

The Sunday Journal-Herald Spotlight,

Pomagają sobie — pomagając innym!

„Alcoholics Anonymous”

Autor: LaVerne Wilson - Reporter Journal-Herald

17 maja 1942 r. Dayton, Ohio

They Help Themselves—By Helping Others!

“Alcoholics Anonymous”

By LaVerne Wilson
Journal-Herald Staff Writer

It was just about a year ago when the Saturday Evening Post came out with an article about Alcoholics Anonymous. That was probably the first time the general public heard of the AA's.

It was a curious story. It told about ex-problem drinkers who make an avocation of helping other alcoholics to beat the liquor habit.

The curious thing was that it appeared that these freed slaves of drink depended upon this helpful service to others to keep themselves free.

By helping others they helped themselves.

It was an interesting subject and we discussed it at the Chicago hospital where I was, at

Journal-Herald
Spotlight
May 17, 1942

that time, occupied in medical research art on effects of alcoholism on the stomach. Most of the alcoholics examined there were a pretty hopeless lot. Even those few who were willing to accept medical help to end the liquor habit almost invariably returned to their old haunts and to drink as soon as they left the hospital.

So, when a member of the AA's gave me the book “Alcoholics Anonymous” to read and then invited me to a meeting of the Dayton AA group the other day, I was glad for the opportunity to examine at first hand this phenomenon of drunks boosting each other on the wagon and staying there.

Yet, when I walked into that meeting room in an office building on Ludlow street, I found I was not prepared for the shock that awaited.

Bear in mind that the AA's system is a virtual re-creation of the individual and it brings in religion—at least in a sort of informal, leaderless, “Christian Science” way. Perhaps I was expecting something a bit stuffy—a water wagon for stuffed shirts only. After all—how can an ordinary person, like you or me, be re-created? And it's a cinch that just the religious angle alone would kill the chances for the many alcoholics who are atheists or agnostics.

So, when I walked into that room, I was a bit shocked.

It was unlike any meeting I had ever attended.

Fanatics Missing

It was distinctly not an organization or a club or a religious gathering. There didn't seem to

Please turn to page 6, Spotlight



A SPOTLIGHT Photo by Bob Doty

To było mniej więcej rok temu, kiedy „Saturday Evening Post” opublikował artykuł o Anonimowych Alkoholikach. Prawdopodobnie był to pierwszy raz, gdy szeroka opinia publiczna usłyszała o AA. Była to osobliwa historia. Opowiadała o byłych alkoholikach problemowych, którzy uczynili swoim powołaniem pomaganie innym alkoholikom w pokonaniu nałogu picia.

Najbardziej niezwykle było to, że ci wyzwoleni niewolnicy alkoholu zdawali się polegać właśnie na tej służbie niesienia pomocy innym, aby sami pozostać wolni.

Pomagając innym — pomagali sobie.

Temat był interesujący i dyskutowaliśmy o nim w chicagowskim szpitalu, gdzie w tamtym czasie zajmowałem się badaniami medycznymi nad wpływem alkoholizmu na żołądek. Większość badanych tam alkoholików była przypadkami niemal beznadziejnymi. Nawet ci nieliczni, którzy byli gotowi przyjąć pomoc medyczną, aby zerwać z picciem, niemal zawsze wracali do dawnych miejsc i do alkoholu zaraz po opuszczeniu szpitala.

Dlatego, kiedy pewien członek AA dał mi do przeczytania książkę „Alcoholics Anonymous”, a następnie zaprosił mnie pewnego dnia na spotkanie grupy AA w Dayton, chętnie skorzystałem z okazji, by z bliska przyjrzeć się temu fenomenowi pijaków pomagających sobie nawzajem utrzymać abstynencję — i trwać w niej.

A jednak, kiedy wszedłem do sali spotkań w biurówcu przy Ludlow Street, odkryłem, że nie byłem przygotowany na szok, który mnie tam czekał.

Trzeba pamiętać, że system AA jest właściwie duchowym odtworzeniem człowieka i zawiera element religii — przynajmniej w pewnym nieformalnym, pozbawionym przywódców stylu przypominającym „Christian Science”. Być może spodziewałem się czegoś nieco sztywnego — jakiejś „wodnej brygady” dla nadętych moralistów. W końcu — jak zwykły człowiek, taki jak ty czy ja, może zostać na nowo stworzony? A poza tym wydawało się pewne, że sam religijny aspekt przekreśli szanse wielu alkoholików będących ateistami lub agnostykami.

Dlatego, kiedy wszedłem do tego pokoju, byłem trochę zszokowany. To nie przypominało żadnego spotkania, w jakim kiedykolwiek uczestniczyłem.

Brak fanatyków

To zdecydowanie nie wyglądało ani na organizację, ani na klub, ani na zgromadzenie religijne. Nie wydawało się nie było tam ani jednego gorliwego wyznawcy czy fanatyka. Można by powiedzieć, że była to po prostu grupa facetów i kilka kobiet.

Ich jedynym ukłonem w stronę formalności było to, że jedna osoba prowadziła spotkanie i prosiła o „sprawozdania”. Nikt nie zbierał składek. Nikt nie odczytywał biuletynu. Nikt nie zgłaszał wniosków ani nie przedstawiał rezolucji.

Na ścianach nie było żadnych symboli, obrazów, emblematów czy haseł. Nie wydawało się, by istniały jakiegokolwiek zewnętrzne oznaki czegoś, co spajałoby tę grupę. Zdawało się, że tylko jeden przedmiot w pokoju miał dla grupy jakieś znaczenie. Była to książka „Alcoholics Anonymous”, którą przyniosłem ze sobą.

A jednak coś tam było — coś silnego — co łączyło tych ludzi.

I te „sprawozdania”... jakiś facet wychodził na przód, przysuwał sobie krzesło, siadał wygodnie, zapalał fajkę i zaczynał opowiadać różne historie, wiele z nich zabawnych, o tym, jak wielkim wrakiem kiedyś był, ile razy siedział w więzieniu, jak nisko upadł przez picie i jak teraz, dzięki podążaniu za Dwunastoma Krokami opisanymi w książce, wydaje się mieć życie na nowo uporządkowane.

Poszedłem ponownie odwiedzić mojego przyjaciela, który dał mi tę książkę.

Grupa i idea

Wyjaśnił mi, że AA nie jest sektą ani organizacją posiadającą władze i statut. Grupa nie ma prezesa ani klubowego majątku. Nie ma wyniesionego przywódcy ani oddanych wyznawców. To po prostu grupa i idea.

To grupa — starych i młodych, bogatych i biednych, wykształconych i niewykształconych, ludzi różnych wyznań oraz ludzi bez żadnego wyznania.

Łączy ich jedna rzecz wspólna. Wszyscy zostali pokonani przez alkohol, a teraz — dzięki temu, co odnaleźli — są byłymi alkoholikami.

Zasada, którą AA stosuje, aby utrzymać siebie i innych pijaków oraz byłych pijaków w trzeźwości, jest stara jak znane nam religie. Pomagając innym — pomagają sobie. Opierając się na sile większej od siebie samych, znajdują moc do pokonania własnych pragnień. Odwołują się do siły grupy — czy będzie to Bóg, czy cokolwiek innego.

Cały ten cud zaczął się od zestawu dwunastu zasad — prostych, krótkich i być może zwodniczo prostych. Jedna z nich mówiła, że niektórzy ludzie po prostu nie mogą pić. Koniec. Nie potrafią ani brać alkoholu, ani go zostawić. Dla nich jeden kieliszek to za dużo. Prowadzi do następnych. Muszą przyznać, że nie mogą pić i muszą całkowicie z tego zrezygnować.

Inna zasada mówi, że człowiek, który doznał przemiany, może utrzymać swoje zwycięstwo jedynie wtedy, gdy przekaze je innym. Mój przyjaciel wyjaśnił to w ten sposób:

Wolny po 28 latach

„To nie jest lekarstwo. Trzeba nad tym stale pracować. Uważamy, że raz alkoholik — zawsze alkoholik, nawet jeśli jest trzeźwy. Zawsze stoi na krawędzi obłądu. Jeszcze niedawno pewien człowiek powiedział mi, że po raz pierwszy od 28 lat poczuł się naprawdę wolny od alkoholu.

»Sedno tego działania polega na zapominaniu o sobie. Picie jest całkowicie egoistyczne. Aby przyjąć zasady AA, człowiek musi się ukorzyć.«”

Ten człowiek sam przez lata cierpiał na samym dnie. Wśród ludzi ze swojego środowiska picia był kimś znaczącym — pewnym siebie, odnoszącym sukcesy — dziś są to dyrektorzy i biznesmeni.

„W naszej wspólnocie” — powiedział — „człowiek, który zdrowieje, jest często wzywany do pomagania innym. Nie mija dzień, żeby jakiś członek lub potencjalny członek nie zadzwonił przez telefon. On i inni są pod telefonem o każdej porze dnia i nocy. W zeszłym tygodniu spędził pięć godzin każdej nocy przy telefonie. Właściwie” — dodał — „pełniliśmy przy nim dyżury zmianowe.”

„To jedyne ubezpieczenie na świecie przed powrotem do picia. I jestem przekonany” — powiedział — „że gdyby nie pomagał innym, byłby skazany.”

Uważa on, że sukces AA nie zależy od ceny 3,50 dolara za książkę „Alcoholics Anonymous”, lecz od istoty zawartej w Dwunastu Zasadach pokazanych na tej stronie.

„Być może na początku nie potrafimy żyć według wszystkich Dwunastu Zasad” — wyjaśnił mój przyjaciel. „Może na początku tylko według jednej lub dwóch. Ale najważniejsze jest, żeby próbować — ponieważ to działa.”

„Facet z góry”

Źródło siły, którą posiadają członkowie AA, przez niektórych nazywane jest „Bogiem”, a inni nie nadają mu żadnej nazwy. Jeden z uczestników spotkania określił je jako „faceta z góry”. Wydaje się, że tak naprawdę nie ma to większego znaczenia — byle tylko wierzyli, że istnieje siła większa od nich samych.

Cud dokonany dzięki połączeniu wiary i pomagania innym wciąż się rozprzestrzenia. W 1935 roku było 100 odmienionych członków AA. Dziś jest ponad 7 000 „wiernych trzeźwości” w 175 miejscowościach. Pokazują innym martwe szczątki swoich dawnych żyć i ich liczba rośnie. Rozprzestrzenili się po całych Stanach Zjednoczonych, a ostatnio także w części Kanady i innych regionach Ameryki.

Grupa w Dayton rozwijała się powoli, ale pewnie. Powstała dwa lata temu i przez pewien czas była tutaj praktycznie przedsięwzięciem jednego człowieka. Teraz w Dayton istnieje już większa grupa, a dodatkowo powstała nowa i jeszcze liczniejsza grupa w Columbus, założona przez członków AA z Dayton.

Sędziowie, lekarze, duchowni i inni lokalni liderzy często przemawiają na spotkaniach AA. Czasami uczestniczą także krewni alkoholików. Zastają wszystkich członków w dobrym humorze i w doskonałej kondycji fizycznej — wyjątkiem są jedynie najnowsi członkowie, którzy wciąż noszą ślady niedawnych ciągów alkoholowych.

AA nie obiecuje nikogo ani niczego „wyleczyć”. Statystyki pokazują, że 50 procent przestaje pić całkowicie i utrzymuje abstynencję. Około 25 procent zaszło w picie zbyt daleko, by wytrwać — i zazwyczaj są straceni. Pozostałym 25 procentom AA w ogóle nie pomaga.

Lokalne rezultaty

Grupa z Dayton niemal dokładnie odpowiada średniej krajowej.

„Kilku mężczyzn, z którymi rozmawiałem, odkryło po prostu, że picie przestało im się podobać, a niektórzy musieli walczyć ze sobą przez rok albo półtora roku” — powiedział mój znajomy z AA.

„Niebezpieczeństwo dla nas polega na tym, że możemy stać się zbyt pewni siebie.”

Uważa on, że sukces AA tam, gdzie inne ruchy poniosły porażkę, wynika „z dwóch rzeczy — usunięcia lub rozpoznania fałszywego głodu oraz utraty bogactwa i majątku.”

„Jeśli potrafimy zastosować zasadę, że wszyscy mamy swoje słabości i że każdy człowiek posiada udział w tej sprawie, jeśli ma pewnego dnia wyzdrowieć — ale nikt nie ma większego udziału niż inni” — powiedział.

„Wierzymy także w to, co jest najlepsze dla największej liczby ludzi.

„Nie zamykamy przed nikim drzwi. Człowiek, który nie wykonuje pracy nad sobą, po prostu do tego nie należy.”

„Rozumiemy się nawzajem całkowicie. Żaden lekarz, duchowny, żona ani mąż nie są w stanie naprawdę zrozumieć punktu widzenia pijaka, jeśli sami nim nie byli.

„Wiemy, że dla nas alkohol nie jest nawykiem. To trucizna — tak jak cukier jest trucizną dla diabetyka. Jedynym lekarstwem jest przestać pić i pozostać abstynentem.

„W moim własnym przypadku wiem, że na pewnym etapie swojego życia nie wytrzymałbym tygodnia bez drinka. Wystarczy ten pierwszy kieliszek — ten, który uruchamia cały ciąg. Dołączyłem do grupy AA kilka miesięcy temu.

„Wszyscy wykonujemy znacznie więcej pracy w ciągu tygodnia niż podczas samych spotkań. Często dzwoni ktoś, kto czuje, że zaczyna się osuwać i chce, by ktoś poszedł z nim na spacer albo pomógł mu przegadać jego problemy. Znowu odbieramy te telefony o trzeciej nad ranem. Rozmowa niemal zawsze kończy się tak samo — i jest to jedna z największych usług, jakie świadczymy sobie nawzajem.

„Mamy w naszej grupie naprawdę świetnych ludzi. Kilku z nas trochę się jeszcze chwieje na obrzeżach, ale szybko wracamy do równowagi.”

Grupa z Dayton składa się między innymi z prawnika, przemysłowca, specjalisty od reklamy z przedmieść, właściciela firmy inżynieryjnej, przedstawiciela handlowego, spawacza, kierownika sprzedaży, nauczyciela, wykonawcy budowlanego, właściciela sklepu, kilku pracowników przemysłowych, weteranów wojennych z National Military Home, brokerów, dwóch lub trzech osób związanych z Armią Zbawienia oraz ekspedientek z domów towarowych.

W armii praca AA również jest prowadzona, lecz z oczywistych względów szczególnie podkreśla się anonimowość. Jeden z członków AA w Waszyngtonie dowodzi 3 500 ludźmi, w tym kilkoma byłymi alkoholikami pracującymi w jego własnym biurze.

Zastanawiałem się, czy te same zasady AA można zastosować do innych problemów; mój przyjaciel odpowiedział, że jeden z kilku telefonów, które odebrał poprzedniej nocy, pochodził od członka AA, który pokonał alkohol, ale zmagał się z innym problemem.

„To działa również w przypadku innych problemów wynikających z fałszywych pragnień i fałszywych wartości” — powiedział. „Trzeba porzucić wszelkie myślenie o sobie samym.

„Gdybyśmy potrafili zastosować te same zasady do całego świata” — podsumował mój przyjaciel — „nie mielibyśmy tylu różnic między bogactwem a biedą. W rzeczywistości mielibyśmy lepszy świat.”

