

Refleksioner over 1. Trin af Paul F.

Min erfaring med og min holdning til 2. til 12 Trin er bare en refleksion over det, jeg har erfaret i 1. Trin. Hvis jeg er ærlig overfor mig selv i 1. Trin kan jeg ikke komme uden om sandheden. Jeg kan ikke komme uden om den kendsgerning, at jeg intet kan gøre for at holde mig selv ædru. Jeg vil erfare, at jeg med garanti vil drikke igen. Der er intet håb i 1. Trin. Jeg må fordøje sandheden om, at jeg ikke har magten til at vælge, om jeg vil drikke eller ej.

At stole på min hukommelse om lidelse, så jeg kan holde mig ædru, er ikke længere en mulighed. Min dømmekraft og intelligens kan ikke give mig et mentalt forsvar mod den første drink. Som et resultat af at opleve 1. Trin - i stedet for at gøre det til en intellektuel øvelse - er jeg i kontakt med min magtesløshed som en mavefornemmelse. Det har en tendens til at give ubehag.

Dette ubehag er en gave. Lige netop denne gave fremmer ønsket om at søge en magt, som jeg ikke har. Trygheden må ikke forveksles med frygt som en motivation til at holde sig ædru. At stole på frygt til at holde sig ædru er farligt. For dagen vil komme, hvor frygten forsvinder, og så vil der ikke være nogen grund for mig til at holde mig ædru.

At være ærlig i mit 1. Trin er at overgive sig totalt. Jeg overgiver mig til den kendsgerning, at jeg ikke har nogen magt. Denne overgivelse er det, som giver håbet og løfterne i de resterende trin. Uden denne overgivelse, vil jeg ikke opleve en total psykisk forandring, og jeg vil heller opleve de mange gaver, som forfatterne af Store Bog taler om.

Som et resultat af nu at have ønsket om at søge en højere magt, er jeg meget mere motiveret for at etablere et forhold til en magt større end mig selv. Hvis jeg har problemer med konceptet om en Højere magt eller en tro på en slags Gud i 2. Trin, er det som regel fordi, jeg klamrer mig til idéen om, at jeg har magt. Det er et åbenlyst tegn på, at jeg har overset noget afgørende i mit første trin. Hvis jeg ikke har oplevet min magtesløshed som en mavefornemmelse, vil jeg ikke være ivrig efter at søge magt.

Når jeg har fået den oplevelse i 1. Trin, vil jeg ikke stejle over at træffe en beslutning i 3. Trin om at lægge min vilje og mit liv over til en form for magt, der er større end mig selv. Med denne beslutning har jeg grundlæggende sagt, at jeg er villig til at tage 4. til 12. Trin i deres helhed. Hvis 1. Trin var en intellektuel øvelse for mig, vil jeg ikke forstå, at det haster med 3. Trin.

Oplevelsen i 1. Trin og mit ønske om at søge magt fremkalder villigheden til at lave en ærlig og grundig selvransagelse, fordi jeg nu kender den barske virkelighed, jeg står overfor. Jeg må have fjernet disse ting, så jeg kan få adgang til en slags magt, som kan redde mit liv. Jeg er villig til at fortælle et andet menneske hele mit livs historie, og jeg vil vende hver en sten. Min oplevelse med 1. Trin vil få mig til at indse, at jeg befinder mig i en liv eller død situation. Uden denne oplevelse i 1. Trin, vil jeg ikke virkelig forstå alvoren af min sygdom, og jeg vil stejle over at lave en selvransagelse eller finde genveje, så jeg kan få det overstået.

Min oplevelse i 1. Trin fremmer iveren for at dele min selvransagelse. Jeg er ivrig efter at finde ind til sandheden, så jeg kan blive fri. Jeg kan ikke intellektuelt fremkalde denne iver, hvis jeg ikke har oplevet 1. Trin dybt i mit indre.

Som følge af min oplevelse i 1. Trin og det håb, jeg oplevede i 2. til 5. Trin, er jeg ivrig efter at lægge mine karakterdefekter over til Gud i 6. og 7. Trin. Jeg ønsker dem fjernet, så jeg kan

holde mig ædru og blive fri af de ting, som var årsagen til min fiasko og mit nederlag. Uden en oplevelse i 1. Trin vil jeg se disse trin som simple trædesten mod bedre ting, der kommer.

Jeg er meget mere villig til at lave en liste over de mennesker, jeg har gjort fortræd og meget mere villig til at blive færdig med mine 9. Trin som følge af oplevelsen af alvoren af min sygdom i 1. Trin. Det vil blive krystalklart, at jeg vil dø, hvis jeg ikke gør hvad som helst for at reparere de skader, som jeg har forårsaget. Hvis min oplevelse i 1. Trin var af intellektuel karakter, vil jeg have en afslappet holdning til at lave 9. trin. Jeg vil fortælle mig selv, at jeg vil lave disse 9. Trin, når lejligheden byder sig, eller jeg vil overbevise mig selv om, at jeg ikke vil dø, hvis jeg drikker igen, og at jeg altid kan blive ædru igen.

Gennem min erfaring med at lave 9. trin som følge af oplevelsen i mit 1. Trin, og det håb, jeg oplevede i de efterfølgende trin, er jeg meget mere motiveret til at lave et dagligt 10. Trin. Mit sind ved, hvor betydningsfuldt det er at vedligeholde kontakten med den magt, som gør mig i stand til at holde mig ædru. Uden en oplevelse dybt i mit indre, vil jeg betragte 10. Trin som noget, jeg kan tage eller lade være.

På dette tidspunkt er jeg ivrig efter at etablere og vedligeholde et forhold til Gud, som jeg opfatter Ham. Jeg glæder mig til meditations øvelserne. Jeg er fyldt med energi og begejstring over dette forhold. Jeg ønsker at lære mere om denne Gud, som jeg virkelig ikke forstår. Uden oplevelsen i 1. Trin, vil jeg betragte meditation og bøn som en ubehagelig opgave, og jeg vil ikke forstå, hvor vigtigt det er for mig at have adgang til denne magt, som jeg hører andre tale om.

Det er helt klart, at jeg må give dette videre til andre, for ellers vil jeg dø.

Jeg er ivrig efter at arbejde med andre. Jeg glæder mig til at tage andre gennem trinene, og jeg er begejstret over processen. Jeg er fyldt med energi og føler ofte, at jeg er blevet tændt med noget, som jeg tidligere aldrig har kunne forestille mig. Nu forstår jeg, hvorfor de siger, at ensomheden vil forsvinde, og dette vil blive et lyst øjeblik i mit liv. Uden oplevelsen i 1. Trin og oplevelserne i de følgende trin, vil der være et minimalt ønske om at arbejde med andre. Når jeg bliver spurgt, hvorfor jeg ikke er sponsor for andre, vil jeg sige, at der ikke er nogen, der har spurgt mig. Jeg vil ikke have den nødvendige motivation til selv at påtage mig at opsøge nykommeren. Jeg vil være doven. Jeg vil læne mig tilbage og udtrykke, hvor taknemmelig, jeg er for det, som programmet har givet mig. Jeg vil mangle motivationen til at give det tilbage, som er blevet givet til mig for intet.

Selvom der har været tider, hvor jeg har været modstræbende og stejlet på forskellige tidspunkter i trinene, har graden af villighed og iver, der er blevet fremkaldt gennem processen, langt overgået min modstand.

Nu forstår jeg fuldt ud, hvorfor jeg blev taget igennem trinene så hurtigt. Jeg havde ikke tid til at tænke over min oplevelse. Jeg oplevede den simpelthen.

Som følge af denne oplevelse, blev trangen til at drikke fjernet i løbet af meget kort tid. Måske er det derfor, at de siger, at trinene skal opleves snarere end blive forstået, og vores oplevelse med trinene vil give os forståelsen. For det er jeg evigt taknemmelig, og jeg kunne aldrig i hele min levetid betale Anonyme Alkoholikere det tilbage, som jeg har fået for intet.

Jeg vil gerne takke jer alle for jeres hjælp.

Jeg er hverken kæphøj eller bange, for nu er jeg fri.