
Mailowe Warsztaty Wielkiej Księgi



Dodatkowe tłumaczenie 12 Kroków i Wielkiej Księgi jest tylko dosłownym przekładem na język polski. Nie jest i nie powinno być traktowane jako oficjalne tłumaczenie. Fragmenty Książki Anonimowi Alkoholicy zostały przedrukowane za zgodą A.A.W.S., Inc.

Wstęp

Witam wszystkich!

Każdego ranka będziemy przeglądać fragmenty Wielkiej Księgi. Zaczniemy od strony tytułowej i będziemy czytać po kolei aż do „Koszmaru doktora Boba”.

W każdym poście postaramy się pokazać istotę czy sedno każdego fragmentu, przyglądniemy się historii ich powstawania i postaramy się pokazać je również w historycznym kontekście. Przeglądniemy każdy z Kroków dokładnie tak, jak prezentuje to Wielka Księga i styl pisania Billa.

Po przedstawionym codziennym fragmencie, zachęcamy do przeczytania całej sekcji, do której będzie odwoływał się dany fragment. Przeczytajcie go najlepiej na początku waszego dnia. Czujcie się swobodnie i odpowiadajcie na nasze posty bądź zadawajcie pytania.

Cykl zawiera się w 40 postach i trwa około 8 tygodni. Pisząc je, spędziliśmy wspaniały czas, ucząc się przy tym wiele o książce, od której tytułu nazwę przyjęła nasza Wspólnota. Numeracja stron odnosi się do AA Wydanie II - kieszonkowe. Pewne różnice w tekście mogą wynikać z naszego dosłownego tłumaczenia.

Mamy nadzieję, że będziecie cieszyć się wspólnym studiowaniem :)

Ten e-mailowy Big Book Study oryginalnie był zapożyczony ze strony <http://health.groups.yahoo.com/group/bigbookmeeting/> z pewnymi poprawkami słownymi i pewną korektą historyczną, aby pomóc Wielkiej Księdze ożyć dla Was.

Przy naszym tłumaczeniu opieraliśmy się na tekście ze strony <http://www.barefootsworld.net/aaemailbbstudy.html>

Dodatkowe tłumaczenie 12 Kroków i Wielkiej Księgi jest tylko dosłownym przekładem na język polski. Nie jest i nie powinno być traktowane jako oficjalne tłumaczenie.

Fragmety Książki Anonimowi Alkoholicy zostały przedrukowane za zgodą A.A.W.S., Inc.

Tekst nie był specjalnie redagowany ani sprawdzany pod kątem języka polskiego - jeżeli w jakiś sposób kogoś z czytających to razi bądź irytuje z góry przepraszamy - nie było to naszą intencją.

Zapraszamy! Przekażcie to dalej!



1

Post 1

Przyjrzymy się Książce dokładnie i z bliska przez następne tygodnie. Ważna informacja jest taka, że będziemy traktować Wielką Księgę jak podręcznik „szkolny”. Zawsze w tym punkcie zwracam uwagę na stronę tytułową, która zawiera następujący podtytuł: „Historia o tym jak tysiące mężczyzn i kobiet zostało uzdrowionych z alkoholizmu”.

Tak – uzdrowionych! To stwierdzenie przeważnie otwiera zacieklą debatę „uzdrowiony” vs „zdrowiejący”. Powód dla, którego wspominam o tym tu i teraz jest taki, aby zwrócić uwagę, że trwałe „uzdrowienie” („... zostało uzdrowionych z na pozór beznadziejnego stanu umysłu i ciała”) JEST rezultatem tego, co prezentuje nasza książka. To, czy ktoś nazywa siebie uzdrowionym czy zdrowiejącym nie jest i nie będzie przedmiotem tego studium. Ograniczymy się tylko do tekstu.

Przejdźmy do str. V (rzymska numeracja), gdzie znajduje się Spis Treści. Zobaczmy, w jaki sposób książka jest ułożona. Bill był wykształconym i inteligentnym człowiekiem. Uczono go, by unikał powtarzania się. Wiedział jednak, że będzie musiał podkreślać pewne rzeczy, aby podkreślić ich wagę i szczególnie zwrócić na nie uwagę. Często mówi o tych samych rzeczach, używając innych słów. Format naszej książki bardzo przypomina podręcznik.

„Opinia Lekarza” i „Historia Billa” identyfikują, co jest problemem: Bezsilność i odnoszą się do Kroku I. „Opinia lekarza”, napisana jest przez [Dr. Williama D. Silkwortha](#), lekarza który leczył Billa w [Towns Hospital](#) - Miejskim Szpitalu (293 Central Park West at 89th Street in Manhattan), była ona częścią głównego tekstu w pierwszej edycji książki. W drugiej edycji została oznaczona w numeracji rzymskiej w oparciu o sugestię ekspertów literackich tamtych czasów. (*I tak na nieszczęście... kto czyta te strony numerowane „po rzymsku”?!?!?*) List, który on przedstawił był niepodpisany w pierwszej edycji. Dr Silkworth obawiał się troszkę o swoją medyczną pozycję, kiedy książka była pisana - idea zawarta w tej książce była tak radykalna na tamten czas, że po prostu bał się zostać ośmieszony, a nawet wykluczony przez środowisko lekarzy, podpisując się pod swoimi poglądami na temat alkoholizmu.

Rozdziały 2, 3 i 4 identyfikują Rozwiązanie – to, że potrzebujemy Siły i opisują Krok II



2

Post 2

Otwórzmy książki na stronie X, „Przemowa” i spójrzmy na akapit drugi. Książka jest identyfikowana jako „the basic text for our Society.” czyli „podstawowy (zasadniczy, fundamentalny) tekst dla naszego Towarzystwa”. Tekst zasadniczy czy podstawowy to książka, która wyraża wiedzę – innymi słowy jest podręcznikiem.

Przejdźmy do str. XII „Wprowadzenie do wydania pierwszego”. Chcemy zwrócić waszą uwagę szczególnie na akapit pierwszy. Bill zdawał sobie sprawę, że siła tkwi w zbiorowym głosie. Stąd „... ponad 100 mężczyzn i kobiet, którzy zostali uzdrowieni...” (a tu znowu TO słowo!) Faktem istotnym jest, że bardziej wolimy słuchać setki osób niż jakiegoś pojedynczego głosu.

„Głównym celem tej książki jest DOKŁADNE POKAZANIE W JAKI SPOSÓB OZDROWIELIŚMY innym alkoholikom.” Bardzo mocne stwierdzenie! Zauważcie, że użyliśmy wielkich liter w powyższym zdaniu. W pierwszym wydaniu Książki dokładnie tak było to zapisane. W dalszych edycjach użyto pochylonych liter – kursywy.

W tym punkcie Jim przeważnie dzieli się swoją opowieścią o truskawkowym kruchym ciście cioci Pat. Jako, że dziś nie jest obecny, ja przekażę tę historię, która idzie mniej więcej tak:

„Moja ciotka Pat robi wspaniałe truskawkowe, kruche ciasto. Zawsze nie mogę się go doczekać, kiedy tylko odwiedzam ją w Newton, New Jersey. Po wielu latach odwiedzin u niej, w końcu poprosiłem ją o przepis, który z wielką przyjemnością mi dała. Wróciłem do domu, podążałem za wskazówkami z przepisu, dokładnie tak jak były zapisane i voila! Oto truskawkowe, kruche ciasto, które zawsze uwielbiałem! I wtedy moje ego zaczęło się angażować! Pomyślałem, że odrobina więcej cukru w bitej śmietanie mogłaby poprawić jej smak. Może mrożone truskawki albo użyję mrożonej bitej śmietany, a nie prawdziwej. Zrobiłem moją wersję ciasta i muszę powiedzieć, że nie było tak dobre. Wręcz byłem rozczarowany.”

Wielka Księga pokazuje nam konkretny przepis na trzeźwość i jeśli podążymy za nim uważnie, otrzymamy wszystkie korzyści tego Programu. Jeśli coś zmienimy w „przepisie” otrzymamy coś innego i będziemy bardzo niezadowoleni.

W naszym następnym poście przejdziemy do str. XIV „Wprowadzenie do wydania drugiego”. Dziękuję wam bardzo i nie zapomnijcie przekazywać tego dalej!



3

Post 3

Zaczynając od str. XIV i czytając do końca „Wprowadzenia do wydania drugiego” książka prezentuje zwięzłą historię AA. W ostatnim akapicie na str. XIV pojawia się „przyjaciel alkoholik” czyli [Ebby Thatcher](#), trzeźwy od dwóch miesięcy i związany z Grupami Oksfordzkimi. Grupy Oksfordzkie był to fundamentalistyczny chrześcijański ruch, który opierał się na praktykowaniu zasad z pierwszych wieków Chrześcijaństwa. Pozostałości tego ruchu przetrwały do dziś, pomimo iż ruch wiele razy doświadczył wielu transformacji i nie jest już nazywany ruchem Grup Oksfordzkich. Wspominany jest tam też dr William D. Silkworth – lekarz, który przedstawił Billowi teorię alergii i mentalnej obsesji alkoholizmu.

Bill i dr Bob Smith spotkali się w domu [Henrietty Seiberling](#) dzięki skontaktowaniu się z nią przez wielebnego Waltera Tunksa. Kiedy Bill biegał nerwowo po [hotelowym lobby](#) Mayflower Hotel w Akron, zrozumiał, że ma wybór – albo pójdzie do baru, gdzie może znaleźć przyjaciół, albo poszuka jakiegoś alkoholika, któremu mógłby pomóc. Na szczęście dla nas wszystkich, spojrzął na spis kościołów. Wybrał nazwisko wielebnego Tunksa ponieważ było to dla niego wyjątkowe i niespotykane nazwisko, a Bill miał słabość do takich niespotykanych nazwisk. Okazało się że wielebny Tunks był członkiem Grup Oksfordzkich w okręgu Akron i skierował Billa do [Dr. Boba](#) poprzez Henriettę Seiberling. Dr. Bob był także powiązany z Grupami Oksfordzkimi, ale ciągle nie mógł przestać pić. Kiedy pierwszy raz ci dwaj mężczyźni się spotkali, rozmawiali przez pięć godzin, a było to po tym, kiedy Dr Bob wymógł na swojej żonie Anne, że spotkanie nie będzie trwało dłużej niż 15 minut.

Akapit 3. na str. XV – mowa o członku AA numer 3, [Billu Dotsonie](#), „człowieku na łożku szpitalnym”. Kiedy Bill i Bob udali się do Billa Dotsona w szpitalu, załatwili mu przeniesienie z sali ogólnej do prywatnego pokoju jednoosobowego zwanego „pokojem kwiatowym”. Jedynymi ludźmi, którzy mieli prywatne pokoje szpitalne w tamtym czasie byli bardzo bogaci, lub jak to było w przypadku „pokoju kwiatowego”, ludzie którzy byli już u progu śmierci. Bill D., będąc splukanym i bez środków do życia, myślał, że jest umierający, skoro przenoszą go do „pokoju kwiatowego” i ta myśl być może była bardzo pomocną, kiedy Bill i Bob przynieśli mu Wiadomość.

Pamiętajcie, że w tamtym czasie książka nie była jeszcze napisana, a Bill i Bob nieśli Wiadomość przez kilka następnych lat. Używali oni wtedy czterech Absolutów Grup Oksfordzkich (Miłość, Czystość, Bezinteresowność i Prawość). To trudne zadanie dla każdego alkoholika. Tak było do czasu, kiedy to „Oddział Pijaków” z Grup Oksfordzkich oddzielił się od nich, najpierw w Nowego Jorku, w latach 1937-38 – AA stało się oddzielną jednostką. Pierwszy mityng nazwany „mityngiem Anonimowych Alkoholików” miał miejsce w Cleveland pod patronatem [Clarence S.](#) w 1939 roku.

Więcej o „Wprowadzeniu do wydania drugiego” i początku „Opinii lekarza” w naszym następnym poście.



4

Post 4

Jesteśmy ciągle na str. XV „Wprowadzenia do wydania drugiego”. Książka opisuje dwa centra aktywności w 1936 roku. Grupa AA numer trzy została założona w Cleveland, Clarence S. był głównym przyczynkiem do sukcesu AA w Cleveland (to on jako pierwszy wystartował z grupą, nazywając ją „Anonimowi Alkoholicy”), a pod koniec 1937 roku ta grupa bezimiennych alkoholików liczyła [40 trzeźwych członków](#). Bill powraca do Akron i wspólnie z 18 innymi decyduje się na: (1) utworzenie sieci szpitali, (2) używanie opłacanych misjonarzy, żeby rozprzestrzeniać informację i (3) [napisać książkę](#).

Aż do tego czasu towarzystwo było bezimienne. W czasie pisania książki i wymyślania jej nazwy (1938 r.) nasza Wspólnota otrzymała swoje imię. Rozważano kilka tytułów książki, oto kilka z nich: „The Way Out” tł. dosł.: „Droga Wyjścia”, „100 Men” tł. dosł. „100 mężczyzn (ludzi)”, „Comes the Down” - tł. dosł. „Nadchodzi Świt” i inne. (Moglibyśmy być znani jako „Drogo Wyjściowcy” zamiast AA!) W końcu jednak ustalono i zgodzono się na „Anonimowi Alkoholicy” i nasze Towarzystwo przyjęło nazwę od nazwy książki.

Na str. XVII w akapicie pierwszym, opisana jest ewolucja [12 Tradycji](#), które zostały potwierdzone w 1950 r. Na początku str. XVIII możemy zobaczyć [statystyki sukcesu](#): „Połowa (50% - w oryginale książki używane są cyfry) spośród alkoholików, którzy przyszli do AA, podjęła rzeczywisty wysiłek, przestała pić natychmiast i postępowała tą drogą, jednej czwartej (25 %) udawało się to po kilku wypadkach, wśród pozostałych, jeśli zostali w AA, zauważono poprawę”. Czy my dzisiaj możemy pochwalić się takimi cyframi?

„Opinia lekarza” - str. XX, oryginalnie znajdowała się na stronie 1 głównego tekstu w 1939 roku, kiedy pierwsze wydanie książki zostało opublikowane. Rozdział ten został przeniesiony do sekcji poprzedzającej główny tekst w wydaniu drugim ze względu na komentarze literatów. Pacjent opisywany w akapicie drugim listu to Bill Wilson z listopada 1934 r. Doktor to William D. Silkworth, „mały lekarz, który kochał pijaków” i który leczył uzależnionych od kokainy i alkoholików.

„My, Anonimowi Alkoholicy, wierzymy, że czytelnik będzie zainteresowany medyczną oceną planu "leczenia alkoholizmu", opisanego w tej książce. Przekonujące świadectwo musi z pewnością pochodzić od tych ludzi medycyny, którzy posiadają zarówno wiedzę o istocie choroby alkoholowej, jak i są świadkami powrotu do zdrowia wielu "beznadziejnych przypadków". Pewien dobrze znany lekarz, ordynator sławnej kliniki w Stanach Zjednoczonych specjalizującej się w leczeniu chronicznego alkoholizmu i narkomanii przekazał Anonimowym Alkoholikom taki oto list:

Do wszystkich zainteresowanych:

Specjalizuję się w leczeniu alkoholizmu od wielu lat.

W końcu 1934 roku miałem pacjenta, skądinąd wysoko kwalifikowanego i dobrze zarabiającego specjalistę, które go uznałem za tzw. beznadziejny przypadek.

W trakcie swej trzeciej kuracji odwykowej postanowił on wcielić w życie ideę, która miała się okazać tą przysłowiową "ostatnią deską ratunku" dla wielu alkoholików. Ów człowiek zaczął rozpowszechniać swą koncepcję wśród innych alkoholików, wpajając w nich przekonanie o konieczności podania pomocnej ręki wszystkim usiłującym bezskutecznie walczyć z nałogiem. Pracę swą traktował jako część własnego procesu rehabilitacyjnego. Stała się ona bazą szybko rosnącej wspólnoty skupiającej alkoholików i ich bliskich. Człowiek, o którym wspominam i ponad stu innych odzyskali zdrowie.

Znam osobiście wiele przypadków, w odniesieniu do których wszystkie inne metody całkowicie zawiodły.

Fakt ten może okazać się niezwykle ważny z medycznego punktu widzenia, ponieważ ma szansę zapisać nową epokę w kronikach leczenia alkoholizmu. Członkowie owej wspólnoty są w posiadaniu znakomitego środka - sposobu mającego zastosowanie w tysiącach podobnych sytuacji.

Możecie całkowicie polegać na tym, co ci ludzie mówią o sobie.

(podpis) ————MD.,,

Na końcu listu (str. XXI) dr Silkworth NIE PODPISAŁ się w pierwszej edycji książki. W naszym następnym poście będziemy mówić, dlaczego tego nie zrobił. Potem skończymy „Opinię lekarza”.



5

Post 5

Podczas studiowania Wprowadzeń i Opinii lekarza, pamiętajcie że korzystamy z Wydania II (2011) wers. kieszonkowa. (Porządek stron do Rozdziału 1 zmieniał się z edycji na edycję – były dodawane wprowadzenia) – dotyczy to bardziej wydań wersji angielskiej – edycji w obiegu jest 4.

Jesteśmy na str. XXI, zaraz po pierwszym liście napisanym przez Dr. Silkwortha.

"...the body of the alcoholic is quite as abnormal as his mind." tł. dosłowne - „...ciało alkoholika jest naprawdę całkiem anormalne podobnie jak umysł.” W polskiej wersji znajdziecie „Organizm alkoholika odbiega od normy, zarówno pod względem fizycznym jak i psychicznym.” To była bardzo radykalna idea w 1935 roku. Właśnie ten „radykalizm” owej idei był pierwszym powodem dla którego brakło podpisu Dr. Silkwortha – była to jego niechęć do stanięcia twarzą w twarz ze swoimi kolegami po fachu. To była era depresji i Dr Silkworth był szczęściarzem, że zachował swoje stanowisko i pozycję. Nonsensem było narażać swoją pozycję. Czytając niżej, widzimy, że ponownie jest napisane: „...jakikolwiek obraz alkoholika, bez uwzględnienia czynnika fizycznego jest obrazem niekompletnym.”

Zwróćcie uwagę, że Bill przez całą książkę, wiele razy, wyraża pewne punkty na wiele różnych sposobów, aby podkreślić ich wagę lub znaczenie. To samo robi z teorią alergii. Posiadanie alergii znaczy, że reagujemy nienormalnie na coś. W naszym przypadku, reagujemy nienormalnie na alkohol.

(Niektórzy alkoholicy twierdzą, że picie wyzwala ich z kajdan. Inni znów uważają, że dzięki nałogowi przenoszą się w inne lokalizacje - do innego miasta, w nieznaną okolicę, do więzienia.)

(Some drunks claim to break out in handcuffs when drinking. Others claim to break out in strange spots – another town, a strange neighborhood, or jail.)

Dr Silkworth kontynuuje, rozwijając swoje idee na str. XXII. Akapit drugi jest tu bardzo ważny: „...typ nałogowego alkoholika wykazuje coś w rodzaju alergii na każdy rodzaj alkoholu. Nieodparta konieczność picia jest charakterystyczna dla tej grupy ludzi i nigdy nie ujawnia się u pijących umiarkowanie.”

(org.: "the action of alcohol on these chronic alcoholics is a manifestation of an allergy; that the phenomenon of craving is limited to this class and never occurs in the average temperate drinker" / tłumaczenie dosłowne: „działanie alkoholu na tych chronicznych alkoholików jest manifestacją alergii; Ten fenomen łaknienia jest ograniczony tylko do tej klasy i nigdy nie ujawnia się u przeciętnych, umiarkowanie pijących”).

Różnimy się od innych ludzi. U normalnie pijących nigdy nie rozwija się ten „fenomen łaknienia”. My metabolizujemy (poddajemy przemianie materii) alkohol w inny sposób niż normalny pijący. Oni nie doświadczają tego fizycznego łaknienia, które przychodzi po tym, jak pierwszy drink

zostanie wypity. Mogą wypić jednego albo dwa, których my, jako „klasa/typ” nie możemy. Oni nie cierpią z powodu mentalnej obsesji, która poprzedza pierwszego drinka.

Str. XXIII, akapit drugi – stąd bierze się to, że jesteśmy „...niepokojni, skorzy do gniewu i rozgoryczenia...”.

(org.: „restless, irritable and discontented” tłum. dosłowne: „restless - niepokojny, nerwowy; irritable - drażliwy, łatwo wpadający w irytację, pobudliwy, rozdrażniony; discontented - niezadowolony, rozgoryczony) „... dopóki nie zazną uczucia ulgi i uspokojenia, które przychodzi wraz z wypiciem kilku kieliszków, co przecież innym uchodzi całkowicie bezkarnie.” Normalnie pijący nie mają tej fizycznej bolączki/choroby. Oni mogą pić „bezkarnie”, a my nie.

Ostatnie zdanie w tym akapicie daje nam przykład tego, co zobaczymy, przechodząc przez książkę – czym jest **przebudzenie duchowe**: „...Powtarza się to wielokrotnie i jeśli u danej osoby nie dokona się całkowita zmiana psychiki (nazywana również „przebudzeniem duchowym”), nadzieja na powrót do zdrowia jest znikoma”.

Mocne słowa. Ciągłe i ciągle będziemy widzieć, że ZMIANA jest cechą charakterystyczną uzdrowienia (ang. recovery) z alkoholizmu. [recovery - odzyskiwanie, zwrot, powrót do zdrowia, regeneracja].

Przejdźmy do str. XXIV gdzie Silkworth opisuje pięć typów alkoholików:

„psychopaci, którzy są emocjonalnie nie zrównoważeni...”;

„typ alkoholika, który nigdy nie przyznaje, że nie potrafi bezpiecznie wziąć kieliszka do ust.”;

„typ, wierzący w to, że po pewnym okresie wstrzemięźliwości może znów wypić bez niebezpiecznych skutków.”; „typ maniakalno-depresyjny”; „typ człowieka normalnego pod każdym względem z wyjątkiem reakcji na alkohol”;

A tu mamy bardzo istotny punkt: „U wszystkich wyżej wymienionych i wielu innych, których tu nie wspominam, występuje jeden wspólny objaw: nie potrafią wypić, by nie rozbudzić w sobie niepohamowanego łaknienia alkoholu. Zjawisko to – jak sugerowaliśmy – może być symptomem swoistej alergii, która wyodrębnia grupę tych ludzi spośród pozostałych.”

To pierwszy kieliszek sprawia, że jesteśmy pijani.

Nasz następny post, zaczniemy od rozdziału - „Opowieść Billa”.

Do tego czasu pomyślcie nad jedną rzeczą: Jest tylko jedno miejsce w głównym tekście Wielkiej Księgi, gdzie pojawia się słowo z ang. „pot”. Nie, to nie jest jakiś rodzaj „palenia”. Co ono oznacza? Odkryjemy tę tajemnicę i znaczenie w naszym następnym poście.



6

Post 6

Najpierw odpowiedzmy na pytanie, z którym zostawiliśmy Was w naszym poprzednim poście. Dotyczyło ono słowa „Pot” w wielkiej księdze. Oto jest on użyte „w wierszydle” [na starym nagrobku](#) - tak jak je pamiętał Bill (skrótowa wersja):

„W pokoju tu spoczywa grenadier, co poległ od nadmiaru piwa.
Dobry żołnierz - zawsze pamiętany
Czy pada od kuli
Czy od pełnej szklany”.

"Here lies a Hampshire Grenadier
Who caught his death
Drinking cold small beer.
A good soldier is ne'er forgot
Whether he dieth by musket
Or by pot."

Piwo lub ale (angielskie piwo) było kiedyś sprzedawane na dzbanki lub beczułki setki lat temu. „Historia Billa”, str. 1 – rozdział ten został umieszczony w książce, aby ukazać przykład przebiegu choroby „w akcji” oraz duchowego przebudzenia.

Bill urodził się w East Dorset, Vermont w 1895 roku i na początku był wychowywany przez swojego dziadka. Możecie odwiedzić [Dom Wilsonów w East Dorset](#) i naprawdę w nim się zatrzymać. [Bill i Lois są pochowani](#) niedaleko. Bill służył w armii podczas [I Wojny Światowej](#), a podczas „szalonych lat 20-tych” odkrył Wall Street. Profity, o których pisze w ostatnich linijkach str. 2 i pierwszych linijkach str. 3 były pokaźnymi sumami na tamten czas.

W tym punkcie jego historii, ciągle nie ma on pojęcia o swoim alkoholizmie. Zaczyna nabierać podejrzeń pod koniec pierwszego akapitu: „Moje picie przybrało poważniejsze rozmiary, trwało przez cały dzień i prawie w każdy wieczór. Upomnienia moich przyjaciół kończyły się awanturami, stopniowo stałem się "samotnym wilkiem”."

Jego przyjaciele kwestionowali jego picie; to „grzech” podkreślany w każdej książce o alkoholizmie! Kto potrzebuje takich przyjaciół, prawda? Bill zaczął więc pić w samotności.

Bill ciągle odnosi sukcesy, korzystając z dobrej passy na rynku w latach 20-tych, ale w 1929 r. rynek się załamuje. Nasz bohater mimo, iż był zde gustowany tymi skaczącymi z okien ludźmi z wyższych sfer finansowych, sam po prostu się upił.

W środku pierwszego akapitu na str. 4 ego Billa musiało zostać nieźle wypunktowane – „Pojechaliśmy do rodziców mojej żony, by u nich zamieszkać.” To zmiażdżyłoby większość ego, a Bill na pewno miał je ogromne, kiedy zarabiał te wszystkie wielkie pieniądze. Teraz już Bill nie ma żadnych złudzeń. Jest pijakiem egzystującym tylko po to, aby pić. W ostatnim akapicie na str. 4 uświadamia sobie, że stracił całkowitą kontrolę. Wie już, że nie potrafi „wypić tylko jednego kieliszka.” Postanawia więc potraktować sprawę poważnie, stawia na baczność całą swoją silną wolę i co się dzieje? Ponownie się upija! Nie miał żadnej efektywnej mentalnej obrony przed pierwszym drinkiem. Siła woli nie miała żadnego znaczenia w starciu z tą mentalną obsesją, żeby się napić.

Na początku str. 6, jest lato 1933 r. Jego szwagier to Dr Leonard Strong. Szpital to [Towns Hospital](#) przy 293 Central Park West w górnej części zachodniego Manhattanu. W polskim tłumaczeniu użyto „specjalna kuracja rozjaśniła mój umysł” w oryginale użyta jest nazwa „kuracja Belladonna”. Terapia ta odnosi się do metody leczenia środkiem pochodnym od cieniolutnej rodziny roślin, który miał ten sam efekt co valium. Hydroterapia to prysznic i kąpiel (w ten sposób uzyskuje się czystego alkoholika !!) Ważniejszy jednak jest fakt, że wtedy właśnie Bill spotyka Dr. Silkwortha po raz pierwszy. Bill zaczyna zgłębiać „tajniki” swojej choroby i wiedzy na temat samego siebie.

Czy to zadziałało? W czasie lata 1934 roku nie. Ponownie się upił i było jeszcze gorzej. Bill jest już bez nadziei — bezsilny. Cud jest już zaraz za rogiem...

Jutro zaczniemy od początku str. 7.



7

Post 7

Jesteśmy na początku str. 7, linijka druga:

„Żadne słowa nie są w stanie opisać samotności i rozpacz, w której się pogrążyłem, litując się nad sobą. Ziemia usuwała mi się spod nóg. Alkohol był silniejszy ode mnie. Zostałem zmiażdżony. Na zawsze.”

(Tłumaczenie dosłowne: „Żadne słowa nie są w stanie opisać samotności i rozpacz (utraczonej nadziei) w jakiej znalazłem w tym bagnie uzalania się nad sobą. Ruchome piaski rozciągały się wokół mnie i we wszystkich kierunkach. Spotkałem swój odpowiednik. Zostałem zmiażdżony. Alkohol był moim panem”.)

To brzmi, jakby ktoś został pokonany – odpuścił – poddał się (Krok I). Bill opuszcza szpital we wrześniu i pozostaje trzeźwy do początku listopada 1934 r. Zbliża się Armistice Day – 11 listopada, czyli w państwach alianckich (oprócz Włoch) rocznica zakończenia I Wojny Światowej. Bill wsiada do autobusu, żeby pojechać pograć w golfa na Staten Island. Autobus bierze udział w drobnej stłuczce. Będąc tym kim był, Bill wysiada z tego autobusu, zresztą wraz z nowym znajomym, aby przesiąść się do następnego autobusu. Bill opowiedział już o swoich pijackich doświadczeniach swojemu towarzyszowi: o alergii i nowo odkrytej wiedzy itp. Wsiadają do następnego autobusu i wysiadają przy wiejskiej karczmie w pobliżu pola golfowego. Jego znajomy sugeruje, żeby wstąpili na jakąś kanapkę... tak też robią. Barman stawia akurat kolejkę dla wszystkich z okazji święta 11 listopada, a Bill bez zawahania „strzela banię” (alkoholik niekiedy nie posiada wystarczająco skutecznej obrony psychicznej przed pierwszym kieliszkiem). Jego nowy znajomy jest zszokowany – „Czy ty jesteś psychiczny?” – pyta Billa. Bill odpowiada: „Tak, jestem”. Bill pozostał pijany przez następny miesiąc po tej eskapadzie.

Kilka tygodni później, Ebby Thacher, przyjaciel z lat chłopięcych, przyszedł odwiedzić Billa. Ebby był prawdziwym pijakiem i zawsze miał jakieś kłopoty. Był w tarapatach w Vermont. Wpadł w nie, kiedy malował stodołę (serio? W jak wielkie kłopoty można wpaść, malując stodołę?). Był pijany i właśnie skończył jedną stronę, kiedy nadleciała „zorganizowana grupa” gołębi i przysiadła na szczycie stodoły. Gołębie zaczęły „uzewnętrzniać się” właśnie na tą stronę stodoły, co doprowadziło do szału Ebbiego. Złapał za strzelbę i zaczął strzelać do gołębi. Myślę, że trafił kilka razy w szeroką stronę stodoły, zanim strzały dosięgnęły gołębi – ale i tak żadnego nie trafił. Cały incydent zakończył się aresztowaniem Ebbiego.

Dwóch członków Grup Oksfordzkich, [Rowland Hazard](#) i Cebra G., której ojciec był sędzią, przed którym to miał stanąć Ebby, pojawiło się na przesłuchaniu Ebbiego w Bennington, Vermont, aby zapobiec możliwemu skazaniu Ebbiego na 6 miesięcy więzienia w Windsor za powtarzające się pijaństwo. Cebra interweniowała na przesłuchaniu i poprosiła, żeby Ebby został przekazany pod opiekę Rowlanda i na jego odpowiedzialność – sędzia i Rowland się zgodzili. Zabrali go do Nowego

Jorku do siedziby Grup Oksfordzkich w Misji Calvary na Manhatanie, gdzie Ebby wytrzeźwiał. Grupy Oksfordzkie były religijną organizacją chrześcijańską, która trzymała się praktyk z początków z 1. pierwszego wieku Chrześcijaństwa.

(Jesteśmy na początku str. 8 - linijka 9)

Ebby był trzeźwy od września, kiedy przyszedł odwiedzić swojego przyjaciela Billa. Str. 8, linijka 11: „Mówili oni o jakiejś prostej religijnej idei (Krok II) i praktycznym programie działania (w skrócie Kroki III do XII). Bill był bez nadziei - zrozpaczony, bezsilny”.

Przypis do tłumaczenia str. 8, 5 linijek przed pierwszym akapitem: „Przyszedł, aby podzielić się ze mną tym doświadczeniem, gdyby mi na tym zależało. Byłem zaskoczony, zaszokowany, ale i zainteresowany. Z pewnością byłem zainteresowany. Była to moja ostatnia deska ratunku.”

Tłum. dosłowne: „Przyszedł, aby podzielić się ze mną tym doświadczeniem, gdyby mi na tym zależało, aby je otrzymać. Byłem zszokowany ale zainteresowany. Oczywiście, że byłem zainteresowany. Musiałem być, ponieważ byłem już bez nadziei (bezsilny).

Str. 9, w połowie strony: „Lecz oto siedzący przede mną przyjaciel deklarował wprost, że Bóg zrobił dla niego to, czego on sam uczynić nie mógł. ... (Podobnie jak ja) uznał swoją całkowitą porażkę” (Ebby zrobił Krok I). Bill również zrobił Krok I, a teraz zaczynał Krok II, ale gdzie jest punkt łączący/zwrotny? Otwórzcie Książkę na stronie 10, akapit pierwszy: „Przyjaciel mój wystąpił z iście rewolucyjnym dla mnie wówczas pomysłem. Powiedział: "DLACZEGO NIE PRZYJMIESZ SWOJEJ WŁASNEJ KONCEPCJI BOGA?”.

To jest bardziej duchowa niż religijna wiadomość. To jest „dach” Kroku III., „jakkolwiek Go pojmujemy”. To jest świetny punkt zwrotny. Ważne jest, aby zauważyć, że TO NIE BYŁA wiadomość Grup Oksfordzkich. Oni mieli bardzo precyzyjnie zdefiniowaną ideę chrześcijańskiego Boga, o którym nauczali.

W następnych dwóch akapitach Bill jest w stanie zrobić to, co stało się Krokiem II. W środku str. 10 (trzy linijki do góry od akapitu pierwszego) zaczyna opisywać duchową strukturę, która będzie budowana, tak jak to opisuje książka: „Na opoce najszczerzej chęci mógłbym zacząć budowę takiego stanu ducha, jaki postrzegłem w moim przyjacielu.”

(tłumaczenie dosłowne: „Na fundamencie całkowitej chęci/skłonności mógłbym zbudować to co zobaczyłem w moim przyjacielu”). W kilku innych miejscach w książce Bill odwołuje się do tej właśnie duchowej struktury, malując nam taki mentalny obraz „wyzdrowienia” (recovery – powrót do zdrowia, regeneracja, odzyskiwanie, zwrot).

Jutro, zaczniemy od końca str. 10 – ostatni drink Billa.



8

Post 8

Jesteśmy na końcu str. 10. Bill po raz kolejny idzie do szpitala aby ponownie zostać odseparowanym od alkoholu. Dzieje się to na początku grudnia 1934 r., od święta 11 Listopada przez miesiąc pozostawał pijany. [Trzeźwość Billa datuje się na dzień 11 grudnia 1934 r.](#)

Akapit 4., linijka 3. opisuje Kroki 3., 4., 6. i 7.: „Podczas mojego pobytu w szpitalu oddałem się pokornie Bogu, tak jak Go wówczas pojmowałem, by czynił ze mną, co zechce. Podałem się Jego opiece i Jego wskazówkom bez zastrzeżeń. Po raz pierwszy przyznałem, że sam z siebie jestem niczym, że bez Niego jestem stracony. Bezlitośnie stawiłem czoło swoim występkom i zapragnąłem, by mój nowo odnaleziony Przyjaciel wykarczował je i spalił co do joty. Od tego czasu nie wziętem do ust alkoholu”.

Pierwsze zdanie akapitu pierwszego na str. 11 opisuje Krok V, a pozostała część tego akapitu opisuje Kroki VIII i IX (znane także jako „Odszkodowanie” w Grupach Oksfordzkich). „Gdy ów kolega (Ebby Thatcher) z czasów szkolnych odwiedzał mnie w szpitalu, byłem wobec niego zupełnie szczery, mówiąc o swoich problemach i przewinach. Sporządziliśmy listę osób, którym wyrządziłem krzywdę lub do których czułem urazę. Wraziłem szczerą chęć, by się z nimi wszystkimi spotkać i wyznać, co im zawiniłem. Powinienem wyzbyc się wszelkiego krytycyzmu wobec tych osób. Powinienem zadośćuczynić im wszystkim najlepiej, jak umiałem.” (Przypomnicie sobie to zdanie kiedy będziemy mówić o rekompensatach/zadośćuczynieniu, gdy będziemy w rozdziale 6).

W środku strony 11 Bill opisuje X Krok, a potem przechodzi do Kroku XI. Dalsze zdania opisują pierwszą część XII Kroku: „Mój przyjaciel obiecywał, że kiedy dopełnię tych podstawowych warunków (Kroków) będę w stanie osiągnąć następny etap "komunikowania" się ze Stwórcą i będą mi dane nowe środki do uporania się z moimi problemami.” To brzmi jak Przebudzenie Duchowe, czyż nie?

Oryginalny proces, który zastosowali Ebby i Bill, oparty był na [sześciu krokach Grup Oksfordzkich](#), które zawierają [esencję dzisiejszych 12 Kroków](#). Ale czy nie chcemy najpierw rozwiązać wszystkich naszych problemów? Spokojnie, będą one rozwiązane poprzez Przebudzenie Duchowe.

Pod koniec str. 11 Bill opisuje swoje Przebudzenie Duchowe – nagłe i głębokie „białe światło”. Właśnie to był jeden z powodów napisania Dodatku II (na str. 200) i dodania go do książki – wielu ludzi było zaniepokojonych, ponieważ myśleli, że oni powinni mieć takie samo – nagłe i głębokie – doświadczenie, jakie miał Bill.

Pomysł – idea „niesienia wiadomości (posłania)” narodziła się, kiedy Bill leżał na szpitalnym łóżku w Towns Hospital (spójrzcie na akapit pierwszy, str. 12). Następny akapit opisuje Krok XII i tu będzie przypis, ponieważ nie jest to dokładnie przetłumaczone, a zmienia trochę postać rzeczy... W książce polskojęzycznej znajdziecie: „Mój przyjaciel podkreślał absolutną konieczność wzajemnej pomocy i współpracy”.

W oryginale brzmi to troszkę (?) inaczej (tłumaczenie dosłowne): „Mój przyjaciel podkreślał absolutną konieczność demonstrowania tych zasad we wszystkich naszych poczynaniach”. Dla nas oznacza to, że nie tylko w salach mityngowych AA. Dopiero później jest: „Zasadę szczególnie ważną stanowiła praca z innymi. Bowiem wiara bez uczynków jest martwa. Jak przerażająco prawdziwe jest to w odniesieniu do alkoholika! Jeżeli alkoholikowi nie udało się udoskonalić i pogłębić swojego duchowego życia przez pracę i poświęcenie dla innych, nie będzie on w stanie stawić czoła żadnym przeciwnościom losu. Jeżeli nie pomaga innym, z pewnością wróci do picia, a jeśli będzie pił, z pewnością umrze. Wtedy wiara będzie martwa w dosłownym tego słowa znaczeniu. Tak to już z nami jest.”

W następnym akapicie (str. 12, akapit trzeci) Bill opisuje zagrożenia, jakie go spotykały: „Nachodziły mnie fale litości nad sobą i odżywały dawne urazy. Niekiedy owe stany doprowadzały do tego, iż byłem niemal gotowy sięgnąć znów po kieliszek, ale wkrótce odkryłem, że gdy wszystko inne zawodzi, praca z alkoholikami pozwala przeżyć następny dzień”. Być może jest coś na rzeczy z tym „niesieniem posłania”!

Bill kontynuował pracę z innymi alkoholikami, samemu ledwo zarabiając na utrzymanie. Nie tylko, że nie zarabiał pieniędzy, to jeszcze nie miał sukcesów w „ozdrowianiu” pijaków. Lois pracowała w Macy's, Ebby przeprowadził się z [Misji Wielebnego Sama Schoemakera](#) (Calvary Church Mission) i w tamtym czasie zamieszkał razem z Billem i [Loise na Clinton St. 182 na Brooklynie](#).

Było tak aż do maja 1935 roku. Czyli 6 miesięcy później Bill dalej nie miał żadnych sukcesów, poza zanieśieniem posłania do Dr. Boba. On sam jednak pozostawał trzeźwy. Więcej szczegółów znajdziecie w „AA wkraczają w dojrzałość” na str. 52-77 (ang. wydanie), gdzie opowiedziana jest historia Billa z większymi szczegółami — jak spotkał Dr. Boba, jak pomogli Billowi Dotsonowi (Członek AA nr 3) wytrzeźwieć i oczywiście, jak wyglądały „pierwsze dni” wspólnoty, która miała stać się wspólnotą AA.

W następnym poście zaczniemy czytać Rozdział 2, na str. 14: „Jest Sposób” (tłumaczenie dosłowne „Jest Rozwiązanie” – „There is a Solution”)



9

Post 9

Jesteśmy na str. 14 – Rozdział 2: „Jest Rozwiązanie” (Sposób) :). Przykład, którego używa Bill na tej stronie brzmi znajomo. Pamiętajmy, że książka była napisana w 1939 roku, kiedy to pamięć po wydarzeniach związanych z Titanikiem była wciąż obecna wśród wielu ludzi. Tłumaczenie dosłowne: „Jesteśmy jak pasażerowie wielkiego liniowca moment po uratowaniu z wraku statku kiedy, poczucie koleżeństwa (wspólnoty), radość i demokracja oładnęła statek od przedziałów najtańszej klasy po stół kapitański. Jednakże, w przeciwieństwie do uczuć pasażerów statku, nasza radość z ocalenia z katastrofy nie opada kiedy idziemy już własnymi drogami” (dla porównania tłumaczenia str. 14, akapit trzeci).

Teraz wiadomość którą Bill i pierwsza setka chcieli przekazać dalej: „Ale to, samo w sobie, nigdy nie utrzymałoby nas razem, tak jak jesteśmy złączeni.”

Tak więc, co to jest to coś, co nas tak spaja razem? Spójrzcie na następny akapit: „Odkryliśmy wspólne/ogólnodostępne rozwiązanie (przebudzenie duchowe w rezultacie 12 Kroków). Mamy drogę wyjścia, którą absolutnie aprobujemy (wspólnie się w niej zgadzamy) i w oparciu o którą możemy połączyć się w braterskim i harmonijnym działaniu.”

To właśnie Program działania spaja/łączy nas razem.

Str. 16, akapit czwarty: „Bez wątpienia wielu z was ciekawi fakt: jak i dlaczego, wbrew opinii wydanej przez specjalistów, wyleczyliśmy się z beznadziejnego stanu umysłu i ciała.” W następnym zdaniu znajdziemy odpowiedź: „To jest cel tej książki, aby odpowiedzieć na takie pytania w szczególności”. Innymi słowy, powinniśmy używać tej książki jako podręcznika lub zestawu konkretnych wskazówek jak uzyskać i pozostać w trzeźwości.

Następne cztery akapity opisują niewłaściwe rozumienie alkoholizmu, podtrzymywane przez sporą część osób, które piją, ale którymi my nie jesteśmy, są to: pijący umiarkowanie (moderate drinkers) czy poszczególne typy nałogowych pijaków (hard drinkers).

Str. 17, akapit czwarty – opis „prawdziwego alkoholika” – tu Bill opisuje łaknienie alkoholu i brak kontroli, które rozwijają się u prawdziwego alkoholika. To jest powtórzenie spostrzeżeń prezentowanych w rozdziale „Opinia doktora”.

Przejdźmy do na następną stronę czyli 18, akapit drugi. Tu jest zdefiniowana bezsilność i szaleństwo alkoholizmu. „Co się stało z jego zdrowym rozsądkiem i siłą woli, które czasami pokazują się w odniesieniu do wszystkich innych spraw?”. W skrócie, ludzka wola nie jest wystarczająca, kontynuujemy picie... oczekując innych rezultatów. Alkoholik nie ma tej siły wyboru – zdrowy rozsądek i siła woli są bezużyteczne.

Co takiego powoduje, że alkoholicy piją nawet wtedy, kiedy tego nie chcą? Zerwana sznurówka? Za mało mityngów? Str. 19, akapit pierwszy – „Te obserwacje byłyby tylko akademickie i bezpodstawne, gdyby nasz przyjaciel nie sięgał po pierwszego drinka, tym samym uruchamiając

okropne koło w ruch. Tak więc, główny problem alkoholika, ma swoje centrum raczej w umyśle niż ciele". To nasza walka z mentalną/umysłową obsesją, którą przegrywamy powoduje, że pijemy. Okoliczności same w sobie mają niewielkie znaczenie.

Przejdźmy na str. 20. W oryginale ten fragment jest napisany kursywą – autorzy używają go za każdym razem, kiedy chcą podkreślić albo wyeksponować jakiś punkt. W akapicie drugim – „Faktem jest, że większość alkoholików - z przyczyn dotąd nie poznanych - straciła możliwość wyboru w odniesieniu do alkoholu. Nasza tzw. siła woli przestała istnieć. My, alkoholicy, nie potrafimy wystarczająco silnie przywołać w naszej świadomości obrazów doznanych cierpień i upokorzeń sprzed tygodnia czy miesiąca. Jesteśmy bez obrony wobec pierwszego kieliszka.”

W następnym akapicie – „W takich przypadkach brakuje nam kompletnie zwykłego samozachowawczego instynktu, który powstrzymuje człowieka od położenia ręki na rozpalonej blasze”. Zatrzymajmy się na chwilę, aby rozważyć to: ile razy ten punkt, brak zdrowego rozsądku w odniesieniu do alkoholu albo brak obrony przed pierwszym drinkiem, pojawiał się u mnie?

Musimy również zauważyć to, co jest napisane w ostatnim akapicie na str. 20, mianowicie, że alkoholik „... prawdopodobnie postawił się w pozycji, która leży daleko poza zasięgiem jakiegokolwiek ludzkiej pomocy...”. Czy wspólnota jest wystarczająca? Może samo chodzenie na mityngi rano, w południe i wieczorem? Rozmawianie ze sponsorem codziennie? Codzienne telefony do innych AA?

Oto nasza sytuacja: Mentalna obsesja, aby pić jest bezwzględna; ludzka siła jest nie efektywna przeciwko niej. Co pomoże nam przewyciężyć tą obsesję i ustrzec nas przed podniesieniem pierwszego drinka?

Więcej jutro!



10

Post 10

Otwórzmy nasze książki na str. 21 i spójrzmy na akapit drugi: „A wielka prawda jest po prostu taka: przeżyliśmy głębokie duchowe doświadczenia(*), które zrewolucjonizowały (zmieniły) całe nasze nastawienie do życia, bliźnich i Bożego wszechświata Centralnym faktem w naszym dzisiejszym życiu jest absolutna pewność, że Stwórca wstąpił do naszych serc i naszego życia w sposób, który jest prawdziwym cudem. On to zapoczątkował osiągnięcie dla nas rzeczy, których nigdy nie zrobilibyśmy sami”. To jest rozwiązanie i to jest to, co ono uczyniło – zmieniliśmy całe nasze nastawienie. Znaczek (*) odsyła nas do Dodatku II (str. 200), który został dodany do książki po pierwszym wydruku pierwszej edycji, aby rozjaśnić pojęcie duchowego doświadczenia.

Tekst kontynuuje – nadal akapit drugi: „Jeśli jesteś tak poważnym alkoholikiem, jak my, wierzymy, że nie ma dla ciebie połowicznego rozwiązania”. Zatrzymajmy się tu na chwilę: „nie ma połowicznego rozwiązania” – nie możemy tego zrobić w stylu „kafejkowym” albo wziąć to, co nam się podoba i odrzucić resztę.

„Znaleźliśmy się w miejscu, gdzie życie stało się niemożliwe i jeśli mieliśmy przejść gdzieś dalej z tego miejsca, skąd nie ma powrotu przy użyciu ludzkiej pomocy mieliśmy tylko dwie alternatywy: iść dalej tą drogą aż do gorzkiego końca, zamazując świadomość naszej sytuacji nie do zniesienia, i drugą – zaakceptować pomoc duchową. I to właśnie zrobiliśmy, ponieważ uczciwie tego chcieliśmy i byliśmy skłonni podjąć wysiłek”. Dano nam wybór: pić dalej albo zaakceptować pomoc duchową. Tak więc – czy wystarczą codzienne mityngi? Terapia? Codzienne dzwonienie do sponsora? Ćwiczenia? Joga? Chyba nie.

Str. 21, akapit trzeci: przykładowym amerykańskim przedsiębiorcą był Roland Hazard. Pracował z [dr. Carlem Jungiem](#) przez okrągły rok (interesujące, że Jung był trzecim wyborem Rolanda, Freud – w tym czasie zwolennik kokainy - był zbyt zajęty, a Adler zbyt chory). Jung poinformował go, że nie ma dla niego nadziei (str. 22, akapit pierwszy), ale powiedział też, że wie, czego mu potrzeba (akapit czwarty na str. 22): „Czasem, rzadko, alkoholicy przeżywają coś, co nazywają życiodajnym duchowym doświadczeniem... Pojawia się ono, kiedy w ich naturze nastąpi gruntowne emocjonalne przebudowanie (zmiana). Pomysły, emocje i nastawienia, które były kiedyś siłą rządzącą ich życiem zostają nagle odstawione na bok, a pojawiają się kompletnie nowe koncepcje i motywy i one zaczynają nimi kierować”. To kolejny opis duchowego przebudzenia od dr. Junga, gdzie wiodącym tematem jest „zmiana”.

Tak więc ten rozdział został trafnie nazwany „Jest rozwiązanie” i teraz staje się dla nas jasne, że tym rozwiązaniem jest ZMIANA. Ta zmiana jest duchowym przebudzeniem. Zajrzyjmy na chwilę na str. 50: „12. Po przeżyciu duchowego przebudzenia, będącego rezultatem tych Kroków, próbowaliśmy nieść to przesłanie alkoholikom i praktykować te zasady w odniesieniu do wszystkich naszych spraw”. Rozwiązaniem jest duchowe przebudzenie (patrz: rozdział 2), rezultatem tych Kroków jest duchowe przebudzenie (Krok XII), tak więc Kroki są rozwiązaniem. To proste. To naprawdę jest proste.

Jutro zaczniemy czytać rozdział: „Więcej na temat alkoholizmu”.



11

Post 11

Jesteśmy na str. 25 – rozdział 3, „Więcej (prawda) na temat alkoholizmu”. Będziemy tu omawiać, gruntownie, ten stan umysłu u alkoholika, który poprzedza pierwszego drinka. Poświęćmy chwilę, by przyjrzeć się, co właściwie oznacza w tym kontekście „szaleństwo alkoholizmu”. Oznacza: mniej niż całość, nie tyle szaleństwo, co niezdolność do zobaczenia prawdy w życiu. I na odwrót, zdrowie duchowe oznacza kompletny lub cały umysł, zdolność do zobaczenia prawdy. „Nikt nie lubi myśleć, że fizycznie lub umysłowo różni się od swoich znajomych”. To jest prawda, której większość z nas nigdy nie chciała zaakceptować. A tu mamy prawdziwe szaleństwo: „Pomysł, że jakoś, kiedyś będziemy w stanie kontrolować picie i cieszyć się nim jest prawdziwą obsesją każdego pijącego inaczej”. To jest wielkie kłamstwo, które nas prześladowuje, to jest umysłowa obsesja. Aby osiągnąć ten stan próbujemy tysięcy różnych możliwości z tym samym rezultatem. Niemożność zobaczenia prawdy w życiu? Stawiaj kolejkę! „Uporczywość tej iluzji (nieprawdy) zadziwia. Wielu prowadzi ona do szaleństwa albo do śmierci”. Następny akapit – „Złudzenie (nieprawda), że jesteśmy tacy jak inni ludzie – albo kiedykolwiek będziemy – musi zostać zmiażdżone”. Nie-alkoholicy nie są więźniami alkoholu, potrafią metabolizować alkohol, a alkoholicy nie.

Na stronach od 26 do 36 mamy cztery przykłady stanów umysłu, które poprzedzają pierwszego drinka. To w stylu pisania Billa – ten sam temat prezentowany jest w różny sposób. Warto zwrócić uwagę, że poświęca on temu cały rozdział. To bardzo ważne, abyśmy zrozumieli, jaki stan umysłu poprzedza pierwszego drinka – [szaleństwo alkoholizmu](#).

Akapit pierwszy na str. 27 – przykład pierwszy, „Mężczyzna trzydziestoletni”. „Kiedy już zaczął, całkowicie tracił kontrolę”. Skończył z tym, używając swej siły woli, ale wtedy pojawił się szaleńczy pomysł: „Został ofiarą wiary, którą ma praktycznie każdy alkoholik – że tak długi okres trzeźwości i samodyscypliny kwalifikuje go jako pijącego normalnie”. Ten mężczyzna umiera w następnym akapicie. W akapicie trzecim na str. 27 Bill podsumowuje (to teoria „kiszzonego ogórka”) – „Raz alkoholik, na zawsze alkoholik”. Picie po pewnym okresie trzeźwości oznacza, że będzie z nami gorzej niż kiedykolwiek. Jeśli chcemy przestać pić, nie może być żadnego rodzaju złudzenia, nadziei, że staniemy się kiedyś odporni na alkohol. Możesz zrobić z ogórka kiszzonego ogórka, ale odwrotnie nie da rady.

Str. 29, akapit pierwszy – tu jest akapit, w którym jest omówiona skuteczność użycia siły woli do zaprzestania picia. Przebiegła, zwodnicza i silna natura naszej choroby zwykle (i łatwo) torpeduje każdy wysiłek oparty na sile woli.

Jutro zaczniemy czytanie od czwartego akapitu na str. 29, gdzie jest omówiony drugi z czterech przykładów – „Jim Sprzedawca Samochodów.”



12

Post 12

Str. 29, akapit czwarty – „Jim Sprzedawca Samochodów” to nasz przykład nr 2 na alkoholowe szaleństwo. Czytamy: „Powiedzieliśmy mu, co wiemy na temat alkoholizmu i odpowiedzi, jaką znaleźliśmy. Zrobił początek”. „Zrobił początek” oznacza, że postawił trzy pierwsze Kroki. „Zszedł się z rodziną i zaczął pracować jako sprzedawca w firmie, którą stracił przez picie”. To jest często sytuacja, w której dociera się do resentymetu. „Wszystko szło dobrze do czasu, ale nie pogłębiał swojego życia duchowego”. Nie kontynuował reszty programu, Kroków od IV do XII. Zaczął pić znowu, a oto jak (str. 30, akapit pierwszy): „Pamiętam, że czułem się poirytowany tym [przepełniony urazą], że muszę pracować jako sprzedawca w firmie, która kiedyś należała do mnie. Zamieniłem kilka słów z szefem...” – wyrażając swoją urazę, bez wątplenia! W tym akapicie jeszcze pozostaje w rozsądku, ale uważajcie! Następny akapit cały jest podkreślony – „Nagle przez moją myśl przeszło, że gdybym dolał trochę whisky do mleka nie zaszkodziłoby mi to na pełny żołądek”. Szalony pomysł pociągnął za sobą działanie. Str. 31, akapit pierwszy – „Tak zaczęła się kolejna podróż Jima do zakładu dla obłąkanych (centrum leczenia). Miał wiedzę o tym, że jest alkoholikiem (która nic mu nie dała), ale wszystkie powody, by nie pić zostały z łatwością oddalone przez głupi (szalony) pomysł, że mógłby wypić whisky, gdyby tylko zmieszać ją z mlekiem”. Str. 31, akapit drugi – „Jakiegokolwiek definicji będziemy poszukiwać, musimy nazwać ten plan szalonym. Jak można nazwać inaczej taki brak proporcji, brak rzeczowego myślenia?”. To właśnie WK określa mianem „braku rozsądku” w Kroku II – ten stan umysłu poprzedzający wypicie pierwszego kieliszka.

Następny przykład jest na str. 31, akapit czwarty – „Nieuważny Przechodzień”. Przeczytajcie uważnie ten akapit. Mimo, że wydaje się być zabawny, jest doskonałym przykładem naszego stanu umysłu.

Ostatni przykład to „Fred Księgowy” – str. 33, akapit pierwszy. Fred nie wierzył, że jest alkoholikiem (Krok I), jeszcze mniej akceptował duchowe rozwiązanie (Krok II) swojego problemu. Gdy czytamy ten akapit, staje się jasne, że i on wierzył w samopoznanie. Opowiada, co mu się przydarzyło w akapicie pierwszym na str. 34. Prawie od razu zmagą się z umysłową obsesją, a w akapicie drugim na str. 34 pojawia się szalony pomysł: „Poszedłem do mojego hotelowego pokoju i przebrałem się do obiadu. Kiedy szedłem na obiad, przyszło mi do głowy, że byłoby miło wypić kilka cocktaili do obiadu [i wrócić do szpitala do obłąkanych]. To było wszystko. Tylko tyle”. Następny akapit: „W ogóle nie zwalczałem chęci wypicia pierwszego drinka”. Samowiedza znów zawiodła. Wyraźnie zostało pokazane, że nie mamy żadnej ochrony przed wypiciem pierwszego kieliszka.

Pod koniec drugiego akapitu na str. 36 Bill podsumowuje: „Jeszcze raz – w niektórych momentach alkoholik nie ma żadnej umysłowej ochrony przed wypiciem pierwszego kieliszka. Poza rzadkimi wyjątkami, ani on, ani z ludzką pomocą, nie może się przed tym uchronić. Obrona musi nadejść od Siły Wyższej”. TO JEST BARDZO WAŻNY PUNKT: oznacza, że możemy mieć pełną wiedzę o naszej sytuacji i pić nadal. Oznacza również, że żadna ludzka siła, nasza własna lub czyjaś (wspólnoty) nie może nam pomóc. Tylko znalezienie Boga.

Jutro zaczniemy czytać mój ulubiony rozdział, od str. 37: „My, agnostycy”.



13

Post 13

Dziś mamy rozdział 4 – „My, agnostycy”, str. 37.

Powinniśmy zacząć od zdefiniowania dwóch terminów. Słowo „agnostyk” składa się z dwóch części. Z „A”, które u Greków oznacza „bez” i „gnosis”, które oznacza wiedzę. Z tą świadomością nasza definicja słowa „agnostyk” znaczy „Bez wiedzy o Bogu”. Mimo, że są używane wymiennie „agnostyk” i „ateista” oznaczają dwie różne rzeczy. Być ateistą oznacza uważać, że nie ma Boga w przeciwieństwie do bycia bez wiedzy, czy Bóg jest (agnostyk).

Ile razy widzieliśmy listę pytań, pozwalającą zdiagnozować nasz alkoholizm? Ile na każdej z nich było pytań – 10, 20, 50? Czytając akapit pierwszy na str. 37, znajdujemy tylko dwa pytania: „Jeśli szczerze pragnąłeś przestać pić i nie mogłeś przestać” (pytanie 1) oraz „gdy piłeś, nie miałeś kontroli nad tym, ile wypijesz (pytanie 2) prawdopodobnie jesteś alkoholikiem”.

Czytając od str. 38 znajdujemy kilka mocnych stwierdzeń: „Nasze ludzkie zasoby, nawet poparte siłą woli, były niewystarczające, wkrótce nas zawodziły”. Co to oznacza? Co nam to mówi o sile woli? O wyłącznie ludzkich zasobach (wspólnocie)? O naszej zdolności do wygrania z alkoholową obsesją? „Brak siły – to był nasz problem (bezsilność). MUSIELIŚMY znaleźć siłę, dzięki której będziemy mogli żyć i MUSIAŁA to być SIŁA WIĘKSZA NIŻ NASZA WŁASNA. Koniecznie. Ale gdzie i jak znaleźć tę Siłę?”.

Przechodzimy teraz do celu WK i pożądaných rezultatów programu AA: „Właśnie o tym jest ta książka. Jej głównym celem (i celem programu AA) jest umożliwić ci znaleźć Siłę większą niż ty sam, która ROZWIĄŻE TWÓJ PROBLEM”. Wróćmy do str. XII – „Przedmowy do pierwszego wydania”. Drugie zdanie brzmi: „GŁÓWNYM CELEM TEJ KSIĄŻKI JEST POKAZAĆ INNYM ALKOHOLIKOM DOKŁADNIE JAK WYZDROWIELIŚMY”. Aby wyzdrowieć z alkoholizmu musimy znaleźć Siłę większą niż my sami, która rozwiąże nasz problem. W tej książce są wszystkie niezbędne wskazówki, aby trwale wyzdrowieć z alkoholizmu – naszego wspólnego problemu. Odpowiedzi są w tekście i przez następne tygodnie będziemy zagłębiać się w odczytanie rozwiązania.

Jedną z rzeczy, o których myślałem, przeglądając ten rozdział to nazwa tytułu: „My, agnostycy”, a nie samo „Agnostycy” – myślę, że może to oznaczać, że wszyscy byliśmy agnostykami. Do zastanowienia się: Dlaczego zatytułowali ten rozdział właśnie tak?

Jutro zaczniemy czytać od str. 38.



14

Dobre ćwiczenie do rozdziału 4 – przeczytajcie go i policzcie, ile razy pada w nim słowo „uprzedzenie” w różnych formach. Policzcie również synonimy, takie jak: „tendencyjne pomysły” (“preconceived ideas” - nasze pomysły, które nie dopuszczają innych rozwiązań jak TYLKO nasze) itd. Będziecie zdziwieni, jak często jesteśmy proszeni o odłożenie na bok uprzedzeń przeciwko duchowym pojęciom w tym rozdziale”.

Post 14

Jesteśmy na str. 39, cały pierwszy akapit mówi o otwartym umyśle. „Tak, my ludzie, nastawieni agnostycznie mieliśmy takie myśli i doświadczenia. Pozwólcie, że was pokrzepimy. Odkryliśmy, że od razu, gdy byliśmy zdolni odłożyć na bok uprzedzenia i wykazać choćby chęć uwierzenia w Siłę wyższą od nas, otrzymaliśmy rezultaty, nawet jeśli myśleliśmy, że to niemożliwe, by zdefiniować i pojąć tę Siłę, która jest Bogiem”.

[Komentarz Barefoot'a, cytat – „Nikt, w oparciu o swoją wiedzę, lub poprzez bystre rozważanie nie pojmie tych rzeczy. Wszystkie słowa, i wszystko, czego możemy się nauczyć lub zrozumieć będzie obce prawdzie, którą mam na myśli i dalekie od niej” – John Van Ruysbroeck (1293-1381)].

Czytając dalej, aż do str. 40, widzimy kolejną ważną ideę: „Kiedy więc mówimy ci o Bogu, mamy na myśli twoją własną koncepcję Boga. To dotyczy także wszystkich duchowych pojęć, które znajdziesz w tej książce. Nie pozwól, by jakiegokolwiek twoje uprzedzenia powstrzymały cię od uczciwego zapytania siebie, co one dla ciebie znaczą. Na początek to było wszystko, czego potrzebowaliśmy, by zacząć nasze duchowe wzrastanie, którego efektem był świadomy kontakt z Bogiem, tak jak go rozumiemy. Potem ujraliśmy, że jesteśmy w stanie zaakceptować wiele rzeczy, które wcześniej były poza naszym zasięgiem. To był wzrost, ale jeśli chcemy wzrastać, musimy od czegoś zacząć. Użyliśmy więc naszej własnej koncepcji, jakkolwiek była ona ograniczona”.

Na str. 40, w pierwszych liniach znajdujemy kolejne odniesienie do duchowej budowli, którą tworzymy: „Zostało udowodnione pomiędzy nami, że na tym prostym kamieniu węgielnym może zostać zbudowana cudownie efektywna duchowa budowla”. Kamieniem węgielnym jest uwierzenie (belief), a na str. 12 jest zdanie, że „całkowita gotowość” była naszym fundamentem. Wszystko, czego potrzebujemy spoczywa na fundamencie, a budowa oparta jest na kamieniu węgielnym. Więcej elementów duchowej budowli będzie się pojawiać w dalszej części tekstu.

W następnym akapicie dowiadujemy się, że uwierzenie (belief) przychodzi przed wiarą (faith): „Była to dla nas wspaniała wiadomość, ponieważ wydawało nam się, że nie będziemy mogli używać duchowych zasad, dopóki nie zaakceptujemy wielu rzeczy na wiarę (wskazując wiedzę), które wydawały się trudne do uwierzenia”. Tak więc rozpoczynamy od uwierzenia i poprzez wiedzę, która wspiera to uwierzenie zaczynamy wierzyć.

Więcej jutro.



15

Post 15

Dodatek II – „Duchowe doświadczenie” jest na str. 200. „Określenia duchowe doświadczenie oraz duchowe przebudzenie są wiele razy używane w tej książce, co przy uważnym czytaniu pokazuje, że osobista zmiana wystarczająca do wyzdrowienia z alkoholizmu manifestowała się pomiędzy nami w wielu różnych formach”. Są to eufemizmy Billa W., opisujące to, czego doświadczył, a co dr Silkworth nazwał „[zmianą psychiki](#)”. „Jednak to prawda, że nasze pierwsze wydanie dało wielu czytelnikom wrażenie, że te osobiste zmiany lub religijne doświadczenia muszą być z natury nagłe i spektakularne. Szczęśliwie dla wszystkich jest to błędne założenie”.

Dodatek ten został dodany po pierwszym wydaniu książki. Było wiele zamętu wobec transformacji, której doświadczył Bill, a także wobec reszty tekstu. Dodano dodatek, aby wyjaśnić wątpliwości. Wielu ludzi oczekiwało „białego, świetlnego doświadczenia”, które przeżył Bill 11 grudnia w Szpitalu Miejskim. Chodziło o to, żeby pokazać, że „edukacyjna odmiana” jest nie mniej ważna lub życiodajna. Najbardziej chodzi o to, że zmiana jest najważniejszą częścią doświadczenia. Są cztery terminy, w których chodzi o to samo: Duchowe doświadczenie, Duchowe przebudzenie, Osobista przemiana, [Psychiczna przemiana](#). Pokazujemy tu jak wiele razy termin „zmiana” lub synonim „zmiany” pojawia się w tekście, może was to zaskoczyć!

Akapit pierwszy – osobista zmiana

Akapit drugi – osobiste zmiany, spektakularny wstrząs

Akapit trzeci – rewolucyjne zmiany, nagła lub stopniowa Boża świadomość, ważna zmiana w odczuwaniu i widzeniu

Akapit czwarty – transformacje, różnica, istotna odmiana w jego reakcjach na życie.

Jak widzicie, aż osiem „zmian” na jednej tylko stronie. Ok, najważniejsze jest to, że Siła Większa musi zmienić ludzi w AA. Samo niepicie i chodzenie na mityngi to za mało. Poprzez 12 Kroków mamy transformację, duchowe przebudzenie lub doświadczenie itd. i to jest rezultat tych Kroków. Jutro pójdziemy dalej – Rozdział 5, „Jak to działa” (NIE - „Jak to się zadziało?” lub „Jak zyskaliśmy to przez osmozę?”).



16

Post 16

Możemy osiągnąć lepszy wgląd w powstawanie tej książki poprzez sprawdzenie [oryginalnego rękopisu z 1938 r.](#) i porównanie go z tekstem pierwszego wydania. Pamiętajcie, że w czasie, gdy Bill pisał książkę były mniej więcej dwa ośrodki AA. Ośrodek Akron/Cleveland opierał się na Biblii i był natury religijnej, obóz z Nowego Jorku bardziej opierał się na psychologii, używając umysłowego podejścia, by lepiej zdobyć zaufanie nowicjusza i wtedy zaskoczyć go duchowym kątem widzenia. Wydaje się trudne napisać książkę, która pogodziłaby te dwie drogi. Większość zmian zawiera zmianę „ty” na „my” oraz czyni tekst bardziej otwartym, mniej podobnym do kazania.

[Komentarz Barefoota: „Mój pra-sponsor był z obozu nowojorskiego, oni nalegali, bym czytał WK z oryginalnego rękopisu. Jednym z moich pra-sponsorów był [Jimmy B.](#) Spotkałem go raz około 1974 r., gdy byłem trzeźwy 5 miesięcy, jeden z moich sponsorów wziął mnie na mityng i odwiedziliśmy też z Jimem jeden szpital. Nigdy nie zapomnę jego słów: Studiuj [historię AA](#), tak byś osiągnął zrozumienie, jak AA stawało się tym, czym jest dziś”.]

Dziś i jutro będziemy czytać trzy pierwsze strony rozdziału 5., aby pokazać jak książka zmieniła się przez te zmiany. Słowa, które zostały zastąpione pojawią się w nawiasach. ([Oryginalny manuskrypt z 1938 r.](#))

Str. 49, akapit pierwszy – „Rzadko widzieliśmy, by nie powiodło się osobie, która starannie podążała naszą ścieżką (za wskazówkami)”. „Są z natury niezdolni pojąć i odkrywać sposób życia (drogę życia), który wymaga bezwzględnej uczciwości”.

Akapit drugi – „Jeśli podejmiesz decyzję, że chcesz tego, co my mamy i będziesz skłonny zrobić wszystko, by to otrzymać, wtedy będziesz gotowy podejmować te proste kroki (podążać za wskazówkami)”.

Akapit trzeci – „Przy niektórych z nich się wahaliśmy (możesz się wahać). Myśleliśmy (możesz myśleć), że może się znaleźć łatwiejsza, łagodniejsza droga. Ale jej nie znaleźliśmy (Wątpimy, żebyś ją znalazł)”.

Akapit czwarty – „Pamiętaj, że mamy do czynienia (masz do czynienia) z alkoholem – bezwzględny, zwodzający, pełny mocy! Bez pomocy to jest dla nas (dla ciebie) za dużo. Ale jest Ktoś, kto ma całą siłę – tym Kimś jest Bóg. Obyś (musisz) znalazł go teraz!”.

Jutro będziemy kontynuować czytanie od str. 50 i porównywać z oryginalnym tekstem 12 Kroków.



17

Post 17

Pamiętajcie: Czytamy trzy pierwsze strony rozdziału 5., aby pokazać jak książka zmieniła się. Słowa, które zostały zastąpione pojawią się w nawiasach. Porównujemy z rękopisem Wielkiej Księgi.

[TO NIE JEST NOWE TŁUMACZENIE ANI OFICJALNE i nie powinno być tak traktowane!!!]

Zaczynając od str. 50 będziemy sprawdzać tekst z oryginalnym rękopisem, aby zobaczyć zmiany, jakie zostały wprowadzone w pierwszym wydaniu. Oryginalny rękopis jest znany jako Multilith. „Półśrodki nic nam nie dały (nic ci nie dadzą). Stanęliśmy w punkcie zwrotnym. Poprosiliśmy Go (Zwróć się) o opiekę i ochronę z całkowitym poddaniem. (Myślmy, że teraz możesz to zrobić)”.

„A oto są kroki, które zrobiliśmy i które są sugerowane jako (twój) program działania.”

1. Przyznaliśmy, że jesteśmy bezsilni wobec alkoholu – że nasze życie okazały się niemożliwe do zarządzania [bez zmian, ten Krok pochodzi od dr. Silkwortha].

2. Doszliśmy do wiary, że Siła większa od nas może przywrócić nam rozum [od dr. Junga].

3. Podjęliśmy decyzję, aby zwrócić naszą wolę i nasze życia pod opiekę Boga, tak jak go rozumiemy. [Ważne jest to, że nasza wola to nasze myśli, nasze myślenie. Na przykład: when making out a will we are putting our thoughts down to be expressed after we pass on. Nasze „życia” to są nasze działania. Podejmujemy decyzję, by powierzyć nasze myśli i nasze uczynki opiece Boga. Ten Krok wywodzi się z zasady „Poddania” od Grup Oksfordzkich].

4. Zrobiliśmy staranną i nieustraszoną inwenturę nas samych.

5. Przyznaliśmy się przed Bogiem, przed samymi sobą i innym człowiekiem do prawdziwej natury naszych złych uczynków [Kroki 4 i 5 są niezmienione i wywodzą się od „Wyznania grzechów” z Grup Oksfordzkich].

6. Staliśmy się całkowicie gotowi (skłonni), aby Bóg usunął te wady charakteru.

7. Pokornie (na kolanach) prosiliśmy go, aby usunął nasze braki (nie trzymając niczego) [Kroki 6 i 7 zostały tu umieszczone, by zamknąć wszystkie furtki].

8. Zrobiliśmy listę osób, które skrzywdziliśmy i staliśmy się skłonni (całkowicie) zadośćuczynić im wszystkim.

9. Bezpośrednio zadośćuczyniliśmy tym ludziom, którym było to możliwe, za wyjątkiem gdyby zraniło to ich lub innych. [Niezmienione, Kroki te wywodzą się z zasady Grup Oksfordzkich – „Odszkodowanie”].

10. Kontynuowaliśmy nasz osobisty obrachunek i tam, gdzie byliśmy w błędzie natychmiast się do tego przyznawaliśmy (Niezmienione).

11. Poprzez modlitwę i medytację szukaliśmy pogłębienia naszego świadomego kontaktu z Bogiem, tak jak go rozumiemy, modląc się jedynie o wiedzę na temat Jego woli i o siłę, by ją znieść (słów „świadomego” i „tak, jak go rozumiemy” nie było w oryginale).

12. Po przeżyciu duchowego przebudzenia (doświadczenia) jako rezultatu tych Kroków (tego sposobu postępowania) próbowaliśmy nieść to posłanie (innym, szczególnie) alkoholikom i praktykować te zasady we wszystkich naszych sprawach”.

Jutro będziemy czytać od pierwszego akapitu na str. 51 i zaczniemy zagłębiać się w Krok III.

Jeszcze coś do zastanowienia się: słowo „sugerowane”
pojawiało się i zabrzmiało jakby te Kroki były tylko opcjonalne.
Jak myślisz, czemu to słowo znalazło się w tekście?



18

Post 18

Pamiętajcie: Czytamy trzy pierwsze strony rozdziału 5., aby pokazać jak książka zmieniła się. Słowa, które zostały zastąpione pojawią się w nawiasach. Porównujemy z rękopisem Wielkiej Księgi.

[TO NIE JEST NOWE TŁUMACZENIE ANI OFICJALNE i nie powinno być tak traktowane!!!]

Akapit pierwszy na str. 51: „Opis alkoholika [znaleziony w „Opinii lekarza” i rozdziale „Więcej na temat alkoholizmu”], rozdział dla agnostyków i nasze osobiste przygody przed i po [rozdział „Opowieść Billa”] prowadzą do [zostały opisane, by pokazać ci] trzech ważnych wniosków:

- a. Że byliśmy alkoholikami i że nie byliśmy w stanie zarządzać naszym życiem (Krok I)
- b. Że prawdopodobnie żadna ludzka siła nie mogłaby uwolnić nas alkoholizmu (pierwsza połowa II Kroku)
- c. Że Bóg może i chce to zrobić, jeśli jest szukany (Krok II, druga połowa).”

W tym miejscu mamy ukończone Kroki 1 i II Zwróć uwagę, że przechodzimy tu bezpośrednio do Kroku III w tym akapicie: „Będąc tego świadomi, jesteśmy przy Kroku III, który mówi, że decydujemy się (pamiętaj, że z naszych decyzji musi wypływać działanie, żeby miały one sens – Krok IV. jest działaniem), aby zwrócić naszą wolę (nasze myśli) i nasze życia (nasze działania) Bogu, tak jak go rozumiemy”.

Akapit trzeci: „Pierwszym wymaganiem jest, żebyśmy byli świadomi, że jakiegokolwiek życie oparte na samo-woli rzadko jest sukcesem”. W poprzednich rozdziałach widzimy, że samo-wola ma mały efekt w odniesieniu do naszego picia. Teraz widzimy, jak prawdziwe to jest w odniesieniu do całego naszego życia. Czytamy dalej, str. 52, akapit trzeci: „Samolubstwo, koncentracja na sobie! To jest, jak sądzimy, źródło naszych kłopotów” To ważny punkt Nasze kłopoty nie pochodzą z biedy, okropnych rodziców, bycia członkiem... (tu wpisz jakiegokolwiek społeczeństwo). Mieliśmy trudności z powodu „samolubstwa, koncentracji na sobie” – „podejmowaliśmy decyzje oparte na własnej woli, które później umieszczały nas w miejscu, które raniło”. Odkryliśmy, że to MY byliśmy zwykle powodem cierpienia, którego doświadczyliśmy. Nie byliśmy nieświadomymi ofiarami życia, za jakie chcieliśmy uchodzić. Byłem zaskoczony, gdy stało się to dla mnie jasne.

Następny akapit: „Tak więc nasze kłopoty, tak myślimy, bazują na naszym własnym działaniu”, „My alkoholicy musimy wyzbyć się samolubstwa. Musimy, albo nas ono zabije!”. Tak więc to nie alkohol nas zabija – zabija nas pośrednio nasze samolubstwo. Czytając książkę odkrywamy, że butelka była tylko symbolem, że nasze kłopoty wypływały z czegoś znacznie głębszego. Jutro skupimy się na str. 53 i przybliżymy duchową budowlę, którą zaczęliśmy budować.



19

Post 19

Pamiętajcie: Czytamy trzy pierwsze strony rozdziału 5., aby pokazać jak książka zmieniała się. Słowa, które zostały zastąpione pojawią się w nawiasach. Porównujemy z rękopisem Wielkiej Księgi.

Jesteśmy na str. 53, akapit trzeci. Odkrywamy tutaj, pozycję, jaką Bóg będzie zajmował w naszym życiu: „A oto jak i dlaczego. Po pierwsze, musimy przestać udawać Boga. To nie działało. Następnie, decydujemy, że w tym dramacie życia to Bóg będzie reżyserem”. I to nie było jakim amatorem, za jakiego zwykliśmy Go uważać.

A tu mamy odniesienie do duchowej budowlu: „Wiele dobrych pomysłów jest prostych, a ta koncepcja była Zwornikiem nowego łuku triumfalnego, przez który przeszliśmy do wolności.” Mówiliśmy wcześniej o „Chęci” jako Fundamencie, „Wierze” jako Kamieniu Węgielnym, a teraz mamy Zwornik, którym jest pozwolenie Bogu na bycie naszym Reżyserem. Murarz powiedziałaby ci, że każda budowla z kamieni opiera się na Zworniku. To jest element, który pozwala budowli istnieć, bez którego mielibyśmy tylko kupę kamieni. Łuk jest najmocniejszą architektoniczną budową znaną człowiekowi. To podkreśla znaczenie miejsca, jakie Bóg ma teraz zajmować w naszym życiu.

Większość z nas zna „Obietnice” ze str. 72. Wielu z nas nie wie jednak, że obietnice przewijają się przez całą książkę. Spójrzmy na akapit czwarty str. 53, czytamy... Dla mnie to brzmi jak obietnice – wszystkie te rzeczy, które się nam przydarzą, gdy postawimy Krok III. „Kiedy szczerze przyjęliśmy taką pozycję, nastąpiły różnego rodzaju, znaczące rzeczy. Mieliśmy nowego Pracodawcę. Będąc wszechmocnym, dostarczał nam wszystkiego, co potrzebujemy, jeśli tylko trzymaliśmy się blisko niego i dobrze wykonywaliśmy Jego pracę. Mając takie oparcie, coraz mniej czasu poświęcaliśmy na zajmowanie się sobą, swoimi małymi planami i projektami. Coraz więcej za to skupiliśmy się na tym, co możemy przeznaczyć na życie. W miarę, jak czuliśmy siłę wewnątrz, jak cieszyliśmy się spokojem umysłu, jak odkrywaliśmy, że możemy z sukcesem mierzyć się z życiem, jak stawaliśmy się świadomi Jego obecności, zaczęliśmy wyzbywać się lęku przed dniem dzisiejszym, jutrzejszym i następnymi. Odrodziliśmy się”. To wspaniały kawałek!

Akapit pierwszy na str. 54 jest Modlitwą 3. Kroku: „Boże, ofiaruję Ci siebie, buduj ze mnie i rób ze mną to, jaka będzie Twoja wola. Uwolnij mnie z więzów mojego Ja, abym lepiej wypełniał Twoją wolę. Weź ode mnie trudności, aby zwycięstwo nad nimi mogło świadczyć tym, którym będę pomagał, o Twojej Sile, Twojej Miłości i Twoim Sposobie Życia. Niech się dzieje Twoja wola zawsze!”. Czytając tę modlitwę dostrzegamy rzeczy, które nie pojawiały się wcześniej. Zaczynamy widzieć, że podjęliśmy decyzję i otwarliśmy się na Siłę większą niż my. Prosimy o uwolnienie z więzów naszego JA, nie z więzów alkoholu. To prowadzi do tego, co jak sądzimy jest źródłem naszego problemu: „Samolubstwo, koncentracja na sobie..”, pamiętacie? Niemniej, w tym miejscu mamy jedynie podjąć decyzję. Aby ta decyzja była życiodajna, musimy podjąć działanie. Podejmuję decyzję o locie do Las Vegas za tydzień z kumplami. Dopóki nie zarezerwuję biletów, nie zaklepię wynajętego samochodu, nie wezmę wolnego w pracy, nie spakuję się, nie pojedę na lotnisko La Guardia i nie wsiądę do samolotu – to tylko decyzja. Działanie, które postępuje za tą decyzją czyni tą decyzję żywą.

Jutro zaczniemy czytać od trzeciego akapitu na str. 54 i będziemy uważnie przyglądać się Krokowi 4, tak jak uważnie jest on opisany w WK.



20

Post 20

Jesteśmy na str. 54, akapit trzeci: „Następnie podjęliśmy energiczne działania, których pierwszym krokiem było takie ‘sprzątanie naszego podwórka’, jakiego nigdy wcześniej nawet nie próbowaliśmy. Choć nasza decyzja z Kroku III była krokiem ważnym i ofiarnym, nie przyniosłaby żadnego ważnego efektu, jeśli nie towarzyszyłby jej natychmiastowy wysiłek, aby zmierzyć się z wszystkimi rzeczami, które nas blokują i wyzbyć się ich. Alkohol był tylko symptomem. Musieliśmy dojść do powodów i warunków.

Tak więc, nie czekamy rok, aby przejść od Kroku III do Kroku IV. Pamiętajcie, nasza decyzja będzie miała małą wartość, jeżeli nie towarzyszyć jej będzie działanie, energiczne działanie. Jaki jest cel Kroku IV? Będziemy w nim rozpoznawać i wyzbywać się rzeczy, które nas blokują... ale od czego? Blokują nas od Bożej łaski i naszej umiejętności bycia szczęśliwymi, radosnymi i wolnymi.

Jest to kolejne miejsce, w którym wiele osób nie umie sobie poradzić. Krok IV brzmi: „Zrobiliśmy wnikliwy i odważny obrachunek moralny samym sobie”. Po pierwsze, przyjrzyjmy się słowu „odważny”. Bill był w głębi duszy biznesmenem. Pisał książkę z perspektywy biznesmena. Kiedy, na przykład, sporządzamy obrachunek w sklepie spożywczym, chcemy znaleźć i pozbyć się zniszczonych, zepsutych lub nie sprzedających się przedmiotów, przez które nie odnosimy zysku. Z perspektywy biznesmena „odważny” oznacza „bez żalu, bez emocji”. Kiedy wyrzucamy podgniłą główkę kapusty, nie czujemy w związku z tym żadnych specjalnych emocji, po prostu pozbywamy się jej, aby w jej miejsce przynieść ładną, świeżą główkę kapusty. Musimy traktować rzeczy, które blokują nas od Boga w taki sam sposób, w jaki potraktowalibyśmy zgniłą główkę kapusty. Po drugie, spójrzmy na słowo „moralny”. Każdy alkoholik od razu widzi księdza na niedzielnym kazaniu, który punktuje moralne potknięcia swojej trzódki. W naszym kontekście było lepiej, gdybyśmy utożsamili słowo „moralny” ze słowem „prawdziwy”.

Popatrzmy teraz na ostatni akapit na str. 54: „W handlu obrachunek oznacza stanięcie w obliczu faktów (uważny) i zmierzenie się z nimi (nieustraszony). Jest to wysiłek, aby odnaleźć prawdę (morał) o stanie inwentarza” (str. 54, 4 linijka od dołu). Tak więc, staramy się rozpoznać wszystko, co oddziela nas od dobrze prosperującego przedsiębiorstwa, czyli od szczęśliwej i użytecznej egzystencji. „Jeśli właściciel chce odnieść sukces, nie może sam siebie oszukiwać co do wartości przedmiotów” (str. 55, 1 linijka). Innymi słowy, musimy być uczciwi ze sobą na temat nas samych.

Rozpoczynamy od szukania usterek w naszym charakterze, które spowodowały nasz upadek. „Przekonawszy się, że to nasze „JA”, przejawiające się na różne sposoby, było tym, co nas pokonało, przyjrzelśmy się mu w różnych sytuacjach” (str. 55, pierwszy akapit, druga linijka). Czego się nauczyliśmy już wcześniej? „SAMO-lubstwo, koncentracja na SOBIE – to jak sądzimy było źródło naszych problemów” (str. 52, trzeci akapit). Tutaj znów okazuje się, że to JA (MI, SOBIE) a nie alkohol, było naszym problemem”.

Jutro będziemy rozmawiać o korzeniach uraz i o tym, co AA nazywa naszym przestępcą nr 1.



21

Post 21

Jesteśmy na str. 55, w akapicie drugim: "Uraza/resentyment jest naszym głównym nieprzyjacielem, niszczy ona więcej alkoholików niż cokolwiek innego". Znow widzimy, że niekoniecznie niszczy nas "drink", a raczej właśnie uraza/resentyment.

Słowo „resentyment” było słowem, z którym nie zetknąłem się, zanim nie przyszedłem do AA. Pochodzi od łacińskich wyrazów: „re” czyli „znów” i „sentire” czyli „czuć”. Oznacza „czuć na nowo stare uczucia”. Przykładem niech będzie: natykamy się na kogoś, kto powiedział do nas coś przykrego 6 miesięcy temu. Kipimy z gniewu, jakby to się wydarzyło tego poranka. Wydaje się, jakby alkoholicy cały ten bagaż przechowywali gdzieś w środku, by niepokoić samych siebie. W Kroku IV zaczynamy zmierzać się z tymi resentymentami poprzez przelewanie ich na papier. To pierwsza z kilku list, jakie będziemy robić przy Kroku IV.

„Zmierzając się z resentymentami, przelewamy je na papier. Wypisujemy ludzi, instytucje (być może Policję lub Służbę Miejską), zasady (10 Przykazań etc.), na których/które byliśmy źli” (WK, str. 55, drugi akapit, szósta linijka). Zaczynamy pisać Krok IV. od listy naszych resentymentów. Nasza lista będzie składać się z pięciu kolumn. W pierwszej wypisujemy wszystkich tych, do których czujemy urazę/resentyment. Kolejne kolumny będziemy wypełniać później, gdy skończymy pierwszą. Przypominamy sobie nasze życie i zastanawiamy się, jakbyśmy się czuli, gdybyśmy się natknęli na Pana... lub Panią... Jeżeli w II klasie nasza nauczycielka, p. Ogórek, nazwała nas leniwymi lub głupimi przy całej klasie i byliśmy z tego powodu zawstyżeni, a teraz na myśl o tym znow zaczęliśmy odczuwać złość, wpisujemy na listę panią Ogórek. Jeśli mój brat przyniósłby tu swój leniwy tyłek, czy uraziłaby mnie jego obecność? Czy mam żal do mojej szefowej? Mojej byłej żony? Mojej matki? Policji? Nauczycieli akademickich? Sierżantów w wojsku? Mechaników, którzy ze mnie zdarli? Sąsiada? Faceta, który się przystawiał do mojej żony? A co z Bogiem – mam do niego żal?

Kiedy już wypisaliśmy wszystkich, zaczynamy wypełniać drugą kolumnę: „Przyczyna”. Przy każdym imieniu piszemy, co zrobił, że czuję złość, myśląc o nim. Piszemy od góry strony do samego dołu, wypisując przyczynę każdego resentymentu (na str. 56 mamy dobre przykłady).

Kolejne trzy kolumny wypełnimy jutro.



22

Post 22

Dzisiaj wypełniamy trzecią kolumnę pierwszej z czterech list IV Kroku (wszystkie cztery listy to: Resentymenty/Urazy, Lęki, Zachowania seksualne, Krzywdy nie związane z seksem).

Po wypełnieniu kolumny 2, „Powód”, przechodzimy do kolumny 3, „Ma to wpływ na...”. Przy każdym imieniu wypisujemy nasze zranienia: „Czy miało to wpływ na naszą dumę, nasze bezpieczeństwo, nasze ambicje, nasze relacje (także seksualne)?”. W tekście na str. 56 widzimy słowo „strach” przewijające się przez całą kolumnę. Źródłem naszej złości zawsze był strach towarzyszący każdemu z tych instynktów.

W następnej kolumnie, nr 4, wpisujemy co MY zrobiliśmy. „Odkładając na bok krzywdy, które inni zrobili, szukamy swoich własnych błędów” (WK, str. 58, pierwszy akapit). Co ja zrobiłem, jeśli zrobiłem, by dołożyć się do splotu wydarzeń, które spowodowały, że ludzie lub instytucje zranili mnie i doprowadziło to do powstania uraz/resentymentów? Czy może nie zapłaciłem raty pożyczki za samochód i to doprowadziło do tego, że bank przejął samochód? Czy leniłem się w pracy i nie wykonywałem jej tak, jak mi za to płacono, dlatego zostałem zwolniony i w rezultacie byłem pełen żalu? W książce ostatnie dwie kolumny nie wchodzi w skład tabeli, są tylko w tekście.

W naszej ostatniej kolumnie, nr 5, przyglądamy się sobie: „szukaliśmy naszych błędów. Czy byliśmy egoistyczni? Nieuczciwi? Samolubni? Przestraszeni?” (WK, str. 58, pierwszy akapit). Które z powyższych wad charakteru spowodowały, że zrobiłem, co zrobiłem lub że wciąż trzymałem się starych uraz, mimo że wydawało się, że nie ma w tym żadnego mojego udziału? Czy była to może duma? Nieróbstwo? Złość? Chciwość? Żądza? – znacie tę listę (a jeśli jej nie pamiętacie, jest na stronie 49-50 w 12/12. W przeciwieństwie do wielu innych przykazań/zakazów, Siedem Grzechów Głównych nie są wymierzone przeciwko innym ludziom. Są wymierzone przeciwko nam samym, niszczą nasze duchowe „ja” i są zabójcze dla duchowego rozwoju.

Strona 57, akapit pierwszy mówi: „To jasne, że życie z głęboką urazą prowadzi tylko do wewnętrznej pustki i nieszczęścia... cała ta sprawa z urazą to po prostu grób. Zrozumieliśmy, że to dla nas śmiertelne. Skrywając takie uczucia, zamykamy się na światło Ducha. Szaleństwo alkoholizmu powraca i zaczynamy pić znowu”. Mocne słowa! Mamy tu pierwszą wskazówkę na ten temat, że mimo że zostaliśmy przywróceny do równowagi, zaczniemy pić znowu, jeśli będziemy skrywać urazy. Wygląda na to, że urazy sabotują długotrwałą trzeźwość bardziej niż cokolwiek innego.

To jest podstawowy proces IV Kroku. Będziemy powtarzać te pięć kolumn jeszcze trzy razy: 1. Lista lęków, 2. Lista zachowań seksualnych, 3. Lista krzywd. Imiona pojawiające się na naszych listach utworzą bazę do listy VIII Kroku.

Modlitwa Kroku IV w odniesieniu do uraz znajduje się w ostatnim akapicie na str. 57: „Prosiliśmy Boga, aby dopomógł nam zdobyć się na taką samą tolerancję, współczucie i cierpliwość,

jaką ofiarowywalibyśmy choremu przyjacielowi. Jeśli jakaś osoba nas obrażała, mówiliśmy do siebie: To chory człowiek. Jak mogę być mu pomocny? Boże, zbaw mnie od gniewu. Wola Twoja niech się dzieje”. Modlimy się za tych, do których żywymy urazę, aby się jej wyzbyć.

Nasze zachowania seksualne są omówione w książce na stronach 59-61. Są tam trzy modlitwy na temat seksu. Na stronie 59, ostatnia linijka: „Prosiliśmy Boga, aby uformował nasze ideały i pomógł nam żyć według nich”. Strona 60, drugi akapit: „... pytaliśmy Boga co powinniśmy zrobić w każdej jednej sprawie”. Ostatnia modlitwa jest na str. 60, piąty akapit: „Gorąco modliliśmy się o właściwy ideał, o przewodnictwo w każdej wątpliwej sprawie, o rozsądek i o siłę, by postępować właściwie”.

Sprawy seksu są bardzo kłopotliwe dla alkoholików, ponieważ seks bardzo często jest używany do innych celów niż wyrażanie miłości lub prokreacja. Bywa bronią albo źródłem siły, karmi nasze ego. Używając go w ten sposób, krzywdzimy innych, jest to egoistyczne i może przynieść nieszczęście. Używaliśmy seksu, by osiągnąć bezpieczeństwo, by wymierzyć karę i by kontrolować innych. Przyglądamy się temu teraz i próbujemy opracować nowy model naszego życia seksualnego i żyć nim, z pomocą Boga.

Bill podsumował cały ten proces w ostatnich dwóch akapitach na str. 61: „Mamy nadzieję, że jesteś teraz przekonany o tym, że Bóg może usunąć każdą samowolę, jaka blokowała cię od niego. Jeśli podjąłeś decyzję (Krok III) i zrobiłeś obrachunek (Krok IV) z większości swoich trudności, zrobiłeś dobry początek. To tak, jakbyś przełknął i przetrawił wielki kęs prawy o sobie samym.”

Jutro przejdziemy do rozdziału 6., „Do dzieła” i porozmawiamy o Kroku V.



23

Post 23

Jesteśmy na stronie 62 – rozdział 6, „Do czynu” – i rozpoczynamy naszą rozmowę o V Kroku. „Sporządziliśmy właśnie nasz osobisty obrachunek, co mamy robić dalej? Próbujemy znaleźć nowe podejście, nową relację z naszym Stwórcą i odkryć przeszkody na naszej ścieżce” (WK, str. 62, pierwszy akapit). Zatrzymajmy się w tym miejscu, by zrozumieć, czym są te przeszkody. Gdy patrzymy na nasz IV Krok, na ostatnią kolumnę listy, odkrywamy, że to nasze defekty są tym, co stoi pomiędzy nami a Facetem u Góry.

„Wymaga to z naszej strony działania, które – jeśli wykonane w całości – będzie oznaczało, że przyznaliśmy się przed samymi sobą, przed Bogiem i przed innym człowiekiem do prawdziwej natury naszych defektów” (WK, str. 61, pierwszy akapit). Zaraz, czy wcześniej nie pisali: „wad”? Czytając książkę, zauważamy, że Bill próbował się nie powtarzać – czegoś się nauczył w szkole na lekcjach polskiego. Kiedy pisze o „usterkach charakteru”, „niedociągnięciach”, „wadach” – ma na myśli jednak jedno i to samo. Przy Kroku V. ważne jest, by mieć do niego odpowiednie nastawienie. Mój wcześniejszy sponsor mawiał, że to ważna rzecz – „Żyć tak, jakby było się otwartą księgą”. Nie mam pojęcia, o czym mówił ten gość. Przy Kroku V większość z nas pierwszy raz w życiu pozwala komukolwiek zajrzeć do swojej „książki”. Gdy siadamy z kimś – zwykle jest to sponsor – i przechodzimy przez Krok V, po raz pierwszy w życiu tak obnażamy przed kimś nasze wnętrze. Taki jest sens V Kroku – zacząć żyć w sposób otwarty. Jest to zarazem początek końca wstydu i poczucia winy, które zamykają nas przed światłem Ducha.

W akapicie drugim, na stronie 62 czytamy: „w praktyce okazało się, że nasza własna samoocena okazała się niewystarczająca”. Książka podkreśla konieczność wprowadzenia kogoś jeszcze, oprócz Boga, w ten proces. Jeżeli pominiemy ten ważny/życiodajny Krok, możemy zacząć pić na nowo. Jedną z rzeczy, które bywa źle rozumiana jest zdanie ze str. 63, pierwszy akapit: „...dopóki nie opowiedzą drugiemu człowiekowi całej swej historii życia”. Niektórzy z nas interpretują to jako zachętę do pisania autobiografii. Przyjrzyjmy się temu, co jest napisane w książce i co to oznacza. Po pierwsze, na poprzedniej stronie, jest napisane, że już w momencie, gdy ukończyliśmy pisanie IV Kroku jesteśmy w Kroku V. Po drugie, chodzi o umocnienie nas w celu, którym jest całkowite odsłonięcie się – zatajenie czegośkolwiek zagraża naszej trzeźwości. Tym, co jest najważniejsze, jest odsłonięcie siebie w sposób, w jaki pisaliśmy Krok IV. Ważne są te rzeczy, które blokowały nas przed „Światłością Ducha”. Tak więc najważniejsze w naszej „historii życia”, że nie powinniśmy niczego zatajać od chwili, gdy już rozpoczęliśmy proces przechodzenia przez Krok V.

Czytając stronę 64, odkrywamy jedno z kilku miejsc w książce, w których bazowy tekst jest już nieaktualny. Pamiętajcie, w czasie gdy książka została napisana, istniało mniej niż 100 trzeźwych alkoholików. Możliwe, że nie dało się znaleźć kogoś, kto będzie odpowiedni do wysłuchania V Kroku. Na szczęście teraz, gdy mamy ponad 2 miliony członków, bardzo łatwo jest znaleźć kogoś we wspólnocie z kim możemy przejść ten ważny Krok.

Jutro zaczniemy czytanie od pierwszego akapitu na stronie 65, nadal o Kroku V.



24

Post 24

Jesteśmy na stronie 65. Akapit drugi zawiera obietnice V Kroku: „Kiedy już zrobiliśmy ten krok, nie zatajając niczego, jesteśmy oczarowani. Możemy spojrzeć całemu światu w oczy. Możemy sami ze sobą być w spokoju i lekkości. Nasze lęki odpadły. Zaczynamy czuć bliskość naszego Stwórcy. Być może mieliśmy już wcześniej jakąś wiarę, ale teraz zaczynamy przeżywać duchowe doświadczenie. Często przychodzi wtedy silne uczucie, że zniknął nasz problem z piciem. Czujemy, że jesteśmy teraz na Szerokiej Autostradzie, idąc ręką w rękę z Duchem Wszechświata.” (WK, str. 65, akapit drugi). Jest w tym tekście pewna wspaniała rzecz. Właśnie teraz zaczynamy oczyszczać kanał przepływu między nami a Bogiem i zaczynamy czuć siłę jego obecności w naszym życiu.

Miałem jednego z tych staromodnych sponsorów, który zmusił mnie, bym przeczytał mu cały Krok IV. Przyglądaliśmy się każdemu punktowi, analizowaliśmy go i rozmawialiśmy o każdej wadze charakteru, która w nim była. Opowiadał mi też dużo o swoim IV Kroku. Nie czuję się już samotny, żyjąc z takimi defektami charakteru, odkąd sponsor pokazał mi, że on też je ma. Na koniec powiedział mi, że stary Jim K. został skompromitowany, a zaczął żyć nowy Jim. Wtedy pierwszy raz w życiu odstąpiłem się przed kimś.

Dziś, ponieważ to silny fundament, moje życie jest otwartą księgą dla każdego, kto tylko chce do niej zajrzeć. Nie ma już w moim życiu śladu po wstydzie i poczuciu winy. Nie ma już potrzeby, bym dłużej ukrywał rzeczy, które zrobiłem lub powiedziałem, ponieważ staram się żyć według duchowych zasad. Krok V. był bardzo ważnym składnikiem początku tej drogi – Szerokiej Autostrady w stronę Wolności.

Abym nie musiał powtarzać Kroków IV i V, mój sponsor zalecił mi, bym się samo-egzaminował, używając Kroku X. W dalszym ciągu tego studium zobaczymy, że Krok X zawiera wszystkie te same pojęcia i zasady, co Kroki IV i V. Dzięki codziennemu używaniu Kroku X nie zbieram wielkiej sterty śmieci, tak więc nie musiałem nigdy powtarzać Kroku IV. Wyrzucam śmieci codziennie.

A teraz, kiedy będziemy mogli przejść do Kroku VI? Na str. 65, w akapicie pierwszym, czwarta linijka od dołu mamy odpowiedź na to pytanie: „Po powrocie do domu znajdujemy miejsce, w którym będziemy mogli spędzić godzinę w ciszy, uważnie przeglądając to, co zrobiliśmy”. Teraz znów przyglądamy się tej duchowej budowli, o której wcześniej czytaliśmy na stronach 12, 47 i 62: „Uważnie przeglądając pięć pierwszych propozycji, pytamy samych siebie, czy czegoś nie pominęliśmy, budujemy jednak łuk triumfalny, pod którym możemy przejść jako wolni ludzie”.

Duchowa budowla jest łukiem, a każdy z poprzednich Kroków układany jest jeden na drugim, tak by tworzyły ten łuk. Jeśli nie byliśmy uważni, nasza budowla runie. Przejrzenie naszej dotychczasowej pracy jest konieczne.

Trochę nam zajmie czasu omówienie tego rozdziału. Jest tu sporo materiału – Kroki od V do XI w jednym rozdziale! Jutro porozmawiamy o Krokach VI i VII.



25

Post 25

Jesteśmy na str. 65, spójrzcie na ostatni akapit. Wiercie lub nie, ale Krok VI ma również swoją modlitwę: „Czy On jest w stanie teraz zabrać je wszystkie – każdą z nich? Jeśli wciąż kurczowo trzymamy się czegoś i nie chcemy puścić, prosimy Boga, by pomógł nam się stać gotowymi do tego” (WK, str. 65, akapit szósty, linijka druga). W Kroku VI modlimy się o gotowość. Tak jak w Kroku III musimy podjąć decyzję, by stać się skłonniymi pozwolić Bogu usunąć nasze braki/wady charakteru. I, podobnie jak w Kroku III, konieczne jest konkretne działanie. Wprowadzamy konkretne działania, aby dopełnić tę decyzję; robimy rzeczy przeciwne do naszych wad, wprowadzamy w nasz sposób życia dobre myślenie.

Krok VII – „Mój Stwórco, jestem teraz gotowy, byś miał mnie całego, ze wszystkim co we mnie dobre i złe. Modlę się, byś usunął ze mnie każdy jeden defekt mojego charakteru, który stoi na drodze do tego, bym był użyteczny dla Ciebie i moich braci. Udziel mi siły, abym spełniał Twoją wolę. Amen” (WK, str. 65, szósty akapit, piąta linijka od dołu). Oto nasza modlitwa VII Kroku. Zwróciliśmy uwagę, że w miejsce „braków” znów pojawiają się tu „defekty”. Bill wołał się nie powtarzać, dlatego używał synonimów: wady charakteru = braki = złe uczynki.

Musimy włożyć jeszcze więcej pracy, aby oczyścić połączenie pomiędzy nami a Siłą Wyższą. Wiara bez uczynków jest martwa.

Jak mamy wykonywać tę pracę, znaną także jako Boża Wola, jeśli wciąż jesteśmy więźniami przeszłości? Jak mamy iść dalej i próbować wypełniać Jego wolę, jeśli nie jesteśmy w stanie spojrzeć ludziom w oczy? Dwa ogromnie istotne (vital = żywotny) Kroki, które czynią nas zdolnymi do szczęśliwego, wesołego, wolnego życia dotyczą zadośćuczynienia. Jesteśmy na str. 66, akapit pierwszy: „Mamy listę osób, które skrzywdziliśmy i którym jesteśmy skłonni zadośćuczynić”. Sporządziliśmy ją, kiedy pisaliśmy inwenturę (w IV i V Kroku). Tu mamy definicję słowa „zadośćuczynienie”: „Idziemy do naszych znajomych i naprawiamy szkody wyrządzone w przeszłości”. „Naprawiamy szkody”, nie przepraszamy, próbujemy zamienić zło w dobro. Pamiętajcie, ten Krok ma swoje korzenie w jednej z koncepcji Grup Oksfordzkich – „Odszkodowanie”. Odszkodowanie jest synonimem zadośćuczynienia. Poprzez nie bierzemy odpowiedzialność za swoją część i naprawiamy ją. „Naprawdę mi przykro” – to nie jest to, co tu znajdziemy.

Modlitwa VIII Kroku – „Jeżeli nie mamy dość woli, by to zrobić, prosimy o nią, dopóki nie przyjdzie”. Potrzebowałem prosić Boga o wolę, by spotkać się z tymi ludźmi, bez Jego pomocy to byłoby dla mnie zbyt wiele. Zaniósłem moją listę do sponsora, by ją razem z nim przejrzeć i ustalić najlepszy sposób działania, by zrealizować zadośćuczynienia. Jestem dziś wdzięczny, że tak zrobiłem, ponieważ otrzymałem od niego wiele pomocnych sugestii. Podkreślał, że jestem od tego, by oczyścić swoją stronę ulicy, że nie możemy skupiać się na złych uczynkach innych.

Jutro porozmawiamy więcej o Kroku IX, zaczynając od str. 66.



26

Post 26

Zaczynamy czytanie od str. 66. W akapicie drugim dowiadujemy się, co jest naszym celem w życiu! „Naszym prawdziwym celem jest stanie się maksymalnie użytecznymi dla Boga i ludzi wokół nas”. Aby być w takiej służbie, musimy uwolnić się od przeszłości i od wszystkiego, co stoi pomiędzy nami a Bogiem. Umożliwia to realizacja Kroków od IV do IX.

Na str. 67, w akapicie pierwszym znajdujemy bolesną oczywistość: „Trudniej podejść do wroga niż do przyjaciela, ale jest to dla nas bardziej dobroczynne”. W następnych akapitach dostaniemy instrukcje, jak mamy postępować, czyniąc nasze zadośćuczynienia: „Pod żadnym pozorem nie krytykujemy takiej osoby ani nie dyskutujemy z nią. Powiedzmy po prostu, że nigdy nie zaprzestalibyśmy picia, jeżeli nie zrobilibyśmy wszystkiego, aby wyprostować przeszłość”. „Zrobienie wszystkiego” oznacza, że robimy wszystko, co jesteśmy w stanie zrobić. „Jesteśmy tu, by posprzątać swoją stronę ulicy, zdając sobie sprawę, że nie wydarzy się nic wartościowego, dopóki tego nie zrobimy”. Jesteśmy tu, by mówić o swoich uchybieniach, nie zważając na to, jak dana osoba skrzywdziła nas.

Akapit czwarty na str. 67 daje nam wskazówki, jak postępować z wierzycielami. „Większość alkoholików jest winna pieniądze. Nie unikamy naszych wierzycieli”. To oznacza, że odbieramy telefon, gdy dzwoni. Odpowiadamy na wezwania do zapłaty i opracowujemy plan spłaty. Oczywiście pijacy chcą najpierw zebrać gotówkę i wtedy dopiero wpłacić całość, ale wygląda na to, że nie jest to dla nas dobre wyjście. Nawet jeśli będziemy wpłacać tylko 20 \$ tygodniowo (czy jakoś tak), szybciej wywiążemy się z obowiązku. Jeżeli unikamy telefonów i nie otwieramy maili, nie wypełniamy woli Boga, prawda? Z własnego doświadczenia, nawet gdy wpłacam pieniądze w przysłowiową „czarną dziurę” bez dna, mogę wam powiedzieć, że ten wysiłek jest tego warty.

Na stronach 68-72 znajduje się kilka ostrzeżeń przy robieniu zadośćuczynień. Przystępstwa kryminalne są omówione na str. 68 i 69. Modlitwa Kroku VIII pojawia się na str. 69, w drugim akapicie: „Prosimy (Boga) o siłę i wskazówki, aby robić właściwe rzeczy, bez względu na konsekwencje”.

Akapit kończy się słowami: „nie możemy kurczyć się ze strachu przed niczym”. Zabawne – im więcej mamy spotkań z osobami i instytucjami na koncie, tym mniej się boimy. Odkrywamy, że to czego się najbardziej baliśmy, było tylko wewnątrz nas, a poprzez proces IX Kroku pokonujemy ten strach.

Kolejne ostrzeżenie – wmieszanie innych ludzi. W akapicie trzecim na str. 70, czytamy że nie musimy tłumaczyć innym, dlaczego robimy naszą rekompensatę. Bardzo tu przydatna jest pomoc sponsora, ponieważ widzi rzeczy, których my nie jesteśmy w stanie zobaczyć. Na str. 80 jest ukryta definicja słowa „zadośćuczynienie”. Popatrzmy na akapit trzeci: Zaczynamy rozumieć, że staramy się naprawić prawdziwe zło”. Brzmi trochę poważniej niż nasze „Przepraszam za...”, prawda?

Jutro poczytamy o naszej sytuacji domowej w kontekście IX Kroku.



27

Post 27

Jesteśmy na str. 70. Kilka następných akapitów do str. 71 zajmuje się problemami z seksem pozamałżeńskim. Jest to szczególnie trudny teren dla alkoholików. Jeżeli byliśmy niewierni, musimy się z tym zmierzyć, a jeżeli nadal zamierzamy być nieuczciwi z samymi sobą i z innymi, zmierzamy do upadku. „Czujemy, że człowiek, który mówi, że trzeźwość wystarczy jest bezmyślny. Jest jak farmer, który gdy widzi swój dom w ruinie po przejściu cyklonu, mówi do żony: 'Nie ma problemu, mamuśka. Wiatr ustał'. Tak, przed nami długi proces odbudowy. Musimy przejść do działania. Markotne przeprosiny niczego nie załatwią”. Czytając ten akapit na str. 71, widzimy, że musimy podjąć konkretne działanie przy Kroku IX, szczególnie w odniesieniu do naszych rodzin.

A teraz obietnice, o których wszyscy tak lubią mówić: „Jeżeli wykonaliśmy skrupulatnie pracę na tym etapie rozwoju, będziemy zachwyceni już przed połową drogi. Poznamy nową wolność i nowe szczęście. Nie będziemy żałować przeszłości ani zatrząskiwac za nią drzwi. Pojmujemy sens słowa pogoda ducha i zaznamy spokoju. Nieważne jak nisko upadliśmy, zobaczymy że nasze doświadczenia przynoszą korzyść innym. Poczucie bezużyteczności i samo-użalania zniknie. Stracimy zainteresowanie dla naszych egoistycznych spraw, a bardziej zainteresujemy się innymi. Zniknie samolubstwo. Zmieni się całe nasze nastawienie i podejście do życia. Opuści nas strach przed ludźmi i niepewnością materialną. Poczujemy, że radzimy sobie w sytuacjach, które wcześniej nas przerażały. Nagle zrozumiemy, że to Bóg robi dla nas to, czego sami nie mogliśmy zrobić dla siebie. Czy są to wybujałe obietnice? Nie myślimy tak. Spełniają się między nami, czasem szybko, czasem wolniej. Zawsze materializują się, jeśli pracujemy na nie”.

To ważne, w jakim miejscu książki znajdują się te szczególne obietnice – na końcu Kroku 9. W tym miejscu kończymy nasze pierwsze „sprzątanie domu”. Po jego skończeniu otrzymamy Bożą Łaskę. Obietnice stają się prawdą. „Jeżeli wykonaliśmy skrupulatnie pracę na tym etapie rozwoju” – „ten etap” to etap zadośćuczynień. Obietnice są cudowne i dają nam dużo nadziei, ale z jednym zastrzeżeniem: „jeżeli na nie pracujemy”. Nie dostaniemy ich przez osmozę. Nie spadną z nieba, musimy na nie zapracować.

Cały proces 8. i 9. Kroku skierowany jest na to, aby przygotować nas do służenia Bogu i innym. Jeżeli ukończymy ten etap naszego rozwoju, możemy spojrzeć całemu światu w oczy. Wtedy zaczynamy naprawdę żyć jednym dniem na raz.

Jutro zaczniemy czytać od piątego akapitu na str. 72 i porozmawiamy o Kroku X. Będzie więcej obietnic.



28

Post 28

Mimo, że wygląda to tak, jakbyśmy teraz biegli przez Kroki, zwróćcie uwagę, że w jednym rozdziale zawarte są Kroki od V do XI – trochę ponad 16 stron na sześć Kroków. Nic dziwnego, że ten rozdział jest zatytułowany „Do dzieła”. Jesteśmy na str. 72, piąty akapit i zaczynamy Krok X. „Ta myśl prowadzi nas do Kroku X, który sugeruje kontynuowanie osobistej inwentury i naprawiania każdego błędu na naszej drodze”. Tak więc, w Kroku X. kontynuujemy proces sprzątnięcia/zadośćuczynienia, który rozpoczęliśmy w Krokach od IV do IX. „Wkroczyliśmy do świata Ducha (mieliśmy duchowe przebudzenie albo doświadczenie), naszym następnym zadaniem jest wzrastać w rozumieniu i efektywności”.

Jest to pierwszy z Kroków kontynuujących nasz rozwój. Dawniej Kroki X, XI, XII nazywano Konserwacyjnymi Krokami. I chociaż konserwacja to tylko część ich znaczenia, bardzo potrzebujemy pogłębiania naszego rozwoju w Krokach X-XII. „Powinniśmy kontynuować go przez całe życie”. Codzienny X Krok jest integralną częścią naszego życia. „Kontynuujemy szukanie egoizmu, nieuczciwości, uraz i strachu”. Brzmi jak Krok IV, nieprawdaż? „Gdy tylko pojawią się, natychmiast prosimy Boga, aby je usunął”. Brzmi jak to, co robiliśmy przy Krokach VI i VII. „Rozmawiamy o nich z kimś od razu (Krok V, tak?) i wykonujemy zadośćuczynienie, jeśli kogoś skrzywdziliśmy” – to brzmi jak nasze działania z Kroków VIII i IX. Co jest naszą zasadą? „Miłość i tolerancja”. W tym krótkim akapicie opisującym Krok X mamy do czynienia z Krokami od IV do IX kontynuujemy proces rozpoczęty w tych Krokach. Jeżeli jesteśmy staranni w tym Kroku, nie ma potrzeby, byśmy powtarzali Kroki od IV do IX.

Następna grupa obietnic, obietnice Kroku X, pojawiają się na str. 73, akapit pierwszy: „Zaprzestaliśmy walki z czymkolwiek i kimkolwiek – nawet z alkoholem. (Czy możemy teraz nadal chować się za słowem „niepoczytalny”? Wciąż jesteśmy chorzy? Jesteśmy szaleni? Nie, nie w stosunku do alkoholu! Zostaliśmy przywróceniu do zdrowia i nie jesteśmy już ofiarami mentalnej obsesji, która skazywała nas na picie. Jak dla mnie, jest to cud!) Jeżeli ogarnia nas pokusa, odsuwamy się od niej jak od gorącego płomienia. Reagujemy rozsądnie i normalnie i zauważamy, że dzieje się to automatycznie. Nie walczyliśmy z tym, nie unikaliśmy pokus. Zamiast tego – problem został rozwiązany. Nie istnieje dla nas. W ten sposób reagujemy tak długo, dopóki jesteśmy w odpowiedniej kondycji duchowej”. Dla mnie brzmi to tak, że jeżeli przeszliśmy przez ten proces, nie musimy już walczyć z gorzałką. Jeśli nadal kurczowo „trzymamy się” widocznie nie praktykujemy tego programu tak, jak jest opisany w książce. Czy często myślimy o picciu? Czy ogarnia nas pokusa napicia się? Musimy wrócić i przyjrzeć się temu, co zrobiliśmy, gdzie tkwi błąd. Czy byliśmy całkowicie uczciwi? „Czy próbowaliśmy zrobić zaprawę bez piasku? Czy skąpiliśmy cementu?”.

Niektóre z największych cudów trzeźwości stają się możliwe dopiero poprzez praktykowanie i stosowanie całego procesu 12 Kroków w życiu. To są cuda, które odróżniają AA od czegośkolwiek innego. Są możliwe dla każdego z nas. Ale tylko wtedy, gdy przejdziemy przez program tak, jak jest to opisane w książce. Jeżeli zdecydujemy się przerabiać „nasz własny program”, nie możemy oczekiwać tego rodzaju korzyści. Jutro – nadal o Kroku X.



29

Post 29

Str. 73, akapit trzeci – „Nie jesteśmy wyleczeni z alkoholizmu. To, co naprawdę mamy, to codzienne odroczenie wyroku, które zależy od utrzymywania naszej duchowej kondycji. Każdy dzień musimy zaczynać od niesienia woli Bożej we wszystkich naszych aktywnościach. Jak mogę najlepiej służyć Tobie? Twoja wola (nie moja) niech się dzieje. To są myśli, które muszą być z nami nieustannie. Możemy ćwiczyć naszą siłę woli w ten właśnie sposób we wszystkich naszych życzeniach. Oto właściwy sposób używania naszej woli”.

Mimo, że podjęliśmy już decyzję, aby zwrócić naszą wolę pod opiekę Boga, tak jak go rozumiemy (w Kroku III), tu znów mówi nam się, jak mamy używać naszej woli, aby wypełnić tę samą decyzję. Nasza wola nie została nam zabrana, w zamian jesteśmy uczeni właściwego używania naszej woli. To właściwe użycie naszej woli to próba zespolenia jej z Bożą wolą.

Krok X jest naszym głównym sposobem na to, by wzrastać, który stosujemy zaraz po tym, jak ukończyliśmy proces pierwszych IX Kroków. Nie możemy jednak wprowadzić tego Kroku w nasze życie pojedynczo. Aby był efektywny, musi być połączony z Krokiem XI. W „12/12” w rozważaniu nad Krokiem XI. Bill pisze o „niezachwianej podstawie życia”. Ta podstawa to logiczne splecenie procesu samo-egzaminacji (Krok X) i świadomego kontaktu z Siłą większą od naszej (Krok XI). Jeśli połączenie pomiędzy nami a Bogiem jest wypełnione pozostawionym tam bez nadzoru bagażem Kroku X – strachem, urazami, złością, winą itd. – nie będziemy mieć otwartego połączenia z Bogiem i jego łaską. Światło Ducha nie będzie mogło wejść do naszego życia. I na odwrót – jeżeli nie będziemy mieli świadomego kontaktu z Bogiem, nasza umiejętność „identyfikowania gorszych przedmiotów w składzie” może zaniknąć.

Krok XI zaczyna się na str. 74, w trzecim akapicie. Przeczytajmy: „Kiedy wieczorem udajemy się na spoczynek, konstruktywnie przeglądamy nasz dzień. Czy byliśmy pełni uraz, samolubni, nieuczciwi, przestraszeni? (brzmi to jak Krok IV). Czy jesteśmy komuś winni przeprosiny? (podobnie jak w Kroku IX, nieprawdaż?) Czy zatrzymaliśmy dla siebie coś, o czym natychmiast powinniśmy porozmawiać z drugą osobą? (Krok V) Czy byliśmy wobec wszystkich uprzejmi i miłujący? Co mogliśmy zrobić lepiej? Czy myśleliśmy przez większość czasu tylko o sobie? (jeszcze trochę inwentury). Po zrobieniu naszego przeglądu, prosimy Boga o wybaczenie i dociekamy, jakie środki naprawcze należy wprowadzić. Tak więc na koniec dnia robimy przegląd i poprzez modlitwę i medytację dociekamy, jakie środki naprawcze należy wprowadzić”. To brzmi tak, jakby Kroki X i XI spletały się. Pytamy Boga o kierunek poprzez modlitwę. Niektórzy z moich trzeźwych kumpli mówią, że modlitwa to mówienie do Boga, a medytacja – słuchanie.

Kiedy będziemy przechodzić przez Krok XI w książce zauważymy, że wiedza Billa na temat modlitwy i medytacji była nieco ograniczona i że był on naciskany, by utrzymać to w prostocie (Przy okazji, to właśnie miał na myśli, gdy pisał: „Zdajemy sobie sprawę, że wiemy niewiele” na str. 143). Ponieważ modlitwa i medytacja przyjmuje najróżniejsze formy, wydaje się to być najlepszym rozwiązaniem. Jutro będziemy nadal rozmawiać o Kroku XI, nadal str. 74.



30

Post 30

Jesteśmy na str. 74, akapit piąty: „Po przebudzeniu pomyślmy o 24 godzinach przed nami... Prosimy Boga, aby pokierował naszym myśleniem, szczególnie, aby było oddzielone od samo-użalania się, nieuczciwości i samolubnych motywów (To pierwsza modlitwa Kroku XI). Kiedy jesteśmy niezdecydowani: Wtedy prosimy Boga o inspirację, intuicyjną myśl lub decyzję (kolejna modlitwa). Relaksujemy się i odprężamy”. Nie wpadamy w obsesję, myślimy o czymś innym, wiedząc że odpowiedzi przyjdą. Mimo że zaczynamy polegać na naszej intuicji, sprawdzamy z innymi nasze myśli, zanim wprowadzimy je w czyn.

Jeszcze jedna modlitwa, str. 75, akapit trzeci: „Zwykle czas medytacji kończymy modlitwą, o to, by zostało nam pokazane przez cały dzień, co powinno być naszym następnym krokiem, abyśmy mieli wszystko, czego potrzebujemy, by podjąć tym problemom. Szczególnie prosimy o wolność od samo-woli i staramy się nie prosić o rzeczy tylko dla nas”. Tu prosimy o poznanie Jego woli wobec nas i o siłę, by ją wypełnić. Jaki jest tego rezultat? Na górze str. 76: „Jesteśmy w dużo mniejszym niebezpieczeństwie (cierpienia od) podekscytowania, strachu, złości, zmartwień, samo-użalania się lub głupich decyzji”. Zwłaszcza te głupie decyzje powodowały masę moich kłopotów!

Teraz zwróćcie uwagę, że Bill pisze, czym jest dla niego medytacja: od słów „Po przebudzeniu...” aż do „Zwykle czas medytacji kończymy...” jesteśmy zajęci medytacją. Myślimy o tym, jakie będą nasze działania, z czym się zmierzmy, jak mamy się zachowywać. Ja osobiście zaczynam moje medytacje od zakończenia tej niekończącej się konwersacji w mojej głowie, którą zwykle toczyłem, aż doprowadzałem się tym do obłądu! Potem zaczynam kierować moje myśli na to, z czym mogę się zetknąć w ciągu dnia. Oczywiście oznacza to, że będę musiał zmienić sposób, w jaki żyję. Nie mógłbym żyć nadal w ten sposób, gdybym był tak napompowany każdego ranka. Wprowadzałem różne sugestie: zamiast wstawać na ostatnią minutę, wstawałem nieco wcześniej, by mieć czas na medytację, zamiast lać bak do pełna, może powinienem go napełnić w ¼. Wstawanie ciut wcześniej do pracy pomoże mi uspokoić umysł rano, przyjdę do pracy mniej zmordowany i na czas. Te i inne sugestie były ogromnie pomocne. Rezultatem było to, że łatwiej mi było medytować rano i przygotować się do dnia.

„Dziś wstaję wcześniej, około 5.15. Biorę prysznic, ubieram się i medytuję nad tym, co dzień przyniesie razem z moim kotem Trixie. Wychodzę z domu o 6.15, łapię pociąg o 6.32, jeszcze trochę medytacji w wagonie. Przyjeżdżam do biura o 7.10, robię kawę i doglądam Studium WK, łącząc się z Bogiem poprzez służbę. Zaczynając mój dzień w biurze, nie mam w sobie żadnego strachu, ponieważ mam Partnera, który posiada całą moc. Robię swoje, a rezultat zależy od niego. Moje życie nie przypomina już roller-coastera. Kluczem było 12 Kroków.”

Ćwiczenie: wróć do tekstu i policz, ile razy pojawiły się słowa: myśleć, myśli, mózgi, intuicja lub ich synonimy. Będziesz zdziwiony, ile myśli jest w medytacjach! Jutro zaczniemy rozdział 7. Wiara bez czynów jest martwa, a więc – więcej działania.



31

Post 31

Rozdział 7. zaczyna się na str. 77. W całości jest poświęcony Krokowi XII: „Po przebudzeniu duchowym w rezultacie tych Kroków, próbujemy zanieść tą wiadomość innym alkoholikom i praktykować te zasady w odniesieniu do wszystkich naszych spraw”. Większość tego rozdziału jest poświęcona niesieniu przesłania, szczególnie od str. 77 do 86. Dlaczego tak jest? Odpowiada nam pierwszy akapit na str. 77: „Praktyczne doświadczenie pokazuje, że nic nie zapewnia nam takiej niezależności od alkoholu, jak intensywna praca z innymi alkoholikami. To działa także wtedy, gdy inne działania zawodzą. To jest nasza dwunasta sugestia: zanieś tą wiadomość alkoholikom! Możesz im pomóc, gdy nikt inny nie może! Możesz zdobyć ich zaufanie, gdy nikt inny nie jest w stanie! Pamiętaj, że są oni bardzo chorzy”.

Popatrzmy na ten tekst z perspektywy historycznej – w czasie, gdy została napisana książka wspólnota miała od 60 do 100 trzeźwych członków – po czterech latach pracy. Istniały dwa jej ośrodki: Nowy York, który był bardziej intelektualno/psychologiczny i Akron/Cleveland, które było bardziej ewangeliczne. W pierwszej wersji XII Krok brzmiał tak: „Po duchowym doświadczeniu w rezultacie obranego kursu działania, próbowaliśmy nieść tą wiadomość innym, szczególnie alkoholikom i praktykować te zasady w odniesieniu do wszystkich naszych spraw”. Wyraźnie widać tu nawiązanie do nawrócenia i ewangelizacji. Rozdział 7. został napisany z ideą, że a. byłoby dobrze zwiększyć ilość członków wspólnoty, b. sposobem na to jest przekazywanie dalej tej wiadomości. Wierzyli oni także, że przekazywanie dalej tej wiadomości nie wymaga osobistego kontaktu. Szczególnie Bill i Bob nie byli za tym, by wyruszyć w podróż. Ta książka miała być pojazdem do niesienia przesłania. Do roku 1940 nawet Bill był zaskoczony sukcesem książki w niesieniu przesłania.

Czytając książkę, natykamy się na rzeczy, które nas zadziwiają: Nie zamierzamy przekonywać kogokolwiek, że potrzebuje tego programu, po prostu pokazujemy, co on dla nas uczynił. Jesteśmy atrakcyjni, nie promocyjni. Założenie jest takie, że dany alkoholik jest gotowy, by odebrać tą wiadomość. Str. 81, akapit trzeci: „Wyjaśnij mu, że nie jest pod presją, że nie zobaczy cię ponownie, jeśli tego chce”. Jest takie stare powiedzonko AA, teraz rzadko się je słyszy: „AA jest programem dla tych, którzy go chcą, nie dla tych którzy go potrzebują”.

Będziemy również zaskoczeni poświęceniem, na jakie trzeba się zdobyć, aby pomagać innym. Akapit pierwszy na str. 84 opisuje z detalami, czego się od nas oczekuje. „Nie unikaj odpowiedzialności, bądź pewny, że robisz właściwą rzecz, przyjmując ją. Pomaganie innym to istota twojego zdrowienia. Pojedynczy akt uprzejmości nie wystarczy. Musisz być jak Dobry Samarytanin każdego dnia, jeśli jest taka potrzeba. To może oznaczać wiele nieprzespanych nocy, rezygnację z twoich przyjemności, odkładania na bok twoich spraw. To także dzielenie się pieniędzmi i domem, konieczność pocieszania rozgoryczonych żon i krewnych, odwiedziny na policji, w szpitalach, więzieniach, domach opieki. Twój telefon może dzwonić o każdej porze dnia i nocy. Twoja żona

może narzekać, że ją zaniedbujesz. Pijacy mogą zniszczyć twoje meble lub spalić łóżko. Być może będziesz musiał się z nimi bić. Czasem trzeba będzie dzwonić po doktora, by dał zastrzyk uspokajający. Innym razem trzeba będzie wzywać policję lub pogotowie. Czasem będziesz narażony na wszystkie te okoliczności”. Ładne zaangażowanie! Oddziały leczenia uzależnień zdjęły z nas część tych zobowiązań. To, że z uszczerbkiem dla AA to temat na osobną dyskusję.

Jutro będziemy czytać od str. 87. Porozmawiamy o tym co duchowe przebudzenie dla nas zrobiło i co oznacza w AA słowo: „uzdrowiony alkoholik”.

Dziękuję wam za możliwość bycia w służbie.



32

Post 32

Zajrzyjmy na str. 87, akapit trzeci: „Zakładając, że jesteśmy w dobrej kondycji duchowej, możemy robić różne rzeczy, które nie są zalecane alkoholikom. Mówi się, że nie powinniśmy chodzić tam, gdzie jest podawany alkohol, że nie powinniśmy go trzymać w domu, że mamy unikać pijących przyjaciół i filmów, w których są sceny picia, że nie powinniśmy chodzić do barów, a przyjaciele muszą chować butelki, gdy ich odwiedzamy, w ogóle nie powinniśmy myśleć ani zbliżać się do alkoholu. Nasze doświadczenie pokazuje, że niekoniecznie musi tak być. Spotykamy się z takimi okolicznościami codziennie. Alkoholik, który nie jest w stanie im sprostać, posiada wciąż umysł alkoholika, coś jest nie tak z jego duchowością”.

Te linijki w Wielkiej Księdze są bardzo ważne. Posiadanie umysłu alkoholika oznacza, że nie przeżyliśmy duchowego przebudzenia, nie zmieniliśmy się wystarczająco, by wyzdrowieć z tej choroby. Jeśli po skonfrontowaniu się z okolicznościami, widzimy, że nadal wraca obsesja alkoholu zrobmy jeszcze raz inwenturę, aby przekonać się, dlaczego tak jest.

Spójrzmy na str. 73, trzecie zdanie w pierwszym akapicie mówi: „Alkohol przestał nas pociągać”. Przyglądając się tym obietnicom, widzimy, że otrzymaliśmy nowy stan umysłu w odniesieniu do alkoholu. A teraz wróćmy na str. 87 – łatwo zauważyć, że kiedy mamy nadal obsesję alkoholu, takie sytuacje są dla nas rzeczywiście niebezpieczne. Pamiętajcie, nie jesteśmy w stanie zwalczyć tej obsesji sami, ona znika tylko poprzez duchowe przebudzenie, jako rezultat pracy nad 12 Krokami. Tak więc, podsumowując: jeżeli przeżyliśmy duchowe przebudzenie i jesteśmy w dobrej kondycji duchowej, możemy iść w jakiegokolwiek miejsce, jeżeli nasze motywacje są właściwe. Czy to oznacza, że mogę pójść do klubu striptizowego i popijać całą noc colę, pobłażając swojej ulubionej wadzie charakteru? Prawdopodobnie nie, moje motywy są duchowo skażone. Czy mogę iść do rodziny, wiedząc, że będą tam osoby bezkarnie pijące alkohol? Zdecydowanie tak, zakładając, że jestem w dobrej kondycji duchowej.

Spójrzmy na str. 89, pierwszy akapit: „Twoim nowym zadaniem jest być we wszystkich tych miejscach, gdzie możesz być pomocny innym, więc nigdy nie wahaj się iść tam, gdzie możesz być użyteczny. Nie powinieneś zawahać się pójść do najgorszych mordowni na ziemi, jeśli jest taka potrzeba. Z taką motywacją i pod opieką Boga nawet na linii ognia pozostaniesz nie draśnięty”. Co to oznacza? Czasem możemy się znaleźć w sytuacjach, gdzie jest wmieszany alkohol. Jeżeli nie jesteśmy w dobrej kondycji duchowej, nasza zdolność do bycia pomocnymi jest upośledzona. W rzeczywistości nasza zdolność do szukania i wypełniania Bożej woli jest skrupowana. Zauważcie też, że jest to drugie miejsce w WK, gdzie wspomina się o „linii ognia”. Wróćmy do „Opinii lekarza”, tam też ją znajdziecie (str. XXVIII, trzeci akapit). „Linia ognia” oznacza, że musimy mieć świadomość naszego alkoholizmu, inaczej mówiąc – „mieć go świeżo w pamięci”. Jeżeli nie przekazujemy dalej naszej wiadomości, zapomnimy skąd żeśmy przyszli. Możemy nawet zacząć myśleć o sobie, że

byliśmy po prostu koneserami wina i piwa. Jeżeli zostaniemy na linii ognia, nigdy nie zapomnimy, jakiego rodzaju pijakami jesteśmy.

„PRZECIEŻ NASZE PROBLEMY POCHODZĄ Z NAS SAMYCH. BUTELKA BYŁA TYLKO SYMBOLEM. PONADTO PRZESTALIŚMY WALCZYĆ Z CZYMKOLWIEK I KIMKOLWIEK. MUSIMY TAK ŻYĆ!” (WK, str. 90). Alkoholizm jest w ludziach, nie w butelkach, a my sami stworzyliśmy większość – jeśli nie wszystkie – naszych problemów. To drugie miejsce, w którym przestajemy walczyć – ponownie, przeglądając str. 89 i 90.

Jutro rozdział 8, „Do żon”.



33

Post 33

Rozdział 8, „Do żon” zaczyna się na str. 91. Jest tu pewien interesujący aspekt historyczny. Po pierwsze, kluczowe pytanie – kto napisał ten rozdział? Większość z nas z pewnością powiedziała, że Lois Wilson albo żona dr. Boba, Anne, ale bylibyśmy w błędzie. Początkowo Bill chciał, aby to Anne Smith go napisała. Ona jednak nie była tym zainteresowana. (Widzę, oczyma mojej duszy, jak Lois skacze i krzyczy: Ja! Ja to zrobię!, a Bill odpowiada: Nie sądzę!). Bill zdecydował, że napisze go sam. Nie trzeba nam tu zagadnień na temat kontroli! Oczywiście, po ponaglaniach Billa, Al-Anon zostało stworzone przez Lois i Anne we wczesnych latach 50-tych i stało się wspólnotą niezależną od AA. (Jako historyczny dodatek interesujące jest, że żony były dużo bardziej zaangażowane w spotkania alkoholików na początku istnienia wspólnoty. Ten rozdział staje się wtedy bardziej zrozumiały z tej perspektywy).

Począwszy od str. 95 do str. 96, Bill opisuje „czterech mężów”, pokazując stopniowe pograżanie się w chorobie. Poniższy akapit jest być może najważniejszy w tym rozdziale: „Nigdy, nigdy nie organizujemy życia mężowi tak, by bronić go przed pokusami. Najlepsze stanowisko z twojej strony, by kierować jego spotkaniami lub sprawami, tak by nie był zagrożony, zostanie zauważone. Pozwól mu być absolutnie wolnym, by żył tak jak chce. To ważne. Jeżeli się upije, nie obwiniaj siebie. Tylko Bóg jest w stanie usunąć problem alkoholu z jego życia. Jeżeli tego nie zrobił, lepiej wiedzieć to od razu. Wtedy oboje możecie wrócić do podstaw. Jeśli chce się zapobiec powtórkom, należy ten problem, jak i wszystkie inne, pozostawić w rękach Boga”.

To zdanie jest na str. 106, w akapicie pierwszym. Jest on lustrzanym odbiciem akapitów trzeciego i czwartego ze str. 87. Pamiętajcie to, co już przekazywaliśmy w tym studium – Bill powtarza niektóre ważne idee, by umocnić czytelnika. To kolejny przykład na jego sposób pisania.

Jutro rozdział 9., „Rodzina później”.



34

Post 34

Dziś rozpoczynamy czytanie od str. 107 – rozdział „Rodzina później”. Dynamika rodziny, która cierpi z powodu alkoholizmu doprowadza do punktu, gdzie dalsze wspólne życie staje się tak trudne, że wydaje się być niemożliwe. Ten rozdział, napisany wiele lat przed powstaniem Al-Anon i Alateen, próbuje skierować nas wszystkich, alkoholików i nie, na duchową ścieżkę.

Akapit 5. na str. 107 podejmuje temat przewijający się przez całą książkę: Zaprzestanie picia to tylko pierwszy krok wyjścia z tych bardzo napiętych warunków. AA nie jest klubem abstynenta. Czytając ten rozdział spotykamy rady dla alkoholików i nie, że to wymaga cierpliwego dążenia, by uwolnić się od przeszłości i wzrastać do czegoś lepszego. Mimo, że chcemy mieć rezultaty już musimy rozumieć, że potrzeba czasu, by wyzdrowieć na wielu różnych poziomach.

Ostatni akapit na str. 111 przypomina nam o byciu roztropnym w skupianiu się na jednym tylko aspekcie wyzdrowienia – głowa rodziny musi pamiętać, że jest głównym winowajcą tego, co wydarzyło się w jego domu. Przez całe swoje życie załedwie... Ale musi widzieć niebezpieczeństwo w skupieniu się na finansowych sukcesach. Mimo że wyzdrowienie finansów jest ważne dla wielu z nas, nie możemy na pierwszym miejscu stawiać pieniędzy. Rozwój duchowy musi poprzedzać polepszenie bytu materialnego, nigdy odwrotnie. Jeżeli skoncentrujemy się na naszej duchowej kondycji, polepszy nam się też finansowo. Poniższy akapit kieruje nasze wysiłki na dom rodzinny: Ponieważ dom ucierpiał bardziej niż cokolwiek innego, człowiek powinien skupić się na niej. Nie zajdzie daleko w żadnym kierunku, jeśli nie będzie okazywał braku samolubności i miłości pod swoim dachem. Wiemy, że są trudne żony i rodziny, ale człowiek który przeszedł przez alkoholizm musi pamiętać, kto to sprawił, że tacy są.

Dalsze akapity są o równowadze. Przesada w jakiegokolwiek dziedzinie powoduje brak równowagi i te dziedziny, które są zaniedbywane, cierpią. Równowaga jest czymś rozchwytywanym. Nadmierna koncentracja na finansach, duchowości, mityngach, relacjach etc. kosztuje inne rzeczy, które stanowią o życiu i prowadzi nas do trudności.

Jutro zaczniemy od str. 113. Będziemy mówić o tym, jak rodzina reaguje na „porywające duchowe doświadczenie”.



35

Post 35

Jesteśmy na str. 112 rozdziału „Rodzina później”. Czytanie od tego miejsca do str. 115 koncentruje się na – z braku lepszych terminów – niemowlęcej duchowości. W tym czasie wielu z nas przeżywało doświadczenie odnalezienia oazy na pustyni życia alkoholika. Ma to swoje źródło w przebudzeniu duchowym, bądź też w przeogromnej wdzięczności. Książka ujawnia, że bez względu na okoliczności, brak równowagi w życiu nie jest trwały. Pomimo że wahadło przechyliło się z czynnego alkoholizmu w nad-gorliwość w świecie ducha, what will happen, given time, is that we will become centered. W tym miejscu prosi się nasze rodziny, aby w tym czasie, zanim staniemy się zrównoważeni, pozwoliły nam postawić służbę w AA i życie duchowe na wyższym miejscu niż pozostałe elementy naszego życia: praca, rodzina, dom, służba itd. Krok 10. jest podstawowym narzędziem, aby uzyskać pożądany rezultat.

Tekst od str. 115 do 117 zajmuje się życiem rodzinnym, robieniem inwentury wewnątrz rodziny i odkrywaniem nowego nastawienia w stosunku do jej członka – alkoholika. Korzenie tego są w naszym nowym nastawieniu jako ozdrowiałych alkoholików. Akapit 1. na str. 117: „Ludzie spoza wspólnoty są często w szoku, kiedy wybuchamy śmiechem nad jakimś tragicznym wydarzeniem z przeszłości. Ale czemu nie mielibyśmy się śmiać? Wyzdrowieliśmy i została nam dana siła, aby pomagać innym. Następny akapit kontynuuje: Tak więc niech każda rodzina bawi się razem lub oddzielnie, tak jak na to warunki pozwalają. Jesteśmy pewni, że Bóg chce, abyśmy byli Szczęśliwi, Radośni i Wolni”. Wygląda to tak, jakbyśmy ujrzeli na mgnienie Bożą wolę w stosunku do nas. Gdy będziemy uważnie czytać WK, częściej zauważymy jak wola Boga się ujawnia. Ona jest powszechna w przyrodzie, ale jest tam. Jeżeli nie jesteśmy Szczęśliwi, Radośni i Wolni może coś przeoczyliśmy w naszym życiu duchowym.

Reszta tego rozdziału poświęcona jest relacjom alkoholika z jego rodziną, zdrowiu i relacjom seksualnym. Mówi nam się, byśmy nie obawiali się konsultacji z lekarzami, ponieważ oni są po to, żeby pomagać. W akapicie pierwszym na str. 35 jest sentencja: „Zobaczyć oznacza uwierzyć dla większości rodzin, które żyły z alkoholikiem. Nasze działania odkrywają dużo bardziej niż słowa, szczególnie w domu”.

Wspaniałego dnia!



36

Post 36

Rozdział 10., „Do pracodawców” zaczyna się na str. 120. Został napisany przez [Hanka Parkhursta](#). Hank był jednym z pierwszych członków wspólnoty w Nowym Yorku, a także partnerem biznesowym Billa – TU NIE WIEM CZYM SIĘ ZAJMOWALI, COŚ Z SAMOCHODAMI wewnątrz Związek Uczciwych Sprzedawców. Hank był także urzędnikiem w Works Publishing, jednostce powołanej do wydania WK. W kwietniu 1940 r. Hank upił się, co było źródłem dużych trudności ponieważ miał udziały w znaczącej części wkładu w Works Publishing.

Czytanie od str. 120 do 122 koncentruje się na stracie zdolnych pracowników. Podkreśla się również to, jak trudno jest pracodawcy zrozumieć naturę choroby, jaką jest alkoholizm. Strona 122, pierwsza linijka od góry: „Jedyną odpowiedzią, jaką miałem, było to, że jeżeli człowiek ten będzie postępował według naszego normalnego wzoru, pójdzie wkrótce na jeszcze większą popijawę niż zwykle. Czułem, że to jest nieuchronne i dziwiłem się, dlaczego bank robi mu taką krzywdę. Czemu nie skontaktują go z kimś z naszej bandy? Miałby wtedy szansę. Podkreśliłem, że nie miałem alkoholu w ustach od trzech lat i to w obliczu trudności, w których 9 na 10 ludzi upiłoby się na umór. Czemu przynajmniej nie skorzystać z tej okazji, by posłuchał mojej historii? Och nie – powiedział mój przyjaciel – ten facet ma problemy z alkoholem, ale nie w pracy. Jeśli będzie miał twoją siłę woli i odwagę, stanie na wysokości zadania”. W następnym akapicie człowiek, o którym mowa, upija się znowu.

Na górze str. 123 pracodawcy są instruowani, jak rozejrzeć się we własnym przedsiębiorstwie i odnaleźć tych pracowników, którzy są alkoholikami. Podkreślony jest fakt, że jest wielu bardzo zdolnych i wartościowych pracowników, którzy mogą być pomocni i mogą wrócić do pełnej użyteczności, jeśli da im się szansę na wyzdrowienie. Ogólne podejście do pracowników jest omawiane na str. 124.

Wrócimy do tego rozdziału jutro, będziemy czytać drugi akapit na str. 124.



37

Post 37

Zaczynamy dziś czytanie od str. 124. Aż do str. 129 pada wiele pomysłów jakie sposoby można prowadzić w przedsiębiorstwie, aby pomóc alkoholikom.

Akapit trzeci na str. 129: „Należy podkreślić, że żaden człowiek nie powinien zostać zwolniony tylko z tego powodu, że jest alkoholikiem. Jeżeli chce przestać pić, powinien dostać szansę”. Faktycznie, istnieje teraz wiele programów ministerstwa zdrowia, które kierują alkoholików na leczenia.

Czytajmy teraz str. 131: „Posiadam teraz małą firmę – Związek Uczciwych Sprzedawców. Zatrudniam w niej dwóch pracowników (Jimmy B. i Bill), którzy pracują za pięciu. Czemu nie? Mają teraz nowe podejście i zostali uratowani od śmierci. Cieszy mnie każda chwila spędzona na pomaganiu im w wyjściu na prostą”. Był to mały interes z częściami samochodowymi otworzony przez Hanka, w którym pracowali Bill i [Jimmy B.](#) Nie sądzę, by była w tym jakaś przesada.

Ostatni rozdział przed historią dr. Boba to rozdział 11., „Wizja dla Ciebie”. Zaczniemy go czytać w jutro.



38

Post 38

Rozdział 11, „Wizja dla Ciebie” zaczyna się na str. 132. Jeżeli czytałeś to studium od początku, znasz już styl w jakim pisał Bill Wilson. Niemniej, dla tych, którzy świeżo dołączyli, zreferuję. Niektóre aspekty przewijają się przez całą książkę. Po pierwsze, Bill podkreślał jedną rzecz na kilka różnych sposobów. Po drugie, starał się nie powtarzać tych samych określeń. Po trzecie, robił podsumowanie pod koniec każdego rozdziału. Zwłaszcza ta trzecia rzecz jest istotna dla naszych rozważań nad rozdziałem 11. Jest to ostatni rozdział w głównym tekście. Spójrzmy, jak Bill podsumował lub zreasumował wszystko co było powiedziane wcześniej.

Pierwsze trzy strony to wstęp i wcześniejsze części książki i wyjawienie czytelnikowi co tu może znaleźć. Na str. 134 do 140 Bill referuje początki AA i zarys historii. Bill nie identyfikuje miejsc i ludzi, którzy byli ważni w początkach, ale wszyscy oni się tam znajdują: Towns Hospital, Dr Silkworth, hotel Mayflower, Akron, Dr Bob, Bill Dotson (AA nr 3), Cleveland, New York etc.

Jutro spojrzemy na najważniejsze punkty w tej historii i zatrzymamy się na str. 143. Potem przejdziemy do historii „Koszmar Doktora Boba”.



39

Post 39

Jest wiele miejsc, które były znaczące dla wczesnej historii AA. Jednym z nich jest hotel Mayflower w Ohio. Innym Szpital Miejski na 89 Ulicy na Manhattanie (przypadkiem mieszkałem kiedyś tuż obok). [Stepping Stones to dom w Bedford Hills](#), na północ od Nowego Jorku, gdzie żyli Bill i Lois, był to ich pierwszy i jedyny dom. Wprowadzili się do niego w 1941 r. Miałem szczęście spotkać się z Lois w nim w r. 1980. Odeszła w 1988 r. w wieku 97 lat. Kolejnym miejscem jest miejsce urodzin Billa, w East Dorset. Dom jest odnowiony, a Dean M. może wam ze szczegółami opowiedzieć historię tego miejsca. Dean służy tu jako assistant menager od wielu lat. Można tu też spędzić noc w rozsądnej cenie. Domowe obiady są pyszne. Niedaleko są [pochowani Bill i Lois](#). Jednym z najbardziej poruszających doświadczeń jest udać się na ich grób i spojrzeć na dziesiątki listów i zdjęć pozostawione przez tych, którzy doznali nieśmiertelnego rozwoju dzięki pracy Billa.

Str. 143, akapit czwarty – miejsce, które ludzi często cytują, wyjmując z kontekstu, by dowieść błędnych racji. „Nasza książka zawiera tylko sugestie, Zdajemy sobie sprawę, że wiemy niewiele”. Niektórzy ludzie sięgają po to, by dowieść, że instrukcje opisane w książce nie są konieczne (napisałem na ten temat artykuł, który był opublikowany w 2002 w Grapevine pod tytułem: Duchowe przedszkole). To, co „wiedziało niewiele” tych stu pierwszych to było duchowe doświadczenie. Mieli odpowiedź na wyzdrowienie z alkoholizmu. Pamiętajcie, że w czasie, gdy była pisana książka Bill był trzeźwy zaledwie cztery lata. Słowo „sugestie” w tym kontekście oznacza „punkt początkowy” lub „początek”. Oznacza wstęp do duchowych zasad. Aa jest jedynie sposobem na całe życie według duchowych zasad. Nasz życie nie toczy się w AA, ale poza nim.

„Odpowiedzi przyjdą, jeśli w waszych domach jest porządek. Oczywiście nie możesz przekazać tego, czego nie masz”. Pułapka „dwukroku” – aby efektywnie zanieść to posłanie musisz mieć posłanie do zanieśienia.

„Poddaj się Bogu, takiemu jak Ty go rozumiesz (Kroki: I, II, III). Wyznaj Jemu i współbraciom swoje winy (Kroki: IV, V, VI, VII). Oczyść rumowisko przeszłości (Kroki: VIII, IX). Oddaj darmo to, co znalazłeś i dołącz do nas (Kroki: X, XI, XII). Będziemy z tobą we wspólnocie ducha (wspólnocie Boga) i na pewno spotkasz niektórych z nas na żmudnej wędrówce Drogą Szczęśliwego Przeznaczenia. Niech Bóg ci błogosławi i ma pod opieką do tego czasu”. Na koniec Bill podsumował w swoim klasycznym stylu.

Jutro dotrzemy w naszym studium do historii dr. Boba.



40

Post 40

„Koszmar Dr. Boba” jest pierwszą historią osobistą, zaczyna się na str. 146. Skądinąd, interesująca jest str. XX. Jest tam sekcja „Historie osobiste – jak 43 alkoholików wyzdrowiało z ich choroby”. To nie literówka.

Str. 146, akapit drugi – Bob wskazuje na samolubstwo jako element, który był ważną częścią która „przyniosła mu alkoholizm”. W następnym akapicie widzimy jego antypatię w stosunku do kościoła. Czytając str. 147 widzimy, że już od wczesnej młodości miał kłopoty przez picie. Zmiana scenerii niewiele dała. Od str. 149 zaczynają się pobyty w zakładach leczniczych, aby się odtruć. Było to jeszcze przed Prohibicją (1920 r.) i przed nim było jeszcze wiele lat picia.

Na str. 150 i 151 jego picie wymknęło się spod kontroli i pojawiają się wszystkie symptomy uzależnienia: chowanie butelek, inni spostrzegają jego picie jako problem, gromadzenie alkoholu, zakłócenia w życiu społecznym, zmienianie rodzaju alkoholu (Piwny Eksperyment) etc. Na stronie 151 poznaje on „... grupę ludzi, którzy wydali mi się atrakcyjni ze względu na ich widoczne opanowanie, zdrowie i szczęście” (około 1933 r.). Tą grupą ludzi były Grupy Oksfordzkie, ale Bob nie przyłączył się do nich w nadziei na rozwiązanie swojego problemu z piciem. Pił i spędzał czas z Grupami Oksfordzkimi przez następne dwa i pół roku.

W następnym akapicie do Boba dzwoni kobieta, była nią Henrietta Seiberling (z fabryki opon), a przyjacielem o którym wspomina jest Bill Wilson. Pierwsze spotkanie Bill i Boba trwało o 6 godzin dłużej niż początkowe 15 minut, które Bob chciał poświęcić Billowi.

Bob upił się ponownie ok. 3 tygodnie później na konwencji AMA. Bill pracował z nim znowu i początek naszej wspólnoty to 10 czerwca 1935 r., dzień w którym dr Bob wypił swój ostatni kieliszek.

W następnym akapicie czytamy o sile, która jest w rozmowie jednego alkoholika z drugim. „Najbardziej znaczący był fakt, że był on pierwszą osobą, z którą rozmawiałem w życiu, która wiedziała o czym mówię, gdy mówiłem o alkoholizmie. Innym słowy – mówił moim językiem. Znał wszystkie odpowiedzi i bynajmniej nie dlatego, że przeczytał je w książkach!”. Bariera runęła.

„Przekazywanie dalej” było bardzo ważne dla Boba – jak dowodzi akapit na str. 153: „Spędziłem masę czasu, przekazując to, czego się sam nauczyłem każdemu, kto ogromnie chciał tego i potrzebował. Robiłem to z czterech powodów: 1. Poczucia obowiązku. 2. To przyjemność 3. Ponieważ robiąc to, spłacam mój dług wobec człowieka, który przekazał to mnie, 3. Ponieważ za każdym razem, gdy to robię, zyskuję odrobine więcej zabezpieczenia przed kolejną wpadką”.

Końcówka jego historii podkreśla to, jak ważny jest otwarty umysł, aby zaakceptować to, co inni oferują. Podsumowanie mówi, że szukanie trzeźwości zaczyna się w miejscu, kiedy jesteśmy gotowi, aby słuchać z takim przekonaniem, jakie mają tylko umierający.

„Jeżeli uważasz się za ateistę lub agnostyka, albo sceptyka, albo jakikolwiek inny rodzaj intelektualnej dumy oddziela cię od tego, co jest zawarte w tej książce, przykro mi. Jeżeli myślisz, że

jestes dość silny, by stoczyć tę walkę samodzielnie, twoja sprawa. Ale jeśli naprawdę i z całego serca chcesz przestać pić, na zawsze i szczerze czujesz, że potrzebujesz do tego pomocy, wiemy, że mamy dla ciebie rozwiązanie. Ono nigdy nie zawodzi, jeżeli podchodzisz do niego tak, jak zwykłeś to robić, gdy potrzebowałeś następnego drinka". Twój Ojciec Niebieski nigdy cię nie zawiedzie!".

*Konwent AMA niekoniecznie odbył się 10 czerwca, ostatnio slyszalem, ze zdarzylo się to 17 maja i to jest prawdziwa data. Ale czy to ma jakies znaczenie?

Dziękuję wszystkim, którzy uczestniczyli w tym Studium. Chciałbym w tym miejscu podziękować wszystkim, którzy mi pomogli.