

II.

Spirituális élmény

A „spirituális élmény” vagy „spirituális ébredés” kifejezést sokszor használtuk ebben a könyvben. Ha figyelmesen olvassuk, kiderül, hogy a személyiségváltozás, mely szükséges az alkoholizmusból való felépüléshez, sokféle formában nyilvánul meg.

Az is igaz, hogy első kiadásunk sok olvasóban azt a benyomást keltette, hogy a személyiségváltozásnak vallási élmény vagy hirtelen és látványos megvilágosodás jellegét kell öltenie. Mindnyájunk szerencséjére ez nem így van.

Az első néhány fejezet sok azonnali és forradalmi változást ír le. Nem állt ugyan szándékunkban ezt a benyomást kelteni, mégis sok alkoholista azt a következtetést vonta le, hogy a kigyógyulás érdekében azonnali és mindent átfogó Isten-tudatra kell szert tennie, amelyet azon nyomban az érzésekben és a nézetekben beálló hatalmas változás kísér.

Gyorsan növekvő és már sok ezer alkoholistát számoló tagságunk körében gyakran előfordulnak ugyan az ilyen átalakulások, de semmiképpen sem általánosak. Élményeink és tapasztalataink többségére a William James pszichológus által leírt „nevelési változat” jelzője illik, mert azok lassú folyamat eredményeként alakulnak ki. Az új tag barátai gyakran jóval előbb fölfedezik a különbséget, mint az illető maga. Végül aztán ő is észreveszi, hogy mélyreható változáson ment keresztül

az életre való reagálásában, s hogy ezt a változást aligha tudta volna egyedül elérni. Ami gyakran alig pár hónap alatt következik be, azt még évekig tartó önfegyelmeléssel is csak ritkán lehet elérni. Kevés kivételtől eltekintve tagjaink úgy érzik, hogy egy korábban nem sejtett, belső erőforrásba kapcsolódtak, amelyet egy maguknál erősebb és teljesen egyénileg értelmezett Hatalommal azonosítanak.

Legtöbben úgy gondoljuk, hogy ez a nálunk nagyobb Hatalomról kialakult vélemény a spirituális élmény lényege. Vallásosabb tagjaink Isten-tudatnak nevezik.

A legnyomatékosabban szeretnénk hangsúlyozni, hogy minden alkoholista, aki élményeink és tapasztalataink alapján hajlandó problémáival őszintén szembenézni, képes kigyógyulni, ha eleve nem zárja ki tudatából a spirituális valóságot. Vereséget csak intoleráns hozzáállás vagy harcias tagadás hozhat.

Azt tapasztaltuk, hogy senkinek sem kell akadálynak tekintenie a program spirituális jellegét. *A hajlandóság, az őszinteség és az előítélettől való mentesség a gyógyulás lényeges és ugyanakkor nélkülözhetetlen elemei.*

„Van egy elv, amely akadály a minden információnak, bizonyíték minden érv ellen, és amely az embert biztosan örök tudatlanságban tartja – ez az elv nem más, mint valaminek tanulmányozás nélküli elvetése.”

(HERBERT SPENCER)