den læge,

6-b. Respekterede han lægen?

som han beundrede,

DER FINDES EN LØSNING

6-c. Hvad spurgte han lægen om?
og spurgte ham rent ud, hvorfor han ikke kunne komme sig.

7. Hvad var hans største ønske?
Mere end noget andet ønskede han at generhverve sin selvkontrol.

8-a. Forekom han som en normal person?
I forbindelse med andre problemer virkede han ganske fornuftig og afbalanceret,
8-b. Hvad havde han ingen kontrol over?
alligevel havde han overhovedet ingen kontrol over alkohol.

9. Hvad var hans spørgsmål?
Hvordan hang det sammen?

(P) 10. Hvad ville han gerne vide?
Han tryglede lægen om at sige sandheden – og den fik han.

11-a. Hvad var sandheden?
Efter lægens skøn var han absolut håbløs; han ville aldrig kunne generhverve sin position i samfundet,

11-b. Hvad blev han nødt til at gøre, hvis han ville leve?
og han blev nødt til at holde sig selv under lås og lukke samt ansætte en livvagt, hvis han ønskede at leve.

12. Hvem sagde det?
Dette var den store læges synspunkt.

(P) 13. Døde han af at drikke?
Men manden er stadig i live – og en fri mand.

14. Var han nødt til at beskytte sig mod sig selv?
Han behøver ingen livvagt ej heller er han indespærret.

15-a. Kan han færdes frit overalt?
Han kan rejse overalt i verden, hvor andre frie mennesker færdes uden at komme i ulykke,

15-b. Hvad skal han gøre for at bevare friheden fra alkohol?
forudsat at han forbliver villig til at overholde en vis enkel indstilling.

**Kommentar: Kunne det være at acceptere åndelig hjælp?
Rowland blev aldrig medlem af Anonyme Alkoholikere. Han blev boende i New York og var et aktivt medlem af Den Luthersk Missionske Kirke.**

(P) 16. Mener nogle alkoholikere, at de kan klare sig uden åndelig hjælp?
Nogle af vore alkoholiske læsere mener, at de kan klare sig uden åndelig hjælp.

17. Hvad vil forfatterne fortælle os?
Lad os fortælle dig resten af samtalen, som vor ven havde med lægen.

DER FINDES EN LØSNING

(P) 18. Hvad sagde lægen var Rowlands problem?

Lægen sagde: "Deres sindstilstand er som hos den kroniske alkoholiker."

19. Hvor mange alkoholikere som Rowland havde dr. Jung set komme sig?
Jeg har aldrig oplevet nogen komme sig, når de var så langt ude."

20. Hvad følte Rowland, da han hørte denne prognose?
Vor ven følte det, som om helvedes porte smækkede i bag ham med et brag.

(P) 21. Hvad var hans spørgsmål til lægen?
Han spurgte lægen: "Er der ingen undtagelse?"

(P) 22. Hvad svarede lægen?
"Jo, det er der," svarede lægen.

23. Kendte lægen til undtagelser?
"Undtagelser til et tilfælde som Deres har fundet sted, siden de første tider.

24. Forekommer undtagelser ofte?
Fra tid til anden har alkoholikere rundt om haft, hvad man kalder en åndelig oplevelse.

(Side 49)

1. Forstod dr. Jung disse hændelser?
For mig er disse hændelser mirakuløse.

2. Hvordan opfattede dr. Jung de åndelige oplevelser?
Af natur viser de sig at være uhyre følelsesmæssige forandringer og genrejsninger.
Kommentar: Husk på, at dr. Silkworth mente, at det eneste håb for en kronisk alkoholiker er en total psykisk forandring – en total forandring i vores måde at tænke og føle på. Dr. Jung fortalte nøjagtig det samme til Rowland. Vores gamle idéer og overbevisninger må erstattes med nye idéer og overbevisninger. Anonyme Alkoholikers tolv trin vil frembringe den totale psykiske forandring eller "åndelig opvågnen/oplevelse" – en total forandring i vores måde at føle og tænke på.

3. Hvad er resultatet af disse hændelser?
Idéer, følelser og holdninger, som tidligere var de styrende kræfter i disse menneskers liv, må pludselig vige for et komplet nyt sæt idéer og motiver, som begynder at dominere dem.
Kommentar: Hvis vi samvittighedsfuldt følger de enkle retningslinjer i Store Bog, bliver vi lovet et komplet nyt sæt idéer og motiver, som vil dominere os i forhold til egoisme – selvcentrering, som har været kilden til den snigende sindssyge og årsagen til en alkoholisk død, sindssyge eller udvikling af "våd hjerne".

4. Hvad havde dr. Jung forsøgt at gøre med Rowland?
Faktisk har jeg forsøgt at fremdrive nogle af disse følelsesmæssige genrejsninger hos Dem.

DER FINDES EN LØSNING

5-a. Havde dr. Jung haft succes med andre med alkoholproblemer?

Med mange af de mennesker, jeg har arbejdet med, er denne metode faldet heldig ud,

5-b. Havde han nogensinde haft succes med en kronisk alkoholiker?

men **det er aldrig lykkedes** med en alkoholiker af Deres type.”

(P) 6-a. Blev Rowland lettet over at høre lægens løsning?

Da vores ven hørte dette, blev han nogenlunde lettet,

6-b. Hvorfor havde han dette håb?

for han sluttede, at når alt kom til alt, så var han en flittig kirkegænger.

7. Hvad gjorde dr. Jung ved Rowlands håb?

Dette håb blev imidlertid knust, da lægen fortalte ham, at mens hans religiøse overbevisning var upåklagelig, ville det i hans tilfælde ikke medføre den fornødne, livsvigtige, åndelige erfaring.

Kommentar: Hvis en stærk religiøs overbevisning var løsningen på alkoholisme, ville vi ikke have så mange præster og andre mænd og kvinder af "kirkens folk", som kom til os for at få hjælp til at løse deres alkoholproblem.

Kommentar: Vi bliver igen henvist til at læse Tillæg II. Eftersom vi allerede har gjort det, vil vi ikke bruge tid på at gennemgå det afsnit igen.

(P) 8. Hvad gjorde Rowland til en fri mand?

I dette forfærdelige dilemma befandt vor ven sig, da han fik denne helt specielle oplevelse, hvilket, som vi allerede har nævnt, gjorde ham til et frit menneske.

Kommentar: Rowland fortsatte tilknytningen til Oxford Bevægelsen og Den Luthersk Missionske Kirke i New York. Han blev aldrig involveret i Anonyme Alkoholikere, men han forblev ædru resten af sit liv.

(P) 9. Hvad gør vi, som Rowland gjorde?

Vi for vores del ledte efter den samme flugtmulighed med den druknendes totale desperation.

10. Hvad viste den svage begyndelse sig at være?

Hvad der først tog sig ud som en svag skal, viste sig at være Guds kærlige og kraftfulde hånd.

11-a. Hvad giver Anonyme Alkoholikers program den lidende alkoholiker?

Vi var blevet skænket nyt liv,

11-b. Hvilket andet livssyn bliver vi givet?

eller **"et udkast til en livsholdning" om man vil, som virkelig fungerede.**

Kommentar: Desværre er der alt for mange medlemmer, som mener, at Anonyme Alkoholikere kun handler om ikke at drikke. De har betalt en uhyrlig pris ved at kæmpe sig vej til os, og så ikke forstå hele formålet med vores handlingsprogram, som lover os et lykkeligt og brugbart liv.

(P) 12. Hvilket bidrag har William James ydet til Anonyme Alkoholiker?

Den anerkendte psykolog William James skriver i sin bog "Forskellige religiøse oplevelser" om forskellige måder, hvormed mennesker har oplevet Gud.

13. Hvad ønsker vi ikke at gøre?

Vi har intet ønske om at overbevise nogen om, at der kun findes en vej ved hvilken tro kan tilegnes.

DER FINDES EN LØSNING

14-a. Hvad betyder det, som de første hundrede erfarede?

Hvis det, vi har lært og set og følt, overhovedet betyder noget for os, vil det sige, at enhver af os, uanset race, religion eller hudfarve, er børn af en levende Skaber,

14-b. Hvad er forudsætningen for et fællesskab vores Skaber?

med hvem vi kan opnå et fællesskab på enkelte og forståelige betingelser, blot vi er tilstrækkelig villige og ærlige.

15. Forstyrrer programmet beskrevet i Store Bog religiøse synspunkter?

De, der har religiøse tilhørsforhold, vil opdage, at ingen forstyrrer deres tro eller ceremonier.

(Side 50)

1. Diskuterer vi religiøse holdninger?

Der er ingen gnidninger mellem os om disse forhold.

(P) 2. Bekymrer vi os om, hvilken religion vore medlemmer tilhører?

Vi kan ikke se, hvorfor vi skulle bekymre os om, hvilke religiøse retninger vore medlemmer identificerer sig med som enkeltpersoner.

3. Hvad er vores holdning til dette spørgsmål?

Dette er en hel personlig sag, som den enkelte må afgøre med sig selv, belyst af tidligere eller nuværende idéassociationer.

4-a. Er vi alle tilknyttet religiøse grupper?

Det er ikke os alle, der er tilsluttet noget trossamfund,

4-b. Foretrækker vi tilhørsforhold?

men de fleste foretrækker sådanne medlemskaber.

(P) 5-a. Hvad lærer vi i det følgende kapitel?

I det følgende kapitel kommer en forklaring på alkoholisme, som vi opfatter den,

5-b. Hvad handler det efterfølgende kapitel om?

dernæst et kapitel som henvender sig til fritænkeren.

6. Er der mange agnostikere i A.A.?

Mange, som tilhører den kategori, er også blandt vore medlemmer.

7. Er det en hindring for helbredelse at være agnostiker?

Forbavsende nok finder vi ikke, at sådanne overbevisninger er nogen større hindring for en åndelig oplevelse.

(P) 8. Hvad kommer længere fremme i bogen

Længere fremme i bogen er der givet klare retningslinjer om, hvordan vi kommer os.

Kommentar: Store Bog er det eneste sted, man kan finde retningslinjerne for Anonyme Alkoholikeres Tolv Trin og den helbredelse, der følger heraf. Bill gjorde det klart i forordet til 12 trin og 12 traditioner, at Store Bog var og stadig er vores grundlæggende tekst. Det er den, der kommer i først, før vi vælger en anden bog.

DER FINDES EN LØSNING

9. Hvad kommer der efter retningslinjerne i den grundlæggende tekst?

Disse er fulgt op af personlige beretninger.

(P) 10. Hvad beskriver den enkelte person i sin beretning?

Hver enkelt beskriver i disse beretninger med egne ord og synspunkter, hvordan den pågældende etablerede sit eget fællesskab med Gud.

11. Hvad giver historierne?

Disse giver en rimelig gennemsnitsoversigt over vore medlemmer og en hel klar idé om, hvad der egentlig skete i deres liv.

(P) 12. Hvilket indtryk håber vi ikke, beretningerne giver?

Vi håber ikke, nogen vil opfatte disse personlige afsløringer for smagløse.

13. Hvad håber vi, at beretningerne gør for den lidende alkoholiker?

Vort håb er, at mange alkoholiske mænd og kvinder i desperat nød vil læse disse sider, og det er vor overbevisning, at kun ved ærligt at afsløre os selv og vores problemer vil disse blive overbeviste og erkende: "Jo, jeg er også en af dem – jeg må eje dette."