

Het AA-programma beloont ons

De Beloften (*Anonieme Alcoholisten, Hoofdstuk VI – Aan het werk, p. 117*)

Als we ijverig en nauwkeurig zijn in dit stadium van onze ontwikkeling, zullen wij verbaasd opkijken voor wij halverwege zijn. Wij leren geleidelijk een nieuwe vrijheid en een nieuw geluk kennen. Het verleden zal ons niet spijten en vergeten zullen wij het ook niet. Wij zullen het woord gemoedsrust leren begrijpen en wij zullen de vrede kennen. Hoe diep wij ook zijn gevallen, wij zullen ontdekken dat onze ervaring anderen kan helpen. Het gevoel van nutteloosheid en zelfbeklag zal verdwijnen. Wij zullen onze aandacht voor eigen belang verliezen en die voor onze medemensen zal groeien. Onze zelfzucht zal verdwijnen. Onze hele houding tegenover het leven en onze kijk daarop zullen veranderen. Angst voor mensen en maatschappelijke onzekerheid vallen weg. Gevoelsmatig zullen wij weten hoe we moeten handelen in omstandigheden die ons vroeger in verwarring brachten. Plotseling beseffen wij dat God voor ons dingen doet die wij voor onszelf niet hebben kunnen doen.

Zijn dit overdreven beloften? Wij geloven van niet.

Ze worden al in ons midden vervuld, soms snel, soms langzaam. Ze worden verwezenlijkt als wij eraan werken.

Het wonder (*Anonieme Alcoholisten, Hoofdstuk VI – Aan het werk, p. 118*)

Liefde en verdraagzaamheid tegenover anderen is ons parool.

Wij houden op te vechten tegen wie en wat dan ook - zelfs tegen de alcohol. Want wij hebben ons gezonde verstand weer. Wij denken zelden aan drank. Wanneer wij in de verleiding komen, deinzen we ervoor terug als voor een laaiende vlam. Wij reageren verstandig en gewoon en we zullen zien dat dit vanzelf gebeurt. Onze nieuwe houding ten opzichte van drank valt ons ten deel zonder inspanning onzerzijds. Zij komt gewoon! Dat is het wonder.

Wij hoeven er niet tegen te vechten of de verleiding te ontlopen. Wij voelen ons gevrijwaard, veilig en beschermd. We hebben de alcohol zelf niet eens afgezworen; in plaats daarvan is de moeilijkheid met de alcohol weggevallen. Hij betekent niets meer voor ons. Wij zijn niet verwaand en ook niet bang. Dat is onze ervaring. Zo reageren wij zolang als onze geestelijke toestand gezond blijft.

De Principes (the principles) *

1. Eerlijkheid
2. Hoop
3. Vertrouwen
4. Moed
5. Integriteit
6. Bereidwilligheid
7. Nederigheid
8. Naasteliefde
9. Rechtvaardigheid
10. Doorzettingsvermogen
11. Geestelijk bewustzijn
12. Dienstbaarheid

De Ommekeer (the rewards) *

1. Hoop in plaats van wanhoop
2. Vertrouwen in plaats van vertwijfeling
3. Moed in plaats van angst
4. Gemoedsrust in plaats van verwarring
5. Zelfrespect in plaats van zelfverachting
6. Zelfvertrouwen in plaats van machteloosheid
7. Het respect van anderen in plaats van medelijden en verachting
8. Een zuiver geweten in plaats van schuldgevoel
9. Echte vriendschap in plaats van eenzaamheid
10. Een regelmatig leven in plaats van een doelloos bestaan
11. De liefde en het begrip van onze gezinnen in plaats van hun twijfels en angsten
12. De vrijheid van een gelukkig leven in plaats van de slavernij van een alcoholische obsessie