

FAMILIEN BAGEFTER

(Side 131 til 142)

Dette kapitel er til hele familien. Alkoholikeren har fundet løsningen på sine problemer i Anonyme Alkoholikers program. Familien har fundet løsningen på deres problemer i Al-Anons, Alateens og / eller Pre-teens programmer. Alt går godt i deres forhold indenfor deres respektive fællesskaber og i verden i almindelighed - med undtagelse af et af de vigtigste steder - og det er i hjemmet. Som det blev påpeget i det foregående kapitel, så slutter alle problemer ikke med drikkeriet.

Før vi fortsætter studiet af dette kapitel, går vi tilbage til side 125 og begynder at læse det sidste afsnit på siden. Fortsæt læsningen til slutningen af dette kapitel for at opdatere din tankegang. Kapitel 9, "Familien bagefter", viser hvert enkelt familiemedlem, hvordan man anvender de Tolv Trin i familielivet og dermed genskaber fred, harmoni og kærlighed i familien.

Ethvert medlem af Anonyme Alkoholikere og Al-Anon bør være vidende om den information, der findes i dette kapitel. Det er virkelig en livsstil, der virker.

FAMILIEN BAGEFTER

(Side 131)

(A) 1. Hvad har vores kvinder foreslået?

Vore kvinder har foreslået visse holdninger, som en hustru kan indtage over for en mand under helbredelse.

Our women folk have suggested certain attitudes a wife may take with the husband who is recovering.

2. Hvilket indtryk har de måske skabt?

Måske har de skabt det indtryk, at han skal pakkes ind i vat og bomuld og sættes op på en piedestal.

Perhaps they created the impression that he is to be wrapped in cotton wool and placed on a pedestal.

3. Hvad indebærer en god gentilpasning?

En heldig gentilpasning indebærer det modsatte.

Successful readjustment means the opposite.

4. Hvad bør alle medlemmer gøre?

Alle medlemmer af familien må mødes på et ordinært grundlag af tolerance, forståelse og kærlighed.

All members of the family should meet upon the common ground of tolerance, understanding and love.

Kommentar: Er dette løfterne i 9. og 10. trin?

5. Hvilken proces er involveret?

Dette indebærer en udvikling, som bringer dem ned på jorden.

This involves a process of deflation.

6. Hvilke familiemedlemmer har tendens til at have faste idéer?

Alkoholikeren, hans hustru, hans børn, hans svigerforældre, enhver har tendens til at have nogle faste ideer om familiens holdning over for ham eller hende selv.

The alcoholic, his wife, his children, his "in-laws," each one is likely to have fixed ideas about the family's attitude towards himself or herself.

7. Hvad ønsker hver især?

Enhver er interesseret i at få sine ønsker respekteret.

Each is interested in having his or her wishes respected.

8. Hvad har vi opdaget?

Vi har opdaget, at jo mere et medlem af familien kræver indrømmelser af de andre, jo mere bitre bliver de.

We find the more one member of the family demands that the others concede to him, the more resentful they become.

FAMILIEN BAGEFTER

9. Hvad er resultatet af det?

Dette skaber mislyde og elendighed.

This makes for discord and unhappiness.

Kommentar: Husk: "Selviskhed - egocentrisme - mener vi er roden til vore problemer" side 78.

(A) 10. Hvad ønsker hver og en? (2 sætninger)

Hvorfor? Fordi hver og én ønsker at være den ledende.

And why? Is it not because each wants to play the lead?

11. Hvad prøver hver enkelt at gøre?

Forsøger ikke hver og én at arrangere familien efter sit hoved?

Is not each trying to arrange the family show to his liking?

12. Hvad prøver han ubevidst?

Forsøger han ikke ubevidst at se, hvad han kan få ud af familielivet - fremfor, hvad han kan yde?

Is he not unconsciously trying to see what he can take from the family life rather than give?

Kommentar: Andet afsnit er en ren gentagelse af den måde, mange af os tilnærmer os livet som beskrevet på side 77 og 78.

(A) 13. Hvad er ophøret med drikkeriet?

Drikkeriets standsning er kun det første skridt bort fra en yderst spændt, abnorm tilstand.

Cessation of drinking is but the first step away from a highly strained, abnormal condition.

14. Hvad havde en læge at sige om det? (2 sætninger)

En læge sagde til os: »Års samliv med en alkoholiker gør næsten med sikkerhed enhver hustru og ethvert barn neurotisk. Hele familien er til en vis grad syge.«

A doctor said to us, "Years of living with an alcoholic is almost sure to make any wife or child neurotic. The entire family is, to some extent, ill."

15. Hvad bør familien indse?

Lad familien indse, at det ikke altid kan være solskin, når de påbegynder denne rejse.

Let families realize, as they start their journey, that all will not be fair weather.

16. Hvad er enhver i familien?

Enhver vil på sin måde være ude af trit og gå sine egne veje.

Each in his turn may be footsore and may straggle.

17-a. Hvad kan synes tillokkende?

Der vil være lokkende genveje og sidespor, hvor de måske vil vandre -

There will be alluring shortcuts and by-paths down which they may wander

FAMILIEN BAGEFTER

17-b. Hvor kan det føre os hen?
og fare vild.
and lose their way.

Kommentar: Husk, at vi lige i begyndelsen fik at vide, at vi ville få de klare retningslinjer til, hvordan vi får vores program til at virke.

(A) 18. Hvilke to ting vil forfatterne af denne bog fortælle os, når vi begynder at studere dette kapitel?

Lad os fortælle dig nogle af de hindringer, som en familie støder på; lad os foreslå, hvordan de kan undgås - endog ændres til fordelagtig anvendelse for andre.

Suppose we tell you some of the obstacles a family will meet; suppose we suggest how they may be avoided – even converted to good use for others.

19. Hvad længes familien efter?

En alkoholikers familie længes efter, at lykken og trygheden skal vende tilbage.
The family of an alcoholic longs for the return of happiness and security.

20. Hvad husker de?

De husker, da far var romantisk, betænksom og havde fremgang.
They remember when father was romantic, thoughtful and successful.

21-a. Hvordan ser de på livet i dag?

Livet i dag sammenlignes med det fra de andre år,
Today's life is measured against that of other years

21-b. Hvilket problem giver det?

og når det så mislykkes, bliver familien måske ulykkelig.
and, when it falls short, the family may be unhappy.

(Side 132)

(A) 1. Hvordan har familiemedlemmerne det nu, hvor far er ædru?

Familiens tillid til far stiger.
Family confidence in dad is rising high.

2. Hvad forventer de?

De gode, gamle dage vil snart vende tilbage, tror de.
The good old days will soon be back, they think.

3. Hvad kræver de sommetider?

Somme tider kræver de, at far bringer dem tilbage øjeblikkelig.
Sometimes they demand that dad bring them back instantly!

FAMILIEN BAGEFTER

4. Hvem mener de skylder dem en hurtig tilbagevenden til de gode, gamle dage?

De mener næsten, at Gud skylder dem denne erstatning på en længe overtrukket konto.

God, they believe, almost owes this recompense on a long overdue account.

5-a. Hvad har manglet i mange år?

Men husets overhoved har brugt år til at rive strukturen af arbejde, romantik, venskab, og helbred ned -

But the head of the house has spent years in pulling down the structures of business, romance, friendship, health

5-b. Hvad er de nu?

disse er nu beskadigede eller ødelagte.

- these things are now ruined or damaged.

6. Tager det tid at rydde op?

Det vil tage tid at rydde vræget.

It will take time to clear away the wreck.

7-a. Hvad sker der måske til sidst?

Selv om gamle bygninger måske vil blive erstattet af et smukkere,

Though old buildings will eventually be replaced by finer ones,

7-b. Hvor hurtigt sker det?

vil det tage år at færdiggøre den nye struktur.

the new structures will take years to complete.

(A) 8-a. Hvad ved far?

Far ved, at det er ham, der har skylden;

Father knows he is to blame;

8-b. Hvad kræves der måske for at genopbygge økonomien?

måske vil det tage adskillige sæsoner med hårdt arbejde at blive genopbygget økonomisk,

it may take him many seasons of hard work to be restored financially,.

8-c. Hvad bør han ikke blive?

men han bør ikke bebrejdes.

but he shouldn't be reproached.

9. Bliver han måske velstillet en dag?

Måske får han aldrig mange penge igen.

Perhaps he will never have much money again.

10. Hvad vil den kloge familie gøre?

Men den kloge familie vil beundre ham for det, han forsøger at være, snarere end for hvad han forsøger at få.

But the wise family will admire him for what he is trying to be, rather than for what he is trying to get.

FAMILIEN BAGEFTER

(A) 11. Hvad kan familien være plaget af fra tid til anden?

Fra tid til anden vil familien være plaget af fortidens spøgelse, for næsten enhver alkoholikers drikkeperiode er mærket ved udskejelser - sjove, ydmygende, skamfulde eller tragiske.

Now and then the family will be plagued by spectres from the past, for the drinking career of almost every alcoholic has been marked by escapades, funny, humiliating, shameful or tragic.

12. Hvad vil den første indskydelse være, når disse dukker op?

Den første reaktion vil være at begrave disse skeletter på et mørkt sted og sætte hængelås for døren.

The first impulse will be to bury these skeletons in a dark closet and padlock the door.

13. Hvad er familien måske besat af?

Måske er familien besat af den tanke, at den fremtidige lykke kun kan hvile på glemsel af fortiden.

The family may be possessed by the idea that future happiness can be based only upon forgetfulness of the past.

14-a. Hvad mener vi om det?

Vi tror, dette synspunkt er selvcentreret

We think that such a view is self-centered

14-b. og hvad er det direkte i konflikt med?

og i direkte konflikt med den nye livsholdning.

and in direct conflict with the new way of living.

(A) 15. Hvad sagde Henry Ford engang?

Henry Ford sagde engang de vise ord, at erfaring er det mest værdifulde i livet.

Henry Ford once made a wise remark to the effect that experience is the thing of supreme value in life.

16. Hvornår er det sandt?

Dette er kun sandt, hvis man er villig til at vende fortiden til noget fordelagtigt.

That is true only if one is willing to turn the past to good account.

17. Hvad gør vi for at vokse?

Vi vokser i vores villighed til at erkende fortiden og rette fejl og vende disse til fordele.

We grow by our willingness to face and rectify errors and convert them into assets.

FAMILIEN BAGEFTER

18. Hvad viser alkoholikerens fortid sig at være?

Alkoholikerens fortid bliver således den principielle fordel for familien, og ofte er det næsten også den eneste.

The alcoholic's past thus becomes the principal asset of the family and frequently it is almost the only one!

Kommentar: Vores fortid er: Hvordan vi var, hvad der skete, og hvordan vi er nu! Problemet, Løsningen, det handlingsbaserede Program og Løfterne.

(A) 19. Hvad kan vores smertelige fortid vise sig at være?

Den smertelige fortid bliver måske af afgørende betydning for andre familier, som stadig kæmper med problemet.

The alcoholic's past thus becomes the principal asset of the family and frequently it is almost the only one!

20. Hvad mener vi, at familien bør være villige til at gøre, mens de bliver helbrede?

Vi tror, at enhver familie, som er blevet afhjulpet, skylder noget til dem, der ikke er blevet det, og når lejligheden byder sig, bør ethvert medlem af familien være mere end villig til at drage tidligere fejltagelser frem fra glemselens skjul, uanset, hvor forfærdelige de er.

We think each family which has been relieved owes something to those who have not, and when the occasion requires, each member of it should be only too willing to bring former mistakes, no matter how grievous, out of their hiding places.

21. Hvad viser arbejdet med andre sig at være?

At vise andre, som lider, hvordan vi fik skænket hjælpen, er det, som får livet til at synes så værdifuldt for os nu.

Showing others who suffer how we were given help is the very thing which makes life seem so worth while to us now.

22-a. Hvilken tanke må vi holde fast i?

Hold fast ved den tanke, at ved Guds hånd er den mørke fortid det største, du ejer -

Cling to the thought that, in God's hands, the dark past is the greatest possession you have -

22-b. Hvad vil det være nøglen til?

nøglen til livet og lykken for andre.

the key to life and happiness for others.

23. Hvad kan der ske, når vi taler om vores fortid?

Med den kan du afværge død og elendighed for dem.

With it you can avert death and misery for them.

Kommentar: Vi bliver igen mindet om formålet i 5. tradition, og hvor vigtigt det er - ikke kun for os - men for den, som giver os lejlighed til at dele vores erfaring og viden om vores Program.

FAMILIEN BAGEFTER

(Side 133)

(A) 1. Kan det være skadeligt at grave visse dele af vores fortid op?

Det er muligt at fremmane fortidens misgerninger, så de bliver til fordærv - en virkelig plage.

It is possible to dig up past misdeeds so they become a blight, a veritable plague.

2. Hvilket eksempel får vi?

Vi kender eksempelvis tilfælde, hvor alkoholikeren eller hans hustru har haft en kærlighedsaffære.

For example, we know of situations in which the alcoholic or his wife have had love affairs.

3. Hvordan gik det i begyndelsen af deres helbredelse?

Ved den første bølge af åndelig erfaring tilgav de hinanden og droges tættere til hinanden.

In the first flush of spiritual experience they forgave each other and drew closer together.

4. Hvad var der udsigt til?

Forsoningens under var ved hånden.

The miracle of reconciliation was at hand.

5. Hvad skete der pga. en ligegyldig begivenhed?

Men ved en eller anden provokation vil den forurettede part grave den gamle affære op af jorden og strø dens aske omkring.

Then, under one provocation or another, the aggrieved one would unearth the old affair and angrily cast its ashes about.

6. Hvad har nogle få af os haft?

Nogle af os har oplevet disse øgede smerter - og det gør ganske ondt.

A few of us have had these growing pains and they hurt a great deal.

7. Hvad har nogle ægtefæller været tvunget til at gøre?

Mand og hustru er somme tider blevet nødt til at gå fra hinanden en tid, indtil nye synspunkter, nye sejre over den sårede stolthed opstod.

Husbands and wives have sometimes been obliged to separate for a time until new perspective, new victory over hurt pride could be re-won.

8. Hvordan gik det for alkoholikeren i de fleste tilfælde?

Til de fleste tider overlevede alkoholikeren denne ildprøve uden tilbagefald, men ikke altid.

In most cases, the alcoholic survived this ordeal without relapse, but not always.

FAMILIEN BAGEFTER

9. Hvad mener vi ikke bør ske, medmindre der er en god grund til det?
Så vi mener, at medmindre det tjener et godt og anvendeligt formål, skal forgangne tildragelser ikke diskuteres.

So we think that unless some good and useful purpose is to be served, past occurrences should not be discussed.

(A) 10. Hvad gemmer familier i Anonyme Alkoholikere ikke?
Vi familier i Anonyme Alkoholikere gemmer kun på få skeletter i skabene.
We families of Alcoholics Anonymous keep few skeletons in the closet.

11. Hvad ved alle i gruppen?
Enhver er bekendt med de andres alkoholproblemer.
Everyone knows about the others' alcoholic troubles.

12. Hvad ville det forårsage blandt almindelige mennesker?
Det er vilkår, som i det almindelige liv ville forårsage uoprettelige skader, som måske vil være årsag til skandaløs sladder, skadefryd på andres bekostning, og en tendens til at drage fordel af fortrolige oplysninger.
This is a condition which, in ordinary life, would produce untold grief; there might be scandalous gossip, laughter at the expense of other people, and a tendency to take advantage of intimate information.

13. Hvad er sjældent hos os?
Blandt os hører disse ting til sjældenheder.
Among us, these are rare occurrences.

14-a. Hvem er det, vi taler meget om?
Vi taler ikke ret meget om hinanden,
We do talk about each other a great deal,
VIGTIGT: På engelsk står der: "We do talk about each other a great deal"

14-b. Men i hvilken ånd sker det?
men vi omfatter uvægerlig den slags tale med en kærlig og tolerant ånd.
but we almost invariably temper such talk by a spirit of love and tolerance.

(A) 15. Hvilket andet princip overholder vi omhyggeligt?
Et andet princip, som vi, er omhyggelige med at overholde, er, at vi ikke beretter om en andens erfaring, medmindre vi er sikre på, at han vil billige dette.
Another principle we observe carefully is that we do not relate intimate experiences of another person unless we are sure he would approve.

16. Hvad mener vi, det er bedre at gøre?
Når det er muligt, finder vi det bedre at holde os til vore egne erfaringer.
We find it better, when possible, to stick to our own stories.

FAMILIEN BAGEFTER

17-a. Hvad kan en person gøre ad sig selv?

En mand kan kritisere og le ad sig selv, og det vil påvirke andre gunstigt,
A man may criticize or laugh at himself and it will affect others favorably,

17-b. Hvad kan effekten være, hvis den kommer fra en anden?

men kritik og latterliggørelse fra andre har ofte den modsatte virkning.
but criticism or ridicule coming from another often produces the contrary effect.

18-a. Hvad bør familiemedlemmerne være varsomme med?

Medlemmerne i en familie må være varsomme med dette,
Members of a family should watch such matters carefully,

18-b. Hvorfor det?

for en enkelt ubetænksom, uovervejede bemærkning er kendt for at kunne kalde
djævelen selv frem.

for one careless, inconsiderate remark has been known to raise the very devil.

19. Hvad er alkoholikere?

Vi alkoholikere er følsomme mennesker.

We alcoholics are sensitive people.

20. Vokser vi hurtigt fra det?

For nogle af os tager det lang tid at vokse ud af dette handicap.

It takes some of us a long time to outgrow that serious handicap.

(Side 134)

(A) 1. Hvad er mange alkoholikere?

Mange alkoholikere er entusiastiske.

Many alcoholics are enthusiasts.

2. Hvad gør de?

De går til yderligheder.

They run to extremes.

3. Hvad vil der ske i begyndelsen af helbredelsen?

I begyndelsen af sin helbredelse vil han som regel gå en af følgende to veje.

At the beginning of recovery a man will take, as a rule, one of two directions.

4-a. Hvad springer han måske ud i?

Enten springer han måske ud i et afsindigt forsøg på at få sin forretning på fode,
He may either plunge into a frantic attempt to get on his feet in business,

4-b. Hvilken anden retning vælger han måske?

eller også er han så betaget af sit nye liv, at han hverken kan tale eller tænke på
andet.

or he may be so enthralled by his new life that he talks or thinks of little else.

FAMILIEN BAGEFTER

5. Hvad er ret sikkert i begge tilfælde?

I begge tilfælde vil der opstå familiære problemer.

In either case certain family problems will arise.

6. Hvordan ved vi det?

Vi har bunkevis af erfaringer med disse.

With these we have had experience galore.

(A) 7. Hvad mener vi er farligt?

Vi tror, det er farligt, hvis han kaster sig hovedkulds over sine økonomiske problemer.

We think it dangerous if he rushes headlong at his economic problem.

8-a. Hvad vil være familiens indstilling være i begyndelsen?

Familien vil også blive påvirket, glædeligt i begyndelsen, når de føler, at deres pengeproblemer er ved at blive løst,

The family will be affected also, pleasantly at first, as they feel their money troubles are about to be solved,

8-b. Men hvad sker der så?

men mindre glædeligt senere, når de finder sig selv negligeret.

then not so pleasantly as they find themselves neglected.

9. Hvordan har far det, hvis han kaster sig over sit arbejde?

Far er træt om aftenen - og optaget om dagen.

Dad may be tired at night and preoccupied by day.

10-a. Hvem ignorerer han måske?

Han viser måske kun lidt interesse for børnene

He may take small interest in the children

10-b. Hvordan reagerer han, når det bliver påtalt?

og viser irritation, når man påtaler hans forsømmelse.

and may show irritation when reproved for his delinquencies.

11. Hvordan vil han forekomme at være, hvis han ikke er irritabel?

Hvis han ikke er irritabel, er han måske sløv og kedelig, ikke glad og kærlig som familien kunne ønske ham.

If not irritable, he may seem dull and boring, not gay and affectionate as the family would like him to be.

12. Hvad gør mor måske?

Måske klager mor over manglende opmærksomhed.

Mother may complain of inattention.

13-a. Hvad er hele familien?

Alle er skuffede

They are all disappointed,

FAMILIEN BAGEFTER

13-b. Hvad gør de ved det?
og lader ham det ofte mærke.
and often let him feel it.

14. Hvad sker der, når den slags kritik begynder?
Begynder man med den slags klager, rejser der sig straks en mur.
Beginning with such complaints, a barrier arises.

15. Hvad gør alkoholikeren?
Hver nerve i ham er spændt for at indhente den tabte tid.
He is straining every nerve to make up for lost time.

16. Hvad prøver han ihærdigt at gøre?
Han strider for at generobre sit held og sit renommé, og han føler selv, han klarer det godt.
He is striving to recover fortune and reputation and feels he is doing very well.
Kommentar: Efterhånden som vi fortsætter studiet af dette kapitel, bliver det tydeligt, at nogen som har erfaring, og som lever efter vores program, bør gennemgå disse instruktioner sammen med familien.

(A) 17. Hvad gør familien sommetider?
Somme tider er hustruen og børnene ikke af samme mening.
Sometimes mother and children don't think so.

18. Hvad mener de, at de har fortjent efter at være blevet negligeret?
Efter før at være blevet negligeret og misbrugt, mener de, far skylder dem mere, end de får.
Having been neglected and misused in the past, they think father owes them more than they are getting.

19. Hvad ønsker de af ham?
De ønsker, han skal springe for dem.
They want him to make a fuss over them.

20. Hvad forventer de, at han giver dem?
De forventer, han fornøjer dem, som han plejede at gøre, før han begyndte at drikke, for at gøre bod for alt det, de har måttet lide.
They expect him to give them the nice times they used to have before he drank so much, and to show his contrition for what they suffered.

21. Men hvad gør far?
Men far giver ikke godvilligt sig selv.
But dad doesn't give freely of himself.

FAMILIEN BAGEFTER

22. Hvad sker der?

Bitterheden vokser.

Resentment grows.

23. Hvordan reagerer han?

Han bliver stadig mindre meddelsom.

He becomes still less communicative.

24. Hvad vil han sommetider gøre?

Nogle gange farer han op over en bagatel.

Sometimes he explodes over a trifle.

25. Hvor godt forstår familien ham?

Familien føler sig svigtet.

The family is mystified.

26. Hvad gør de på dette tidspunkt?

De kritiserer og påpeger, hvordan han forsømmer sit åndelige program.

They criticize, pointing out how he is falling down on his spiritual program.

(Side 135)

(A) 1. Hvad kan den slags ting?

Den slags kan undgås.

This sort of thing can be avoided.

2. Hvem har skylden? (2 sætninger)

Såvel faderen som familien begår fejltagelser. Selv om hver af parterne måske har nogen berettigelse.

Both father and the family are mistaken, though each side may have some justification.

3. Hvad vil der ske, hvis de fortsætter med at skændes?

Der er ingen grund til at skændes og blot gøre det uoverstigelige værre.

It is of little use to argue and only makes the impasse worse.

4. Hvad må familien indse?

Familien må indse, at far - skønt vidunderligt forandret - stadig er rekonvalescent.

The family must realize that dad, though marvelously improved, is still convalescing.

5. Hvad skulle de være taknemmelige for?

De burde være taknemlige over, at han er ædru og atter i stand til at leve i verden.

They should be thankful he is sober and able to be of this world once more.

FAMILIEN BAGEFTER

6. Hvad bør de mere gøre?

Lad dem takke for hans fremgang.

Let them praise his progress.

7. Hvad skal de huske på?

Lad dem erindre, at hans drikkeri forårsagede alle former for skader, som det kan tage lang tid at reparere.

Let them remember that his drinking wrought all kinds of damage that may take long to repair.

8. Hvad vil de ikke tage så tungt, hvis de forstår virkeligheden?

Hvis de forstår det, vil de ikke tage hans perioder af særhed, depression og sløvhed så alvorligt.

If they sense these things, they will not take so seriously his periods of crankiness, depression, or apathy,

9. Hvornår vil det forsvinde?

De vil forsvinde, når tolerance, kærlighed og forståelse er til stede.

which will disappear when there is tolerance, love, and spiritual understanding.

Kommentar: Det ser ud til, at forfatterne endnu engang minder os om løfterne i 10. trin.

(A) 10. Hvad skal husets overhoved huske på?

Husets overhoved må huske, at han bærer den største skyld i det, der overgik hans hjem.

The head of the house ought to remember that he is mainly to blame for what befell his home.

11. Hvad vil han sandsynligvis aldrig blive i stand til?

For resten af sit liv kan han næppe rette dette op.

He can scarcely square the account in his lifetime.

12. Hvilken fare må han overveje?

Men han må indse faren ved at koncentrere sig for meget om den økonomiske fremgang.

But he must see the danger of over-concentration on financial success.

13. Hvad ved vi, selvom den økonomiske situation går fremad?

Selv om den økonomiske genopretning er på vej for mange af os, fandt vi ud af, at vi ikke kunne sætte pengene først.

Although financial recovery is on the way for many of us, we found we could not money first.place

14. Hvad kommer først for os?

For os fulgte den materielle fremgang altid efter den åndelige aldrig omvendt.

For us, material well-being always followed spiritual progress; it never preceded.

FAMILIEN BAGEFTER

(A) 15-a. Hvad har lidt mere end noget andet?
Eftersom hjemmet har lidt mere end noget andet,
Since the home has suffered more than anything else,
15-b. Hvad bør alkoholikeren gøre?
er det godt, når en mand gør sig umage der.
it is well that a man exert himself there.

16. Hvad skal han gøre, hvis han virkelig ønsker at blive helbredt?
Det er ikke sandsynligt, at han kommer ret langt i nogen retning, hvis det
mislykkes for ham at praktisere uselvskhed og kærlighed under sit eget tag.
He is not likely to get far in any direction if he fails to show unselfishness and
love under his own roof.

17-a. Hvad ved vi, at nogle alkoholikere står overfor?
Vi ved, der findes vanskelige hustruer og familier,
We know there are difficult wives and families,
17-b. Men hvad må alkoholikeren huske på?
men den mand, der kommer ud af sin alkoholisme, må også huske, at han gjorde
en masse for at få dem sådan.
but the man who is getting over alcoholism must remember he did much to make
them so.

(A) 18. Hvad vil der ske, når hvert medlem af familien begynder at praktisere
deres respektive Tolv Trins program?
Når hvert medlem i en bitter familie begynder at indse deres mangler og
indrømme dem for hinanden, danner det basis for en nyttig samtale.
As each member of a resentful family begins to see his shortcomings and admits
them to the others, he lays a basis for helpful discussion.

19. Hvad bør man undgå under familierådene?
Disse familiesamtaler vil være konstruktive, hvis de kan fortsætte uden hidsige
skænderier, selvmedlidenhed, selvretfærdighed eller harmdirrende kritik.
These family talks will be constructive if they can be carried on without heated
argument, self-pity, self-justification or resentful criticism.

20-a. Hvad gør familien efterhånden?
Lidt efter lidt vil mor og børn indse, at de stiller for store krav,
Little by little, mother and children will see they ask too much,
20-b. Og hvad vil far begynde at gøre?
og faderen vil erkende, at han yder for lidt.
and father will see he gives too little.

21. Hvilket vigtigt princip bør bliver vores førende princip?
Yde – frem for at nyde - vil være det vejledende princip.
Giving, rather than getting, will become the guiding principle.

FAMILIEN BAGEFTER

(Side 136)

(A) 1. Hvis far ikke bliver travlt optaget af forretninger, hvad formoder vi så, han har fået?

Lad os på den anden side formode, at faderen fra begyndelsen har en betagende åndelige oplevelse.

Assume on the other hand that father has, at the outset, a stirring spiritual experience.

2. Hvad sker der fra den ene dag til den anden?

Fra dag til dag skete det, at han blev et andet menneske.

Overnight, as it were, he is a different man.

3. Hvad bliver han?

Han bliver entusiastisk religiøs.

He becomes a religious enthusiast.

4. Hvad kan han ikke gøre?

Han er ude af stand til at koncentrere sig om noget andet.

He is unable to focus on anything else.

5. Hvad gør familien, så snart de kan acceptere hans ædruelighed?

Så snart hans ædruelighed begynder at blive taget som en realitet, ser familien måske på deres besynderlige nye far med ængstelse, derefter med irritation.

As soon as his sobriety begins to be taken as a matter of course, the family may look at their strange new dad with apprehension, then with irritation.

6. Hvad er det eneste han taler om?

Der tales om åndelige emner morgen, middag og aften.

There is talk about spiritual matters morning, noon and night.

7. Hvad vælger han at gøre af to ting?

Måske kræver han, at familien finder Gud i en fart, eller virker forbløffende ligegyldig over for dem og mener, han er hævet over verdslige betragtninger.

He may demand that the family find God in a hurry, or exhibit amazing indifference to them and say he is above worldly considerations.

8. Hvad siger han måske til sin kone?

Måske siger han til moderen, som har været religiøs hele sit liv, at hun ikke aner, hvad det hele drejer sig om, og at hun hellere må antage hans form for åndelighed, mens tid er.

He may tell mother, who has been religious all her life, that she doesn't know what it's all about, and that she had better get his brand of spirituality while there is yet time.

FAMILIEN BAGEFTER

(A) 9. Hvad sker der, hvis far bliver religiøs?

Når faderen vælger denne kurs, vil familien måske reagere ugunstigt.

When father takes this tack, the family may react unfavorably.

10. Hvem bliver de måske jaloux på?

Måske bliver de jaloux på den Gud, der har stjålet faderens kærlighed.

They may be jealous of a God who has stolen dad's affections.

11. Hvad kan de måske ikke lide, selvom han er ædru?

På trods af taknemligheden over, at han ikke længere drikker, bryder de sig måske ikke om ideen, at Gud har forestået et mirakel, hvor de mislykkedes.

While grateful that he drinks no more, they may not like the idea that God has accomplished the miracle where they failed.

12. Hvad har de måske glemt?

Oftest glemmer de, at faderen var uden for menneskelig rækkevidde.

They often forget father was beyond human aid.

13. Hvad kan de måske ikke se?

Måske kan de ikke indse, hvorfor deres kærlighed og hengivenhed ikke kunne rette ham op.

They may not see why their love and devotion did not straighten him out.

14. Hvad tror de, at far alligevel ikke er?

Far er ikke så åndelig endda, siger de.

Dad is not so spiritual after all, they say.

15. Hvis han virkelig ønsker at forsøge at gøre det godt igen, hvorfor er han så hvad?

Hvis det er hans mening at rette alle fortidens fejltagelser, hvorfor så alle de bekymringer om resten af verden - udover familie?

If he means to right his past wrongs, why all this concern for everyone in the world but his family?

16. Hvem siger han vil tage sig af dem, nu hvor han har for travlt?

Hvad med al hans snak om, at Gud vil tage vare på dem?

What about his talk that God will take care of them?

17. Hvad tror de, der er sket med far?

De mistænker faderen for at være en smule skør.

They suspect father is a bit balmy!

(A) 18. Hvad er han ikke i virkeligheden?

Han er ikke så meget ude af balance, som de tror.

He is not so unbalanced as they might think.

FAMILIEN BAGEFTER

19. Hvad har de fleste af os oplevet?
Mange af os har kendt faderens begejstring.
Many of us have experienced dad's elation.

20. Hvad har vi beruset os i?
Vi har hengivet os til åndelig beruselse.
We have indulged in spiritual intoxication.

21. Hvem kan man sammenligne os med?
Som en udmarvet guldgraver, hvis livrem er strammet om den sidste proviant, ramte vores hakke en guldåre.
Like a gaunt prospector, belt drawn in over the last ounce of food, our pick struck gold.

22. Hvad kender ingen grænser?
Glæden over at være blevet befriet for en livslang frustration kendte ingen grænser.
Joy at our release from a lifetime of frustration knew no bounds.

23. Hvad føler far, han har fundet?
Faderen føler, han har fundet noget, der er bedre end guld.
Father feels he has struck something better than gold.

24. Hvad gør han i begyndelsen?
For en tid forsøger han måske at bevare denne nye skat for sig selv.
For a time he may try to hug the new treasure to himself.

25-a. Hvad er han måske ikke i stand til at se i et stykke tid?
Måske opdager han ikke straks, at han blot har ridset i en ubegrænset åre,
He may not see at once that he has barely scratched a limitless lode

25-b. Som kun vil fortsætte med at give udbytte, så længe han gør hvad?
som kun giver udbytte, hvis han graver resten af livet og insisterer på at forære hele udbyttet væk.
which will pay dividends only if he mines it for the rest of his life and insists on giving away the entire product.

(Side 137)

(A) 1. Hvad sker der, når familien samarbejder?
Hvis familien samarbejder, vil far snart indse, at han lider af en forvrængning af værdierne.
If the family cooperates, dad will soon see that he is suffering from a distortion of values.

FAMILIEN BAGEFTER

2-a. Hvad vil han opdage til sidst?

Han vil erkende, at hans åndelige udvikling har en slagside;

He will perceive that his spiritual growth is lopsided,

2-b. Hvad har ikke været indbefattet?

at for et gennemsnitsmenneske som ham er et åndeligt liv, som ikke indbefatter de familiære forpligtelser, ikke så fuldkomment, når alt kommer til alt.

that for an average man like himself, a spiritual life which does not include his family obligations may not be so perfect after all.

3. Hvad vil der ske, når familien ser sandheden?

Hvis familien kan acceptere, at faderens nuværende optræden er en fase i hans udvikling, så vil alt blive godt.

If the family will appreciate that dad's current behavior is but a phase of his development, all will be well.

Kommentar: Igen bliver vi mindet om værdien af den hjælp, som en helbredt alkoholiker kan give familien, når de får fortalt, hvad der skal til, for at hele familien kan komme sig.

4. Hvad sker der som regel, hvis familien er forstående?

I en forstående og sympatiserende families midte vil disse griller fra faderens spæde åndelige overgang hurtigt forsvinde.

In the midst of an understanding and sympathetic family, these vagaries of dad's spiritual infancy will quickly disappear.

(A) 5. Det modsatte vil ske, hvis familien gør hvad?

Fordømmer og kritiserer familien derimod, sker det modsatte måske.

The opposite may happen should the family condemn and criticize.

6-a. Hvad vil far erkende?

Faderen føler måske, at hans drikkeri i årevis har placeret ham på den forkerte side af plankeværket,

Dad may feel that for years his drinking has placed him on the wrong side of every argument,

6-b. Hvordan ser han sig selv nu?

men at han nu er blevet en slags højere skabning med Gud ved sin side.

but that now he has become a superior person with God on his side.

7. Hvad vil der ske, hvis familien ikke holder op?

Hvis familien fortsætter med sin kritik, får denne vildfarelse måske et stadig større tag i ham.

If the family persists in criticism, this fallacy may take a still greater hold on father.

FAMILIEN BAGEFTER

8. I stedet for at blive et medlem af familien igen, hvad sker der så som regel?

Fremfor at behandle familien, som han burde, trækker han sig måske endnu længere ind i sig selv og føler, at han har åndelig ret til at gøre det.

Instead of treating the family as he should, he may retreat further into himself and feel he has spiritual justification for so doing.

(A) 9-a. Hvad behøver familien ikke at gøre?

Selv om familien ikke helt kan tilslutte sig faderens åndelige aktiviteter,

Though the family does not fully agree with dad's spiritual activities,

9-b. Hvad skal de gøre i stedet for?

bør de lade ham beholde dem i fred.

they should let him have his head.

10-a. Selvom han gør hvad?

Selv om han udviser en vis tilsidesættelse og uansvarlighed over for familien,

Even if he displays a certain amount of neglect and irresponsibility towards the family,

10-b. Hvad er det en god idé at lade ham gøre?

er det klogt at lade ham gå så vidt, som han selv synes i sit arbejde med at hjælpe andre alkoholikere.

it is well to let him go as far as he likes in helping other alcoholics.

11. Er hans aktivitet virkelig vigtig i den første tid af hans helbredelse?

Under rekonvalescensens første dage vil dette gøre mere til at sikre hans ædruelighed end noget andet.

During those first days of convalescence, this will do more to insure his sobriety than anything else.

12-a. Hvordan synes nogen af hans handlinger at være?

Selv om nogle af hans ytringer er skræmmende og ubehagelige,

Though some of his manifestations are alarming and disagreeable,

12-b. Vi mener, at han i sidste ende vil være på mere sikker grund i forhold til hvem?

tror vi han vil være på mere sikker grund end den mand, der sætter forretning og professionel fremgang foran den åndelige udvikling.

we think dad will be on a firmer foundation than the man who is placing business or professional success ahead of spiritual development.

13. Hvad vil det være mindre sandsynligt, at han gør?

Han vil være mindre tilbøjelig til at drikke igen, og alt andet er at foretrække for dette.

He will be less likely to drink again, and anything is preferable to that.

FAMILIEN BAGEFTER

(A) 14. Hvad har mange af os, som er blevet åndeligt blinde, gjort til sidst?
De af os, som har brugt meget tid i en verden fuld af indbildning, har måske indset det barnlige i dette.

Those of us who have spent much time in the world of spiritual make-believe have eventually seen the childishness of it.

15-a. Hvad er vores drømmeverden blevet erstattet af?

Denne drømmeverden er blevet erstattet af en mægtig følelse af mening,

This dream world has been replaced by a great sense of purpose,

15-b. Hvad blev det efterfulgt af?

efterfulgt af en voksende bevidsthed om Guds-kraften i vore liv.

accompanied by a growing consciousness of the power of God in our lives.

16. Hvad er vi kommet til at tro?

Vi er begyndt at tro, at Han ønsker vi skal holde hovedet i himlen med Ham, men at vore fødder bør være fast forankrede ved jorden.

We have come to believe He would like us to keep our heads in the clouds with Him, but that our feet ought to be firmly planted on earth.

17. Hvorfor er vi det?

Det er dér vore rejsefæller befinder sig, og det er dér, vort arbejde skal gøres.

That is where our fellow travelers are, and that is where our work must be done.

18. Hvad er dette for os?

Dette er virkeligheden for os.

These are the realities for us.

19. Hvilke to aspekter i vore liv har vi ikke fundet uforenelige?

Vi har ikke fundet noget uforeneligt mellem en kraftfuld åndelig oplevelse og et fornuftigt og lykkeligt liv i brugbarhed.

We have found nothing incompatible between a powerful spiritual experience and a life of sane and happy usefulness.

Kommentar: Mange af dem, der har erfaring med vores åndelige program, erklærer, at det viser sig at være det mest praktiske, de nogensinde har gjort.

(Side 138)

(A) 1. Hvad er et andet forslag?

Her er endnu et forslag: Uanset om familien har en åndelig overbevisning eller ej, vil det være en fordel at sætte sig ind i de principper, alkoholikeren forsøger at leve efter.

One more suggestion: Whether the family has spiritual convictions or not, they may do well to examine the principles by which the alcoholic member is trying to live.

FAMILIEN BAGEFTER

2-a. Hvad vil de næppe være uenige i?

De kan næppe undgå at anerkende disse enkle principper,

They can hardly fail to approve these simple principles,

2-b. Selvom alkoholikeren gør hvad?

selv om husets overhoved stadig mislykkes til en vis grad i sin udøvelse af de åndelige principper.

though the head of the house still fails somewhat in practicing them.

3. Hvad har vist sig at være til stor hjælp for alkoholikeren?

Intet er til større hjælp for en mand, der er udsat for en åndelig tangering, og gør bedre praktisk brug af det end en hustru, der har antaget et fornuftigt åndeligt program.

Nothing will help the man who is off on a spiritual tangent so much as the wife who adopts a sane spiritual program, making a better practical use of it.

(A) 4. På hvilke andre områder vil der være forandringer?

Der vil ske andre dybtgående forandringer i hjemmelivet.

There will be other profound changes in the household.

5. Hvad var mor blevet, mens far drak?

Spiritussen umuliggjorde faderen i så mange år, at moderen blev husets overhoved.

Liquor incapacitated father for so many years that mother became head of the house.

6. Hvordan klarede hun det?

Hun overtog tappert dette ansvarsområde.

She met these responsibilities gallantly.

7. Hvad var hun tvunget til at gøre på grund af drikkeriet?

Tvunget af omstændighederne var hun ofte nødt til at behandle faderen som et sygt eller egensindigt barn.

By force of circumstances, she was often obliged to treat father as a sick or wayward child.

8. Hvad skete der, selv når han forsøgte?

Selv når han ønskede at hævde sig, kunne han ikke, fordi drikkeriet hver gang gav ham uret.

Even when he wanted to assert himself he could not, for his drinking placed him constantly in the wrong.

9. Hvad gjorde mor?

Moderen lagde alle planer og gav alle direktiver.

Mother made all the plans and gave the directions.

FAMILIEN BAGEFTER

10. Hvornår gjorde far det, han blev bedt om?

Når faderen var ædru, rettede han sig som regel efter hende.

When sober, father usually obeyed.

11. Hvad blev mor automatisk?

Det blev således moderen, der uden egen skyld blev tvunget til at have bukserne på.

Thus mother, through no fault of her own, became accustomed to wearing the family trousers.

12. Hvad vil far forsøge at gøre nu, hvor han er ædru?

Når så faderen pludselig atter vækkes tilbage til livet, begynder han ofte at forsvare sig.

Father, coming suddenly to life again, often begins to assert himself.

13. Dette kan medfører problemer, medmindre de gør hvad?

Det giver problemer, medmindre familien er på vagt over for disse tendenser hos hver enkelt og når frem til en fredelig løsning af dem.

This means trouble, unless the family watches for these tendencies in each other and comes to a friendly agreement about them.

(A) 14. Hvad isolerer drikkeriet fra?

Drikkeri isolerer de fleste hjem fra den øvrige verden.

Drinking isolates most homes from the outside world.

15. Hvilken del af livet har far måske opgivet, mens han drak?

Faderen har måske i årevis lagt samtlige almindelige aktiviteter på hylden: foreningsliv, borgerlige pligter, sport.

Father may have laid aside for years all normal activities - clubs, civic duties, sports.

16. Hvad sker der måske, når han bliver involveret i disse ting igen?

Når han atter får interesse for disse ting, kan der opstå en følelse af jealousy.

When he renews interest in such things, a feeling of jealousy may arise.

17. Hvad føler familien måske?

Familien føler måske, at de har håndpant på faderen af en sådan størrelse, at ingen krav kan overføres til udenforstående.

The family may feel they hold a mortgage on dad, so big that no equity should be left for outsiders.

18. Hvad gør familien måske i stedet at vende tilbage til normale aktiviteter?

Fremfor at udbygge nye kanaler til aktiviteter for dem selv, forlanger moderen og børnene, at han bliver hjemme og betaler af på sit underskud.

Instead of developing new channels of activity for themselves, mother and children demand that he stay home and make up the deficiency.

FAMILIEN BAGEFTER

(Side 139)

(A) 1. Hvad bør mor og far gøre i den første tid af hans ædruelighed?
I den allerførste tid bør parret ærligt erkende de realiteter, som begge må yde her og der, hvis familien skal spille en afgørende rolle i det nye liv.
At the very beginning, the couple ought to frankly face the fact that each will have to yield here and there if the family is going to play an effective part in the new life.

2. Hvad vil far finde det nødvendigt at gøre?
Faderen må nødvendigvis bruge en masse tid på andre alkoholikere, men denne aktivitet bør afpasses.
Father will necessarily spend much time with other alcoholics, but this activity should be balanced.

3. Hvilke nye bekendtskaber gøres måske?
Nye bekendtskaber bliver måske gjort, som intet kender til alkoholisme, og må overvejes omhyggeligt.
New acquaintances who know nothing of alcoholism might be made and thoughtful consideration given their needs.

4. Hvad med samfundet, hvor de bor?
Problemerne omkring samfundet kræver måske også opmærksomhed.
The problems of the community might engage attention.

5. Hvad med muligheden for at blive medlem af en religiøs gruppe?
Selv om familien ikke har nogen kontakt af religiøs art, ønsker de måske at tage kontakt - eller medlemskab – med en religiøs bevægelse.
Though the family has no religious connections, they may wish to make contact with or take membership in a religious body.

(A) 6. Kan det vise sig at være gavnligt?
Alkoholikeren, som har gjort nar af religiøse mennesker, vil blive hjulpet af de samme kontakter.
Alcoholics who have derided religious people will be helped by such contacts.

7-a. Hvad opdager alkoholikeren, når han er blevet helbredt?
Når alkoholikeren har haft en åndelig oplevelse, vil han opdage, at han har meget tilfælles med disse mennesker,
Being possessed of a spiritual experience, the alcoholic will find he has much in common with these people,

7-b. Vil han nu være enig med religiøse mennesker uden at stille spørgsmål?
selv om han måske på visse områder adskiller sig fra dem.
though he may differ with them on many matters.

FAMILIEN BAGEFTER

8. Hvad vil der ske, hvis han ikke deltager i religiøse diskussioner?

Hvis han undlader at diskutere religion, vil han få nye venner og er sikker på at finde nye veje til brugbarhed og glæde.

If he does not argue about religion, he will make new friends and is sure to find new avenues of usefulness and pleasure.

9. Hvad kan han og hans familie vise sig at blive?

Han og hans familie kan blive lyspunkter i en sådan menighed.

He and his family can be a bright spot in such congregations.

10. Hvem giver han overraskende nok nyt håb?

Måske bringer han nyt håb og mod til mangen præst, menighedsrådsformand eller rabbiner, som giver sig selv for at tjene vor besværede verden.

He may bring new hope and new courage to many a priest, minister, or rabbi, who gives his all to minister to our troubled world.

11. Hvad er hensigten med ovenstående?

Vi nævner kun dette som støtte-forslag.

We intend the foregoing as a helpful suggestion only.

12. Hvad er vores holdning til dette spørgsmål?

Så vidt angår os, er der intet obligatorisk i det.

So far as we are concerned, there is nothing obligatory about it.

13. Hvilken religiøs gruppe er vi tilknyttet?

Som uafhængige mennesker kan vi ikke tage andres beslutninger for dem.

As non-denominational people, we cannot make up others' minds for them.

14. Hvad bør vejlede hver enkelt i dette spørgsmål?

Ethvert medlem må afgøre dette med sin egen samvittighed.

Each individual should consult his own conscience.

(A) 15. Hvad har vi talt om indtil nu?

Vi har fortalt dig om alvorlige og til tider tragiske emner.

We have been speaking to you of serious, sometimes tragic things.

16. Hvad har vi især beskæftiget os med?

Vi har haft at gøre med alkohol, når den var værst.

We have been dealing with alcohol in its worst aspect.

17. Men hvad er vi i hvert fald ikke?

Men vi er ikke en mørk forsamling.

But we aren't a glum lot.

FAMILIEN BAGEFTER

18. Hvad kan der ske med nykommere, hvis de ikke ser den fornøjelse, som vi har?

Hvis nykommere ikke kunne få øje på nogen glæde eller fornøjelse i vor midte, ville de ikke komme.

If newcomers could see no joy or fun in our existence, they wouldn't want it.

19. Hvad insisterer vi virkelig på?

Vi insisterer simpelt hen på at nyde livet.

We absolutely insist on enjoying life.

20-a. Vi forsøger ikke at hengive os til pessimisme over hvad?

Vi prøver på ikke at hengive os til kynisme over nationens tilstand,

We try not to indulge in cynicism over the state of the nations,

20-b. Hvad prøver vi heller ikke på at bære på vores skuldre?

ej heller slæber vi hele verdens problemer på vore skuldre.

nor do we carry the world's troubles on our shoulders.

21. Hvad gør vi, når vi ser en lidende alkoholiker?

Når vi ser et menneske synke i alkoholismens sump, giver vi ham den første hjælp og stiller det, vi har, til hans rådighed.

When we see a man sinking into the mire that is alcoholism, we give him first aid and place what we have at his disposal.

22. Hvad gør vi for hans skyld?

For hans skyld beretter - og næsten genoplever - vi fortidens rædsler.

For his sake, we do recount and almost relive the horrors of our past.

23. Men hvad gør vi ikke?

Men de af os, som har prøvet at bære en andens byrder og problemer, har opdaget, at vi hurtigt bliver overvældet af dem.

But those of us who have tried to shoulder the entire burden and trouble of others find we are soon overcome by them.

(Side 140)

(A) 1. Hvad mener vi er brugbart?

Vi tror derfor, at munterhed og latter er brugbart.

So we think cheerfulness and laughter make for usefulness.

2. Hvordan reagerer nogen udenforstående på vores historie?

Udenforstående bliver ofte lamslåede, når vi bryder ud i munterhed over en af fortidens tilsyneladende tragiske tildragelser.

Outsiders are sometimes shocked when we burst into merriment over a seemingly tragic experience out of the past.

FAMILIEN BAGEFTER

3. Hvad bør vi være i stand til?

Men hvorfor skulle vi ikke le?

But why shouldn't we laugh?

4. Hvorfor det?

Vi er kommet os - og har fået styrke til at hjælpe andre.

We have recovered, and have been given the power to help others.

Kommentar: Hvilket større løfte kan vi håbe på end det, der lige er nævnt?

(A) 5. Alle ved én ting. Hvad er det?

Enhver ved, at mennesker med dårligt helbred og de, som aldrig leger, sjældent ler.

Everybody knows that those in bad health, and those who seldom play, do not laugh much.

6. Hvad bør hver familie gøre?

Så lad hver familie lege sammen eller hver for sig, så meget omstændighederne tillader det.

So let each family play together or separately, as much as their circumstances warrant.

7. Hvad er vi sikre på?

Vi er sikre på, at Gud ønsker, vi skal være glade, lykkelige og frie.

We are sure God wants us to be happy, joyous, and free.

Kommentar: Bemærk nederst på side 139, hvad vi insisterer på og nu, hvad vi er sikre på, at Gud ønsker for os. Vi har været enige hele tiden. Vi vidste bare ikke, hvordan vi fik Hans støtte. Det gør vi nu.

8. Hvad kan vi ikke tilslutte os?

Vi kan ikke tilslutte os den tro, at livet er en tårernes jammerdal, selv om det netop var, hvad det var engang for mange af os.

We cannot subscribe to the belief that this life is a vale of tears, though it once was just that for many of us.

9. Hvad står klart nu?

Men det står klart, at vi skabte vor egen elendighed.

But it is clear that we made our own misery.

10. Hvad var det en overraskelse for nogen af os at erfare?

Gud gjorde det ikke.

God didn't do it.

11-a. Hvad skal vi undgå?

Undgå derfor den stadige fremstilling af elendighed,

Avoid then, the deliberate manufacture of misery,

FAMILIEN BAGEFTER

11-b. Men hvis det forekommer, hvordan behandler vi det så?
men hvis problemerne melder sig, så omsæt det muntert til en mulighed for at demonstrere Hans almagt.
but if trouble comes, cheerfully capitalize it as an opportunity to demonstrate His omnipotence.

(A) 12. Hvad med et legeme, der har taget svær skade af at drikke?
Nu til helbredet: Et legeme, som er slemt brændt ud af alkohol, kommer sig ikke fra dag til dag, ejheller forsvinder en forvrænget tankegang eller depressioner i en håndvending.
Now about health: A body badly burned by alcohol does not often recover overnight nor do twisted thinking and depression vanish in a twinkling.

13. Hvad er vi overbeviste om?
Vi er overbeviste om, at en åndelig livsstil er særdeles virkningsfuld til helbredets genoprettelse.
We are convinced that a spiritual mode of living is a most powerful health restorative.

14. Hvad er helbredte alkoholikere?
Vi, der er kommet over det alvorlige drikkeri, er mirakler af mental helbredelse.
We, who have recovered from serious drinking, are miracles of mental health.

15. Hvad har vi set?
Vi har oplevet bemærkelsesværdige mirakler i vore forsamlinger.
But we have seen remarkable transformations in our bodies.

16. Hvad viser helbredte alkoholikere sjældent?
Næsten ingen af os viser nu tegn på udskejelser.
Hardly one of our crowd now shows any mark of dissipation.

(A) 17-a. Hvad betyder det ikke?
Men dette betyder ikke, at vi ignorerer de menneskelige helbredsmetoder,
But this does not mean that we disregard human health measures.

17-b. Hvad har i overflod?
Gud har forsynet verden rigeligt med dygtige læger, psykologer og andre praktiserende af enhver art.
God has abundantly supplied this world with fine doctors, psychologists, and practitioners of various kinds.

18. Hvad skal du ikke tøve med at gøre?
Du må ikke betænke dig på at forelægge dine helbredsproblemer for dem.
Do not hesitate to take your health problems to such persons.

FAMILIEN BAGEFTER

19. Hvad vil de fleste gøre - i hvert fald for år tilbage?

De fleste ofrer sig frivilligt for, at deres medmennesker kan have glæde af et sundt sind og legeme.

Most of them give freely of themselves, that their fellows may enjoy sound minds and bodies.

20. Hvad skal vi huske ikke at gøre?

Forsøg at huske, at skønt Gud har forestået mirakler iblandt os, skal vi aldrig undervurdere en god læge eller psykiater.

Try to remember that though God has wrought miracles among us, we should never belittle a good doctor or psychiatrist.

21. Hvad mener vi om deres ydelser?

Deres hjælp er ofte uundværlig, når det drejer sig om en nykommer og om at følge hans tilstand bagefter.

Their services are often indispensable in treating a newcomer and in following his case afterward.

(Side 141)

(A) 1. Hvad sagde en læge om denne bog?

En af de mange læger, som havde mulighed for at læse manuskriptet til denne bog, fortalte, at anvendelse af slik ofte var en hjælp, naturligvis afhængig af lægens ordinationer.

One of the many doctors who had the opportunity of reading this book in manuscript form told us that the use of sweets was often helpful, of course depending upon a doctor's advice.

2. Hvad mente han, alle alkoholikere skulle have ved hånden?

Han mente, at enhver alkoholiker altid burde have chokolade ved hånden i tilfælde af overanstrengelse på grund af dets hurtige energiomsætning.

He thought all alcoholics should constantly have chocolate available for its quick energy value at times of fatigue.

3. Hvorfor foreslog han dette?

Han tilføjede, at der under visse omstændigheder opstod en ubestemmelig trang om natten, som kunne tilfredsstilles med noget sødt.

He added that occasionally in the night a vague craving arose which would be satisfied by candy.

4. Hvad har mange af os bemærket?

Mange af os har opdaget en tendens til at spise søde sager og har fundet denne vane fordelagtig.

Many of us have noticed a tendency to eat sweets and have found this practice beneficial.

FAMILIEN BAGEFTER

(A) 5. Hvad skal vi til nu?

Et lille ord om de seksuelle forhold:

A word about sex relations.

6. Hvad gør alkohol ved nogens seksuelle lyst?

Alkohol er så seksuelt stimulerende på visse mænd, at de overdriver det.

Alcohol is so sexually stimulating to some men that they have over-indulged.

7. Hvad kan nogen af os støde på i begyndelsen af ædruelighed?

Lejlighedsvis har ægtepar nedslået erfaret, at når drikkeriet blev stoppet, havde manden tilbøjelighed til impotens.

Couples are occasionally dismayed to find that when drinking is stopped the man tends to be impotent.

8. Kan det være en oprørende situation?

Medmindre man er klar over årsagen, opstår der måske en følelsesmæssig uligevægt.

Unless the reason is understood, there may be an emotional upset.

9. Hvad har nogen, som har prøvet det, erfaret senere?

Nogle af os erfarede dette blot for få måneder senere at opleve langt bedre forhold end nogen sinde.

Some of us had this experience, only to enjoy, in a few months, a finer intimacy than ever.

10. Hvem bør de ikke tøve med at spørge til råds?

Der burde ikke tøves med at konsultere en læge eller psykolog, hvis sådanne tilstande opstår.

There should be no hesitancy in consulting a doctor or psychologist if the condition persists.

11. Er denne tilstand typisk permanent?

Vi kender ikke mange eksempler på, at sådanne vanskeligheder har stået på over længere perioder.

We do not know of many cases where this difficulty lasted long.

(A) 12. Hvordan går det måske med børnene?

Alkoholikeren vil eventuelt erfare det vanskeligt at retablere et kærligt forhold til sine børn.

The alcoholic may find it hard to re-establish friendly relations with his children.

13. Hvordan kan det være?

Deres unge sind var letpåvirkelige, mens han drak.

Their young minds were impressionable while he was drinking.

FAMILIEN BAGEFTER

14. Hvordan har de det måske, selvom de ikke siger det?

Uden at sige det direkte, hader de ham måske inderligt for det, han har gjort mod dem og deres mor.

Without saying so, they may cordially hate him for what he has done to them and to their mother.

15. Hvad bliver nogle børn domineret af?

Børn er til tider domineret af en gribende hårdhed og kynisme.

The children are sometimes dominated by a pathetic hardness and cynicism.

16. Hvad er det, de måske har svært ved?

De synes ude af stand til at tilgive og glemme.

They cannot seem to forgive and forget.

17. Vil den holdning hurtigt ændre sig?

Dette kan stå på i månedsvis, længe efter at moderen har accepteret faderens nye måde at leve og tænke på.

This may hang on for months, long after their mother has accepted dad's new way of living and thinking.

(A) 18. Hvad vil de se med tiden?

Når tiden er inde vil de opdage, at han er et nyt menneske, og de vil lade ham det vide på deres egen måde.

In time they will see that he is a new man and in their own way they will let him know it.

19. Hvad er en god idé, når dette begynder at ske?

Når dette sker, kan man anmode dem om at deltage i morgenmeditationen, og de kan også tage del i den daglige debat uden bitterhed eller fordomme.

When this happens, they can be invited to join in morning meditation, and then they can take part in the daily discussion without rancor or bias

20. Hvilke resultater kan man forvente? (2 sætninger)

Herfra vil udviklingen gå hurtigt. Vidunderlige resultater er ofte følgen af sådanne genforeninger.

From that point on, progress will be rapid. Marvelous results often follow such a reunion.

(Side 142)

(A) 1. Hvad må alkoholikeren gøre, uanset hvad de andre gør?

Uanset om familien går ind for det åndelige grundlag eller ej, så må det alkoholiske medlem gøre det, hvis han vil komme sig.

Whether the family goes on a spiritual basis or not, the alcoholic member has to if he would recover.

FAMILIEN BAGEFTER

2. Hvad må de være overbeviste om?

De andre må, uden skygge af tvivl, overbevises om hans nye position.

The others must be convinced of his new status beyond the shadow of a doubt.

Kommentar: Husk, at vi på side 96 får at vide, at der ligger lang tids genopbygning foran os, men vi må tage føringen ved at leve vores Program en dag ad gangen.

3. Hvad skal der til for at få dem til at blive troende?

At se er at tro gælder for de fleste familier, som har levet med én, der drikker.

Seeing is believing to most families who have lived with a drinker.

Kommentar: De fleste af os - hvis ikke alle - har brudt det ene løfte efter det andet. De havde været tålmodige med os et stykke tid. Nu må vi være tålmodige med dem.

(A) 4. Hvilket eksempel får vi her?

Her er hovedtrækkene af et tilfælde: En af vore venner ryger meget og drikker meget kaffe.

Here is a case in point: One of our friends is a heavy smoker and coffee drinker.

5. Hvilke andre fejl havde denne alkoholiker?

Der var ingen tvivl om, at han overdrev det.

There was no doubt he over-indulged.

6. Hvad sagde hans hustru til ham?

Som vidne til dette, og for at være hjælpsom, begyndte hans hustru at gøre ham opmærksom på det.

Seeing this, and meaning to be helpful, his wife commenced to admonish him about it.

7. Hvad var hans svar?

Han indrømmede, at han overdrev, men erkendte ærligt, at han ikke var parat til at holde op.

He admitted he was overdoing these things, but frankly said that he was not ready to stop.

8. Hvad fortsatte hustruen med at gøre?

Hans hustru hører til den slags mennesker, der virkelig føler, der er noget temmelig syndigt i disse ting, så hun hakkede på ham, og hendes intolerance drev ham til sidst ind i en tilstand af vrede.

His wife is one of those persons who really feels there is something rather sinful about these commodities, so she nagged, and her intolerance finally threw him into a fit of anger.

9. Hvad gjorde han for at gøre gengæld?

Så drak han sig fuld.

He got drunk.

FAMILIEN BAGEFTER

(A) 10. Var det forkert at gøre det?

Naturligvis havde vores ven uret - dødelig uret.

Of course our friend was wrong - dead wrong.

11. Hvad gjorde han ved det?

Dette måtte han smerteligt erkende og genoprette sit åndelige forsvar.

He had to painfully admit that and mend his spiritual fences.

12-a. Hvad gjorde han, selvom han blev helbredt?

Skønt han i dag er et meget effektivt medlem af Anonyme Alkoholikere, så ryger han stadig for meget og drikker for meget kaffe,

Though he is now a most effective member of Alcoholics Anonymous, he still smokes and drinks coffee,

12-b. Ser det ud som om, hans kone har valgt Al-Anons program?

men hverken hustruen eller nogen anden sætter sig til doms.

but neither his wife nor anyone else stands in judgment.

13. Hvad var hun i stand til at se?

Hun har indset, at hun havde uret, da hun lavede et brændbart emne ud af en sådan sag, når hans langt alvorligere lidelse var i hurtig bedring.

She sees she was wrong to make a burning issue out of such a matter when his more serious ailments were being rapidly cured.

(A) 14. Hvilke tre mottoer får vi her?

Vi har tre små mottoer som er meget apropos. De lyder således:

We have three little mottoes which are apropos. Here they are:

EN TING AD GANGEN

First Things First

LEV - OG LAD LEVE

Live and Let Live

TA' DET ROLIGT

Easy Does It.