

Aus dem Buch „Anonyme Alkoholiker“ (Blaues Buch)

Kapitel 5

Wie es funktioniert

Selten haben wir jemand gesehen, der gescheitert ist, obwohl er unseren Weg gewissenhaft gegangen war. Nicht zur Genesung gelangen diejenigen, die sich nicht ganz in dieses einfache Programm einbringen können oder wollen. Meistens sind es Männer und Frauen, die aus ihrer Veranlagung heraus sich selbst gegenüber nicht ehrlich sein können. Solche Unglücklichen gibt es, es ist nicht Ihre Schuld. Es scheint als seien sie so geboren.

Sie sind von Natur aus nicht in der Lage, eine Lebensweise anzunehmen und für sich zu entwickeln, die eine absolute Ehrlichkeit verlangt. Ihre Genesungschancen liegen unter dem Durchschnitt.

Darüber hinaus gibt es auch Menschen, die unter ernststen Störungen in ihrem Denken und Fühlen leiden. Dennoch genesen viel von ihnen, wenn sie die Fähigkeit haben, ehrlich zu sein.

Unsere Lebensgeschichten offenbaren, wie wir waren, was geschah und wie wir heute sind. Wenn Sie sich darüber klar geworden sind, das Sie das haben wollen, was wir heute besitzen und wenn Sie willens sind, den ganzen Weg zu gehen um es zu bekommen, dann sind Sie auch bereit, dafür gewisse Schritte zu tun.

Vor manchen Schritten scheuten wir zurück. Wir dachten, wir können einen einfacheren Weg finden. Aber das ging nicht. Ernsthaft und eindringlich bitten wir Sie, von Anfang an furchtlos und gründlich zu sein.

Einige von uns hatten versucht, an alten Vorstellungen festzuhalten: Das Resultat war gleich Null, bis wir kapitulierten.

Denken Sie daran, das wir es mit Alkohol zu tun haben: Er ist verschlagen, trügerisch, mächtig! Ohne Hilfe ist es viel zu schwer für uns. Aber es gibt einen, der alle Kraft hat - und das ist Gott.

Mögen Sie ihn jetzt finden!

Halbe Sachen nützen uns nichts. Wir standen am Wendepunkt. Hingebungsvoll baten wir Ihn um seinen Schutz und seine Hilfe. Hier sind die Schritte, die wir gegangen sind und die als Programm zur Genesung empfohlen werden.

1. Schritt
Wir gaben zu, dass wir dem Alkohol gegenüber machtlos sind - und unser Leben nicht mehr meistern konnten.
2. Schritt
Wir kamen zu dem Glauben, dass eine Macht, größer als wir selbst, uns unsere geistige Gesundheit wiedergeben kann.
3. Schritt
Wir fassten den Entschluss, unseren Willen und unser Leben der Sorge Gottes - wie wir Ihn verstanden - anzuvertrauen.
4. Schritt
Wir machten eine gründliche und furchtlose Inventur in unserem Inneren.
5. Schritt
Wir gaben Gott, uns selbst und einem anderen Menschen gegenüber unverhüllt unsere Fehler zu.
6. Schritt
Wir waren völlig bereit, all diese Charakterfehler von Gott beseitigen zu lassen.
7. Schritt
Demütig baten wir Ihn, unsere Mängel von uns zu nehmen.
8. Schritt
Wir machten eine Liste aller Personen, denen wir Schaden zugefügt hatten und wurden willig, ihn bei allen wieder gutzumachen.
9. Schritt
Wir machten bei diesen Menschen alles wieder gut - wo immer es möglich war -, es sei denn, wir hätten dadurch sie oder andere verletzt.
10. Schritt
Wir setzten die Inventur bei uns fort, und wenn wir Unrecht hatten, gaben wir es sofort zu.
11. Schritt
Wir suchten durch Gebet und Besinnung die bewusste Verbindung zu Gott - wie wir ihn verstanden - zu vertiefen. Wir baten Ihn nur, uns Seinen Willen erkennbar erden zu lassen und uns die Kraft zu geben, ihn auszuführen.
12. Schritt
Nachdem wir durch diese Schritte ein spirituelles Erwachen erlebt hatten, versuchten wir, diese Botschaft an Alkoholiker weiterzugeben und unser tägliches Leben nach diesen Grundsätzen auszurichten.

Viele von uns riefen aus: "Was sind das für Vorschriften! Das schaffe ich nie." Seid nicht mutlos. Keiner von uns war in der Lage, diese Prinzipien auch nur annähernd zu befolgen. Wir sind keine Heiligen. Es kommt darauf an, dass wir willens sind, anhand geistig-seelischer Grundsätze zu wachsen. Die Prinzipien, die wir aufstellten, sind Empfehlungen, die zum Fortschritt führen. Uns ist innerlicher Fortschritt wichtiger als innerliche Vollkommenheit.

Unsere Auffassung vom Alkoholismus und unsere Lebensgeschichten offenbaren drei wesentliche Erkenntnisse:

- a. ...dass wir Alkoholiker sind und unser Leben nicht mehr meistern konnten;
- b. ...dass wahrscheinlich keine menschliche Macht uns vom Alkoholismus befreien konnte;
- c. ...dass aber Gott es konnte und es wollte, wenn wir Ihn suchten;

(S.67-69)