

۱۲ قدم و ۱۲ سنّت



ویرایش ۱۳۸۶

نام کتاب : دوازده قدم و دوازده سنت



نویسنده : بیل ویلسون

ناشر : انتشارات آراسته

نوبت و سال چاپ : اول / ۱۳۸۶

تیراژ : ۱۰۰۰ نسخه

قطع : رقعی

شابک : ۹۷۸-۹۶۴-۸۷۹۸-۴۷-۸

کلیه حقوق این اثر مربوط به مترجم می باشد.

یکی از بنیانگذاران AA شرح می‌دهد که اعضاء چگونه بهبودی پیدا می‌کنند و انجمن چگونه عمل می‌کند.

۱۲ گام و ۱۲ سنت

خدمات به ثبت رسیده جهانی الکلی‌های گمنام
صندوق پستی ۴۵۹، ایستگاه گراندرسترا
نیویورک، نیویورک ۱۰۱۶۳

حق انحصاری ۱۹۸۱، ۱۹۵۳، ۱۹۵۲ از طریق گریپ وین (Grape vine)
الکی‌های گمنام و چاپ به وسیله شرکت ثبتی الکی‌های گمنام (در حال
حاضر شناخته شده به خدمات جهانی الکی‌های گمنام).

همه حقوق محفوظ می باشد.

چاپ اول: آوریل ۱۹۵۳

چاپ چهارم: ۱۹۸۱

مجله علامت ثبتی

علامت ثبتی الکی‌های گمنام AA، متعلق به خدمات جهانی و به ثبت
رسیده الکی‌های گمنام می باشد.

ISBN ۰-۹۱۶۸۵۶-۲۹-۱

کتابخانه مجلس کاتالوگ کارت شماره ۵۴۵۴-۵۳

در ایالات متحده آمریکا به چاپ رسید.

فهرست مطالب

۷	محتویات
۱۹	پیش گفتار
۲۳	گام‌های دوازده‌گانه
۲۵	قدم اول
۲۹	قدم دوم
۳۷	قدم سوم
۴۵	قدم چهارم
۵۷	قدم پنجم
۶۵	قدم ششم
۷۳	قدم هفتم
۸۱	قدم هشتم
۸۷	قدم نهم
۹۱	قدم دهم
۹۹	قدم یازدهم
۱۰۹	قدم دوازدهم

۱۳۱	سنت‌های دوازده‌گانه
۱۳۳	سنت اول
۱۳۷	سنت دوم
۱۴۳	سنت سوم
۱۴۹	سنت چهارم
۱۵۲	سنت پنجم
۱۵۷	سنت ششم
۱۶۳	سنت هفتم
۱۶۹	سنت هشتم
۱۷۵	سنت نهم
۱۷۹	سنت دهم
۱۸۳	سنت یازدهم
۱۸۵	سنت دوازدهم
۱۹۳	شرح کامل سنت‌های دوازده‌گانه

محتویات

مقدمه

گامهای دوازده‌گانه

گام اول

«ما پذیرفتیم که در برابر الکل عاجز بودیم و زندگیمان غیر قابل اداره شده بود».

چه کسی مایل است شکست کامل را قبول کند؟ پذیرا شدن عجز، اولین گام به سوی آزادی است. رابطه فروتنی و هشیارگی. وسوسه فکری و آلرژی بدنی. چرا هر الکی باید زمین بخورد؟

گام دوم

«به این باور رسیدیم که نیرویی مافوق می‌تواند سلامت عقل را به ما بازگرداند».

به چه چیزی می‌توانیم اعتقاد داشته باشیم؟ گامهای دوازده‌گانه فقط پیشنهادات می‌باشند. الکی‌های گمنام کسی را اجبار به داشتن اعتقاد نمی‌کند. اهمیت روشنفکر بودن، راه‌های گوناگون ایمان آوردن، جانشین‌سازی الکی‌های گمنام با قدرت مافوق، دردسر حاصل از توهم. سدهای حاصل از بی تفاوتی و تعصب. یافتن ایمان گم شده در الکی‌های گمنام. مشکلات

خودکفائی و درایت فکر. تفکر مثبت و منفی. اعتقاد به عدالت و تقوای شخصی. تمرد از شخصیت‌های بارز الکی‌ها می‌باشد. گام دوم نقطه عطفی به سوی سلامت عقل می‌باشد. ارتباط سالم با پرورگار.

گام سوم

«تصمیم گرفتیم، اراده و زندگی خود را به مراقبت پروردگار، آن‌گونه

که او را درک کردیم بسپاریم.»

گام سوم مانند باز کردن دری است که قفل باشد. چگونه می‌توانیم خدا را به زندگی خود راه دهیم؟ تمایل کلید کار می‌باشد. تکیه دادن به معنای بی‌نیازی است. خطرات خودکفائی. برگرداندن اراده خود به سمت خدا. استفاده غلط از نیروی اراده. کوشش لازم فرد جهت انطباق با مشیت الهی.

گام چهارم

«یک ترازنامه اخلاقی بی‌باکانه و جستجوگرانه از خود تهیه کردیم.»

چگونه غرایز می‌توانند در اجرای وظیفه مربوطه فراتر روند. در این گام کوشش می‌کنیم تا نواقص خود را کشف کنیم. مشکل اساسی در سوق- دهنده‌های غریزی. ترازنامه اخلاقی که به غلط تهیه گردد، نتایجی از قبیل گناه، خودبزرگبینی و سرزنش دیگران خواهد داشت. اشاره‌ای به صفات برجسته و نواقص اخلاقی، توجیه از خود خطرناک است. تمایل به تهیه ترازنامه، فهم و اطمینان شخص را حاصل می‌کند. گام چهارم آغاز ممارست برای یک عمر. علایم عمومی ناامنی احساسی شامل بر شناخت اضطراب، خشم، دل‌سوزی به حال خود و افسردگی. ترازنامه روابط را مرور می‌کند. اهمیت کامل بودن ترازنامه.

گام پنجم

«طبیعت دقیق خطاهای خود را به خداوند، خود و یک انسان دیگر اقرار کردیم».

دوازده گام غرور را پایین می‌آورد. گام پنجم مشکل بوده ولی برای هشیاری و آرامش فکری لازم می‌باشد. اعتراف انضباطی بسیار قدیمی می‌باشد. بدون اعتراف بی‌باکانه به نواقص، عده معدودی می‌توانند هشیار بمانند. چه چیزی از گام پنجم عایدمان می‌شود؟ سرآغازی برای نزدیکی انسان و پروردگار. از دست دادن احساس تنهایی. دریافت عفو و بخشیدن. یادگیری تواضع. یادگیری صداقت و حقیقت در مورد خودمان. لزوم صداقت کامل. خطرات منطق. چگونه کسی را که قابل اعتماد است انتخاب کنیم؟ نتایج حاصل، صلح و خدا آگاهی می‌باشد. یگانگی پروردگار و انسان جهت آماده شدن در برداشتن قدم‌های بعد.

گام ششم

«کاملاً آماده بودیم تا خداوند کلیه نواقص شخصیت ما را برطرف کند».

گام ششم برای رشد روحانی لازم است. شروع کاری که برای همه عمر خواهد بود. تشخیص ما بین کوشش برای تحصیل هدف و کمال. چرا باید کوشش را ادامه دهیم؟ «آمادگی» مهم و اساسی است. لزوم انجام کار. تاخیر، مخاطراتی به همراه دارد. عصیان می‌تواند مرگ آفرین باشد. نقطه‌ای که اهداف محدود را رها کرده، و به طرف خواست پروردگار که برایمان تعیین شده حرکت می‌کنیم.

گام هفتم

«با فروتنی از او خواستیم تا کمبودهای مان را بر طرف کند».

فروتنی یعنی چه؟ معانی آن برای ما چه می‌تواند باشد؟ طریق آزادی روح در انسان، کمک لازم برای بقاء زندگی، اهمیت خُرد و کوچک ساختن غرور، دگرگونی شکست و بیچارگی از راه فروتنی، نیروی حاصل از ضعف، تحمل درد، اجازه ورود به زندگی جدید می‌باشد. ترس‌های خودمحورانه عامل مهم بروز نواقص می‌باشد. گام هفتم که تغییر در برداشت‌هاست، از نفس رهاییان کرده و ما را به سوی خداوند سوق می‌دهد.

گام هشتم

«فهرستی از تمام کسانی که آزار داده بودیم تهیه کردیم و درصدد جبران خسارت از آنها شدیم».

این قدم و دو قدم بعدی درباره روابط شخصی می‌باشد. همزیستی با دیگران ماجرایی شگفت‌آور است. موانع کار: نداشتن تمایل در بخشش؛ گردن نگرفتن رفتار غلط در مورد دیگران؛ فراموشی عمدی، لازمه برآورد کامل گذشته‌ها و بینش عمیق، نتیجه کامل می‌باشد. انواع زیان و صدمات بر دیگران، اجتناب از قضاوت‌های شدید. برداشت بی‌غرض، این گام سرآغاز پایانی انزوا می‌باشد.

گام نهم

«به‌طور مستقیم در هر کجا که امکان داشت، از افراد فوق جبران خسارت کردیم، مگر در مواردی که انجام آن زیان مجددی بر ایشان یا دیگران وارد کند».

یک فکر آسوده، اولین لازمه قضاوت درست است. وقت‌شناسی برای جبران خسارت اهمیت دارد. شهادت چه می‌باشد؟ درایت به معنای شانس-های حساب شده می‌باشد. به‌هنگام ورود به الکلی‌های گمنام جبران خسارت شروع می‌شود. آسایش فکری را نمی‌توان با ناراحتی دیگران بدست آورد. لزوم تشخیص، مسئولیت مهیا شدن جهت عواقب گذشته و قبول مسئولیت برای رفاه دیگران، روحیه پله نهم می‌باشد.

گام دهم

«به تهیه ترازنامه شخصی خود ادامه دادیم و چنانچه خطایی مرتکب شدیم به فوریت آن را گردن گرفتیم.»

آیا می‌توانیم در هر شرایطی هشیار مانده و تعادل روحی خود را حفظ کنیم؟ پژوهش درون، به‌گونه‌ای عادت می‌شود. اعتراف، تقبل و اصلاح تدریجی نواقص. دردهای پس‌مانده احساسی، زمانی که با گذشته آشتی کردیم، با نبردهای کنونی روبرو می‌شویم. انواع مختلف ترازنامه، خشم و رنجش‌ها، غبطه، حسادت و تاسف به‌حال خود و غرور زخمی شده، همه به‌بطری مشروب ختم می‌شوند. خودداری، اولین هدف، مصونیت در برابر «بزرگنمایی»، محسنات و عیوب را سنجش می‌کنیم، بررسی نیت.

گام یازدهم

«از راه دعا و مراقبه کوشیدیم به پروردگاری که خود درک کردیم نزدیک‌تر شویم و فقط طالب آگاهی از خواست او برای خود و قدرت اجرایش شدیم.»

دعا و مراقبه طرق اصلی ارتباط با قدرت مافوق. رابطه بررسی از نفس و مراقبه و دعا، اساس و شالوده تزلزل‌ناپذیر زندگی. چگونه مراقبه کنیم. مراقبه بدون حد و مرز است. یک ماجرای فردی. اولین ثمره، تعادل

روحی است. در مورد دعا چه می‌دانیم؟ درخواست روزانه جهت درک خواست پروردگار و توفیق در انجام آن. پرسش در مورد نتایج حاصل از دعا بی‌مورد است. پاداش‌های حاصل از دعا و مراقبه.

گام دوازدهم

«با بیداری روحانی حاصل از برداشتن این قدم‌ها، سعی کردیم این پیام را به الکی‌ها برسانیم و این اصول را در تمام موارد زندگی خود تمرین کنیم».

شادمانه زیستن تم دوازدهمین قدم می‌باشد. عمل، کلید کار می‌باشد. اینار بدون چشم‌داشت. قیمتی برای عشق نمی‌توان گذاشت. بیداری روحانی چه می‌باشد؟ بیداری جدید وجدان و نفس، هدیه‌ای مجانی. دریافت هدیه در انجام دادن گام‌های دوازده‌گانه است. واقعیت با شکوه. پاداش کمک به دیگر الکی‌ها. انواع کارکرد قدم دوازدهم. مشکلات حاصل از انجام قدم دوازدهم. در مورد عملکرد این اصول در تمام مراحل زندگی چه می‌توان گفت؟ یکنواختی، رنج و بدبختی در قبال کارکرد قدم‌ها سودمند می‌شوند. مشکلات در اجرای گام‌ها «دوگامه بودن». «دوازده‌گامه بودن» و اثرات آن در رابطه با ایمان. رشد روحانی دوی درد است. رشد معنوی را در درجه اول قرار دادن. نفوذ و اتکاء بیش از حد. زندگی را بر اساس دادوستد قراردادن. تکیه به خداوند لازمه بازسازی الکی‌ها. «اجرای تمامی این اصول در زندگی» روابط داخلی در الکی‌های گمنام. چگونه درک در امور مادی تغییر می‌یابد به‌همین منوال احساسات در مورد اهمیت شخصی تغییر می‌کند. غرایز به واقعیت‌ها سوق داده می‌شوند. درک، کلید و راه‌گشای برداشت سالم بوده و عمل صحیح لازمه زندگی مفید است.

سنت‌های دوازده‌گانه

سنت اول

«رفاه عمومی ما می‌بایست در راس قرارگیرد. بهبودی شخصی وابسته به یگانگی الکلی‌های گمنام است».

بدون اتحاد، الکلی‌های گمنام به فنا می‌رود. آزادی فردی با وجود اتحاد فزاینده، کلید ضد و نقیض: زندگی هر الکلی گمنام منوط به پیروی از اصول روحانی است. لازمه بقاء فردی ادامه حیات گروه است. رفاه عمومی در درجه اول قرار دارد. چگونه می‌توان با یکدیگر مانند یک گروه زندگی و اشتراک مساعی نمود.

سنت دوم

«در رابطه با هدف گروهی ما تنها یک مرجع نهایی وجود دارد و آن خداوند مهربانی است که در وجدان گروه خود را بیان می‌کند. رهبران ما خدمتگزاران مورد اعتماد بوده و حکومت نمی‌کنند».

الکلی‌های گمنام چگونه راهنمایی می‌شوند؟ تنها مرجع حاکم در الکلی‌های گمنام خداوند مهربان است که خود را در وجدان گروه بیان می‌کند. شکل گرفتن و پیدایش یک گروه. دردهای رشد. کمیت‌های چرخشی، خدمتگزاران گروه می‌باشند. رهبران حکومت نمی‌کنند خدمت می‌کنند و آیا الکلی‌های گمنام دارای رهبر واقعی است؟ «سیاست مداران کهنه‌کار» و «شماس‌های دواآتشه». وجدان گروه سخن می‌گوید.

سنت سوم

«تنها شرط عضویت در الکی‌های گمنام تمایل به ترک الكل است». ترس ریشه عدم بردباری در ابتدای امر است. محرومیت یک الکی از الکی‌های گمنام گاهی به منزله صدور حکم قتل او می‌تواند باشد. پایمال کردن قوانین عضویت، دو نمونه از تجربه، هر الکی عضوی از الکی‌های گمنام است چنانچه او بخواهد.

سنت چهارم

«هر گروه می‌بایست مستقل باشد، به استثناء مواردی که به دیگر گروه‌ها و یا الکی‌های گمنام در جمع تاثیر بگذارد».

هر گروه مختار است که امور خود را به نحو دلخواه خود انجام دهد مگر زمانی که الکی‌های گمنام در کل دچار مخاطره شود. آیا این آزادی خطرناک است؟ گروه همانند فرد باید عاقبت به اصولی پایرجا شود تا حیات آن باقی بماند. هشدار: گروه نمی‌بایست کاری کند که صدمه‌ای به الکی‌های گمنام در جمع وارد کند و نه آن‌که خود را وابسته به مسائل خارج نماید و موضع‌گیری کند. «مرکز الکی‌های گمنام» که به خود شکل نگرفت.

سنت پنجم

«هر گروه فقط یک هدف اصلی دارد: رساندن پیام خود به الکی‌هایی که هنوز در عذابند».

بهتر است یک کار به خوبی انجام شود تا آنکه چند کار به نحو نامطلوبی صورت گیرد. حیات انجمن ما بستگی به این اصل دارد. توانایی هر الکی گمنام که شناخت و بهبودی را به تازه وارد منتقل کند، هدیه‌ای از خداوند

است. انتقال چنین هدیه‌ای به دیگران هدف ما می‌باشد. چنان‌چه هشیاری را با دیگران سهیم نشویم، آن را از دست خواهیم داد.

سنت ششم

«الکلی‌های گمنام هرگز نمی‌بایست هیچ موسسه مرتبط و یا هر سازمان دیگری را تایید کند و یا کمک مالی نمایند و یا اجازه استفاده از نام الکلی‌های گمنام را به آنها بدهد زیرا ممکن است مسائل مالی، ملکی و شهرت ما را از هدف اصلی منحرف سازد.»

تجربه ثابت کرده است که ما نمی‌توانیم هیچ موسسه خارجی را هر قدر هم که سودمند باشد تایید کنیم. ما نمی‌توانیم همه چیز برای همه کس باشیم. دریافتیم که نمی‌توانیم اجازه استفاده از نام الکلی‌های گمنام را به موسسات دیگر بدهیم.

سنت هفتم

«هر گروه الکلی‌های گمنام می‌بایست کاملاً خودکفا باشد و کمکی از خارج دریافت نکند.»

هیچ سنتی در الکلی‌های گمنام مانند این سنت دچار مشکل نشد. فقر جمعی در ابتدا مسئله لازم بود. ترس از سوء استفاده. لزوم جدائی معنویات و مادیات. تصمیم دایر بر وجود الکلی‌های گمنام فقط بر مبنای کمک‌های داوطلبانه. واگذاری مسئولیت مراکز الکلی‌های گمنام، مستقیماً به اعضا، برای پشتیبانی. مخارج روزمره بعلاوه ذخیره اضطراری خط‌مشی مراکز می‌باشد.

سنت هشتم

«الکلی‌های گمنام می‌بایست برای همیشه غیر حرفه‌ای باقی بمانند، اما مراکز خدماتی ما می‌توانند کارمندان مخصوصی استخدام کنند.»

قدم دوازدهم را نمی‌توان با پول ادغام کرد. خط فاصله میان کار دواطلبانه «گام دوازدهم» و خدماتی که با پرداختن پول انجام می‌شوند. امور الکلی‌های گمنام بدون کارمندان تمام وقت میسر نیست. کارمندان حرفه‌ای، الکلی‌های گمنام حرفه‌ای نیستند. رابطه الکلی‌های گمنام با حرف، صنایع و آموزش و پرورش و غیره. در انجام قدم دوازدهم پولی پرداخت نمی‌شود ولی کسانی که خدمت خود را به ما ارائه می‌دهند مستحق دریافت حقوق می‌باشند.

سنت نهم

«تحت نام الکلی‌های گمنام هرگز نمی‌بایست متشکل شویم، اما می‌توانیم هیأت‌ها و کمیته‌هایی تشکیل دهیم که مستقیماً در برابر کسانی که به آنها خدمت می‌کنند مسئول باشند.»

کمیته‌ها و هیأت‌های مخصوص جهت خدمات. کنفرانس روابط عمومی. هیأت امناء و کمیته‌های گروهی نمی‌توانند دستورها و اوامری را به افراد یا گروه الکلی‌های گمنام صادر کنند. الکلی‌های گمنام را نمی‌توان فرداً یا جمعاً تحویل کرد، عدم زورگویی نتیجه‌بخش است. هر الکلی گمنام که گام‌های پیشنهادی را برای بازسازی پی‌گیری نکند، حکم مرگ خود را امضاء کرده است، همین شرط به گروه مربوط می‌شود. انضباط در الکلی‌های گمنام تحمل و محبت است. تفاوت میان روح حاکمیت و خدمت. هدف ما از خدمت ارمغان دادن هشیاری به آنهایی است که طالب آن می‌باشند.

سنت دهم

«الکلی‌های گمنام عقیده‌ای در مورد موضوعات خارجی ندارد، بنابراین نام الکلی‌های گمنام هرگز نمی‌بایست به مسائل اجتماعی وارد شود.»

الکلی‌های گمنام در هیچیک از مسائل خارجی جبهه‌گیری نمی‌کند، عدم تمایل در درگیری از محسّنات محسوب نمی‌شود. توسعه و بقاء الکلی‌های گمنام از اهداف نخستین ما می‌باشد. مطالب آموخته شده از جنبش گروه واشنگتنین.

سنت یازدهم

«خط‌مشی روابط عمومی ما بنابر اصل جاذبه می‌باشد نه تبلیغ، ما می‌بایست همیشه گمنامی شخصی خود را در سطح مطبوعات، رادیو و فیلم حفظ کنیم.»

روابط عمومی برای الکلی‌های گمنام حائز اهمیت است. روابط حسنه سبب حفظ جان اشخاص می‌شود. ما خواهان توسعه اصول الکلی‌های گمنام هستیم، نه معروفیت افراد الکلی‌های گمنام. همکاری مطبوعات. گمنامی فردی در سطح عمومی زیربنای سیاست روابط عمومی ما می‌باشد. سنت یازدهم همیشه یادآور این است که جاه‌طلبی فردی، مقامی در الکلی‌های گمنام ندارد. هر عضو، حامی فعال انجمن ما خواهد شد.

سنت دوازدهم

«گمنامی اساس روحانی تمام سنت‌های ما می‌باشد و همیشه یادآور این است که اصول را قبل از شخصیت‌ها قرار دهیم.»

خمیره روحانی گمنامی، فداکاری می‌باشد. تابعیت اهداف شخصی از مصالح عموم چکیده تمام دوازده سنت می‌باشد. چرا الکی‌های گمنام نمی‌تواند جامعه‌ای خفی باقی بماند. اصول مقدم بر شخصیت‌ها می‌باشد. گمنامی صد درصد در سطح همگانی. گمنامی، فروتنی واقعی می‌باشد.

www.ketab.ir

پیش گفتار

الکلی‌های گمنام یک انجمن جهانی است که بیش از یکصد هزار* نفر، الکلی زن و مرد با یکدیگر متحد شده، تا مسئله مشترکشان را حل کنند و به آنهایی که هنوز از این بیماری قدیمی و مبهوت کننده یعنی الکلیسم رنج می‌برند، کمک نمایند.

این کتاب با «دوازده قدم» و «دوازده سنت» الکلی‌های گمنام سروکار دارد. دقیقاً نظریه و اصولی که اعضاء الکلی‌های گمنام را بدان وسیله بازسازی نموده و چگونگی عملکرد اجتماع آنان را نمایان می‌کند.

گام‌های دوازده‌گانه الکلی‌های گمنام شامل تعدادی اصول می‌باشند که ماهیت آنها روحانی بوده و اگر به عنوان روشی در زندگی اجرا شود، می‌تواند وسوسه مشروب‌خواری را از فرد خارج کرده و موجب شود که او تبدیل به شخصی شاد و کاملاً مفید گردد.

سنت‌های دوازده‌گانه الکلی‌های گمنام در رابطه با کارکرد انجمن می‌باشد و طرح جامعی است که از این طریق الکلی‌های گمنام ضمن حفظ یگانگی، حیات و رشد خود را با دنیای اطراف منطبق می‌سازد.

با وجود آنکه مقالاتی که در ذیل آمده عمدتاً برای اعضاء نگاشته شده، بسیاری از دوستان الکلی‌های گمنام فکر کرده‌اند که چنین مطالبی ممکن است باعث برانگیختن علاقه و بهره‌گیری خارج از الکلی‌های گمنام باشد.

بسیاری از غیر الکلی‌ها گزارش می‌دهند که بر اثر عملکرد گام‌های دوازده‌گانه الکلی‌های گمنام موفق شده‌اند با مسائل و مشکلات متفاوتی در

* - در سال ۲۰۰۴ تعداد کسانی که به بهبودی از طریق الکلی‌های گمنام دست یافته‌اند بیش از دو میلیون نفر برآورد شد.

زندگی مواجه شوند. آن‌ها فکر می‌کنند که قدم‌های دوازده‌گانه نه فقط می‌تواند هشیاری برای کسانی که با الکل مسئله دارند را فراهم کند، بلکه موجبات یک زندگی موثر و شاد را برای غیر الکی‌ها هم دربر داشته باشد.

علاقه وافرانی به سنت‌های دوازده‌گانه الکی‌های گمنام معطوف شده است که در این راستا دانشجویان علوم اجتماعی، علّت و چگونگی کارایی الکی‌های گمنام را به‌عنوان یک اجتماع مورد بررسی و پرسش قرار می‌دهند. می‌پرسند چگونه است که هیچ عضوی نمی‌تواند در مقایسه با عضو دیگری حاکمیت داشته باشد و محلی برای مرکزیت مانند یک دولت وجود نداشته باشد. چگونه مشتی رسوم که فاقد نیروی قانونی است، می‌تواند انجمن الکی‌های گمنام را یکپارچه و موثر نگه‌دارد؟ قسمت دوم این کتاب با وجود آنکه برای عضویت الکی‌های گمنام نگاشته شده به چنین پرسش‌هایی از درون الکی‌های گمنام پاسخ می‌دهد که تا به حال میسر نبوده است.

الکی‌های گمنام در شهر اکرون ایالت اوهایو در سال ۱۹۳۵ تاسیس یافت که نتیجه ملاقات یک دکتر مشهور جراح و یک دلال نیویورکی بود. هر دو نفر شدیداً گرفتار مرض الکلیسم بودند و بر آن شدند تا انجمن الکی‌های گمنام را به اتفاق یکدیگر تاسیس نمایند.

اصول اساسی الکی‌های گمنام، آن‌طور که امروز شناخته شده‌اند، رشته‌ای از طب و مذهب می‌باشند. با این حال بعضی از ایده‌ها که موفقیت را از آن خود ساخت نهایتاً با توجه به رفتار و احتیاجات اعضا بود.

پس از سه سال آزمون و خطا، جهت انتخاب موثرترین روش که بر اساس آن به‌توان چنین اجتماعی را استوار کرد و نیز شکست بزرگی که بهبودی الکی‌ها را غیرممکن می‌ساخت، سه گروه نخستین آن در شهر اکرون، دومین گروه در نیویورک و سومین گروه در شهر کلیولند ظهور یافت و با این حال مشکل بود که دو نتیجه بهبودی در تمام این گروه‌ها حاصل شود.

بنابراین چنین اجتماع نوپایی بر آن شد تا تجربه خود را در کتابی که عاقبت در آوریل سال ۱۹۳۹ منتشر کرد در اختیار عموم بگذارد. در این ایام تعداد بهبودی‌ها بالغ بر یکصد نفر می‌شد و عنوان کتاب «الکلی‌های گمنام» بود و نام انجمن، از این خاطر انتخاب گردید.

در این کتاب که الکیسم از دیدگاه الکلی‌ها توصیف شده بود، عقاید روحانی برای اولین بار در دوازده قدم منعکس گردید و کاربرد این قدم‌ها برای مشکل الکلی‌ها مشخص گردید. بقیه کتاب شامل سی شرح حال از زندگی الکلی‌هایی بود که در آن تجربیات مشروب‌خواری و بازسازی خود را بیان داشتند. چنین ماهیتی موجب شد تا الکلی‌هایی که خواننده این کتاب بودند عملاً خود را با انطباق و آگاهی به این مفهوم غیرممکن وفق دهند و بهبودی آنها امکان پذیر گشت. کتاب «الکلی‌های گمنام» همانند یک کتاب درسی اساس نوشتارهای بهبودی را جهت انجمن به خود اختصاص داد که هنوز هم ملاک عمل قرار می‌گیرد. مجلد کنونی برای بسط، وسعت دادن و درک عمیق گام‌های دوازده‌گانه به همان‌گونه که در اوایل کار نوشته شد می‌باشد.

با نشر کتاب «الکلی‌های گمنام» در سال ۱۹۳۹ دوره مقدماتی به اتمام رسید و عکس‌العمل‌های غیر قابل باور و نتایج زنجیره ماندندی به خود شکل گرفت که انتقال پیام بهبودی الکلی‌های بهبود یافته به افرادی بود که از این بیماری رنج می‌برند. سال‌های بعد ده‌ها هزار الکلی به الکلی‌های گمنام روی آوردند که عمده‌تاً نتیجه معروفیت پی‌گیری بود که جراید و روزنامه‌ها به‌طور رایگان در سراسر دنیا به عمل آوردند. روحانیون و اطباء از این حرکت نوین پشتیبانی کرده و اتحاد و وحدت خود را اعلام داشتند.

چنین توسعه حیرت‌آوری دردها و مشکلاتی به‌همراه داشت. امکان بهبودی الکلی‌ها به اثبات رسید؛ لکن به‌هیچ وجه اطمینانی برای عده کثیری

از این مردم آشوبگر، که بتوانند ثمر بخش بوده و در زندگی و کار با یکدیگر تفاهم داشته باشند وجود نداشت.

مسایلی از قبیل: عضویت، پول، روابط شخصی، مدیریت گروه‌ها، باشگاه‌ها و مشکلاتی دیگر به‌گونه پرسش‌هایی تهدیدآور، مطرح شد. بر اساس چنین تجربه وسیع و درهم‌برهم انفجاری بود که دوازده سنت الکی-های گمنام در سال ۱۹۴۶ به خود شکل گرفت و برای اولین بار انتشار یافت و سپس در نخستین همایش سراسری الکی‌های گمنام که در سال ۱۹۵۰ در شهر کلیولند صورت گرفت به تصویب رسید. بخش سنت این کتاب تا اندازه-ای نمودار تجربه است که نهایتاً سنت‌های دوازده‌گانه را به وجود آورد و بدین ترتیب به AA فرم کنونی را داده و اتحاد بخشید.

بدان‌گونه که اکنون الکی‌های گمنام به دوران بلوغ خود قدم می‌گذارد در عین حال آغاز به دسترسی چهل مملکت دیگر نموده است.* و به نظر دوستان این تنها سرآغازی برای خدمات با ارزش و منحصر به فرد چنین اجتماعی می‌باشد.

امید است این مجلد نوشتاری برای آنهایی که قادر به مطالعه و درک آن می‌باشند، نظریه دقیق‌تری از اصول و نیروهای مطرح، در بوجود آوردن الکی‌های گمنام امروزی را نمایان کند.

با سرویس‌های عمومی الکی‌های گمنام از طریق مکاتبه می‌توان تماس گرفت:
الکی‌های گمنام، صندوق پستی ۴۵۹ ایستگاه گراند سنترال
نیویورک، نیویورک کد پستی ۱۰۶۳ ایالات متحده آمریکا

* - در سال ۲۰۰۴ الکی‌های گمنام در ۱۵۰ کشور تأسیس یافت.