

## GRESHAMS LOV & ANONYME ALKOHOLIKERE af Tom P., Jr.

### HVORDAN ØNSKER DU DIN KOP KAFFE?

#### STÆRK? - MEDIUM? - TYND?

**Greshams Lov - at den dårlige mønt fortrænger den gode mønt fra omsætningen - har haft effekt i livet i Anonyme Alkoholikere. Svag AA er ved at fortrænge stærk AA.**

Denne artikel blev oprindeligt offentliggjort i juli 1976 i bladet "24 Magazine". Der er givet tilladelse til at genudgive den. Vi har placeret dette materiale på listen over "obligatorisk læsning" for enhver, der er i interesseret i, hvorfor AA ikke er så effektivt nu, som det var i de tidlige år og især for dem, som oplever en "flad helbredelse", selvmordstanker, tilbagefald eller gentagne tilbagefald. Der er tre måder at arbejde med programmet i Anonyme Alkoholikere.

- (1) Den **stærke**, oprindelige måde, som har vist sig pålidelig og særdeles effektiv i fyrre år.
- (2) En **medium** måde - ikke så stærk, ikke så pålidelig, ikke så sikker, ikke så god, men stadig effektiv.
- (3) En **tynd eller svag** måde, som viser sig at være ingen måde overhovedet, men bogstavelig talt kætteri, en falsk lære, en drejning af det, som grundlæggerne af Anonyme Alkoholikere klart angav at være programmet.

Som medlem af Anonyme Alkoholikere i 11 år, er jeg stadig imponeret over kombinationen af den enkelhed, funktionalitet og dybde, der er indbygget i de tolv trin; AA's program til helbredelse. Denne modige plan til at ændre livet blev udarbejdet i 1939 af en tidligere håbløs alkoholiker, som tjente som talsmand for en ukendt forening af 100 reformerte problemdrikkere, hvoraf mange stadig var i de relativt tidlige stadier af helbredelse efter misbrug af alkohol.

På trods af den dristige rækkevidde er trinene beskrevet med så simple ord og så godt forklaret i 5. kapitel og resten af "Anonyme Alkoholikere", AA's "Store Bog", at de kan tages af enhver. Og deri ligger deres største genialitet. Der er ingen forudgående krav om et liv i renhed eller videregående uddannelse. Bare en villighed til at indrømme personligt nederlag og et oprigtigt ønske om at ændre sig.

De Tolv Trin modsiger skarpt den verdslige psykologiske grundantagelse, at hvis præstationsniveauet er lavt, skal man sætte et lavt niveau i sin stræben efter at opnå noget højere for at opnå et positivt resultat i livet. Ud fra dette synspunkt, ville den rette tilgang for de tidligere AA'ere have været at sammensætte et program, der sigtede mod intet højere end afholdenhed fra alkohol og en tilbagevenden til livet, som det havde været i de tidlige drikkedage, livet som almindelige mænd og kvinder i verden. Men disse nyædru drankere besluttede sig for at blive mænd og kvinder, der totalt forpligtede sig til Gud.

Forfatterne til Store Bog vidste, at deres radikale plan til helbredelse med stor sandsynlighed ville chokere mange af de nykommere, som de forsøgte at nå med deres budskab, og de gjorde to ting for at komme sukker på medicinen. Først kom de med følgende ansvarsfraskrivelse umiddelbart efter opstillingen af de Tolv Trin i 5. kapitel: "Mange af os udbrød: »Hvilket program! Det klarer jeg aldrig!« Tab ikke modet. Ingen af os har kunnet følge disse principper til punkt og prikke. Vi er ikke helgener. Sagen er blot den, at vi er villige til at udvikle os efter åndelige retningslinjer. De principper, vi har nedskrevet, er vejledninger til, hvordan man gør fremskridt. Vi foretrækker åndelig vækst - frem for åndelig fuldkommenhed."

Dette kort afsnit var et udslag af inspiration, især sætningen "Vi er ikke helgener." Det har lettet tusinder af nye, halvt overbeviste AA-medlemmer (inklusive mig selv) til at komme over den kendsgerning, at vi - vejledt af trinene - var på vej i en fuldstændig ukendt retning af åndelig fuldkommenhed. De fleste af os begyndte at praktisere trinene uden at forstå deres fulde omfang. Erfaring lærte os hurtigt, at de virkede. De gjorde os ædru og i stand til at forblive ædru. Set ud fra vores praktiske standpunkt, var det alt, der betød noget. Vi var tilfredse med at nyde vores ædruelighed og undgå alle debatter om, hvorfor trinene virkede med ikke-alkoholiske teoretikere - hvis liv ikke afhang af, om de blev forvirrede og nåede den forkerte konklusion.

AA's grundlæggere gjorde noget andet for at undgå, at den åndelige strenghed og magt i de Tolv Trin afskrækkede nykommere. De fremlagde Trinene som forslag i stedet for direktiver. Sætningen, som indleder Trinene i kapitel 5, siger: "Her er trinene, vi tog, foreslået som et program for at genvinde helbredet." Denne idé havde en enorm tiltrækning i hele AA-bevægelsen fra det tidspunkt, Store Bog blev udgivet første gang. Vi alkoholikere hader at få besked om noget. Friheden til at tage trinene i ens eget tempo og på ens egen måde blev hurtigt særdeles populært blandt AA-medlemmer.

Før vi ser nærmere på resultaterne af denne eftergivende tilgang til Trinene, er der en anden særhed, som det er værd at bemærke. AA eksisterede i hele fire år, før trinene blev formuleret i deres endelige skrevne form. I den periode var der et program, og det var at gøre alkoholikere ædru. Det bestod af to dele: et sekstrins mund-til-mund program og de fire absolutter - absolut ærlighed, absolut renhed, absolut uselviskhed og absolut kærlighed - overtaget fra Oxford Gruppen, den evangeliske, kristne bevægelse, som AA blev affødt af.

De seks trin i mund-til-mund programmet fra de tidlige pioner år i Anonyme Alkoholikere, som er gengivet i "Alcoholics Anonymous Comes of Age", er:

1. Vi indrømmede, at vi var magtesløse overfor alkohol.
2. Vi lavede en moralsk opgørelse over vores defekter og synder.
3. Vi indrømmede eller delte vores mangler med en anden person i fortrolighed.
4. Vi gjorde bod mod alle, vi havde skadet med vores drikkeri.
5. Vi forsøgte at hjælpe andre alkoholikere uden tanke på belønning i form af penge eller prestige.
6. Vi bad til den Gud, som vi mente var der, om kraft til at praktisere disse forskrifter.

I disse tidlige dage i AA var der ikke tale om forslag. De grundlæggende punkter i programmet blev af alle de ældre medlemmer anset som direktiver - som uundværlige essenser - og sådan blev de givet videre til nykommeren. Da Bill oprindeligt formulerede de Tolv Trin, opfattede han dem også som instruktioner og ikke forslag. Da idéen om at præsentere Trinene som forslag kom frem, var Bill i lang tid blankt imod det. Omsider - og modvilligt - indvilligede han. I "Alcoholics Anonymous Comes of Age" fortalte han, hvordan denne indrømmelse fik utallige AA'ere til at nærme sig fællesskabet, som ellers ville have afvist AA og vendt tilbage til aktiv alkoholisme.

Men Bill var en mand, hvis motto var forsigtighed, og som gik af vejen for at styre udenom destruktive kontroverser. Man kan ikke lade være med at spekulere over, om hans følelser for beslutningen om at præsentere de Tolv Trin i form af forslag ikke var en smule mere usikre, end han var villig til at indrømme officielt, da kompromiset én gang var indgået. Det kan ikke nægtes, at afsnittene i kapitel 5, som præsenterer de Tolv Trin er fyldt med et sprog, der ville være yderst passende som en indledning til en række handlingsdirektiver, men som ikke er nær så passende som en introduktion til en samling forslag.

Her er begyndelsen af kapitel 5:

"Sjældent har vi mødt et menneske, som ikke kommer sig, hvis vedkommende samvittighedsfuldt følger vort program. De, der ikke kommer sig, er mennesker, som hverken kan eller vil sætte alt ind på at leve efter vort enkle program. I reglen er det mennesker, som af natur er ude af stand til at være ærlige over for sig selv. De findes - disse ulykkelige. Man kan ikke bebrejde dem, for tilsyneladende er de født sådan. De er af natur ude af stand til at gennemføre en livsform, som kræver, at man holder sig strengt til sandheden. De er dårligere stillet en gennemsnittet. Der er også dem, der lider af alvorlige følelsesmæssige og mentale forstyrrelser, men mange af dem kommer sig virkelig, hvis blot de ejer evnen til at være ærlige. Historien om os selv fortæller i store træk, hvordan vi var, hvad der skete os, og hvordan vi er nu. Hvis du har besluttet, at du ønsker at have det som os og er villig til at gøre hvad som helst for at få det, så er du moden til at tage visse trin.

Vi har selv stejlet over nogle af dem. Vi mente, vi kunne finde en lettere og behageligere vej, men det kunne vi ikke. Vi beder dig indtrængende om at være frygtløs og samvittighedsfuld lige fra starten. Nogle af os forsøgte at holde fast ved vore gamle ideer, men resultatet var negativt, indtil vi fuldstændig gav slip på vor gamle indstilling.

Husk - det er alkohol, vi har med at gøre - snigende - overrumplende - magtfuld. Uden hjælp er det for meget for os. Men der er én som har al magt - denne ene er Gud. Må du finde Ham nu.

Halve løsninger var til ingen nytte. Vi stod ved et vendepunkt. Vi gav os helt til Hans beskyttelse og omsorg. Her er trinene, vi tog..."

Hvis man antager, at Bill endte med helt at forson sig med kompromiset, kan hans første skepsis i det lange løb vise sig at være en profeti. På det tidspunkt var der dog ingen indikationer overhovedet af, at de eftergivende forslag var noget som helst andet end en velsignelse for bevægelse.

I 1938 og 1939, da Store Bog blev skrevet, var der 100 medlemmer i fællesskabet. I 1945 var antallet af aktive AA-medlemmer oppe på 13.000. Den primære årsag til denne eksplosive stigning var, at programmet - Trinene - var en vindende opskrift; de virkede, og der var et stort behov for dem ude i befolkningen. Amerika var godt lakket til, og der blev udklækket mange alkoholikere.

En yderst fordelagtig pressedækning af AA historien var også en betydningsfuld faktor for den fantastiske vækst. En række entusiastiske artikler om AA blev bragt i efteråret 1939 i "Plain Dealer" i Cleveland. Disse artikler resulterede i en strøm af nye AA-medlemmer i Cleveland-området. Denne pludselige vækst, var det første håndgribelige bevis på, at AA havde potentiale til at vokse sig til en bevægelse af betydelige dimensioner.

Rækkefølgen af begivenheder i denne periode er betydningsfuld. Store Bog blev udgivet i april 1939, og her blev indgangsvinklen med "forslag" til Trinene formidlet for første gang. Nogle få måneder senere blev artiklerne bragt i "The Plain Dealer", og AA'erne i Cleveland oplevede en forbindelse til nye medlemmer i et hidtil uset omfang. Det blev pludselig attraktivt på en måde, som det ikke havde været før, da fællesskabet var mindre og mere intimt, at løsne til op for idéen om, at alle principperne skulle praktiseres hele tiden af alle medlemmer. Der blev lagt mere og mere vægt på den kendsgerning, at Trinene kun skulle betragtes som forslag. Det var på dette tidspunkt og som følge af disse omstændigheder, at "cafeteria-princippet" tag-det-du-kan-lide-og-lad-resten-ligge i tilgangen til de Tolv Trin blev taget i anvendelse.

Og det så ud til at virke. Det viste sig, at mange nykommere kunne blive ædru og forblive ædru uden helt og intenst at praktisere hele programmet, som var blevet betragtet som en liv-eller-død nødvendighed i de tidlige år. Faktisk begyndte et anseeligt antal alkoholikere at demonstrere, at de kunne holde sig fra sprutten ved bare at indrømme magtesløsheden, lidt arbejde med andre alkoholikere og ved regelmæssig deltagelse i AA-møder.

Dermed er ikke sagt, at alle AA'ere begyndte at antage denne super-eftergivende tilgang til de Tolv Trin. Mange fortsatte med at vælge tilgangen til det oprindelige, fulde program. Men nu var det første gang, at anvendelsen af andre, mindre strenge tilgange blev grundlagt, og en tendens var opstået, som skulle blive mere udtalt efterhånden, som tiden gik.

Til at begynde med lignede det intet mindre end en velsignelse. Når alt kom til alt, var de, som valgte aktivt at praktisere de Tolv Trin, mere frie end nogensinde til at gøre det. De, som foretrak at arbejde med nogle eller bare er par af Trinene, holdt sig også ædru. Og AA tiltrak flere og flere nye medlemmer og fik en mere gunstig anerkendelse. I 1941 blev Jack Alexanders artikel om Anonyme Alkoholikere bragt i "The Saturday Evening Post". Antallet af medlemmer i AA var på det tidspunkt 2.000. I løbet af de følgende ni måneder eksploderede antallet med 400%.

Nu var det muligt at skelne mellem tre varianter at praktisere AA-programmet på, som vi har kaldt "en-stærk-kop-kaffe", "en-medium-stærk-kop-kaffe" og "en-tynd-kop-kaffe" metoderne.

**Stærk AA** var den oprindelige, ufortyndede dosis af åndelige principper. Stærke AA'ere tog alle tolv trin - og fortsatte med at tage dem. De stoppede ikke ved indrømmelsen af magtesløshed overfor alkohol men fortsatte straks med at lægge deres vilje og liv over til Guds omsorg. De begyndte at praktisere 100% ærlighed i alt, hvad de gjorde. I løbet af kort tid foretog de en moralsk selvransagelse, indrømmede deres fejl til mindst en anden person, foretog positive og kræftfulde handlinger til at gøre det godt igen der, hvor det var muligt, for det de havde gjort forkert, fortsatte med at foretage en moralsk selvransagelse, hvor de indrømmede deres fejl og rettede op på dem med regelmæssige mellemrum, bad og mediterede hver dag, gik til to eller tre AA-møder om ugen og arbejdede aktivt med det 12. Trin, hvor de gav AA-budskabet videre til andre, der havde et problem.

**Medium AA'ere** startede med et brag, næsten ligesom de stærke AA'ere bortset fra, at de kom med udflugter eller forhalede dele af programmet, fordi de enten frygtede eller ikke kunne lide fx Guds trinene eller selvransagelsestrinene afhængig af deres usikkerhed eller ubehag. Men efter de havde været ædru i nogen tid, begyndte medium AA'erne at slappe af og var tilfredse med at praktisere programmet nogenlunde sådan her: et AA-møde om ugen; 12. Trins arbejde en gang imellem (idet de mere og mere overlod det til nyere medlemmer efterhånden, som tiden gik); noget arbejde med Trinene (men ikke som før); mindre og mindre selvransagelse (efterhånden som de blev mere og mere "respektable"); stadig nogen bøn og meditation men ikke længere på daglig basis (manglende tid på grund af uforenelighed med forretningsaftaler, sociale aktiviteter og andre byrder, som kom sammen med en tilbagevenden til det normale liv i den arbejdende verden).

**De "tynde" AA'ere** var en blandet forsamling. Det, der er fælles for dem alle, var, at de helt og aldeles udelod store dele af programmet i deres regnskab lige fra begyndelsen - sommetider Guds trinene, sommetider selvransagelsestrinene, ofte begge dele. "Tynde" AA'ere havde en tendens til at tale i vendinger som: "Alt, hvad du behøver for at holde dig ædru, er at gå til møder og holde dig fra den første drink". De fleste af de "tynde" AA'ere, som var i stand til at holde sig ædru, var ret trofaste mødegængere. Eftersom de arbejdede så lidt med principperne, afhang deres ædruelighed og overlevelse i meget højere grad end stærke og medium AA'ere af konstant kontakt med folk i AA.

Faktum er, at det kun var de "stærke-koppe-kaffe"-medlemmer, som praktiserede programmet, som det er blevet beskrevet i Store Bog. Hvis vi går ud fra, at de "tynde" AA'ere som medlemmer af AA havde al mulig ret til at praktisere principperne på en hvilken som helst måde, de ønskede (herunder nærmest ingen måde overhovedet), idet Trinene kun var "forslag" - så var det stadig den måde, som de første medlemmer havde gjort det, og den måde, som Store Bog har udlagt det, der var den "stærke-kop-kaffe" metode.

Medium tilgangen havde - og har stadig - en meget konstruktiv plads i AA-planen til helbredelse, fordi den kan bruges som en midlertidig platform for modvillige begyndere. Medium-kop-kaffe valget gør mange, som i begyndelsen ikke går ind for den stærke tilgang, i stand til at få fodfæste i fællesskabet Anonyme Alkoholikere. Men medium AA kan være - og bliver ofte - en fælde. Det er ikke et sted for et AA-medlem at slå sig ned permanent. Folk, som bliver for længe i medium AA, passerer det punkt, hvor de kunne være blevet motiveret til at træde et trin højere op til det stærke AA og ender med at falde tilbage til det "tynde" AA.

Tyndt AA har ingen af de positive træk man finder i medium AA. Det er i klar modstrid med programmet, som det er beskrevet i Store Bog. Det har baseret sig selv på en blank og ubøjelig afvisning af arbejdet med vitale helbredelsesprincipper. "Tynd-kop-kaffe" medlemmer holder sig fra - og bliver ved med at holde sig fra - de fleste af de Tolv Trin. De udvander programmet til et punkt, hvor der faktisk ikke er noget program i den betydning, som de første medlemmer af AA forstod programmet. Et mere dækkende, mere præcis og mere beskrivende udtryk end "tynd AA" for denne praktisering er "tømt-og-udvandet AA" forkortet som TOU AA. Med tiden har der fundet en klar udvikling sted i AA med hensyn til popularitet og accept af stærke metoder og TOU-metoder.

I de første år af deres eksistens, havde TOU en tendens til at føle sig forpligtet til at forsvare og besynde deres "frafaldne" metoder og endda til at irettesætte de stærke AA'ere for at være strenge og have en "jeg er bedre end dig" holdning. De stærke AA'ere havde for deres vedkommende en tendens til at være mere afslappede og tolerante, mindre højrøstede, mindre forsvarende. Når alt kom til alt var deres metode mere indlysende sikker, idet den indeholdt mere medicin. Og det var selvfølgelig den originale og ægte vare, som Store Bog så velformuleret beskrev.

Men denne kombination af holdninger fik en ejendommelig effekt på en bevægelse, som brystede sig af sin liberale indstilling til at lade alle slags uafhængige holdninger og praktiseringer komme til orde og få deres ret. De højeste røster kom fra de "frafaldne", og de fik med tiden den største virkning på nykommerne. Tømt-og-udvandet AA blev "in" og fremtidens bølge; det stærke AA blev anset - ikke universelt men i vid udstrækning - for at være en smule tung og en smule passé.

TOU AA havde på en måde modbevist Bill og de første hundred AA'ere. I introduktionen til de Tolv Trin står der:

"... vi mente, vi kunne finde en lettere og behageligere vej ..." som en utvetydig påstand om, at det var nødvendigt at praktisere alle Trinene. Men TOU AA praktiserede ikke alle Trinene, og de holdt sig ædru. De havde fundet en lettere og behageligere vej. Sådan som menneskets natur nu en gang er, var det uundgåeligt, at den mindre krævende medium-til-tynd metode ville vokse i popularitet, mens den ældre, strengere metode ville dale. Hvem ønsker at gøre tingene på den svære måde, hvis man ikke behøver det?

AA har eksisteret i mere end fyrre år. Der er stadig en udbredt indstilling til tale-uden-handling i bevægelsen om vigtigheden af at arbejde med alle Trinene og praktisere 100% ærlighed i alt, hvad man foretager sig. Men det er en kendsgerning, at kun nogle få AA'ere fortsætter med at forsøge

seriøst og vedholdende at GØRE disse ting på daglig basis - ikke efter deres første måneders ædruelighed i fællesskabet.

Tilbagevenden til et lavere, mere "normalt" kravniveau hører til dagens orden. De, som fortsætter med at praktisere stærk AA, skal være forsigtige med, hvordan de omtaler det, de gør på AA-møder. Mange steder bliver for megen eller for seriøs snak om Gud betragtet som dårlig takt og tone. Det samme gør sig gældende, når det gælder emner som indrømmelser, genopretning eller 100% ærlighed - især, når de påvirker svære og følsomme områder af tilværelsen som jobansøgninger, tilbagebetalinger fra skat, forretningsaftaler eller seksuelle forhold.

Men hvis det svage AA virker - og giver helbredelse - hvilke fejl er der så ved det? Måske er dette et tilfælde, hvor det "frafaldne" viser sig at være bedre end det "ortodokse". Hvorfor skulle man have det ekstra besvær med at praktisere stærk AA? Af en meget god grund. "Tyndt" AA frembringer lange færre dybtgående ændringer af livet, end det stærke AA gør. I mange tilfælde er den relative overfladiske forandring ikke nok til at bryde det alkoholiske mønster. I mange andre tilfælde resulterer det i en tilsyneladende helbredelse, som ikke varer ved, men før eller siden fører til et tilbagefald til drikkeriet. Det, som de oprindelige AA'ere sigtede efter - og det som de sigtede deres program mod at være - var ikke ædruelighed alene. Det ville have været den "fornuftige" fremgangsmåde, vejen til verdslig visdom, det fornuftige udspil til et kravniveau. Men grundlæggerne af AA var mænd, der blev drevet af inspiration. De tilnærmede sig problemet med en manglende fornuft som mennesker under vejledning.

Den fornuftige metode var allerede blevet afprøvet, og den havde slået fejl. Hvis man sætter en alkoholikers kravniveau til ren afholdenhed - "Hvorfor bliver du ikke en god fyr, bruger din viljestyrke og lad skidt stå" - det virker ikke. Den stakkels kandidat til forandring var tilbage til drikkeriet i løbet af kort tid. Den opdagelse, som fik AA startet i det hele taget, var, at hvis en alkoholiker på nogen måde skulle blive skudt ind i en tilværelse langt ud over afholdenhed, hvis han skulle opnå en virkelig åndelig omvendelse, et helt nyt forhold til Gud, så ville permanent afholdenhed automatisk opstå som et velsignet og livsreddende biprodukt. Det var sådan, det skete for Bill. Det var sådan, det skete for Dr. Bob. Det var sådan, det skete for de fleste af de første hundred medlemmer. Det var sådan, forfatterne af Store Bog tænkte, at det ville ske for enhver.

Oprindeligt lød det Tolvte Trin: "Når vi som følge af disse Trin havde haft en åndelig oplevelse, forsøgte vi at bringe dette budskab videre til alkoholikere og at praktisere disse principper i alt, hvad vi foretog os." De to nøgleformuleringer var "åndelig oplevelse" og "som følge af disse Trin". Antagelsen var: Ingen åndelig oplevelse - ingen helbredelse. Man antog også, at der ikke var flere forskellige resultater som følge af at tage Trinene; der var kun et resultat - "som følge af" - og det var åndelig oplevelse. For de første medlemmer betød åndelig oplevelse, at Gud havde berørt deres liv - direkte og konkret - og vendt det.

På et tidspunkt mellem 1939, da "The Plain Dealer" artiklen blev offentliggjort, og 1941, da Jack Alexanders artikel blev bragt i "The Saturday Evening Post", skete der et betydningsfuldt skift i filosofien. Ingen i AA var klar over, at det skete på det tidspunkt, og indtil nu er processen forblevet næsten upåagtet. Det, der ændredes var betydningen af de roller, der var tildelt henholdsvis helbredelsesprincipperne og helbredelsen i fællesskabet i AA.

Indtil 1939 var AA en lille ukendt organisation, hvis succesrate - selvom den var god - kun omfattede en meget lille gruppe, og den var stadig ikke blevet afprøvet over tid. Alkoholikere under helbredelse i den unge bevægelse, stolede på hinanden og arbejdede tæt med hinanden. Men principperne var de primære faktorer til en livsstilsændring. Bevægelsen som sådan var ikke stor

nok eller godt nok etableret til, at man kunne læne sig op ad den i stedet for trofast arbejde med Trinene.

Efter at AA blev stort, efter det fik national anerkendelse som en succes, blev et nyt forhold muligt med det, som ikke tidligere havde været en mulighed, og som grundlæggerne ikke rigtig havde forudset. Det blev muligt for en alkoholiker at komme til møder og blive ædru uden at undergå en reel åndelig omvendelse simpelthen ved at foretage en efterligning eller imitation - ved at praktisere noget, der ikke er mere åndeligt end princippet om, at når-du-er-i-Rom-så-gør-som-romerne.

Sådan virkede AA-efterligningen. Nykommeren sluttede sig til en stor, succesrig organisation i stil med en frimurerloge. En af skikkene i denne klub var, at man ikke drak; så hvis nykommeren kunne lide de mennesker, han mødte i AA og ønskede at fortsætte tilhørsforholdet til dem, holdt han op med at drikke. Han gjorde AA-møder og AA-mennesker til fokuset for sit sociale liv og sine fritidsaktiviteter og holdt sig ædru mere ved at følge strømmen end noget som helst andet.

Den sande natur af denne meget anderledes og meget ikke-åndelige mulighed for helbredelse blev aldrig klart indset og indrømmet af fællesskabet. I stedet for blev der gjort et forsøg på at udvide betydningen af ordet "åndelig", så det omfattede begge slags helbredte alkoholikere: de ædru-ved-omvendelse alkoholikere - dem som havde haft en åndelig oplevelse som følge af at arbejde med Trinene og blevet forvandlede mennesker, der seriøst arbejdede med at genskabelse af liv og idéer - og de ædru-ved-efterligning alkoholikere - dem, som i bund og grund forblev den samme slags mennesker, de havde været før, de kom til AA bortset fra, at de havde sluttet sig til en ny organisation, fået en vennekreds og opgivet drikkeriet for at tilpasse sig deres nye sociale situation.

Der er kun én vending i de Tolv Trin, som er blevet ændret, siden Store Bog udkom første gang i 1939. Det er vendingen "åndelig oplevelse" i det Tolvte Trin. Et medlem af min hjemmegruppe, som kom til fællesskabet første gang i 1941, fortæller det på denne måde: "Da jeg begyndte at komme, talte de stadig om en "åndelig oplevelse". Et år eller to senere begyndte de at kalde det "åndelig opvågning". Det var på den tid, at den officielle version af det Tolvte Trin blev ændret til at hedde: "Når vi som følge af disse trin havde haft en åndelig opvågning ..." Vendingen "åndelig oplevelse", som havde været fuldstændig accepteret i de tidlige år, da fællesskabet stadig var lille og klart konverterings-orienteret, blev betragtet som for snæver og fordømmende mod de mindre dybtgående livsstilsændringer, der var resultatet af det efterlignings-orienterede AA, som skulle blive det mest udbredte helbredelsesmønster i AA. En uddybende note blev tilføjet til Store Bog som følger:

"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. 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. Heldigvis for os alle er dette en fejlfortolkning.

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

Blandt vores hurtigt voksende medlemsskare af tusinder af alkoholikere er sådanne forvandlinger, selv om de hyppigt forekommer, overhovedet ikke reglen. De fleste af vore erfaringer er, hvad psykologen William James kalder »tillærte forandringer«, fordi de udvikles langsomt over en længere periode. Ret ofte har en nykommers venner fået øje på forskellen, længe før han selv har set den. Han ser omsider, at han har undergået en dyb ændring i sit forhold til livet; at denne ændring næppe kunne være frembragt af ham selv alene. Hvad der ofte sker på nogle få måneder, kunne næppe gennemføres ved flere års selvdisciplin. Bortset fra nogle få undtagelser, synes vore medlemmer, at de har tappet en ukendt indre kilde, som de umiddelbart identificerer som deres egen forestilling om en Magt større end dem selv. De fleste af os mener, at bevidstheden om en Magt større end os selv er essensen af den åndelige erfaring. Vore mere religiøse medlemmer kalder det »Gudsbevidsthed«.

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«, forudsat han ikke lukker ethvert åndeligt begreb ude. Han kan kun lide nederlag ved en intolerant holdning eller en krigerisk benægtelse.

Vi mener ikke, nogen bør have besvær med åndeligheden i programmet. *Villighed, ærlighed og et åbent sind er de væsentligste forudsætninger for helbredelse. Men de er også uundværlige."*

Når man sammenligner denne udtalelse med det, som introducerede de Tolv Trin i kapitel 5, er forskellen slående. Kapitel 5 er spækket med rungende bekræftelser om, at målet med programmet er et liv givet til Gud, og vejen er kompromisløs åndelighed. I det senere tilføjede tillæg, er der praktisk talt en total tilbagetrækning fra den tidligere livskraftige og selvforglemmende glæde ved forpligtelsen til Gud. Det udtrykte formål med tillægget er at forsikre folk om, at den åndelige forandring, der følger med helbredelsen i AA, ikke behøver at ske i form af en pludselig omvæltning. Det var nødvendigt med den pointe, og den blev godt skrevet.

Men endnu en pointe kom frem - ikke direkte, men indirekte - i den defensive, tilbagetrækkende og nærmest undskyldende behandling af hele emnet om religiøs erfaring. Pointen var som følger: Forfatterne og udgiverne af Store Bog, de uofficielle talsmænd for bevægelsen, reagerede på en ændring i helbredelsesmønsteret i AA ved at sænke det åndelige kravniveau i fællesskabet, et træk, som de ikke havde turdet at gøre i de tidlige dage, men som de nu kunne - og endda følte, at de var nødt til at foretage, da fællesskabet nu var blevet stort og havde opnået et ry om agtværdighed og sund fornuft. Kendsgerningerne om situationen i AA, som affødte omformuleringen af det Tolvte Trin, og tilføjelsen af det uddybende tillæg til Store Bog kan sammenfattes på denne måde:

"Det er nu muligt at blive helbredt på en af to måder i AA. Den ene mulighed er den oprindelige måde baseret på åndelig erfaring, som kommer af at arbejde med alle Trinene. Den anden mulighed er en delvis praktisering af Trinene, og en primær afhængighed af det sociale fællesskab med relaterede aspekter af livet i AA. Den anden fremgangsmåde frembringer som regel ikke en åndelig oplevelse, der er så stærk, som praktiseringen af det fulde program gør. Det er også en overtrædelse af vores Tradition om, at princippet altid skal gå forud for personen. Men fordelene er, at det kræver mindre forpligtelse og mindre arbejde; og det har vist sig tilstrækkeligt i mange tilfælde til at give varig afholdenhed fra alkohol." Men sådan en udtalelse kom aldrig, og skiftet i vendingen fra åndelig oplevelse til åndelig opvågnen havde den nettoeffekt, at alle blev forvirrede over, hvad det i virkeligheden var for en forandring, der ville finde sted.

Det var ikke et spørgsmål om bevidst vildledning fra nogens side. Det var bare en manglende evne til at erkende delingen i to lejre, da den var opstået. Det ville have været let at begå den fejl for enhver, som oplevede den periode i AA's historie. En helt forståelig manglende evne til at se en



udviklende tendens, på samme måde som en mors manglende evne til at bemærke ændringer i sit eget barns vækst. Men i en bevægelse, som nærmest før alt andet forpligtede sig til at undgå kontroverser, var blindhed for denne deling helt uundgåelig.

Ulempen ved den oprindelige, strenge stærke-kop-kaffe indgangsvinkel til AA-programmet var, at det forudsatte, at nye medlemmer sprang ud i et drastisk program til åndelig omvendelse; en kurs, som igennem tiderne aldrig har haft nogen tiltrækning på et større antal mennesker. Hvis den oprindelige fremgangsmåde var forblevet den eneste tilgang, er det tvivlsomt, om AA ville have fået noget i nærheden af dets nuværende størrelse på 850.000 medlemmer (1976).

Men den tynde-kop-kaffes tilgang havde flere alvorlig fejl indbygget i den. Den relativt overfladiske ændring af livsindstilling, som den frembringer, er tilstrækkelig til at gøre nogle alkoholikere ædru. Det er ikke nok - det er ikke effektivt - og det virker simpelthen ikke - for rigtig mange andre. Det er især tydeligt med de "hærdede" tilfælde - alkoholikerne, som er blevet gennembanket både fysisk og mentalt, før de kommer til deres første AA-møde; folk, hvis alkoholisme er kompliceret af stofmisbrug, seksuelt afvigende adfærd, kriminelle eller psykotiske tendenser eller et strejf af psykopatiske træk, og dem, som har udviklet et mønster med at holde sig ædru i AA i en periode, men som hele tiden falder tilbage til drikkeriet. (I almindelighed er det alkoholikere med psykopatiske tendenser, som bliver ved med at komme tilbage til AA, men er uvillige eller ude af stand til at arbejde med de grundlæggende principper, bl.a. 100% ærlighed.) Det svage AA påvirker ikke de fleste af disse mennesker. De kan ikke forblive ædru på den måde. Hvis disse hærdede tilfælde derimod finder vej til et miljø, hvor det stærke AA, og intet andet end det stærke AA bliver praktiseret, er mange af dem i stand til at opnå varig ædruelighed. East Ridge Fællesskabet i New York har arbejdet med hundredvis af disse "hårde" tilfælde i de sidste 12 år. Stærk AA er standardbilletten i East Ridge, og de har en helbredelsesrate på over 70% med de såkaldte AA-fiaskoer. Den manglende succes bliver for størstepartens vedkommende til succes, når det svage AA bliver erstattet med stærkt AA.

Der er en anden mere snigende fare indbygget i det svage AA. I mange tilfælde holder "helbredelsen" opnået ved den udvandede tilgang til de Tolv Trin ikke i det lange løb. Det som i begyndelsen lignede en blødere og behageligere vej til at vedligeholde lykkelig ædruelighed, viger efterhånden for mindre og mindre tilfredshed, der til sidst ender med en kovending af fremdriften og et tilbagefald til alvorlig, personlig elendighed. Slutresultatet kan blive en tilbagevenden til aktiv alkoholisme; eller hvis det ikke er tilfældet, kan det være total katastrofe, som kan være at synke ind i et liv i utilfreds afholdenhed, ødelagt af en kombination af spænding, vrede, depression, tvangsmæssig usund sex og en alt overvældende følelse af meningsløshed. Uanset hvad, er det en total mangel på at høste frugterne af AA-programmet; i sidste ende er det en mangel på helbredelse.

Man bemærker to foruroligende tendenser i nutidens AA. Den ene er mod en generelt lavere helbredelsesrate. I de første 25 år var den typiske AA helbredelsesrate på 75%. AA erfaringen var, at 50% af de alkoholikere, som kom til AA, straks blev ædru og forblev ædru. Andre 25% havde problemer et stykke tid men blev efterhånden ædru for altid, og de resterende 25% fandt aldrig helbredelse. Så var der en periode i nogle år, hvor AA hovedkontoret holdt op med at fastholde en helbredelsesrate på 75% i den officielle litteratur. I 1968 offentliggjorde GSO (General Service Organization) en statistik, som angav en generel helbredelsesrate på ca. 67%. Opsummeringen af alt dette synes at være, at i takt med at AA var blevet større og ældre, var effektiviteten dalet fra ca. tre ud af fire til ca. to ud tre. (Note: to ud af tre var i 1976 - vores oplysninger viser, at tallet er meget lavere i 1997 - ca. 1 ud af 15.)

Den anden usunde tendens i forhold til bevægelsen bakkes ikke op af tal, men den er klar nok for enhver omhyggelig iagttager af AA-scenen. Efterhånden som fællesskabet bliver ældre med tiden, vokser gruppen af "gamle" medlemmer med 10 års ædruelighed eller længere tid. Og spørgsmålet om den vedvarende styrke af AA helbredelse rejser sig i endnu højere grad. Det er en sørgelig kendsgerning, at et voksende antal af disse old-timere oplever, at glæden ved deres ædruelighed daler, at mange af dem febrilsk søger efter måder at genopleve den gamle gejst ved at leve uden sprut og ofte ender i blindgyder som vanvittige religioner, farlige pop-psykologiske modeluner eller kemiske alternativer som syre, pot, beroligende midler og lykkepiller. Og alt for mange ender med enten at drikke - eller hvad der er næsten lige så trist - sunket hen i fortvivelse, fjendtlighed, bizarre handlingsmønstre af en eller anden art eller simpelthen bare ødelæggende kedsomhed.

Alt dette er unødvendigt. Den gradvist faldende helbredelsesrate og old-timer depressionen kræver ikke nogen kompleks eller innovativ løsning. Svaret ligger i en tilbagevenden til det oprindelige, stærke AA. Mændene, som skrev Store Bog, viste sig trods alt at have ret. Der er en blødere, behageligere vej. Det ekstra arbejde og engagement, som tilgangen til det fulde program kræver, giver enorme afkast. Det gør ædruelighed sjovt, fordi ædruelighed ikke er et mål i sig selv. Ren afholdenhed er et meget negativt livsmål. Selv kraften af et verdensomspændende fællesskab af ædru alkoholikere kan alene og i sig selv kun være et midlertidigt og begrænset præventivt middel for de fleste alkoholikere.

De fleste af dem, som bliver misbrugere, er mennesker med et mystisk anstrøg, en appetit på uudtømmelig lyksalighed. Vi søgte i flaskerne, hvad man kun kan finde i en åndelig oplevelse. AA virkede i det hele taget, fordi de Tolv Trin var en samling praktiske retningslinjer til åndelig oplevelse. Udbredelsen af bevægelsen gjorde det muligt for en tid at tillade en slags parasitter med delvis udøvelse og ingen udøvelse af de åndelige principper at udsuge kraften af dem, som havde undergået en virkelig åndelig oplevelse. Men på dette tidspunkt havde parasitterne allerede drænet værtsorganismen for en betydelig andel af dets livskraft.

Det er meget sent nu at lyde et rungende signal om at vende tilbage til den oprindelige måde, den måde hvor man loyalt praktiserer det fulde program. Der er dog stadig meget livskraft tilbage i fællesskabet, og en større genoplivning er mulig, hvis tilstrækkeligt mange af os i tide indser vores farlige situation, personligt og som fællesskab. Det, vi behøver at gøre, er klart nok. Det er præciseret i de første syv kapitler i Store Bog. Det kan koges ned til – især for os old-timere – et spørgsmål om villighed til at fortsætte med at praktisere alle disse principper i alt, hvad vi foretager os i dag, i stedet at hvile på laurbærrene, hvor vi dvæler ved det, som vi gjorde i de første uger og måneder af vores ædruelighed.

Men vi må ikke kun se på behovet for forandring, behovet for genskabelse af engagement. Selvtilfredshed, selvglæde over vores succes er vores største fjende. Hvis vi som et fællesskab af helbredte misbrugere er uvillige til at vende vores nuværende kurs, er fremtidsudsigten klar nok. På mindre end et århundrede står vi til at rekapitulere det, som den kristne kirke har brugt de sidste totusind år på at demonstrere: at selv det bedste af de menneskelige institutioner har en tendens til at gå i opløsning over tid; og at størrelsen af åndelige organisationer alt for ofte opnås på bekostning af kompromis med grundlæggende principper og gradvis opgivelse af oprindelige mål og praktiseringer.