

ضربه زدن به پایین

در افراد کم درآمد ناشناس

ضربه زدن به پایین در افراد کم درآمد ناشناس
شابک: 9798362152819

کپی رایت (c) توسط جورج کارنی مک لچلین جونیور 2023
تمامی حقوق محفوظ است.
هیچ بخشی از این اثر را نمی توان بدون اجازه ناشر کپی یا تکثیر کرد.
ویرایش مجدد در 3.2.2025

چاپ شده توسط: پلت فرم انتشار مستقیم Kindle
ناشر: ایجاد یک دنیای هوشیار ، شرکت 33618

جلد هنری توسط: M.C. Escher; حقوق دارای مجوز از طریق Shutterstock، Inc. به
عنوان 2023102877 مورد

کتاب های قبلی این نویسنده

کاملا هوشیار: تاریخچه، اصول و عمل نابودی خودمحموری 2012

هیچ: بحثی هوشیارانه در مورد بودن و نبودن 2022

"من مسئول هستم. وقتی هر کسی، هر جا،
برای کمک دراز می‌کنم، من دست A.A. (U.A.) را می‌خواهم.
همیشه آنجا باشم. و برای آن: من مسئول هستم."
بیل ویلسون، تورنتو 1965

توجه

این اثر یک نشریه مجاز (Conference Approved Literature) از Underearners Anonymous نیست. نویسنده آزادانه این رساله را به عنوان راهنمای مفیدی برای رسیدن به تسلیم مطلق که برای ورود محکم به روند بهبودی از اجبار به دستاوردهای کم دست و "پنهان شدن" در زندگی که از آن به عنوان "کم درآمد" یاد می شود، لازم است، به جامعه UA ارائه می دهد. این از تجربه شخصی خود او در رسیدن به پایین الهام گرفته شده است، به عنوان کسی که تا زمانی که UA را پیدا کرد، یک زیر پا افتاده مزمن بود. او آزادانه این حساب را با همه کسانی که جرات می کنند کاملاً هوشیار شوند در Underearners Anonymous به اشتراک می گذارد.

ایجاد یک پایه مطمئن در این سه مرحله اول فرآیند بهبودی، تضمین می کند که فرد کم درآمد، که تلاش صادقانه ای انجام می دهد، به بیداری معنوی دست خواهد یافت که نتیجه وعده داده شده کار بر مراحل در برنامه Underearners Anonymous است، همانطور که در هر جامعه دوازده مرحله ای دیگر وجود دارد.

توجه



جدول محتویات

v	توجه
xi	فداکاری و قنردانی
1	1 اگر آنچه را که ما داریم می خواهید...
9	2 چه کسی اهمیت می دهد که شکست کامل را بپذیرد؟
15	۳ هیچ بودن
24	4 منابع خود
31	5 تسلیم اراده
38	6 وحدت
48	7 زمینه و چشم انداز
54	8 کاملاً بهبود یافته است
68	9 ما
79	10 من مسئول هستم
81	11 اما من نیستم
86	12 تمرین حضور
88	13 آن را منتقل کنید
89	کتابشناسی
90	شاخص
92	مراجع

جدول محتویات

به ندرت دیده ایم که فردی شکست بخورد
کاملاً راه ما را دنبال کرده است.
الکلی های گمنام ص 58

مقدمه

شریک ارزشمند و وفادار من در راه اندازی کتاب، جفری، با مهربانی به من سرزنش کرده بود که روابطم را با جلسه مردان ناشناس صبح سه شنبه قطع کردم. این اعتبار تسلط خود او بر روحیه وحدت در بدنه بهبودی است که مانند برخی دیگر رابطه خود را با من قطع نکرد. مدت کوتاهی پس از "سرزنش" برادرانه او، آماده سازی برای سومین کتاب از مجموعه "ایجاد یک دنیای هوشیار" را آغاز کردم. *با این حال من نه*. همانطور که افکارم را در مورد اینکه چگونه باید ادامه دهم جمع کردم، بلافاصله برایم آشکار شد که حق با هموطنم در حال بهبودی است - من باید به UA برگردم. آنقدر نبود که UA به من نیاز داشته باشد - به من نیاز دارد به روشی که همه بهبودی دوازده مرحله ای "ما" را در بر می گیرد که همه ما را در بهبودی یکی می کند - اما من در واقع به UA نیاز داشتم. من بدهی داشتم که باید بپردازم. من باید آنچه را که آزادانه به من داده شده است پس بدهم.

افراد کم درآمد ناشناس دلیلی بود که من با خوشحالی توانستم آخرین کتابم را به پایان برسانم - و با وجود همه هرج و مرجی که اکنون معاشرت ما را آشفته کرده است - هنوز یک فضای دگرگون کننده و مقدس زندگی است. هدیه ای شگفت انگیز که به دادن ادامه می دهد. من وظیفه خود را دیدم. من باید با مهربانی این هدیه شگفت انگیز را دوباره در آغوش بگیرم و آن را به همه کسانی که آن را دریافت خواهند کرد منتقل کنم.

واقعیت فوق العاده برای هر یک از ما این است که ما یک راه حل مشترک کشف کرده ایم. ما راهی داریم که می توانیم در مورد آن کاملاً توافق کنیم و می توانیم در آن به اقدامات برادرانه و هماهنگ بپیونددیم.

الکی های گمنام ص 17

فداکاری و قدردانی

این جزوه کوچک به افتخار و ادای احترام به همه کسانی که پیش از ما در این مسیر تحول معنوی از طریق دوازده قدم رفته اند، نوشته شده است.

اول، اندرو دویچ محبوب ما اندرو دویچ، یکی از بنیانگذاران شناخته شده Underearners Anonymous که به همراه اعضای دیگر گروه بدهکاران ناشناس خود، امکان استفاده از ابزارهای DA و مراحل تعیین شده توسط الکی های گمنام برای کمک به افراد برای غلبه بر کم درآمد را پیش بینی کرد و مسئول راه اندازی کمک هزینه تحصیلی ناشناس Underearners در سال 2005 بود.

ما بسیار مدیون اندرو و همه کسانی هستیم که در طول سال ها در گسترش این جامعه شگفت انگیز تغییر دهنده زندگی و دگرگون کننده جهان به هم پیوسته اند.

در تشکر و قدردانی صمیمانه از اندرو، اگر اذعان نکنم که هیچ یک از آنچه او و بنیانگذاران UA به ما منتقل کردند، بدون کمک های سرچشمه ای بنیانگذاران الکی های گمنام، ویلیام گریفیث ویلسون و دکتر رابرت هولبروک اسمیت امکان پذیر نبود، کوتاهی می کنم. ویلسون معتقد بود که جنبشی که او و دکتر اسمیت در پیشبرد آن نقش کلیدی ایفا کرده بودند، می تواند روزی دنیای آشفته ما را نجات دهد. در سخنرانی خود در دومین کنفرانس خدمات جهانی AA در سال 1955 بیل ویلسون گفت:

کسانی هستند که پیش بینی می کنند که الکی های گمنام ممکن است به خوبی به یک پیشگام جدید برای یک بیداری معنوی تبدیل شود. در سراسر جهان. وقتی دوستان ما این چیزها را می گویند، هم سخاوتمند و هم صادق هستند. اما ما از AA باید تأمل کنیم که چنین ادای احترام و چنین پیشگویی می تواند برای اکثر ما یک نوشیدنی سرسخت باشد - یعنی اگر واقعاً به این باور رسیده باشیم که این هدف واقعی AA است، و اگر شروع به رفتار بر اساس آن کنیم. بنابراین، جامعه ما محتاطانه به هدف واحد خود می چسبد: رساندن پیام به الکی هایی که هنوز رنج می برند. بیایید در برابر این فرض غرور آمیز مقاومت کنیم که از آنجا که خدا ما را قادر ساخته است تا در یک زمینه خوب عمل کنیم، سرنوشت ما این است که کانالی برای نجات فیض برای همه باشیم.¹

بیل کاملاً آگاه بود که AA باید بر کمک به الکی ها تمرکز کند و اجازه ندهد غرور و عظمت آن را از هدف اصلی خود منحرف کند. همسر بیل، لویی، این حس از پتانسیل تغییر جهان جنبش را تأیید کرد که ممکن است زمانی به ثمر برسد که اصولی که بر اساس آن بنا شده بود برای افراد بیشتری آشنا شود. لویی در کنفرانس خدمات جهانی AA در مونترال در سال 1985 اعلام کرد:

من معتقدم ، همانطور که بیل انجام داد ، اگر او بتواند راهی پیدا کند تا آنچه را که دارد به دیگران بدهد ، کاری را آغاز می کند که جهان را تغییر می دهد بیل و من همیشه معتقد بودم که ، همانطور که افراد بیشتری روش زندگی ما را می پذیرند و با عشق به دیگران می روند ، اصولی که معاشرت ما بر اساس آن استوار است ، روزی دنیای آشفته ما را نجات خواهد داد....²

در نهایت، باید اضافه کنم که اگر خالق گروه آکسفورد نبود، هیچ AA و بنابراین UA وجود نداشت از آن AA بیرون آمد، فرانکلین ناتانیل دانیل بوخن. بوخن همچنین معتقد بود که روش ها و تجربه ای که در کنوانسیون کسویک انگلیسی در سال 1908 پذیرفته بود و داشت سپس به بیل ویلسون منتقل شد و دیگران، روزی دنیای ما را متحول کنید. او در سخنرانی ای که چند ماه قبل از مرگش در سال 1961 ایراد کرد³، گفت:

من می خواهم همه احساس کنند که سهمی دارند زیرا از موهبت گرانمایی که از طریق گروه آکسفورد به آنها و من رسیده است سهمی دارند آنها می توانند این هدیه را با پیشبرد فلسفه ای که برای یک بحران جهانی مناسب است و سرانجام ملت ها را به عصر طلایی منتظره می رساند که با بزرگترین انقلاب تمام دوران که به موجب آن صلیب مسیح آغاز شده است، به بهترین وجه تداوم بخشند ... جهان را دگرگون خواهد کرد.⁴

به افتخار دیدگاه عمیق آنها برای قدرت بالقوه هدیه ای که به عنوان اعضای Underearners Anonymous به ما منتقل شده است، عمیق ترین قدردانی خود را از اندرو دویچ، بیل ویلسون، دکتر باب اسمیت و فرانک بوخن به اشتراک می گذارم*. بدینوسیله این اثر را به یاد آنها و به همه کسانی که مایل به "انتقال آن هستند" تقدیم می کنم.

تنها اختراعات خاص آمریکایی
که این دنیای را به دنیای بهتری تبدیل کرده اند عبارتند از
الکلی های گمنام و جاز،
و جاز هیچ عارضه جانبی بدی ندارد.
کورت وونگات

اگر آنچه را که ما داریم می خواهید...

اگر تصمیم گرفته اید آنچه را که ما داریم می خواهید و حاضرند برای به دست آوردن آن به هر طریقی بپردازند - سپس آماده برداشتن گام های خاصی هستید. الکلی های گمنام، ص 58

من برای اولین بار در روزهای پایانی سال 2016 به Underearners Anonymous آمدم. من در مراحل اولیه نوشتن دومین کتابم در مجموعه ای بودم که آن را "ایجاد دنیایی هوشیار" می نامم.

من که از موانع معمولی رنج می بردم که اغلب نویسندگان را از تکمیل پروژه هایشان باز می دارد، به طور اتفاقی به داستانی در 26 ژوئیه 2016 در صفحات مجله آنلاین *New Inquiry* برخورد کردم. عنوان قطعه کارولین دورلاچر "معتاد به شکست: نتولیرالیسم به هزاره های حرفه ای رابطه ای با خود تحمیل می کند که شبیه به الکلی ها در آستانه اعتیاد است" من با ترجم از تلو تلو خوردن اجتناب کردم، چیزی که در آن زمان برای من یک زیرنویس مبهم بود، و مشتاقانه پریدم و هضم کردم:

یکی از دوستانم اکنون در یک برنامه است و او خیلی بهتر است. افراد ناشناس (UA)، یک برنامه 12 مرحله ای که در سال 2006 در شهر نیویورک تأسیس شد، برنامه ای برای افرادی است که در دنبال کردن "چشم انداز" شخصی خود مشکل دارند، اصطلاحی که هفت بار در جزوه کوتاه "درباره UA" آمده است. به یک معنا، "کم درآمد" به سادگی همان چیزی است که از نامش پیداست: "ناتوانی در تأمین نیازهای خود". اما این فقط در مورد دریافت حقوق بالاتر نیست. همچنین در مورد "کم دستاورد، یا کم بودن، مهم نیست که چقدر پول به دست می آوریم".

فکر کردم: "وای، این من هستم!"

مانند بسیاری دیگر که برای اولین بار در مورد UA شنیدند، بلافاصله "Underearner's Anonymous" را در گوگل جستجو کردم و به زودی در اولین جلسه حضوری خود در اولدسمار، فلوریدا، شهر کوچکی در حدود نیم ساعت رانندگی از خانه ام در تامپا شرکت کردم.

عالی بود. من در ماه مارس سال بعد در نامه ای به حامی مالی خود که به زودی خریداری می شود، اندرو دی، یکی از بنیانگذاران UA، می گویم:

من 36 سال هوشیاری مداوم در AA دارم، اما از یافتن سطح دیگری از هوشیاری و امکان رشد معنوی در UA شگفت زده و خوشحال شده ام - این تجسم چیزی است که من در 36 سال گذشته به دنبال آن بوده ام. احساس من این است که UA پیام بهبودی را به آستانه یک احتمالاً کاملاً جدید برای جهان رسانده است، همانطور که هم بیل ویلسون و هم فرانک بوخن معتقد بودند.

اگر آنچه را که ما داریم می خواهید

این به سادگی نبوغ الهام گرفته شده است. یکی دیگر از قسط هدیه خداوند که از طریق AA به ما رسیده است.

UA آنچه را که وعده داده بود انجام داد. این به من کمک کرد تا از آن نقص های شخصیتی که مانع از حرکت رو به جلو در نوشتن کتاب من شده بود، آگاه شوم. در UA، به زودی توانستم از ترحم به خود و ترس از موفقیت عبور کنم - دو نقص اصلی شخصیتی در میان بسیاری از مواردی که به زودی کشف کردم، مانع از تکمیل پروژه ام و تبدیل شدن به تمام چیزی که باید می شدم.

در حضور منظم خود در جلسات، از داستان های دیگرانی که مطبوعات بودند، الهام گرفتم و تشویق شدم.

به سمت اهداف و مقاصد خود حرکت می کنند. همچنین، UA به طرز چشمگیری به خوبی سازماندهی شده بود - تلفنی و حضوری
جلسات در وب سایت UA ارسال شد و doz-

زمان هایی برای "smörgåsbord" از موضوعات متناسب با بهبود کم دستاوردی و کم بودنی - هر روز در هر منطقه زمانی - در زبان های مختلف که به صورت گروهی در سراسر جهان، از ایران تا استرالیا صحبت می شود. قالب های جلسات به خوبی چیده شده بودند و خود جلسات در نحوه برگزاری آنها به خوبی منظم بودند - حدس زدم که ساختار آنها از روش بسیار منظمی که من مشاهده کرده بودم جلسات AA در منطقه شهر نیویورک برگزار می شد، الهام گرفته شده است.

من در UA فروخته شدم.

من داوطلب شدم تا نماینده خدمات گروهی (GSR) برای فراخوان قدردانی ابراز رفاه
ظهر جمعه باشم.

با حمایت وفادارانه جین، ولاد و تعداد انگشت شماری دیگر، گروه سپاسگزاری ما به زودی افزایش یافت و یک جلسه سپاسگزاری چهارشنبه ایجاد کرد - دو گروه ما آنقدر در مورد قدردانی مشتاق بودند که حتی به فکر ایجاد یک گروه بین گروهی قدردانی افتادیم و چشم اندازی برای ترویج قدردانی به عنوان ابزاری در بازیابی UA داشتیم.

رانچو پالوس ورس 2018

سپس در اواخر اکتبر 2018 در اولین و تنها کنفرانس خدمات جهانی خود در مرکز عقب نشینی مری و جوزف در رانچو پالوس ورس، کالیفرنیا شرکت کردم.

گفتن اینکه شوکه و ناامید شدم دست کم گرفته شده است.

به نظر نمی رسید اعضای هیئت خدمات عمومی متوجه شوند که برای خدمت به نیازها انتخاب شده اند

از کمک هزینه تحصیلی. برای من واضح بود که این رهبران Underearners Anonymous از یکی از آنها قدردانی نمی کنند

هدایای بزرگی که بیل دلیبو به AA اعطا کرده بود

خانواده و که در دسترس ما بود تا در UA نگه داریم و خودمان را در UA بسازیم اگر فقط می توانستیم فروتنی را پیدا کنیم برای انجام این کار.

علاوه بر انتشار *الکلی های گمنام* و جمع آوری سنت ها، بیل همچنین سال های اول وجود AA را صرف تدوین طرحی برای واگذاری رهبری AA به اعضای آن از طریق نمایندگان خدمات گروهی (GSR) و کنفرانس خدمات عمومی منتخب آنها کرده بود. وظیفه هیئت خدمات عمومی کوچکتر این است که به عنوان معتمد در نگرانی های حقوقی شرکت ها خدمت کند و از نیازهای کمک هزینه تحصیلی بزرگتر که توسط کنفرانس خدمات عمومی نمایندگی می شود، حمایت و خدمت کند.

اکنون که به گذشته نگاه می کنیم، می فهمیم که چرا اعضای UA، که الکلی نیستند، ممکن است حتی نتوانستند از روش الهام بخش بیل ویلسون که حکومت AA را به عنوان یک جامعه جهانی ساختار داده بود، قدردانی کنند.

در صحبت در مورد آن ناتوانی ظاهری، به ما کمک می کند که چیزهایی را در مورد منشأ AA به خاطر بسپاریم.

وقتی ویلسون کتاب را منتشر کرد، *الکلی ها Anony-mous*، تعداد این بورسیه کمتر از صد عضو بین آکرون و کلیولند اوهایو و شهر نیویورک بود. بیل این کتاب را با کمک گروه اکسفورد خود نوشته بود دوستان در نیویورک و با حمایت و تشویق دکتر باب و گروه در آکرون. او فکر می کرد که فروش کتاب هزینه های او را پوشش می دهد، اما به نظر می رسید هیچ علاقه ای به خرید آن ندارد.

اما پس از آن، هنگامی که روزنامه نگار سرسخت جک الکساندر توسط ناشرش در مورد برخی از مشروب خواران مشکل که به نظر می رسید درمانی برای اعتیاد به الکل غیرقابل توقف خود پیدا کرده اند، به سرعت از گروه هایی در آکرون، نیویورک و کلیولند دیدن کرد. او گزارش می دهد که او مجموعه ای از مست های پایین و ناامید را کشف کرده است که مشغول کمک به یکدیگر برای غلبه بر بیماری مهلک بوده است. مقاله الکساندر در نسخه 1 مارس 1941 *شبیه عصر با عنوان "الکلی های گمنام: بردگان مشروب آزاد شده، اکنون دیگران را آزاد می کنند"* منتشر شد.

جک در مقاله خود یک آدرس پستی گنجانده است که خوانندگان می توانستند برای دریافت یک نسخه از کتاب AA بنویسند. فروش *الکلی ناشناس* افزایش یافت و به زودی مردم به بیل نامه نوشتند و از آنها خواستند جزئیات بیشتری در مورد نحوه کار با برنامه و نحوه کمک به بهبودی همالکلی های خود داشته باشند.

گروه ها در سراسر کشور ظاهر شدند. در عرض سیزده سال، اعضا به 100000 نفر افزایش یافت.

بیل مشغول پاسخ دادن به سوالات بود و خودش از اعضا در مورد نحوه برگزاری جلسات خود سوال می کرد. من این گزارش فشرده از آن داستان را در اولین کتابم *کاملاً هوشیار: تاریخچه، اصول و عمل نابودی خودمحوری به اشتراک گذاشتم*.

اعضا به بیل نامه می نویسند: چه کسی می تواند عضو باشد؟ بر چه اساسی؟ ناشناس بودن چطور؟ آیا اعضا باید برای کاری که برای دیگران انجام می دهند هزینه دریافت کنند؟

یا او یا منشی اش به این سوالات و بسیاری از سوالات دیگر پاسخ می نوشتند. در مقطعی او از گروه ها خواست که لیستی از تمام قوانین و شرایط عضویت را برای او ارسال کنند. فهرست، زمانی که بیل همه آنها را با هم نوشت، برگه های زیادی از کاغذ را گرفت.⁵

یکی از دوستانش پیشنهاد کرد که همه این دستورالعمل ها می توانند

اگر آنچه را که ما داریم می‌خواهید

در مجموعه ای از اصول تقطیر شده است که اعضای این جامعه جدید را در برخورد با یکدیگر و دنیای خارج راهنمایی می‌کند.⁶ قابل توجه است که اینها به نظر می‌رسد اصولی از تجربه خود گروه‌ها. برخی از آنها از زمان آغاز، همانطور که در مورد اصل ناشناس بودن وجود داشت.

نبوغ بیل در توانایی او در جمع‌آوری و تفسیر حجم زیادی از اطلاعات بود که از گروه‌ها به دست می‌آورد. از این نظر می‌توان گفت که او نویسنده این اصول نبوده است. سهم بزرگ و قابل توجهی که بیل ویلسون انجام داد ساخته شده به جهان توانایی او در قرار دادن این اصول در یک شکل قابل استفاده بود که مشارکت را حفظ کرده است از الکلی‌های گمنام در تمام این سال‌ها. او راهی برای تدوین اصول نظم دادن به خدا پیدا کرده بود جامعه ای با محوریت و خدا محور.

او در ابتدا این اصول را لقب داد *دوازده نکته برای تضمین آینده ما*. آنها برای اولین بار در A.A منتشر شدند. *مجله/نگور*، در سال 1946. بیل بعداً سرمقاله ای برای هر نکته نوشت و منشأ آن و دلیل ضروری بودن آن را توضیح داد.⁷

این ایده‌ها که بعداً توسط بیل نامگذاری شد، *دوازده سنت*، کمی فروش کرد و بیل یک فروشنده کامل بود. آنها، همراه با سایر ایده‌های بیل برای اداره جامعه، برای رای‌گیری در کنوانسیون بیستمین سالگرد A.A مطرح شدند. در سال 1955 در سنت لوئیس برگزار شد.

پیشنهاد ایجاد هیئت خدمات عمومی، نه برای حکومت کردن،⁸ بلکه نگهبان دوازده سنت باشد، با "عرش تایید" تصویب شد. بیل دبلیو. یاران را تبدیل کرده بود به اعضای آن می‌رسد.⁹

AA چالش‌های سازمانی خود را حل کرد و خود را به عنوان یک سازمان پایدار و انعطاف‌پذیر در طول تقریباً هفتاد سال از زمان بیل دبلیو ثابت کرده است. رهبری یاران را به اعضای آن واگذار کرد.

اکنون، تقریباً بیست سال از آغاز خود، Underearners Anonymous با همان چالشی روبرو است که بیل با آن روبرو بود. هر کسی که مایل به شرکت در جلسه تجاری ماهانه بزرگنمایی شده سرکل است.

معاون هیئت مدیره، همانطور که اخیراً انجام دادم، می‌بیند که رهبری از چالشی که UA با آن روبرو است آگاه است. قالب جلسه شامل پاراگراف زیر از نسخه دوم "کتاب بزرگ" AA است:

"جامعه ما سپس وارد یک دوره نوجوانی ترسناک و هیجان‌انگیز شد. آزمونی که با آن روبرو شد این بود: آیا این تعداد زیاد از الکلی‌های نامنظم سابق می‌توانند با موفقیت با هم ملاقات کنند و با هم کار کنند؟ آیا بر سر عضویت، رهبری و پول دعوا وجود خواهد داشت؟ آیا تلاش برای قدرت و اعتبار وجود دارد؟ آیا انشعاب‌هایی وجود دارد که A.A را از هم جدا می‌کند؟

به زودی آ.ا. با همین مشکلات از هر طرف و در هر گروهی گرفتار شد. اما از این تجربه ترسناک و در ابتدا مختل کننده، این اعتقاد افزایش یافت که A.A. باید با هم آویزان شوند یا جداگانه بمیرند. ما باید یاران خود را متحد می کردیم یا صحنه را از دست می دادیم. همانطور که ما اصولی را کشف کردیم که فرد الکلی می تواند بر اساس آنها زندگی کند، بنابراین باید اصولی را تکامل می دادیم که بر اساس آن گروه های AA و AA به طور کلی می توانند زنده بمانند و به طور موثر عمل کنند.

چالش هایی که اکنون جامعه UA را احق کرده است، مانند چالش هایی است که AA با آن مواجه است و به بهترین وجه می توان آنها را با پرداختن، حداقل به دو عامل، توضیح داد که از نظر من، بالاتر از مجموعه ای از مسائل دیگر است. مهمترین چیز این واقعیت است که درآمد کم بر خلاف هیچ اجبار دیگری نیست - سوء مصرف مواد یا سوء مصرف مواد مخدر. اگر یک معتاد به الکلی یا مواد مخدر عود کند، بلافاصله برای همه آشکار است. و حتی اجبارهای رفتاری، مانند رابطه جنسی، پرخوری، بدهی و قمار، پنهان کردن نسبتاً دشوار است. اما با درآمد کم، سطح اختلال عملکرد می تواند تقریباً خود باشد. تعریف شده و برای کسانی که در خارج هستند تقریباً غیرممکن است.

طرف، یا حتی خود افراد کم درآمد، در برخی موارد، حتی برای دانستن اینکه آیا آنها در حالت عود هستند یا خیر. اعضا در سمت های رهبری، هم در GSB و هم در GSRC، و همچنین گروه های فردی آنها می توانند در حالت عود باشند و آنها و اعضای که به آنها خدمت می کنند می توانند با سعادت، یا نه چندان سعادتمند، از آن بی اطلاع باشند.

ثانیا، منشأ الکلی های گمنام، برخلاف UA، بسیار ارگانیک بود - یعنی AA از پایین به بالا ساخته شده است. اگرچه بورسیه AA در آکرون و شهر نیویورک آغاز شد، اما در واقع رشد سریع اولیه خود را آغاز نکرد تا زمانی که مردم در سراسر کشور فرصت داشتند نسخه خود را از "کتاب بزرگ" دریافت کنند و شروع به برقراری ارتباط با الکلی های دیگر کنند و در صداها گروه کوچک و مستقل AA به هم بپیوندند.

از سوی دیگر، UA از آنچه من از مخاطبین خود در بورسیه می فهمم، به عنوان یک جلسه رو در رو در نیاک، نیویورک شروع شد، اما به زودی به جلسات تلفنی با اعضا در شهر نیویورک و سپس در لس آنجلس تغییر یافت زیرا اعضای نیویورک به ساحل غربی نقل مکان کردند. این توسط پویایی که AA در حالی که اعضای آن تحت فرآیند رسیدن به پایین و رشد به سمت بلوغ معنوی در گروه های AA جداگانه و مستقل خود قرار گرفتند، شکل نگرفت. به نظر می رسد که توسعه کشتی همکار UA یک توسعه یکپارچه بوده است - یاران ما از بالا به پایین کنترل شده است و نه از پایین به بالا همانطور که در AA بود. مسلماً این نظرات قبلی فقط بینش ها و نظرات شخصی من است.

دو موضوع دیگر وجود دارد که به ذهن می رسد که من نیز فکر می کنم باید آنها را منبع هرج و مرج و سردرگمی در بورسیه UA در نظر گرفت. اولین نگرانی من مسئله "خود" است. فرمت های برخی از جلساتی که در آن شرکت کرده ام مراجعه کنید

اگر آنچه را که ما داریم می خواهید

برای کمک به اعضا برای تبدیل شدن به "بهترین های ما" *Selves*. "حتی بنیانگذار ما، اندرو دی، کتابی نوشت، خود را بدون محدودیت بسازید." ^{10*} اما فرآیند دوازده مرحله ای، طبق کتاب AA، در مورد تبدیل شدن به یک خود بهتر نیست. این در مورد نابودی خودمحوری است. افراد کم درآمد اگر می خواهند توانایی شنیدن صدای قدرت برتر فردی و اجتماعی ما را توسعه دهند، باید این نابودی خودمحوری را تجربه کنند نتیجه موعود «هوشیار» شدن به منظور اینکه خدا شویم-افراد هدایت شده در یک جامعه بهبودی هدایت شده توسط خدا.

ساده، اما آسان نیست. باید بهایی پرداخت می شد.

این به معنای نابودی خودمحوری بود.

الکلی های گمنام ص 14

همانطور که گفته شد، موضوع دیگری وجود دارد که فکر می کنم باید به آن پرداخته

شود:

چشم انداز.

جزوه UA در چندین مکان بیان می کند، حتی همانطور که کارولین دورلاچر به سر عت اشاره کرد - که UA به بینش اختصاص دارد. اما مدل بازبایی اعتیاد که از AA به ما می رسد در مورد بینایی نیست. بر روی آن متمرکز است

توسعه توانایی - همانطور که قبلاً اشاره کردم شنیدن صدای قدرت برتر ما، که اقتدار نهایی در مشارکت ما است، زیرا باید به اقتدار نهایی در زندگی شخصی ما نیز تبدیل شود.

برای هدف گروهی ما فقط یک غایت وجود دارد

اقتدار - یک خدای مهربان همانطور که در ما بیان شده است

وجدان گروهی. رهبران ما فقط مورد اعتماد هستند

خدمتکاران، آنها حکومت نمی کنند.

سنت دوم UA

من کاملاً آگاه هستم که هر یک از اعضای بورسیه UA ما، که به طور اتفاقی با این کتابچه برخورد می کنند، احتمالاً تفسیر خاص خود را از بیماری های UA خواهند داشت. برخی مطمئناً ایده های خوبی در مورد چگونگی آرام کردن هرج و مرجی دارند که اکنون خانواده بهبودی ارزشمند ما را احصاء کرده است. در مورد من، آنچه بیل در نقل قولی که قبلاً از AA "کتاب بزرگ" ارسال کردم تکرار می کنم:

واقعیت فوق العاده برای هر یک از ما این است که ما یک راه حل مشترک کشف

کرده ایم. ما راهی داریم که می توانیم در مورد آن کاملاً توافق کنیم و می توانیم در آن

به اقدامات برادرانه و هماهنگ ببینیم.

الکلی های گمنام، صفحه 17

* یک خود بدون محدودیت یک خود بی نهایت خواهد بود که خطرات آن را با جزئیات بیشتری در یادداشت پایانی مورد بحث قرار می دهم.

ضربه زدن به پایین در UA

ما راهی برای خروج داریم. و آن راه خروج برای همیشه برداشتن اولین قدم بوده و خواهد بود - اعتراف به شکست کامل.

من پیشنهاد می کنم که همه ما که می توانیم واقعیت شرایط کنونی خود را ببینیم و مایل به انجام این کار هستیم - در اعتراف به من پیوندید:

- ما در برابر هرج و مرج و تفرقه ای که اکنون ما را در Underearners Anonymous احاطه کرده است، ناتوان هستیم.
- ما نسبت به هیئت های خدمات عمومی خود ناتوان هستیم.
- ما نسبت به کمیته نمایندگان خدمات عمومی ناتوان هستیم.
- ما نسبت به اعضای UA خود ناتوان هستیم.
- ما در برابر تفرقه ای که منجر به آن می شود ناتوان هستیم از تأکید دوگانه بر بینایی و شنوایی.
- ما در برابر تفرقه ای که ناشی از اهداف دوگانه خودشکوفایی و نابودی خودمحوری است، ناتوان هستیم.
- ما بر خود اجباری خود ناتوان هستیم.
- ما بر دنیای بیمار و آشفته خود ناتوان هستیم. و...
- ما در برابر کم درآمد و کم بودن خود ناتوان هستیم.

خدا را شکر - همه چیز از دست نرفته است.

یک چیز وجود دارد که ما نسبت به آن ناتوان نیستیم. آن یک چیز این است - فرصتی که همیشه و همیشه وجود دارد تا از لبه عبور کنیم - رها کنیم - وابستگی چسبیده خود را به زندگی قدیمی و روش های قدیمی بودن و کم بودن خود رها کنیم. هنگامی که ما مایل هستیم به جلو حرکت کنیم - همیشه - اندکی - تا خود را به سمت لبه "مکان پرش" شخصی خود آسان کنیم - آن گام کوتاه نهایی را برداریم و به خودمان اجازه دهیم که غوطه ور شویم - خدا به ما این لطف را می دهد که شکست کامل را بپذیریم. این گام قطعی است - و نتیجه آن قطعی است. اگر آنچه را که ما داریم می خواهید و حاضرید برای به دست آوردن آن به هر طریقی بروید - پس آماده هستید تا "گام های خاصی" را بردارید.

اگر آنچه را که ما داریم می خواهید

آنها با الگوی خود آن فروتنی را به ما نشان دادند و
عقل می تواند سازگار باشد، به شرطی که قرار دهیم
فروتنی اول. وقتی شروع به انجام این کار کردیم، ما
هدیه ایمان را دریافت کردیم، ایمانی که کار می کند.
AA مراحل و سنت ها ص 30

چه کسی اهمیت می دهد که شکست کامل را بپذیرد؟

مرحله اول: ما اعتراف کردیم که
ناتوان بر کم در آمدی - که زندگی ما
غیر قابل کنترل شده بود.

همانطور که بیل ویلسون روی کتابی کار می کرد که مخزن رسمی دوازده سنت او خواهد بود، نمی توانست از نظر روحی ناراحت نشود. تقریباً بیست سال از زمانی که دوستش ابی تاجر در خیابان کلینتون 182 در بروکلین را زد می گذشت. ابی شنیده بود که بیل آنجا در خانه است و خودش را تا حد مرگ می نوشد. و اگرچه بیل وقتی ابی این نکته را اصرار می کرد، آن را انکار می کرد، بله، او این واقعیت را پذیرفته بود که وسواس او نسبت به الکل غیر قابل درمان است. بنابراین، لباس خواب و حوله پوشیده بود، پشت میز آشپزخانه اش نشسته بود، بطری و لیوان در دست داشت و غم و اندوه روی وظیفه ای که پیش روی او بود تمرکز کرد. سپس، ابی وارد عمل شد. بلافاصله برای بیل آشکار شد که دوست قدیمی مشروب خواری او متفاوت است. چیزی تغییر کرده بود - چشمان شفاف، تراشیده و مرتب فشرده بود. چه بود؟ به زودی مشخص شد - ابی هوشیار و به طرز تکان دهنده ای هوشیار بود. بیل او را اینگونه ندیده بود زیرا آنها در مدرسه الهیات بور و برتون با هم همکلاسی بودند. ابی در پاسخ مشتاقانه به حیرت بیل، با صبر و حوصله شروع به توضیح آنچه اتفاق افتاده بود کرد. مکالمه ای که آنها در آن روز آغاز کردند، در نهایت به وجود آمدن الکی های گمنام و جنبشی که همچنان بر همه ما تأثیر می گذارد، متولد شد.

اما اکنون، همانطور که بیل روی بازگویی جدیدی از دوازده قدمی که با تبلیغ رسمی دوازده سنت همراه بود، نمی توانست از دوست قدیمی خود تعجب نکند. ابی کسی بود که بیل را به گروه اکسفورد هدایت کرد و او را در اصول گروه "تغییر" معنوی راهنمایی کرد. در سال های 1946 و 47 ابی دستیار مدیر برنامه مرکز بازیابی High Watch در کنت، کانکتیکات خواهد بود. اما پس از آن، به طور غیر قابل توضیحی، ابی دوباره شروع به نوشیدن مشروبات الکی کرد. و اگرچه دوست قدیمی او هرگز هوشیاری خود را به دست نمی آورد، بیل همچنان ابی را حامی خود می خواند. بیل در آن زمان این را نمی دانست، اما ابی در سال 1966 بر اثر آمفیژم می میرد بدون اینکه خودش تغییری را که بیل را به سمت آن هدایت کرده بود، به طور کامل تجربه کند. مورد ابی تنها یکی از مواردی بود که بنیانگذار AA هنگام آماده سازی تفسیر خود در مورد دوازده مرحله متحیر می شد.

"چه چیزی مانع از هوشیار ماندن ابی می شد؟"
و چرا بسیاری دیگر، مانند او، در طول بیست سال گذشته وارد انجمن شدند تا دوباره به یک مبارزه وحشیانه نهایی با رام شیطانی بازگردند.

چه کسی اهمیت می دهد که شکست کامل را بپذیرد؟

بیل نتیجه گیری خود را در دو کلمه نوشت که هنوز هم در بین همه ما که می خواهیم بهبودی خود را با دنیایی که به همه چیز معتاد است به اشتراک بگذاریم، طنین انداز می شود. بیل این کلمات را به عنوان پاسخ به سوالی که در پاراگراف های اول می پرسد قرار داد مرحله اول در دوازده مرحله و دوازده روایات:

چه کسی اهمیت می دهد که شکست کامل را بپذیرد؟ البته عملاً هیچ. هر گزینه طبیعی علیه ایده ناتوانی شخصی فریاد می زند. واقعاً وحشتناک است که اعتراف کنیم که،

لیوان در دست، ما ذهن خود را به چنان وسواس برای نوشیدن مخرب منحرف کرده ایم که فقط یک عمل از مشیت الهی می تواند آن را از ما حذف کند.

هیچ نوع ورشکستگی دیگری مانند این نیست. الکل اکنون طلبکار حریص شوید، ما را از تمام خودکفایی و تمام اراده برای مقاومت در برابر خواسته هایش خونریزی می کند. هنگامی که این واقعیت آشکار پذیرفته شود، ورشکستگی ما به عنوان نگرانی های انسانی کامل می شود. اما پس از ورود به A.A. به زودی کاملاً دیگری را می گیریم نگاهی به این تحقیر مطلق ...

تحقیر مطلق.

برای اکثر مردم، تحقیر مطلق چیزی است که آنها به هر قیمتی برای اجتناب از آن تلاش خواهند کرد. اما برای مست های ناامید و پایین که ناامیدانه به دنبال راهی برای خروج از اسارت خود بودند، این تحقیر مطلق مانند چسبی بود که آنها را به هم پیوند می داد، زیرا آنها در روزهای پیشگامی بخش های نیویورک و آکرون از جوخه مست گروه آکسفورد به هم کشیده می شدند. بیل ادامه می دهد:

در زمان پیشگامی ع.ا، هیچ جز ناامیدترین موارد نمی توانست این حقیقت ناخوشایند را ببلعد و هضم کند. حتی این "آخرین" نفس می زنند اغلب در درک اینکه چقدر واقعاً ناامید هستند مشکل داشتند. اما تعداد کمی این کار را کردند، و هنگامی که اینها با تمام شور و شوق اصول A.A. را حفظ کردند که با آن غرق شدگان نگهبانان زندگی را تسخیر می کنند، تقریباً همیشه خوب می شوند. به همین دلیل است که چاپ اول کتاب "الکلی های گمنام" که زمانی که اعضای ما کم بود منتشر شد، فقط به موارد پایین می پرداخت. بسیاری از پرونده های کمتر ناامید آ.ا. را محاکمه کردند، اما موفق نشدند زیرا نمی توانستند به ناامیدی اعتراف کنند.

با بالغ شدن AA، بسیاری از تازه واردان وارد می شدند همنشینی که هنوز از تحقیر مطلق که پیشگامان متحمل شده بودند ضربه نخورده بود. اما اگر این مشروب خواران "مشکل" فقط به قدیمی ها گوش می دادند و از آنها یاد می گرفتند، آنها نیز می توانستند این حس تحقیر مطلق را جذب کنند بدون اینکه مجبور به پرداخت بهای گرانبهایی شوند که بنیانگذاران مجبور به پرداخت آن شده بودند.

این فوق العاده خوشحال کننده است که ثبت کنیم که در سال های پایین این وضعیت تغییر کرده است. الکی هایی که هنوز سلامتی، خانواده، شغل و حتی دو ماشین در گاراژ داشتند، شروع به تشخیص اعتیاد به الکل خود کردند. با رشد این روند، جوانانی به آنها پیوستند که به ندرت بیشتر از الکی های بالقوه بودند. آنها از ده یا پانزده سال گذشته جهنم واقعی که بقیه ما پشت سر گذاشته بودیم، در امان ماندند. از آنجایی که گام اول مستلزم اعتراف به این است که زندگی ما غیرقابل کنترل شده است، چگونه افرادی مانند اینها می توانند این قدم را بردارند؟

بدیهی است که لازم بود کف را که بقیه به آن رسیده بودیم بالا ببریم تا جایی که به آنها برخورد کند.

لحظه ای در اینجا مکث می کنیم.

بله، ما با درآمد کم سر و کار داریم - نه الکو-کلیسم. اما آن دسته از ما که واقعا در UA به پایین ترین سطح رسیده ایم، می توانیم به راحتی با این تحقیر مطلق همذات پنداری کنیم حتی مانند آن دسته از مشروب خواران نسل دوم و سوم که این متن قبلی به آنها خطاب شده بود. در اینجا، در این گروه پایین UA، ما متعهد هستیم که برای همه ما در UA پایین بیاوریم، حتی همانطور که قدیمی ها برای تازه واردان در دوران ابتدایی الکی های گمنام انجام دادند. با در نظر گرفتن این موضوع، یک قسمت دیگر از تحقیر وجود دارد که باید به یاد آورد. ما این یادآوری را در "کتاب بزرگ" می یابیم. بیل آن را در صفحه برجسته کرده است 24، قرار دادن آن با حروف کج به این امید که حدس می زنم مطمئن باشید که هیچ آن را از دست نخواهد داد. اما، بدیهی است و نامناسب- به طور آهنگ، بسیاری این کار را کردند و هنوز هم انجام می دهند، وگرنه بیل مجبور نبود آن را به این جسورانه و صریح تکرار کند، همانطور که بعداً در مرحله اول دوازده و دوازده انجام داد:

واقعیت این است که اکثر الکی ها، به دلایلی که هنوز مبهم است، قدرت انتخاب در نوشتن را از دست داده اند. به اصطلاح قدرت اراده ما عملاً وجود ندارد. ما در زمان های خاصی قادر نیستیم که با نیروی کافی خاطره رنج و تحقیر حتی یک هفته یا یک ماه پیش را به آگاهی خود بیاوریم. ما در برابر اولین نوشتنی بدون دفاع هستیم.

بنابراین این اولین تلاش بیل برای تأکید بر رنج و تحقیر است. او می گفت که مردم به اجبار فراموش می کنند که چقدر می تواند بد شود و همان رفتارها را تکرار می کنند. چرا این رنج و تحقیر را نادیده می گیرند؟

فرد معتاد ما در مورد رفتارهای اجباری خود انتخابی ندارد. همانطور که من به گفتن "انتخاب کنندگان" آنها معروف هستم، "در احمق گیر کرده اند."

اکثر مردم فکر می کنند که آنها و هر دیگری دارای "اراده آزاد حاکمیت" هستند. آنها نمی توانند هیچ توضیح خوبی در مورد اینکه چرا یک فرد معتاد بارها و بارها به همان رفتار خود تخریبی ادامه می دهد و - همانطور که اغلب گفته می شود - انتظار نتایج متفاوتی را دارد. "چرا این معتادان فقط یاد نمی گیرند که انتخاب های بهتری داشته باشند؟" واقعیت این است که آنها قدرت ندارند نه بر اساس انگیزه های اعتیاد آور خود عمل کنید.

چه کسی اهمیت می دهد که شکست کامل را بپذیرد؟

تا زمانی که شکست کامل را نپذیریم، نتیجه همه دست و پا زدن های ما همیشه یکسان خواهد بود. از این واقعیت است که قسمت دوم مرحله دوم، "ما را به سلامت عقل بازگردانید." به نظر می رسد فرد معتاد دیوانه است.

اما اعتیاد یک بیماری روانی به معنای روانی-منطقی نیست. این اعتیاد است و باید با آن برخورد کرد، نه

بیماری روانی. درمان اعتیاد دوازده مرحله است، نه مشاوره روانشناختی. در بسیاری از موارد، طرفدار -

مشاوره فسیشنال یک مکمل مفید برای مشاوره اعتیاد است، اما اعتیاد باید به عنوان یک مسئله اصلی در نظر گرفته شود - شکل منحصر به فرد دیوانگی خود.

من برخی از این افکار را در مورد آن به اشتراک گذاشته ام *تحقیق مطلق* با دوستان در بورسیه UA ما برای چند سال است. اغلب، واکنشی که وقتی می گویم "تحقیق" دریافت می کنم، یک اصلاح مودبانه است،

«شما نباید تحقیق بگویید - شما باید بسیار فروتنانه باشید بگویید "فروتنی."»

من این پاسخ را در گفتگوهای یک به یک و در گروه ها دریافت کرده ام. به عنوان مثال، وقتی چند ماه پیش در گروه مردان صبح سه شنبه در مورد این موضوع به اشتراک گذاشتم، سهامی که دریافت کردم اساساً به شکل قبلاً ذکر شده بود: "اوه، نه. شما همیشه باید فروتنی بگویید، نه تحقیق." پس از دریافت هر تعداد از این واکنش ها، سرانجام این حس را پیدا کردم که UA هرگز نمی تواند واقعاً هوشیار شود. پس از آن بود که برای چندین ماه از شرکت در بورسیه دور شدم.

اگرچه، من به طور فعال از هم جدا شدم، اما همچنان با دوستانم در UA در تماس بودم و از خرابی کلی که رخ داده بود مطلع بودم. چیزی برای گفتن در مورد آن وجود ندارد جز گفتن: "آیا ما هنوز به اندازه کافی تحقیق شده ایم؟ چقدر بد است که در دو GSB و GSRC قرار گیرد و با همه ما قبل از اینکه جرأت پذیرش شکست کامل را داشته باشیم؟" هر یک از ما باید مسئولیت را بپذیریم، اینطور نیست؟ این است ما خانواده.

وقتی بالاخره تصمیم گرفتم برگردم، با شرکت در جلسه 5 بعد از ظهر ET مردان شروع

کردم. در اولین بار من

در آن گروه، من از تصویب بیل در مورد شکست کامل نقل قول کردم و از دریافت یک پاسخ صمیمانه خیالم راحت شد.

به طور کلی توسط گروه خودی می کند. اما مهمتر از همه، به نظر می رسد که تعدادی از مردان واقعاً پیام را شنیده اند. در طول چندین جلسه بعدی، برخی شروع به گفتن کردند: "من از تحقیق مطلق رنج می برم."

می گویم: "براوو برای آنها". هر کسی که بتواند این عبارت دردناک را بر زبان آورد در راه است. تعدادی نیز با من تماس گرفته اند. آنها واقعاً حقیقت را در کلماتی که از *نوازه* و *نوازه* در آنچه من می گویم و آنها می خواهند در UA به پایین بیایند. آنها اهمیت پذیرش این را تشخیص می دهند *تحقیق مطلق*.

به همین دلیل است که من این جزوه کوچک را می نویسم و قصد دارم نسخه کیندل را آزادانه به کل انجمن هدیه دهم. من قصد دارم آن را به عنوان یک منبع بدون هزینه در دسترس همه کسانی قرار دهم که با دعا پیش بینی می کنم، مسئولیت اطمینان از اینکه ما، کل خانواده افراد کم درآمد ناشناس - از بالا تا پایین - از قدیمی ها گرفته تا تازه کارها - در پذیرش هماهنگ و هماهنگ تحقیق مطلق خود می پیوندند.

بنابراین اکنون، در پاسخ به یک چالش ناگفته که گمان می کنم باردار در هوا آویزان است، برای برخی، اگر نه همه ما: "این دقیقاً چیست تحقیر مطلق؟" پاسخ من به این پرسش در یکی از کتاب های بنیادین فرهنگ غربی ما یافت می شود - عهد عتیق کتاب پیدایش.

در پیدایش فصل 3، خدا به آدم می گوید که نه از درخت معرفت نیک و بد بخورید. اما به زودی، صدای دوم به صحنه می آید. دوتایی - دیابولوس - شیطان، صدای دوم - دوگانگی - شک دارد

رسید و می پرسد، "آیا واقعا خدا گفته است؟"

البته همه ما می دانیم که آدم نابود می شود

با این شک و تسلیم خوردن میوه می شود. فوراً

او از دیدن برهنگی خود شوکه می شود.

او و حوا برای همیشه برهنه بوده اند - از زمان خلقتشان - اما به نظر می رسد برهنگی او و حوا هرگز آنها را آزار نداده است. اما اکنون، ناگهان، هنگامی که چشمان آدم برای دیدن برهنگی خود باز شده است، احساسی بر او غلبه می کند که قبلاً هرگز نبوده است. مجبور به تحمل — تحقیر مطلق.

لازم است اضافه کنم، که علاوه بر دیدن ناگهانی

برهنگی خودش، آدم نیز اکنون نسبت به بودن خود در نظم آفریده شده به موقعیت جدیدی تغییر کرده است. او که تا این لحظه کاملاً تجسم یافته بود، اکنون ناظر بی جسم برهنگی خود می شود (شاید در واقع پوچی خود را ببیند، که در فصل بعدی مورد بحث قرار خواهد گرفت). این مهم خواهد بود که با حرکت رو به جلو به خاطر بسپاریم.

او از وحشت همه اینها فرار می کند. او و حوا می دوند و به دنبال پنهان شدن هستند و مشغول تلاش می کنند تا خود را با برگ انجیر بپوشانند.

من در اینجا برای برخی از نظرات سرمقاله مکث می کنم. آیا شما

وضعیت انسان را در این نمی بینید؟

تمام بشریت، از آن روز سرنوشت ساز، در حالت آشکار شدن وجودی است. تمام فعالیت های انسانی، به شکلی یا دیگری، برای پوشاندن این برهنگی است.

جستجوی ما برای قدرت و کنترل، شهرت، ثروت، نفوذ و همه فعالیت های گوناگونی که می توان تصور کرد، تحت عنوان سه اراده قرار می گیرد که می توان آنها را با نام متفکران دوران مدرن که آنها را نامگذاری کرده اند، یاد کرد: فردریش نیچه اراده برای قدرت. اراده زیگموند فروید برای لذت؛ و اراده ویکتور فرانکل برای معنا.

شخصیت معنادار ما بر اساس طبیعت ما ساخته شده است.

متحد اراده هایی به قدرت، لذت و/یا معنا می دهد.

مردم فکر می کنند که می توانند با اعمال اراده های حاکمیت خود، خود را بپوشانند، حتی همانطور که آدم و حوا سعی در انجام آن داشتند.

نزاع هایی که اکنون بورسیه UA را درگیر کرده است، در هر سطحی، فقط جلوه ای از همان نقص های اجباری شخصیت که توسط ما کم درآمد در هر کجا که در جامعه خود باشیم انجام می شود.

کاملاً تحقیرآمیز!!

چگونه راه حلی برای مشکل خود پیدا کنیم؟

در مورد آدم، خدا برنامه ای داشت.

چه کسی اهمیت می دهد که شکست کامل را بپذیرد؟

خدا اجازه نمی دادند آدم و حوا خود را بپوشانند. او حیوانات را کشت و پوست آماده کرد تا برهنگی این دو نافرمان را بپوشاند. با گذشت زمان، کل روایت کتاب مقدس خود را نشان می دهد که چگونه خدا قصد داشت بدنی را آماده کند که برهنگی خلقت انسانی او را بپوشاند. افراد کم درآمد ناشناس و همه جوامع دوازده مرحله ای گسترش آن طرح هستند، چه مردم از آن آگاه باشند یا نه. این طرح گسترده معنوی است، نه مذهبی، همانطور که اغلب گفته می شود.

از طریق کشیش لوتری فرانک بوچمن، خدا راهی برای جمع آوری آماده کرده است که به ما اجازه می دهد تا از مخفیگاه خارج شویم - حتی اگر اندکی باشد - تحقیر مطلق خود را داشته باشیم تحت پوشش - یا همانطور که ما خوشبخت هستیم که بگوییم: بهبود یافته. ما که "برگ های انجیر" خود را از بین برده اند، به عنوان پوششی برای یکدیگر گرد هم آمده ایم. ما از فردی بودن «من» دست کشیده ایم - "من برهنه بودم و خودم را پنهان کردم" - ما اکنون یک "ما" هستیم. ما اعتراف کرده اند که ما ناتوان بودیم ... برهنگی وجودی ما (یا شاید، پوچی ما) ... ما نمی توانیم خودمان را بپوشانیم. ما زندگی ها غیرقابل کنترل شده اند.

اکنون، می توانیم بگوییم، "من برهنه بودم - کاملاً و به طرز تحقیرآمیزی برهنه - اما "پوشش" خود را - "پوشش" خود - در خانواده بهبودی ام پیدا کردم. به گروهی مانند ما تعلق داشته باشیم ... این است که دوباره تجسم یابد. وقتی یک الکلی به AA یا زیر می آید

درآمد به UA می آید - یا هر یک از ما معتاد دیگر به گروه "خانه" ما می آید - تنها چیزی که باید بگوییم این است که "من یک الکلی هستم" یا "من یک کم درآمد هستم" و غیره - و بلافاصله به عضوی از بدن تبدیل می شویم. ما فوراً تجسم می یابیم - تحقیر مطلق ما اکنون تحت پوشش قرار می گیرد زیرا تنها شرط عضویت تمایل به توقف رفتار مخربی است که ما را به خانواده جدیدمان آورده است.

چیزهای بیشتری وجود دارد که گفته خواهد شد. اما، در حال حاضر، ما از شما در فرآیند استقبال می کنیم ضربه زدن به پایین در افراد کم درآمد ناشناس.

اگر بتوانید بپذیرید که ناتوان هستید - که به جایی رسیده اید که شکست کامل دارد - اگر تجربه کرده اید یا مایل به اعتراف به تجربه تحقیر مطلق - سپس، ما شما را تحت پوشش قرار داده ایم.

به بدن خوش آمدید که در افراد کم درآمد ناشناس به پایین می رسد.

هیچ بودن

در بیمارستان... من با فروتنی خودم را به خدا تقدیم کردم، همانطور که در آن زمان او را درک کردم، با من همانطور که او می خواست رفتار کند. من قرار دادم خودم بی قید و شرط تحت مراقبت او و جهت. من برای اولین بار اعتراف کردم که از خودم، من هیچ چیز نبودم...
الکلی های گمنام ص 13

بیل ویلسون به ما گفت که چقدر مهم است - اگر واقعا امیدواریم که در بهبودی از اعتیاد به پایین برسیم - ناتوانی و تحقیر مطلق خود را در آغوش بگیریم. اما پس از آن او ما را در مورد این عبارت کوچک که به دلیل تسلیم شدن خود به خدا چسبانده است، در رمز و رازها می کند، "من اعتراف کردم ... که من هیچ چیز نبودم..."
از زمانی که این قطعه کوچک را در سال 2016 کشف کردم، یک کتاب کامل در مورد آن نوشته ام/آن—هیچ چیز. اگر من به UA نیامده بودم، هرگز نمی توانستم آن کتاب را تکمیل کنم. در UA من با فرهنگی روبرو شدم که متعهد به کمک به من در غلبه بر کمبود بود. چیزی که من از ماه های زیادی که در بهبودی UA به این نتیجه رسیده ام این است که تمام کم بودن من نتیجه تلاش های خودمحرورانه من برای این بود: چیزی بودن - انجام کاری - کنترل چیزی - و برای همیشه "مبارزه" برای رسیدن به چیزی بود. همانطور که مدیتیشن می کردم و در مورد "هیچ" می نوشتم، متوجه شدم که راه حل هر مشکلی که ممکن است داشته باشم این است که به خودم، مانند بیل، اجازه دهم هیچ نباشم.
این نابه چه هدیه گرانبهائی را به آن دسته از ما که مشتاق رسیدن به پایین UA و در آغوش گرفتن بهبودی مرفه خود هستیم، به ارث گذاشت.

بیل در اواسط دسامبر 1934 در بیمارستان تاونز بود. او به تازگی سم زدایی را پس از آخرین دوره نوشیدن خارج از کنترل خود به پایان رسانده بود. در افسردگی و ناامیدی، او در مورد آنچه دوستش ابی گفته بود نشخوار می کرد - که اگر زندگی خود را به مراقبت خدا بسپارد، او را می توان از اعتیاد به الکل درمان کرد.
اندیشه یک خدا کسی که می توانست مشکل نوشیدنی او را حل کند، همچنان او را دفع می کرد. اما بعد... او می گوید:

... برای یک لحظه کوتاه، لجبازی مغرورانه ام مرا ترک کرد و متوجه شدم که بیشتر در خشم فریاد می زنم، بیشتر در خشم تا درد، فکر می کنم: «اگر خدایی وجود داشته باشد بگذار خود را به من نشان دهد. من هر کاری انجام خواهم داد، هر کاری. بگذار خودش را به من نشان دهد.»
اتاق در نور سفید شدیدی روشن شد و من در خلسه ای گرفتار شدم که کلمات نمی توانند آن را توصیف کنند.
«از نظر ذهن من، اگر روی قله کوه بودم و بادی بودم، نه از هوا، بلکه از روح در بدنم جاری بود و به ذهنم رسید که من یک مرد آزاد هستم. ob-

جلسه نوشیدن مرا ترک کرد. آن وسواسی که کاملاً در کل وجودم نفوذ کرده بود، مرا ترک کرد.

سرانجام خلسه فروکش کرد و اکنون خودم را در آن تخت بیمارستان یافتم، اما این بار، در محاصره حضور، حضوری از شادی خالص. و من متوجه شدم که من، این مرد شماره یک، که بخشی از آن هستم، اگر حتی فقط بخش کوچکی از جهانی که توسط یک خدای شخصی مهربان و دلسوز به عدالت اداره می شود؛ و تنها چیزی که می توانستم بگویم این بود، 'پس این خدای واعظین است. این همان چیزی است که آنها در تمام این سال ها در مورد آن صحبت کرده اند.'¹¹

موارد فوق بخش مختصری از سخنرانی معمول بیل است که این بار در دالاس در سال 1954 ایراد شد. او در آن لحظه تسلیم شدن خود را با جزئیات توصیف کرد - و چه تجربه عمیقی بود. من هرگز نمی توانم آن را بشنوم و در مورد آن بخوانم که عمق بازگشت بیل تحت تأثیر قرار نگرفته ام.

می توانیم مدتی را صرف تمرکز بر روحیه بیل کنیم- بیداری دائمی، اما هر گونه تأمل در مورد این موضوع بیداری معنوی زودهنگام خواهد بود. ما هنوز روی "ضربه زدن به پایین" و هیچ چیز بودن متمرکز هستیم. بیل هرگز در مورد تجربه خود از هیچ بودن، اگر چه بعداً دوباره به آن اشاره کرد مرحله هفتم از بوازده و بوازده:¹²

بسیاری از ما که خود را مذهبی می دانستیم با محدودیت های این نگرش بیدار شدیم. امتناع از قرار دادن خدا اول، ما خودمان را از کمک او محروم کرده بودیم. اما اکنون کلمات "من از خودم هیچ نیستم، پدر اعمال را انجام می دهد" شروع به حمل وعده و معنای روشن کردند.

بیل احتمالاً آمده بود تا در مورد هیچ بودن، به روشی که او انجام داد، زیرا گروه آکسفورد که او در سال های منتهی به نوشتن متن AA یکی از اعضای فعال آن بود، این ایده را پذیرفته بود هیچ بودن. فرانک بوخن دوست داشت بگوید:

این گوش دادن به خدا تجربه چند مرد نیست.
این عاقلانه ترین کاری است که یک فرد می تواند انجام دهد
... شما شروع به درک پوچی خود می کنید.¹³

خود بوچمن در کسویک انگلیسی دستخوش تحول معنوی خود شده بود* کنوانسیون در سال 1908. در آنجا بود که او احتمالاً برای اولین بار او را به عنوان هیچ بودن. آهنگی که از اولین کنوانسیون در سال 1875 در آنجا خوانده شد، تأکید کسویک بر نابودی خودمحوری را به تصویر کشید:

* تلفظ: 'w. 'ik- 'Kes ساکت است.

آه، هیچ بودن

آه، هیچ بودن، هیچ چیز
فقط برای اینکه زیر پاهایش دراز بکشد.
یک ظرف شکسته و خالی-
برای استفاده استاد ملاقات کرد!
خالی شد تا مرا پر کند
در ادامه به خدمت او می روم.
شکسته، که بسیار بدون مانع،
زندگی او ممکن است از طریق من جریان داشته باشد.

آه، هیچ بودن، هیچ چیز

فقط برای اینکه زیر پاهایش دراز بکشد،
یک ظرف شکسته و خالی -
برای استفاده استاد ملاقات کرد!
جورجینا ام تیلور 1869

شرکت کنندگان در کنوانسیون کسویک، مانند فرانک، نیز نوشته های سنت جان صلیب
را به یاد می آوردند:

برای رسیدن به رضایت در همه،
تملک آن را در هیچ چیز آرزو نکنید
برای اینکه همه چیز را در اختیار داشته باشم،
آرزوی داشتن هیچ چیز را داشته باشید
برای رسیدن به همه بودن،
میل به هیچ بودن.
سنت جان صلیب

در آن زمان بوخمن و ویلسون در حال پیشبرد این ایده بودند هیچ بودن، این اندیشه در
ادبیات عامه پسند و تأثیرگذار آن دوره شاعرانه می شد:

من از خود رها شده ام
که و انمود می کند کسی است،
و در تبدیل شدن به هیچکس،
من شروع به زندگی می کنم.
ارزش مردن را دارد،
برای اینکه بفهمیم زندگی چیست.
تی اس الیوت

اگرچه این تأکید بر هیچ چیز بودن ممکن است داشته باشد
این اعترافات کمی رایج تر در جوامع رهبانی مسیحی بود، حداقل تا آنجا که من می دانستم،
هرگز راه خود را به دنیای کلیسا به طور کلی پیدا نکرده بود. من خودم وقتی برای اولین بار
کشف کردم که پولس رسول با این ایده که هیچ است موافق است، شگفت زده شدم:

اگر کسی فکر می کند که چیزی است، چه زمانی
آنها هیچ نیستند، آنها خود را فریب می دهند.
غلاطیان 6: 3

فلسفه هیچ چیز

اگرچه بیل ویلسون و فرانک بوخن هم... مطمئناً کاملاً از آن بی اطلاع بوده اند، مفهوم بودن از عدم بودن همزمان با گروه آکسفورد شروع به تبدیل شدن به موضوع بحث فلسفی کرد در دوران اوج خود بود و بنیانگذاران AA در حال کار بر روی راه رسیدن به پایین ترین سطح خود بودند. فیلسوف برجسته قرن بیستم، مارتین هایدگر، اثر به یاد ماندنی خود را نوشت: بودن و زمان در سال 1927. اندکی پس از آن او سخنرانی های خود را در دانشگاه فربیرگ با سخنرانی با عنوان آغاز کرد: *مناظیر یک چیست؟* او آن سخنرانی را با گفتن این جمله آغاز کرد که هر بحثی در مورد *مناظیر یک* یا معنای هستی، باید با سوالی در مورد هیچ چیز آغاز شود. سپس هایدگر به سرعت نتیجه گیری سلف فلسفی خود در قرن نوزدهم گئورگ دلبیو اف هگل را در مورد یگانگی وجود و عدم تأیید می کند:

هیچ چیز نقطه مقابل نامعین موجودات باقی نمی ماند، بلکه خود را به عنوان تعلق به وجود موجودات آشکار می کند. "بنابراین وجود خالص و هیچ چیز خالص یکسان هستند" این گزاره هگل درست است.¹⁴

من این را دوباره برای وضوح ساده تر می گویم:

هستی ناب و هیچ چیز خالص

بنابراین یکسان هستند.¹⁵

این بیانیته خلاصه ای از آنچه من به عنوان روشی هوشیارانه برای فکر کردن در مورد وجود ما پیشنهاد می کنم. اگر بخواهیم *هستی ناب*، ابتدا باید در آغوش بگیریم عدم محض. به عبارت دیگر، اگر بخواهیم به طور کامل تمام چیزی باشیم که قرار است داشته باشیم شود ما ابتدا باید کامل خود را در آغوش بگیریم عدم بودن. این مطمئناً ایده عجیبی به نظر می رسد، اما شما اعتبار این حقیقت را زمانی خواهید دید که به گذشته به اولین فیلسوفان برگردیم و نگاهی بیندازیم که در کجا درک می کنیم. بودن و هیچ چیز منشأ.

اما، قبل از اینکه به آنجا برویم، ابتدا از بستن مشاهدات خود در مورد نحوه برخورد مردم با ایده بهره مند خواهیم شد. هیچ چیز در دنیای مدرن ما با نگاهی به نحوه برخورد علم با هیچ چیز یا "هیچ".

بار دیگر هایدگر کسی است که در این زمینه نافذ ترین کلمات را برای گفتن دارد:

در برابر آن (هیچ چیز) علم اکنون باید جدیت خود را دوباره تأیید کند. هوشیاری و هوشیاری ذهن هیچ چیز - برای علم چه چیز دیگری می تواند باشد جز یک خشم و یک خیال؟ اگر علم درست باشد، پس فقط یک چیز مسلم است: علم می خواهد چیزی از هیچ چیز ندانند. در نهایت این برداشت علمی دقیق از هیچ است. ما آن را می دانیم، هیچ چیز، زیرا می خواهیم چیزی در مورد آن ندانیم....¹⁶

وجود علمی از سادگی و استعداد خود برخوردار است زیرا به شیوه ای متمایز و فقط با آنها با خود موجودات ارتباط برقرار می کند. علم می خواهد هیچ چیز را رد کند با تکان دادن اربابانه دستقرض ...
هوشیاری ذهن و برتری علم تبدیل

خنده دار است وقتی هیچ چیز را جدی نمی گیرد.¹⁷
کسانی که از دانش علمی در حال ظهور مطلع نیستند ممکن است ندانند که در قرن بیستم، جامعه علمی برای مقابله با آن به چالش کشیده شده است هیچ چیز به دو روش مختلف:

1: هیچ چیز وجود ندارد. از زمان طلوع تحقیقات علمی دوباره در قرن پنجم قبل از میلاد، متفکران این سوال را مطرح کرده اند: "آیا کیهان ما آغازی داشته است یا بی نهایت - بدون آغاز یا پایان؟"

دموکریٹوس، اتمیست و فیلسوف طبیعی قرن چهارم قبل از میلاد، گفت که تنها چیزی که وجود دارد اتم ها و خلاء است. او همچنین فکر می کرد که کیهان از بی نهایت جهان های بی نهایت تشکیل شده است.

این ایده یک کیهان بیکران در طول اعصار یکی از دو پارادایم حاکم بوده است. نظریه مهم دیگر نظریه ای است که در کتاب مقدس ارائه شده است.

دیدگاه کتاب مقدس معتقد است که جهان آغازی داشته است، آفریده شدن توسط خدا از هیچ چیز. این اعتقاد همیشه در مورد شایستگی علمی آن تا اوایل قرن بیستم مورد بحث قرار گرفت، زمانی که ستاره شناسان شروع به مشاهده آنچه بعداً تشخیص دادند، گسترش کیهان کردند. به نظر می رسید این انبساط نشان می دهد که جهان ما از لحظه ای از زمان در گذشته های دور آغاز شده است.

این نظریه "نظریه بیگ بنگ" نامیده شد. این نظریه به همین شکل باقی ماند - یک ایده نسبتاً قانع کننده - تا زمانی که دو ستاره شناس رادیویی چیزی را کشف کردند که اکنون تابش پس زمینه مایکروویو کیهانی نامیده می شود. آنها با استفاده از تلسکوپ رادیویی خود توانستند تصویری از جهان ما در زمانی که تنها 380,000 سال سن داشت - هنوز در مراحل ابتدایی خود - ثبت کنند. برای اکثر مردم این دلیل کافی برای تأیید ایده شروع cos-mos ما از یک توپ پلاسما با اندازه بسیار کوچکتر بود تقریباً 13.74 میلیارد سال پیش - آغازی داشت.

اخترفیزیک و کیهان شناس همکار آنها از این ایده که جهان ما از یک توپ کوچک به اندازه نخود به طرز باورنکردنی سنگین شروع شده است خوشحال نبودند - و قبل از آن... هیچ چیز؟ همانطور که هایدگر می گوید، دانشمندان می خواستند چیزی از این هیچ چیز ندانند.

دانشمندان در عوض نسخه قرن بیست و یکم چندجهانی بی نهایت دموکریٹوس را در سر می پروراندند. آنها در تلاش برای اثبات اعتبار این چندجهانی بی نهایت نیز دچار مشکل می شوند. هیچ راهی برای اندازه گیری چیزی فراتر از مرزهای جهان ما وجود ندارد - همه ابزارهای انجام این کار فقط در داخل فضا و زمان وجود دارند - بنابراین دانشمندان نمی توانند دقیقاً بگویند که جهان ما چگونه از ... چی؟ هیچ چیز؟ شما سردرگمی آنها را می بینید.

فیزیکدانان در تلاش برای اثبات وجود یک جهان چندگانه بی نهایت با مشکل دوم روبرو هستند زیرا آنها باید برای ایجاد نظریه های خود در مورد جهان چندگانه به ریاضیات تکیه کنند. اما خود ریاضیات، به عنوان حقیقت نهایی، در صد سال گذشته در بحران بوده است.

در آغاز قرن بیستم، برتراند راسل در تلاش برای پاسخ به شکاکان فلسفی نسل های پیشین، شروع به پرسیدن این سؤال کرد که «عدد چیست؟» او در تلاش خود برای یافتن پاسخ شکست خورد. سپس، در دهه 1920 کورت گودل ثابت کرد که هیچ حقیقتی در ریاضیات وجود ندارد. او این حقیقت را با استفاده از ریاضیات ثابت کرد. راسل و گودل هر دو به این نتیجه رسیدند که ریاضیات یک توتولوژی است. * هیچ حقیقت نهایی در ریاضیات وجود ندارد. هیچ راهی برای استفاده از اعداد برای اثبات وجود چیزی در خارج از لبه جهان متناهی ما وجود ندارد.

2: هیچ چیز در اینجا. ماکس پلانک، یکی از بنیانگذاران فیزیک کوانتومی در سال 1945 این را گفت:

به عنوان مردی که تمام زندگی خود را وقف روشن ترین علم کرده است، در مورد مطالعه ماده، می توانم در نتیجه تحقیقاتم در مورد اتم ها به شما بگویم: هیچ ماده ای به این ترتیب وجود ندارد. تمامی ماده فقط به واسطه نیرویی که ذرات یک اتم را به ارتعاش میآورد و این ریزترین منظومه شمسی اتم را در کنار هم نگاه میدارد، منشأ میگیرد و وجود دارد. ما باید در پشت این نیرو وجود یک ذهن آگاه و هوشمند را فرض کنیم. این ذهن ماتریس همه ماده است.¹⁸

اکثر مردم کاملاً از این واقعیت غافل هستند که این جزوه که اکنون در دست دارید، و حتی دستانی که آن را در دست دارند، به روشی که از ابتدای تفکر علمی به ما آموخته اند که درباره چیز های «موجود» فکر کنیم، «وجود» ندارند. هر چیزی که می بینیم و لمس می کنیم ... هر چیزی که هستی محصول یک ذهن هوشمند آگاه است. آن ذهن خالق و نگهدارنده تمامی ماده است. چه چیز ... است در اینجا صرفاً امواج انرژی از دو نوع وجود دارد که توسط نیروی نوعی آگاهی کیهانی به هم پیوند خورده اند: فوتون ها - امواج/ذرات نور (نور بسته به نحوه اندازه گیری نور به عنوان امواج یا ذرات تعیین می شود). نور با بوزون ترکیب می شود. بوزون ها - مانند فوتون ها، در واقع ذرات نیستند؛ به نظر می رسد که آنها از یک ماتریس انرژی که به عنوان میدان بوزون شناخته می شود، پدید می آیند. فوتون ها و بوزون ها با هم ترکیب می شوند و کوارک ها را تشکیل می دهند. سپس، کوارک ها و فوتون ها با هم ترکیب می شوند و پروتون ها، نوترون ها و الکترون ها را تشکیل می دهند، بلوک های سازنده ثانویه همه چیزهایی که ما به عنوان ماده فکر می کنیم - اما ماده هنوز ماده به معنای مادی نیست، بلکه محصول یک ذهن کیهانی است.

علم در مقابل هیچ

این خلاصه ای کوتاه از دو شرایط اصلی است که دنیای علم در آن قرار گرفته است هیچ چیز. البته، کسانی که زندگی آنها کاملاً متعهد به علم است، نمی خواهند با پیامدهای پذیرش هیچ چیز آنجا نیست و هیچ چیز در اینجا نیست. بنابراین، دنیای علم همچنان اعتبار خود را در میان مردم عادی از دست می دهد، زیرا ما غیر دانشمندان اکنون به اینترنت دسترسی داریم و می توانیم خودمان ببینیم که علم چقدر گیج شده است - همه اینها به دلیل ترس دنیای علمی از هیچ چیز.

منشأ سردرگمی ما در مورد هستی و هیچ

بنابر این، چگونه دنیای ما اینقدر گیج شده است بودن و عدم بودن؟ ابتدا باید اعتراف کنم که اگر یکی از اعضای عزیز UA با شنیدن اینکه در حال نوشتن کتابی در مورد آن هستم، هیچ یک از موارد زیر را نمی دانستم هیچ چیز، به من پیشنهاد کرد که کتاب پیتر کینگزلی را بخوانم، واقعیت.

واقعیت مطالعه عمیق کینگزلی از شعری از "فیلسوف" پارمنیدس است. من کلمه "philoso-pher" را در نقل قول قرار دادم زیرا پارمنیدس "متفکر" است که افلاطون هنگام کار بر روی فلسفه خود به عنوان اقتدار خود به او نگاه می کرد. اما می توانید با اطمینان بگویید که پارمنیدس در واقع فیلسوف به روشی که ما امروز به آن اصطلاح فکر می کنیم نبود. به گفته کینگزلی، پارمنیدس کاهن اعظم آپولو بود. طبق رسم، چنین کشیشی وارد غار یا معبدی می شد و پس از خوردن یک عصر ساخته شده از گندم آلوده به ارگوت با خواص توهم زای مشابه LSD، در معبد دراز می کشید. او که توسط خدمتکاران معبد محافظت می شد، سپس وارد حالت خلسه می شود و به "دنیای دیگر" منتقل می شود. شعر پارمنیدس سابقه سفر او به دنیای زیرین است. حق در مورد طبیعت، این شعر به دنیای باستان به عنوان زیربنایی فلسفی برای آنچه بعداً به جهان "عقلانی" افلاطون تبدیل شد، خدمت کرد.

پارمنیدس در طول خلسه خود به قلمرو مردگان فرود می آید و در آنجا با الهه مرگ، پرسفونه (کسی که وظیفه اش اجرای نفرین هایی بود که بر روح متوفی گذاشته شده بود) روبرو می شود. او سه راه را می گوید که ممکن است طی شود:

من صحبت خواهم کرد. و این به شما بستگی دارد
تا کلمات مرا پس از شنیدن آنها با خود ببرید.
آنچه به شما می گویم این است که کدام یک از راه های تحقیق،
و کدام جاده ها به تنهایی برای تفکر وجود دارند.
یک مسیر، که ممکن است نباشد، و نمی تواند باشد،
راه متقاعدسازی است. برای متقاعد کردن
همراه حقیقت است.¹⁹

و در مورد دیگری، که نیست، و
لازم است که نباشد: این، می توانم به شما بگویم،
راهی است که هیچ خبری از آن بر نمی گردد.
زیرا هیچ راهی وجود ندارد که بتوانید آنچه را که نیست تشخیص دهید -
هیچ سفری در آن مسیر وجود ندارد - یا چیزی در مورد آن بگویید.
آنچه برای گفتن و تفکر وجود دارد باید باشد.
زیرا برای آن وجود دارد. اما هیچ چیز وجود ندارد.
شما به آن فکر می کنید

اولین راهی که الهه برای پارمنیدس ترسیم کرده است، مسیر متقاعدسازی بود - راهی که ... و غیرممکن است که وجود نداشته باشد. این را می توان تقریباً به عنوان "هستی است" خلاصه کرد. ما این مسیر را مسیر بودن.

سپس از راه دوم می گوید. این راهی است که در واقع نه یک راه. او اعلام می کند که شما نمی توانید این مسیر را طی کنید یا حتی کلمه را بگویید هیچ چیز، زیرا "هیچ چیز وجود ندارد." این مسیر است عدم بودن. سپس، راه سوم وجود دارد که او آن را به عنوان مسیر تغییر مداوم توصیف می کند - مسیری که توسط مخالف فلسفی پارمنیدس، هراکلیتوس توصیف شده است. ما می توانیم این مسیر را به عنوان مسیر تبدیل شدن:

اما بعد من شما را نیز از آن چیزی که
انسانها ساختگی می کنند، سرهای دوقلو، هیچ چیز نمی دانند.
زیرا درماندگی در سینه هایشان چیزی است که آنها را هدایت می کند
ذهن های سرگردان در حالی که در گیج و مبهوت حمل می شوند،
ناشنوا و نابینا به طور همزمان: غیرقابل تشخیص،
جمعیت های ناقابل تشخیصی که این وجود را در نظر می گیرند و
عدم یکسان هستند اما یکسان نیستند. و برای
همه آنها، مسیری که آنها دنبال می کنند مسیری است که حفظ می کند
به سمت خود برمی گردد.²⁰

چگونه می تواند به وجود آید؟ زیرا اگر به وجود آمد، اینطور نیست.
و اگر در مقطعی قصد داشته باشد، باز هم اینطور نیست.
پس این است که خلقت خاموش شده است،
و از نابودی کلمه ای شنیده نمی شود.²¹

این مسیر سوم، روش هراکلیتوس برای تغییر و تبدیل شدن مداوم است - تنوع. افلاطون راه اول را راه حقیقت می خواند و این راه سوم را راه عقیده می نامد.

به طور خلاصه:

پرسفونه می گوید که از این سه راه، تنها دو راه در واقع وجود دارد و می توان از آنها صحبت کرد: بودن و شدن. تنها راهی که باید بر اساس او طی شود، راه اول است - راه حقیقت: هستی است.

چرا همه اینها مهم است؟

در نسل بعد، افلاطون این شعر را می گیرد و از آن به عنوان مبنایی برای تصور خود از آنچه همه ما می دانیم جهانی است که در آن زندگی می کنیم، استفاده می کند. وقتی در مورد آن صحبت می کنیم، در فصل بعدی به جزئیات بیشتری خواهیم پرداخت خود اما در حال حاضر، می دانم که باید با آوردن این گزارش به خواننده ام استراحت دهم هیچ چیز به پایان رسید.

من به سادگی با این مشاهده نتیجه می گیرم که اگر پارمنیدس توسط الهه جهان زیرین فریب نمی خورد، همه ما می توانستیم در کیهان تثلیث زندگی کنیم که شامل بودن، تبدیل شدن و عدم بودن. من و تو، در هیچ بودن اجبار را احساس نمی کند تبدیل شدن به چیزی در راهی که ما انجام می دهیم.



اما، متأسفانه برای ما، افلاطون در شکل دادن به نسخه خود از کیهان، شامل عدم بودن در ساختار او، نسخه او از کیهان در نهایت به دنیای غرب منتقل شد، دوگانه گرایی تک آیه - وحدت در تنوع - که در آن تبدیل شدن در یک نبرد مرگبار با بودن. تبدیل شدن (تنوع) مانند طبیعت خود به دنبال نابودی است بودن (وحدت) - ممکن است قبلاً موفق شده باشد. باید منتظر بمانیم و ببینیم.

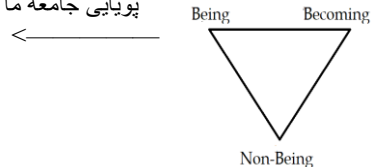
چرا افلاطون این "واقعیت" غیرقابل اجرا را خلق کرد؟ پاسخ به این سوال در فصل بعدی پوشش داده خواهد شد که در آن خواهیم گفت که چرا و چگونه افلاطون خود را آفرید تک آیه به عنوان آینه ای برای ایگو/خود - چشم بدون جسم روح منطقی، هندسی. ما همچنین سفر راهی خود را از این اسارت به خود افلاطونی ناکارآمد آغاز خواهیم کرد، همه



در حالی که بیشتر و بیشتر آماده می شویم تا جدید خود را بپذیریم هویت به عنوان موجودی/عدم خالص که زمانی به سراغ ما می آید ما تسلیم مطلق قدرت برتر خود می شویم.

یک پی نوشت مختصر: همانطور که این رساله کوچک را در مورد رسیدن به پایین تمام کردم، متوجه شدم که باید توجه خود را به سمت آنچه می توانم برای کمک به بازگرداندن وحدت به UA انجام دهم معطوف کنم. معاشرت ما، مانند بقیه فرهنگ غربی، در نبرد بین بودن - (وحدت/کیهان)، و تغییر مداوم، تبدیل شدن - (تنوع/هرج و مرج). هیچ راهی وجود ندارد که کسی بتواند در میانه این نبرد قدم بگذارد و فریب هرج و مرج نخورد. تنها کاری که می توان انجام داد این است که به ته هوشیار تثلیث بودن، شدن، و نبودن.

چند فصل دیگر، وقتی به بخش یونیتی می رسیم خواهیم دید که تنها کاری که می توانیم برای پایان دادن به هرج و مرج در UA و همچنین فرهنگ بزرگتر انجام دهیم این است که به سادگی هیچ نباش، و جامعه خود را به هیچ چیز که در قلب هوشیار بودن است. ما تمام انرژی خود را صرف کمک به دوستان عزیزمان خواهیم کرد تا به پایین ترین سطح واقعی برسند. پویایی جامعه ما به این شکل خواهد بود:



خودخواهی — خودمحوری! که ما فکر می کنیم، ریشه همه یا مشکلات است.
الکلی ناشناس صفحه 62

منابع خود

بالا تر از همه چیز، ما... باید خلاص شود
از این خودخواهی، ما باید وگرنه ما را می کشد!
الکلی های گمنام ص 62

ناامیدی.

این کلمه ای است که وقتی خوانندگان این رساله را در نظر می گیرم که شجاعانه راه خود را به این فصل چهارم باز کرده اند، به ذهنم خطور می کند. شما تحقیر مطلق را پذیرفته اید که بیل گفت برای یک جامد ضروری است گام/اول به روند تغییر معنوی. و تا به حال، شما همچنین شروع به کشمکش با پذیرش ایده خود کرده اید نیستی. شما همچنین احتمالا - همانطور که من کاملاً آگاه هستم، در کار با مردم در این مرحله از این فرآیند - در آستانه ناامیدی خواهید بود.

تبریک میگم! این رنگ و بوی ناامیدی نشانه خوب و امیدوارکننده ای است که شما اکنون در راه نابودی خودمحوری هستید.

فیلسوف دانمارکی سورن کی یرکگارد در کتاب خود به طور گسترده ای در مورد این موضوع ناامیدی نوشته است: بیماری تا مرگ. در آنجا، او گفت که خود از سطوح مختلف ناامیدی تشکیل شده است.

من اکنون به اندازه او عمیقاً به این سطوح نمی پردازم، بلکه به سادگی اذعان می کنم که افرادی که در روند معنوی خود به این مرحله می رسند، معمولاً ناامیدی را از دو طریق تجربه می کنند: ناامیدی از دست دادن آنچه فکر می کردند هستند، در هم تنیده با تحقیر مطلق ناشی از آگاهی ناگهانی خودنیستی. ثانیاً، آنها همچنین می توانند تحت تأثیر ناامیدی ناشی از ترس از آنها قرار بگیرند

ممکن است نتوانند یا شایسته نباشند که به طور کامل به سطح بلوغ معنوی برسند که تکمیل موفقیت آمیز فرآیند ما نوید می دهد.

این ناامیدی نشانه مطمئنی است که خود در حال نابودی است. آن - خود - حیلۀ گر، گنج کننده و قدرتمند است و تلاش می کند تا هر کاری که لازم است انجام دهد تا کنترل کامل داشته باشد. وقتی احساس می کند که اقداماتی در حال انجام است که ممکن است آن را از مرکز فرد خارج کند تک آیه، خود وحشت زده می شود. اسلحه بزرگ را بیرون می آورد - ناامیدی. بنابراین، برو جلو و ناامید شو، دوست عزیز - همانطور که مطمئناً باید - اما نگران نباش... این فصل ناامیدی برای همیشه ادامه نخواهد داشت. زمانی به پایان می رسد که خود از سلطنت خلع شود - از مرکز زندگی شما برداشته شود.

تاریخ خود

دو روش اصلی وجود دارد که ما از طریق آن منشأ خود را در فرهنگ های غربی خود می بینیم. اولی همان چیزی است که قبلاً در فصل دوم در مورد چگونگی یگانگی آدم با خالق خود بحث کردیم. آدم به دنبال خوردن میوه ممنوعه به خویشن فرود آمد و به دنیایی از نیکی و شرارت — دوگانگی — پرتاب شد.

دومین راهی که در آن ظهور خود را می بینیم، راهی است که افلاطون اختراع کرده است. ما آن داستان را فقط در یک لحظه خواهیم گفت. اما ابتدا فکر می کنم نگاهی به آنچه بر سر خود افلاطون به دست ریاضیدان و فیلسوف کاتولیک رومی قرن شانزدهم رنه دکارت افتاد بسیار مفید خواهد بود.

دکارت به شدت تحت تأثیر شک و تردید در مورد ماهیت واقعیت قرار گرفت و پس از گفتگوهای دانشمندان/ستاره شناسان کوپرنیک، براه، کیپلر و سپس گالیله که در طول قرن های گذشته ثابت کرده بودند که زمین نیست، همانطور که قبلاً انجام شده بود.

تا به حال باور شده است، مرکز خداخلقت. خود اکتشافات نشان داده بود که زمین در واقع به دور خورشید می چرخد. این کشف، ستاره شناسان را بر آن داشت تا بگویند که خورشید مرکز جهان ما (قرن هفدهم)* است. این، همراه با سایر پیشرفت های علمی آن دوران، تأثیر عمیقی بر تفکر همه در کل دنیای غرب ما داشت.

دکارت خود را در حال ورود به یک دوره مراقبه شدید یافت که در آن از خود پرسید که آیا اصلاً چیزی وجود دارد که بتواند کاملاً درست باشد. در پایان جستجو، او به این نتیجه رسید که تنها چیزی که می تواند بداند تا مطمئن شود، بدون سایه ای از تردید، این است که شک دارد. شک درست بود. (در اینجا ما یک پیوند مشترک در منشأ خود آدم می بینیم.)

دکارت همچنین مشاهده کرد که تنها با مشاهده فرایندهای فکری خود می تواند بداند که شک دارد. او در نهایت به این نتیجه رسید که تنها دو چیزی که می تواند کاملاً مطمئن باشد که درست است عبارتند از: "شک دارم" و "فکر می کنم". او حتی نمی توانست بداند که شک دارد جز اینکه مطمئن می دانست که او نیز در حال فکر کردن است. او از این کشف در خود

می گوید **گفتمان در مورد روش** (منتشر شده در سال 1637). در آنجا، او برای اولین بار شهرت خود را به اشتراک گذاشت، *Cogito ergo sum* - «بنابر این، فکر می کنم.» این عبارت اغلب به عنوان کوگیتو.

این *Cogito* خود "متفکر" بدون بدن خودخواه است که اکثر مردم معمولاً با آن همذات پنداری می کنند.

اکنون، برای یک تمرین عملی کوچک:

من می توانم از شما یا هر دیگری این سوال را بپرسم، "چه کسی
آیا این "من" است که وقتی می گویند "فکر می کنم" می گویند "فکر می کنم؟"

اکثر مردم می گویند "چرا، این من هستم، این خودم است."

بعد، می پرسم: "بسیار خوب، پس این چه کسی است که با

پاسخ "این خودم است؟"

آن کیست؟

من این تاریخ کوتاه را در مورد دکارت و یک تمرین عملی مختصر در شنیدن "من" درج کرده ام، زیرا مطمئنم که هر کدام از آنها به خواننده ما کمک می کنند تا از "خود" آگاه تر شود که درگیر خواندن این صفحات در مورد منشأ خود است، همانطور که به گذشته نگاه می کنیم که وقتی افلاطون نفس بدون بدن خود را خلق کرد، چه اتفاقی می افتاد. "من."

* چند قرن دیگر طول می کشد تا تلسکوپ ها به اندازه کافی قدرتمند شوند تا فراتر از مرزهای منظومه شمسی خود ما را مشاهده کنند.

آنچه در ادامه می آید ممکن است بیش از آن چیزی باشد که بسیاری از خوانندگان می خواهند در مورد خود افلاطونی بدانند، اما در میان ما کسانی هستند که ممکن است نیاز به مطالعه این صفحات داشته باشند زیرا آنها تفاوت های ظریف ریشه دارتر "روح منطقی" خود را ریشه کن می کنند. کسانی که در رد شدن از این بخش احساس امنیت می کنند می توانند به صفحه 47 بروند، خود به طور خلاصه

چرا و چگونه افلاطون این کار را انجام داد؟

قبل از اینکه افلاطون نسخه خود را از خود اختراع کند، شخصیت های یونانی حس هویت واحدی از خود نشان نمی دادند. شخصیت های ادبیات کلاسیک یونان به روشی که امروزه این اصطلاحات به کار می روند، «خود» یا «روح» ندارند. در حماسه های هومری، شخصیت ها فاقد یک مکان منحصر به فرد هستند که در آن تمام افکار و احساسات آنها رخ می دهد. به نظر می رسد که "روان" هومری نیروی حیاتی را نشان می دهد که هنگام مرگ از بدن فرار می کند، نه محل تفکر و احساس.²²

شخصیت های هومر در قلب، ریه ها و سایر قسمت های بدن پر از انرژی هستند. اعمال بزرگ یا اعمال ناشایست آنها نتیجه سکونت در قسمت های مختلف بدن آنها توسط یک خدا یا الهه است.

همچنین، در افسانه های هومری، خدایان و خدایان خود ویژگی های بسیار انسانی را نشان می دادند: خشم، انتقام، حسادت، غرور و سایر نقاط ضعف انسان. قهرمانان/ودیسه و ایلیاد می توانند خود را از رفتار غیراخلاقی با گفتن "الهه مرا مجبور به انجام این کار کرد" بهانه کنند. این داستان ها منبع آموزش یونانی را تشکیل دادند و منجر به مردمی شدند که فقط به اندازه خدایان غیراخلاقی خود اخلاقی بودند.

سقراط در این جهان بود که ظاهر شد و شروع به "فلسفه پردازی" کرد. او چیزی از همه چیز ننوشت

که او آموزش می داد. خرد او توسط شاگردش افلاطون حفظ شد.*

افلاطون عمدا تصمیم نگرفت که یک چیز خاص را توسعه دهد

نوع جدیدی از شخصیت؛ او قصد داشت جامعه ای عادلانه ایجاد کند، جامعه ای که از عظمت مردی مانند معلم محبوبش، سقراط قدرانی کند.

در نیمه دوم قرن پنجم قبل از میلاد، آتن توسط استبداد نظامی کمونیستی همسایه، اسپارت فتح شد. اسپارتی ها سی مستبد را برای حکومت بر آتن منصوب کردند. سقراط مربی برخی از این ستمگران بود. پس از شکست اسپارتی ها و احیای دموکراسی، شورا سقراط را به "بی تقوی" متهم کرد - آنها گفتند که تعالیم او اخلاق را تضعیف کرده و جوانان را فاسد کرده است. او به اعدام محکوم شد. او می توانست برای فرار از سرنوشت خود مانند معمول در آتن توطئه کند، اما در عوض تصمیم گرفت به فلسفه خود وفادار بماند و سمی را بنوشد که برای اعدام خودگردانش دستور داده شده بود.

افلاطون به عنوان یک اشراف طرفدار استبداد بود. او، مانند دوستان اشرافی خود در آتن،

شکل حکومت اسپارتی را بر دموکراسی آشفته ای که بر دولت-شهر حاکم بود، ترجیح داد.

* این تاریخچه در مورد افلاطون از تاریخ فلسفه غرب برتراند راسل گرفته شده است، به جز مواردی که ذکر شده است.

افلاطون پس از مرگ مربی محبوب خود، در جستجوی بهترین راه برای اداره شهر به سفری رفت. مورخان باستان آن را به سرگردانی های ادیسه تشبیه می کردند. او برای دوازده سال آینده از آتن غایب بود. او در سال 399 قبل از میلاد به راه افتاد و ابتدا از شهر مجاور مگارا بازدید کرد و از خرد اوکلیدس، معلمی در سنت پارمنیدس آموخت. سپس به قیروان، بزرگترین مستعمره یونان در آفریقا رفت تا نزد ریاضیدان تئودوروس تحصیل کند، پس از آن به مصر سفر کرد و در آنجا از کاهنان آموخت که:

یونان یک دولت نوزاد بود، بدون سنت های تثبیت کننده یا فرهنگ عمیق، بنابراین هنوز توسط این صاحب نظران ابوالهول رود نیل جدی گرفته نشده است.²³

او از مصر به مستعمرات یونان در جنوب ایتالیا بازگشت، به کروتون، جایی که فیثاغورث فرقه خود را در زمان آزار و اذیت در جزیره ایونی ساموس جابجا کرده بود. حدود 388 قبل از میلاد افلاطون از جامعه فیثاغورثی دیگری در تارانتوم بازدید کرد و در آنجا با فیلولائوس، اولین فیثاغورثی که کتابی نوشت ملاقات کرد و مهمتر از آن با آرکیئاس ملاقات کرد، که در او فیلسوفی را دید که می توانست تسلط خود را بر هندسه با کاربرد قدرت سیاسی ترکیب کند.

تحت تأثیر آرکیئاس، افلاطون آموزه های فیثاغورث در مورد تناسخ، -metempsychosis (تناسخ)، غیرمادی بودن و کمونیسم را که توسط دوستان فلسفی انجام می شود، پذیرفتند. این آموزه های فیتاگور است که بیشترین تأثیر را بر افلاطون می گذارد.

فیثاغورث روشی برای راهنمایی یادداشتهای ایجاد کرده بود. از آیین او از طریق آغازگری منضبط به اسرار هندسه که خلسه را با عقلانیت ترکیب می کرد. این الگویی بود که افلاطون بعدها از آن برای توسعه گروه ذهن های روشن ضمیر خود - دوستداران خرد - "پادشاهان فیلسوف" خود استفاده کرد.

هنگامی که افلاطون سرانجام به آتن بازگشت، شروع به جذب کسانی کرد که به آموزش خردمندانه او علاقه مند بودند. در مرکز آموزش افلاطون، دانشی بود که او از فیثاغورثی ها به دست آورده بود. او در ورودی آکادمی خود قرار می داد:

اجازه ندهید کسی که هندسه نیست وارد شود

افلاطون بیشتر به اخلاق و حکومت خوب علاقه مند بود، و بنابراین، به این که ببیند چگونه فیلسوف، عاشق خرد، می تواند احساسات خود را کنترل کند - چگونه می توانست بر «خود» مسلط شود و از طریق عقل قدرت انتخاب های بهتری داشته باشد؟ چگونه روح غیرمادی که افلاطون آن را خوب می دانست، بر خواسته های بدن فیزیکی که او آن را بد می دانست غلبه کند؟

فیلسوف این کار را با تفکر و به دست آوردن بینشی از "خوب" انجام می دهد. "چشم روح" باید از حواس پرتی های دنیای صرفاً توهمی دور شود و بینشی از خوبی داشته باشد. ثمره این تفکر تئوری (تئوریا: من الهی را می بینم-تنو، الهی + اوریا، آهان). این تفکر در مورد خیر برای افلاطون بود طرز تفکر خلیل-به دست آوردن بینشی از نظم الهی کیهان. این ارتباط تنگاتنگی با عقلانیت داشت. (کلمه "عقلانیت" از کلمه آمده است نسبت، روشی که اعداد با چنان قابلیت پیش بینی و اطمینانی کار می کنند که امکان محاسبه قطعات و زوایای مختلف هندسی را فراهم می کند

با استفاده از استدلال قیاسی به تنهایی، بدون توسل

به شواهد تجربی.)

افلاطون به دنبال آشتی دادن دوگانگی پارمنیدس بود وحدت (کیهان) و هراکلیتوس تنوع (هرج و مرج)، با گفتن اینکه دنیای تنوع فقط توهمی، ظاهری و غیر واقعی است. در پشت این دنیای ظواهر، دنیای واقعی، تغییرناپذیر و یکپارچه وجود داشت. اعتقاد افلاطون به واقعیتی که در پس ظواهر چیزها قرار دارد، مبتنی بر زیبایی و شگفتی بود که او در قدرت "عرفانی" هندسه و باورهای مذهبی اورفیک در مورد جهان حقیقی و تناسخ که از فیثاغورثی آموخته بود، مشاهده کرد.

در این مقطع باید این روایت را قطع کنم و به برخی از تفاوت های کلیدی بین تفکر هراکلیتوس و افلاطون اشاره کنم. هراکلیتوس شنوایی را بر بینایی ترجیح می داد. تفکر افلاطون بر بینش متمرکز است - چشم روح. در حالی که هراکلیتوس از شنیدن لوگوس صحبت کرده بود:

"این آرام همیشه وجود دارد، اما انسان ها همیشه ثابت می کنند که هرگز نمی توانند آن را درک کنند، هم قبل از شنیدن آن و هم زمانی که برای اولین بار آن را شنیده اند."

برای پارمنیدس معاصر هراکلیتوس، حقیقت نیز بصری نبود. زیرا حقیقت او همانطور که به ما می گوید از دهان الهه جهان زیرین بیرون آمد. و حتی سقراط به این معروف بود که ساعت ها در یک زمان ایستاده بود، در بسیاری از موارد گزارش شده، گوش دادن به صدایی که با او صحبت می کرد. او آن را شیطان خود نامید.²⁴ و ما نمی توانیم فراموش کنیم که سنت یهودی-مسیحی مبتنی بر شنیدن صدای خدا است. نیازی به اضافه کردن بیشتر به این گزارش ندارم، اما نمی توانم اشاره نکنم که بهبودی اعتیاد مبتنی بر یادگیری شنیدن صدای قدرت برتر در سطح همنشینی ما است. به نظر می رسد که افراد کم درآمد ناشناس، در را به عنوان راهنمای بهبودی ما باز گذاشته اند.

افلاطون گفت، در دنیای واقعی، شکل کامل مثلث، مربع، پنج ضلع، دایره و جامدات هندسی وجود دارد: کره، چهار ضلعی، مکعب، هشت وجهی، دوده وجهی و یکوجهی. این اشکال اصل واقعی هر چیز در دنیای ظواهر — دنیای متنوع و در حال تغییر — بودند. دایره و مربعی که ما در دنیای ظواهر خود می بینیم فقط کپی های تر از اشکال واقعی دایره و مربع در جهان ایده آل و تغییرناپذیر هستند. همچنین یک شکل کامل برای گربه و گاو وجود داشت، و همچنین عدالت، حقیقت و زیبایی - بزرگ و کوچک، مشابه و متفاوت - هر چیزی که می توانیم به آن فکر کنیم و ببینیم شکل کاملی داشت. همه این چیزهایی که ما در جهان درک می کنیم، از نظر افلاطون بودند، صرفاً "سایه" های ناقص از اشکال واقعی که در دنیای واقعی وجود دارند - دنیای/ایده (فرم ها).

افلاطون ایده های خارج از کیهان ساکن نبودند. آنها درونی بودند - در نظم ظاهری چیزها تعبیه شده بودند، اما برای ما متعالی بودند. او تک/آیه الهی بود و او گفت که ما زمانی الهی می شویم که خود را با این نظم الهی هماهنگ کنیم.

افلاطون می گوید عملکرد صحیح این روح بی جسم در تیمائوس، به عاشق خرد دسترسی به جاودانگی می دهد.

خدا این قوه حاکم را به الوهیت هر یک از ما داد، آن بخشی است که همانطور که می‌گوییم، در بالای بدن ساکن است، و از آنجا که ما گیاهی نه از زمین بلکه از رشد آسمانی هستیم، ما را از زمین برمی‌خیزد به خویشاوندان ما که در بهشت هستند. زیرا الوهیت سر و ریشه ما را از آن جایی که نسل روح برای اولین بار آغاز شد، سوزاند و بدین ترتیب تمام بدن را راست کرد. حال هنگامی که مردی خود را تسلیم امیال و جاه طلبی می‌کند و مشتاقانه در تلاش است تا آنها را ارضا کند، تمام افکار او ضرورتاً فانی می‌شوند و تا آنجا که ممکن است در مجموع چنین شود، باید کاملاً فانی شود، زیرا او بخش فانی خود را گرامی داشته است. اما کسی که در عشق به دانش و خرد حقیقی صادق بوده است، و عقل خود را بیش از هر بخش دیگری از او به کار گرفته است، اگر به حقیقت دست یابد، باید افکار فناپذیر و الهی داشته باشد، و تا آنجا که طبیعت انسان قادر به سهیم شدن در جاودانگی است، باید در مجموع فناپذیر باشد.²⁵

ارواح هندسی بی جسم افلاطون در طول یک عمر آموزش می‌یافتند، همانطور که فیثاغورثی‌ها بودند، یاد می‌گرفتند که طبیعت نفسانی خود را با انتخاب بین فانی و فناپذیر، نفسانی و الهی کنترل کنند - تا زمانی که واجد شرایط «پادشاهان فیلسوف» شوند. این پادشاهان فیلسوف، به عنوان شریک در الوهیت، بر جمهوری افلاطون حکومت می‌کردند. افلاطون هرگز نتوانست در واقع چشم انداز خود را برای دولت اتوپایی آزمایش کند دوستی که در سفرهایش در سیراکیوز، دیون ملاقات کرده بود، او را متقاعد کرد که به آنجا برگردد و دیونیسوس جوان فلسفه را آموزش دهد، به این امید که در سیراکوز، افلاطون بتواند جمهوری خود را تأسیس کند. اما خوب نتیجه نداد. هنگامی که دیون در دسیسه‌های دربار قرار گرفت، افلاطون به بردگی فروخته شد. او که توسط دوستانش فدیّه داده شد، به آتن بازگردانده شد.

یکی از مورخان فلسفه مشاهده می‌کند که افلاطون به نظر می‌رسد که به دنبال یک آرمانشهر کمونیستی الهام گرفته از فلسفه وفادار مانده است، اما در نهایت فکر می‌کرد که می‌توان به آن دست یافت، نه از طریق تربیت گروهی از پادشاهان فیلسوف - بلکه از طریق قوانین:

در واقع، ایمان بی پایان به قدرت هدایت او
بنیایی ممکن است برای افلاطون توضیح دهد در غیر این صورت شگفت انگیز است
در آخرین متن خود، قوانین، ادعا می‌کند که "نقطه شروع ایده آل" برای ایجاد شهر
قوانین ... استبداد!²⁶

خود به طور خلاصه

افلاطون، آنچه من آن را می‌نامم، «روح هندسی» را به عنوان فرد ایده آل برای حکومت بر استبداد اتوپایی کمونیستی خود توسعه داد. او هرگز موفق به ایجاد جمهوری خود نشد. هنگامی که یونان در سال 146 قبل از میلاد شکست خورد و توسط روم تصرف شد، آرمان‌های فلسفی یونان به فرهنگ روم راه یافتند و در نهایت نقش منحصر به فرد خود را همراه با هزاران نیروی دیگر در فاسد و بی ثبات کردن جامعه روم ایفا کردند. هنگامی که امپراتوری روم سرانجام در قرن چهارم پس از میلاد فروپاشید، تنها "نهاده فرهنگی" که هنوز پابرجاست، کلیسای مسیحی بود.

مسیحیت می توانست درک منحصر به فرد خود را از یک "خود" مسیحی به ارمغان بیاورد، اما متأسفانه، بسیاری از پدران برجسته کلیسای اولیه از طریق ارادت خود به آموزش فلوپین، پیرو افلاطون در قرن سوم پس از میلاد، شاگردان ایده های افلاطون بودند. سنت آگوستین نیز شاگرد فلوپین بود. دکتر چارلز تیلور در او منابع خود در مورد او می گوید:

... برای آگوستین تقابل مسیحی بین روح و جسم باید با کمک تمایز افلاطونی بین بدنی و غیر بدنی درک می شد.²⁷ در کنار این دوگانگی، آگوستین مجموعه کاملی از مخالفان مرتبط را به عهده گرفت. البته. قلمرو بالاتر نیز قلمرو ابدی در برابر صرفاً زمانی بود، در مقایسه با همیشه در حال تغییر.²⁸

از طریق آموزه های قدیس آگوستین و دیگران مدافعان مسیحی اولیه، روح هندسی "عقلانی" افلاطون راه خود را به ساختار طرز تفکر و وجود غربی/یهودی-مسیحی پیدا می کند. تا قرن نوزدهم، زمانی که اصلاحات جستجوی تازه ای را در حقایق عمیق تر کتاب مقدس آغاز کرد، برخی از مسیحیان شروع به صحبت در مورد فرار از اسارت خود خودخواه هندسی افلاطون و توسعه توانایی رهبری خدا کردند-زندگی محور، هدایت شده توسط خدا و قدرت خدا. خوشبختانه برای ما، در سال 1908، فرانک بوخمن این پیام را دریافت کرد و شروع به انتقال آن به هر کجا که می توانست کرد. ما از سخاوت او بهره مند هستیم.

می توان گفت که ما که در UA به پایین ترین سطح خود می رسیم، متعهد به نابودی خودمحوری و هدایت خدا هستیم. ما هدف زندگی خود را این قرار داده ایم که به دیگران کمک کنیم تا خودمحوری را از بین ببرند و همچنین هدایت شده توسط خدا شوند. ما دیگر برده خود نیستیم. هر یک از ما - اعضای یک گروه جهانی از مردان و زنان هستیم که شکست کامل را پذیرفته اند و تصمیم گرفته اند اسارت خود را به خود آدمی/افلاطونی فیثاغورث-هندسی نابود کنند، بنابراین وجود ما را آزاد می کند تا زندگی جدیدی را رهبری کنیم که قدرت برتر ما، خدا، در آن قرار می گیرد، اکنون ما را راهنمایی می کند.

اقدامات نیمه کاری به ما سودی نداد. ما در نقطه عطف ایستادیم. ما از او حمایت کردیم و مراقبت با رها کردن کامل. الکلی های گمنام ص 59

تسلیم اراده

مرحله سوم: تصمیم گرفت تا اراده خود را برگردانیم و زندگی ما به مراقبت خدا می سپارد همانطور که ما خدا را درک کردیم.

اکنون ما در مرحله سوم در فرآیند ضربه زدن به پایین ما. ما شکست کامل را پذیرفته ایم و تحقیر مطلق خود را پذیرفته ایم. ما همچنین مشتاق هستیم تا خود را در آغوش بگیریم نیستی. شاید اکنون ما نیز در آستانه ناامیدی قرار گرفته ایم. وای، چه نقطه خوبی است که از آن می توانیم "تصمیم" تغییر دهنده زندگی خود را بگیریم. ما اکنون در آن نقطه ای هستیم که زندگی خود را به خدا تسلیم می کنیم کاملاً: با تمام جدیت در اختیار ما، از شما خواهش می کنیم که از همان ابتدا نترس و کامل باشید. برخی از ما سعی کرده ایم به ایده های قدیمی خود بچسبیم و نتیجه صفر بود تا زمانی که کاملاً رها کنیم. به یاد داشته باشید که ما باکم بوبین* - حيله گر، گیج کننده، قدرتمند! بدون کمک برای ما خیلی زیاد است. اما کسی وجود دارد که تمام قدرت را دارد - آن یکی خداست. باشد که اکنون او را پیدا کنید. الکی های گمنام ص 58-9

ما تصمیم گرفتیم

تصمیم یکی دیگر از آن کلماتی است که مردم می توانند در مورد آن سردرگم شوند. مردم فکر می کنند که انتخاب و تصمیم گیری یک چیز هستند. بنابراین، من چند نمونه برای شفاف سازی تنظیم می کنم.

من می توانم انتخاب کنم که چتر نجات ورزشی را ببندم و سپس، من می توانم انتخاب کنم که آن را بردارم. سپس می توانم انتخاب کنم که آن را ببندم دوباره، و انتخاب کنید که سوار هواپیما پرش شوید و به منطقه پرش بروید. و سپس، می توانم انتخاب کنم که سوار هواپیما به فرودگاه برگردم. اگر تصمیم بگیرم از صندلی خود در هواپیما پرش بلند شوم و به لبه در قدم بگذارم، همیشه می توانم برگردم و بنشینم. اما اگر من به سمت در هواپیما قدم بگذارم و سپس "انتخاب" کنم که قدم بعدی را به فضای خالی بردارم، پس نمی توانم نظرم را تغییر دهم - نمی توانم انتخاب متفاوتی داشته باشم. من یک تصمیم. من گزینه های دیگر را "کشتم". هیچ راه برگشتی به هواپیما وجود ندارد. در واقع، درام بیرون رفتن به قدری زیاد است که فکر انتخاب بازگشت به هواپیما غیرقابل تصور است.

این همان تصمیمات است. آنها زندگی را تغییر می دهند و جهان را تغییر می دهند - و وقتی به درستی انجام شوند - ذهن را شگفت زده می کنند.

* اعتیاد به الکل، البته. اما می خواستم اجازه دهم افراد کم درآمد از این متن لذت ببرند.

تسلیم اراده

کلمه تصمیم از کلمه لاتین به معنای "برش" گرفته شده است، سیبر. از این ریشه کلمات قتل، خودکشی، نسل کشی، سموم دفع آفات و بسیاری از کلمات مشابه دیگر را می گیریم. در هر مورد، کسی یا چیزی می میرد. در یک تصمیم، آنچه می میرد، انتخاب یا انتخاب های رقابتی است - گزینه های دیگر. این همان چیزی است که ما سعی می کنیم روشن کنیم وقتی در مورد "تصمیم گیری" برای سپردن اراده و زندگی خود به مراقبت خدا صحبت می کنیم. در میان دوستان در حال بهبودی ما اغلب می شنویم که می گوید: "من باید تصمیم بگیرم تا زندگی ام را به خدا بسپارم هر روز." اما این نمی تواند درست باشد. تصمیم کاری است که ما یک بار انجام می دهیم. مثل پریدن از هواپیما و... مثل ازدواج.

ممکن است ازدواج با سالی یا سو را انتخاب کنم. منصوب شده روز فرا می رسد. کسی که من انتخاب کرده ام و کسی که دارد مرا انتخاب کرد، در مقابل مأمور بایستید و آن شخص این کلمات را بر زبان می آورد: "من اکنون شما را زن و مرد تلفظ می کنم." در آن لحظه، با بیان آن کلمات، موقعیت من در زندگی ناگهان تغییر می کند. یک تصمیم ساخته شده است. من که تا این لحظه مجرد بودم، اکنون دیگر مجرد نیستم - وضعیت من اکنون «متاهل» است. و اگر بخواهم آن را معکوس کنم تصمیم، من باید تصمیم دیگری را تصویب کنم - یک روند قانونی را طی کنم که ازدواج من با حکم کتبی مجاز قضایی طلاق یا ابطال پایان یابد.

بنابراین، بیایید نگاهی بیندازیم به آنچه در آن انجام خواهید داد مرحله سوم. شما بر اساس عبارت مرحله، اراده و زندگی خود را به مراقبت خدا واگذار خواهید کرد همانطور که خدا را درک می کنید. وقتی به درستی انجام شود، این به منزله مرگ به زندگی ای است که در خویشن خود متمرکز است و به زندگی با محوریت خدا روی می آورد - یک زندگی خدا محور. حالا باید به شما بگویم... کسانی که قبل از ما رفته اند به تصمیم گیری این عمل کمک نکرده اند به ویژه برای ما روشن است. بیایید بیل ویلسون را به عنوان مثال در نظر بگیریم. در دعایی که او برای الکلی ها در صفحه 63 فراهم کرد / الکلی های گمنام او این کلمات تسلیم را بیان می کند:

"خدا، من خودم را به تو تقدیم می کنم - تا با من بسازم و هر کاری که می خواهی با من انجام دهی. مرا از اسارت خود رها کن تا اراده تو را بهتر انجام دهم. مشکلات مرا بردار، تا پیروزی بر آنها شهادت به کسانی باشد که من می خواهم از قدرت تو، محبت تو و راه زندگی تو به آنها کمک کنم. باشد که همیشه اراده تو را انجام دهم!" الکلی های گمنام ص 63

برای شروع، بیل بسیار مودب اما ضعیف است، "من خودم را به تو تقدیم می کنم" به اندازه کافی قاطع نیست. بنابراین، ما در عوض، باید از عبارت قوی تری استفاده کنید، "من می دهم"، "من مطمئن هستم- تسلیم شو،" یا بهتر از آن، "من خودم را به تو واگذار می کنم." و برای اینکه آن را صریح تر کنیم که چه چیزی را به خدا ارائه می دهیم- به جای استفاده از کلمه خودم، مفهومی که به احتمال زیاد هنوز در مورد آن کاملاً روشن نیستیم - بیایید همه آن چیزهایی را که من را تشکیل می دهند توصیف کنیم خود:

امیدهای من، رویاهایم، برنامه های من، نقشه های من. همه چیزهایی که دارم یا امیدوارم داشته باشم. همه آن چیزی که هستم یا همیشه امیدوار خواهم بود که باشم. آینده من، گذشته و اکنون ابدی من.

ممکن است متوجه شوید که ابعاد دیگری از وجود شما وجود دارد که باید به این لیست اضافه شود، اما در حال حاضر، این مثال خوبی برای نحوه شروع به ما می دهد. این علاوه بر فراخوانی برای تسلیم زندگی (خود) ما، مرحله سوم همچنین خواستار تسلیم اراده ما است. اما، همانطور که دوباره متوجه خواهید شد، در این دعا بیل در واقع از کلمات "تسلیم اراده" استفاده نمی کند، دقیقاً به همان روشی که در مورد تسلیم اراده در عبارت مرحله سوم، که در صفحه قبل بررسی کردیم. در واقع، به نظر می رسد که اگرچه بیل در مورد تسلیم اراده صحبت می کند، اما در دو سطر از دعا، به عنوان کسی که هنوز اراده آزاد خود را دارد که باید اعمال شود، ادامه می دهد:

“... تا بتوانم اراده تو را بهتر انجام دهم.”
 «باشد که همیشه اراده تو را انجام دهم!»

بعداً، در متن AA، بیل بار دیگر به عنوان مردی صحبت خواهد کرد که در واقع اراده خود را تسلیم نکرده است، همانطور که در بحث در مورد عمل می گوید مرحله دهم موجودی روزانه:

«چگونه می توانم به بهترین وجه به تو خدمت کنم، اراده تو (نه من) انجام شد.” اینها افکاری هستند که باید با ما همراه شوند.
 با ثبات. ما می توانیم قدرت اراده خود را در این راستا هر چه بخواهیم به کار ببریم. این استفاده صحیح از اراده است.”
 الکلی های گمنام ص 85

نامناسب است که بیش از حد از دوست ملحد سابق خود انتقاد کنیم. وقتی بیل این را نوشت، سفر بهبودی او در گروه آکسفورد سه سال پر فراز و نشیب بود. احتمالاً بیش از چهل الکلی هوشیار در گروه های بین آکرون و نیویورک وجود نداشت. و مانند بسیاری از مردم در آن زمان و حتی اکنون، صحبت کردن در مورد تسلیم کامل «اراده آزاد مستقل» خود برای او دردسرساز بود.

من به صدها نفر مشاوره داده ام و از آنها حمایت کرده ام که بسیاری از آنها قبل از اینکه در نهایت به طور کامل بهبود یابند، دچار عود می شوند. وقتی آن عود کنندگان از آخرین لغزش های خود بازمی گشتند، از آنها می پرسیدم: "آیا اراده خود را به خدا سپردید؟" آنها تقریباً همیشه با این پاسخ پاسخ می دادند: "بله، بله. من اراده ام را به خدا سپردم." سپس با خجالت می پرسیدم: "آن خدا کی بود: خدای دستگیره در یا سینی خاکستر یا درخت نخل؟" همانطور که اغلب به شوخی در AA گفته می شد.

"نه، نه، نه!" آنها پاسخ می دادند: "من آن را به خدا سپردم" (سوال بعدی من به دنبال آن بود: "خوب، حالا، این را به من بگویید. آیا اراده آزاد دارید؟" تقریباً همیشه، و تقریباً بدون فکر کردن یا آگاهی از پوچ بودن آن، آنها می گفتند: "البته، من یک اراده آزاد حاکمیت دارم." پوچ بودن آن این است که اگر آنها اراده آزاد داشتند، پس چرا عود می کردند. و اگر اراده خود را به خدا داده بودند، پس چگونه آنها هنوز یک اراده آزاد حاکمیت داشتند؟ بعد می گویم، "خوب، این بار، بیایید "اراده آزاد مستقل" شما را به خدا بسپاریم.

تسلیم اراده

سپس ما دعای تسلیم را می خواند که
به زودی به شما نشان داده خواهد شد. هنگامی که آنها سپس تسلیم شدند
"اراده آزاد حاکمیت" آنها به ندرت عود می کنند. آنها موقعیت خود را به عنوان کسی که خود
حاکم و کنترل کننده است، از بین برده اند.

تغییر موقعیت ها

در صفحه 62، درست قبل از جایی که بیل دعای مرحله سوم خود را ارسال می کند، او
از این عبارت استفاده می کند:

وقتی چنین موضعی گرفتیم...

کاری که ما در حال انجام آن هستیم مرحله سوم در حال تغییر موقعیت است. همانطور
که بیل گفت، ما این موضع را می گیریم که از این پس خدا رئیس خواهد بود و ما کارگر خواهیم
بود. او پدر خواهد بود و ما فرزند خواهیم بود. او مرکز دنیای ما خواهد بود و خود به حاشیه
منتقل خواهد شد. ما هنوز صاحب یک خود خواهیم بود، اما خود ما را تسخیر نخواهد کرد.
در کار با افرادی که این قدم را برمی دارند، دوست دارم این عبارت را اضافه کنم: "از
این به بعد، خدایا، تو ارباب خواهی بود و من برده تو خواهم بود."
همانطور که ممکن است انتظار داشته باشید، اکثر مردم از هر اشاره ای به برده بودن
خدا عقب نشینی می کنند. این برخلاف همه چیزهایی است که تا به حال به آنها آموخته اند که
در مورد معنای آزاد بودن فکر کنند.

سپس، به آنها یادآوری می کنم که آنها در حال حاضر برده خود هستند. با جمع آوری
شجاعت برای دعا به این شیوه، آنها نه تنها به خدا اجازه خواهند داد، بلکه خود را نیز می دانند
که اکنون در حال حرکت به سمت برده خدا هستند و دیگر مایل نیستند برده خود باشند. هنگامی
که این با دقت و صبورانه اجازه داده می شود تا در آن فرو رود، اکثر مردم تسلیم خرد اجازه
دادن به خود می دانند که موقعیت خود را تغییر داده اند.
پس حالا، بیا بید دعای تسلیم خود را کنار هم بگذاریم.

این دعا باید شامل موارد زیر باشد: اعتراف به شکست کامل. تسلیم زندگی ما. *Selves*;
یک ارائه اضافی از اراده آزاد حاکمیت. و اعتراف به موقعیت جدید ما در رابطه با خدا.

نمونه دعای تسلیم ما

خدا تسلیم می شوم. من شکست کامل را می پذیرم. اینجا و اکنون، من زندگی
ام را به شما می دهم: امیدهایم، رویاهایم، برنامه هایم، نقشه هایم. همه چیزهایی
که دارم یا همیشه امیدوار خواهم بود که داشته باشم. همه آن چیزی که هستم یا
همیشه امیدوار خواهم بود که باشم. آینده من، گذشته من و اکنون ابدی من. من در
این تسلیم گنجانده ام: چشم انداز و اهدافم. با اعتماد به اینکه آنها را به طور کامل
به روشی که در نظر گرفته اید به من برمی گردانی.
من همچنین اراده آزاد خود را به شما می دهم، چنانکه ممکن است تا به
حال داشته باشم.

از اینجا به بعد، شما رئیس من خواهید بود و من کارگر شما خواهم بود. تو
پدر خواهی بود و من فرزند تو خواهم بود. تو ارباب خواهی بود، و من اکنون
برده تو هستم — غلام محبت تو.

از این لحظه به بعد، لطفاً به من بگویید چه کاری انجام دهم و به من قدرت بدهید تا آنچه را که به من می‌گویید انجام دهم.
آمین.

آنچه در این مرحله توصیه می‌شود این است که این نمونه دعا را بردارید، بر آن دعا کنید و آن را فقط به عنوان خدا تغییر دهید شما را هدایت می‌کند. نام خود را به جای "در بالا قرار دهید نمونه ما..."

سپس، هنگامی که فرصتی پیدا کردید که با دعا با خدا صحبت کنید در مورد این بنای تاریخی گام- یا به تنهایی یا با یک دوست معنوی قابل اعتماد به عنوان یک شهادت دهید - دعای خود را با صدای بلند تکرار کنید. هنگامی که زمان مقدس شما به پایان رسید، یک نسخه فیزیکی از دعای خود بردارید، آن را امضا و تاریخ گذاری کنید و آن را در مکانی امن در داخل خود قرار دهید.

کتاب بهبودی، کتاب مقدس یا سایر ادبیات مقدس. حالا شما یادبودی برای این ساعت مهم خواهد داشت که در آن فیض خداوند شما را در لحظه تصمیم‌گیری تحت تأثیر قرار داد. انجام شده است. شما تسلیم شده اید و اراده و زندگی خود را به قدرتی بزرگتر از خود تبدیل کرده اید خود.

بسیاری از ما، با خواندن دعا، شادی وصف ناپذیری را احساس کردیم، احساس رهایی از خود و غوطه ور شدن در وجد هستی‌تاب از عدم محض، یا همانطور که بیل ویلسون آن را به عبارت ساده‌تر توصیف کرد:

وقتی صادقانه چنین موضعی را گرفتیم، انواع چیزهای قابل توجه به دنبال داشت... ما احساس کردیم که قدرت جدیدی در جریان است، همانطور که از آرامش ذهن لذت می‌بریم، همانطور که کشف کردیم که می‌توانیم با موفقیت با زندگی روبرو شویم، همانطور که از حضور او آگاه شدیم، شروع به از دست دادن ترس خود از امروز، فردا یا آخرت کردیم. ما دوباره متولد شدیم.
الکلی‌های گمنام ص 63

ما دوباره متولد شدیم.

امیدوارم که پس از اتمام دعائان، شما نیز آن حس "تولد دوباره" را که بیل درباره آن می‌نوشت تجربه کرده باشید. اگر این اتفاق نیفتاد، تسلیم نشوید. این جزوه کوچک یا نسخه کپنل خود را بردارید و با حامی یا شریک دعا خود به آن برگردید. دریابید که کجا ممکن است از تحقیر مطلق عقب نشینی کنید، یا از تسلیم کامل به پوچی شما. شاید شما تمایلی به تجربه ناامیدی ندارید که وقتی سرانجام درگیر نابودی خودمحوری می‌شوید به وجود می‌آید. ممکن است شما در واقع به موقعیت جدید خود تغییر نکرده باشید.

ما به خودمان اجازه نمی‌دهیم نسبت به کسی که می‌خواهد از این بحران رسیدن به پایین در Underearners Anonymous عقب نشینی کند، بی‌تاب باشیم. برای اعضای جامعه UA بسیار وسوسه‌انگیز است که در آغوش بگیرند ابزارهای دیگر: جلسات، ثبت زمان، مالکیت آگاهی، پس انداز، شرکای عمل و جلسات، چشم انداز، خدمات و بسیاری از کمک‌های دیگر به بهبودی که

جامعه ارائه می دهد. با چنین منابع فراوانی، طبیعی است که دوستان کم درآمد ما به دنبال جلوگیری از افشای مطلق ناشی از جستجوی حامی مالی باشند که باید با او کاملاً آسیب پذیر شوند - مایل به گفتن تمام حقیقت در مورد خود در حین کار بر روی مراحل باشند.

من با بسیاری از اعضا روبرو شده ام، یا شنیده ام که آنها داستان های خود را در جلسات تعریف می کنند - از اینکه چگونه آنها به UA آمده اند و با اشتیاق شروع بسیار دلگرم کننده ای در بهبود عدم موفقیت خود داشته اند، اما پس از چند سال شروع به این روند متوجه شده اند که آنها هنوز به مشکل اساسی خود نپرداخته اند.

این یادآور افرادی است که به AA می آیند و کاری را انجام می دهند که به عنوان "برنامه بند انگشت سفید" شناخته می شود، اما به اعتیاد به الکل خود بازمی گردند. روزی فرا می رسد که فرد کم درآمد باید با این واقعیت روبرو شود که تمام ابزارهایی که در اختیار دارند، به غیر از کار دوازده مرحله، هنوز مشکل آنها را حل نکرده است. این ممکن است در مورد هر یک از کسانی که در رهبری UA دخیل هستند نیز صدق کند که اکنون ممکن است با خواندن این بخش از کتابچه، راه خود را روشن ببینند تا از انکار بیرون بیایند و به این احتمال بپذیرند که هرج و مرجی که اکنون آنها را احاطه کرده است، اعتیاد خود آنها به طور کامل برای همه به نمایش گذاشته شده است. از جمله خودشان، تا ببینند.

من دعا می کنم که این گزارش رسیدن به پایین به همه ما، از جمله کسانی که در رهبری جامعه ما هستند، کمک کند تا مسئولیت وضعیت تحقیرآمیزی را که Underearners Anonymous، به عنوان یک فرهنگ بهبودی در سراسر جهان، اکنون در آن قرار دارد، بر عهده بگیریم.

این بخش پایین ضربه ما را کامل می کند
ضربه زدن به پایین در افراد کم درآمد تراکت ناشناس .
منابع متعددی در سراسر آن در دسترس است

دنیاى بازىابى که به خواننده ما نشان می دهد که چگونه مراحل موجودی را به بهترین شکل انجام دهد. حامی شما مطمئناً روش خاص خود را برای انجام موجودی دارد، و اگر در این سه مرحله اول پایه خوبی گذاشته باشید، پیشرفت محکم بیشتری در سفر خود تضمین می شود، تا زمانی که دستورالعمل ها را دنبال کنید و در عین حال از قدرت بالاتر یاران ما نیز بخواهید به شما بگویند چه کاری انجام دهید و به شما قدرت انجام چه کاری را بدهند/ن به شما می گویند.

من این فصل پنجم از جزوه کوچکمان را در هفته های پایانی سال 2022 به پایان رساندم. در ژانویه، من هم در جلسات GSB و هم در جلسه GSRC شرکت کردم. همانطور که من اختلاف دردناک آشکار و مداوم خود را در نظر گرفتم، مرا به خود گرفت که تفرقه در UA اینجاست که باقی بماند - یعنی مگر اینکه آن دسته از اعضا در میان ما وجود داشته باشند که مایل باشند وحدت را به اولویت شماره یک تبدیل کنند. من این رساله کوچک را در مورد ضربه زدن به پایین به عنوان راهی برای کمک به کل جامعه خود در رسیدن به پایین مورد نیاز در بهبودی راه اندازی کرده بودم. اکنون متوجه شدم که - به همان اندازه که پیام ضربه زدن به پایین بسیار مهم و ضروری بود - به چیزی بیش از آوردن پایین نیاز است. کسی باید مسئولیت ایجاد وحدت در UA را بر عهده می گرفت. و از آنجایی که به نظر می رسید هیچ دیگری حتی این نیاز را تشخیص نمی دهد، به این نتیجه رسیدم که می توانم کسی باشم که به این چالش برمی آید.

فصل های بعدی ماجرایی من را برای کشف مجدد و اتصال مجدد به سنگ بنایی ثبت می کند که زیربنای فضای شگفت انگیز تحول معنوی ما است و امیدوارم همه ما را به یگانگی در جامعه معنوی گرانبهای خود هدایت کند
(در بالا، من به اشتراک گذاشتم که مراحل موجودی را شامل نمی شوم، اما با توجه به تعهد مجدد خود، نسخه کمی اصلاح شده خود را از مراحل موجودی بیل در گنجانده ام فصل 8 کاملاً بازبینی شد.)

وحدت

رفاه مشترک ما باید حرف اول را بزند،
بهبودی شخصی به وحدت UA بستگی دارد.
افراد کم درآمد سنت ناشناس یک

من در ابتدا در ژوئن 2019 درگیر مسائل وحدت شدم. ایمیلی که به کمیته GSR ارسال کردم همه چیز را توضیح می دهد:

به: همه نمایندگان خدمات گروه UA و سایر اشخاص علاقه مند به خدمات جهانی UA.

جلسه

از: George M. GSR برای Prosperity Express
سپاسگزاری، جمعه ها @ ظهر، EST

موضوع: پاسخ به نامزدی (نه اعزام) که نام من را در کمیته GSR برای بررسی سمت رئیس کمیته GSR در جلسه GSR ماه مه قرار داد.

من کاملاً شگفت زده شدم و بسیار مفتخرم که در آخرین جلسه ما توسط [S] فراخوانده شدم که به نظر می رسد فکر می کرد من نامزد مناسبی برای بررسی به عنوان رئیس کمیته نمایندگان خدمات عمومی هستم. از شما بسیار سپاسگزارم [S] و دیگرانی که مرا تشویق کردند تا به عنوان رئیس خدمت کنم.

از آن جلسه من در دعا و مدیتیشن جدی بوده ام که چگونه باید پاسخ دهم. ابتدا به اشتراک می گذارم که UA تفاوت عمیقی در زندگی من ایجاد کرده است. من بیش از 35 سال قبل از پیوستن به UA درگیر بهبودی 12 مرحله ای بوده ام، اما UA بهبودی من را به سطح کاملاً جدید و غیرقابل تصور بهبودی رسانده است. من می توانستم با خوشحالی عضو فعال گروه خانگی خود باقی بمانم و به عنوان GSR برای آن گروه بدون نیاز به مشارکت عمیق تر در خدمات جهانی UA خدمت کنم.

همانطور که به این فکر می کردم که چه کاری باید انجام دهم، سنت ها را دوباره خواندم

همانطور که در AA 12 و 12 مورد بحث قرار گرفت، کتابچه راهنمای خدمات AA را بخوانید که حاوی تاریخچه بیل دبلیو در مورد چگونگی و چرایی توسعه AA مفاهیم خدمات جهانی است، و در نهایت به طور تصادفی به یک خلاصه خوب در ادبیات UA خودمان برخورد کردم - صفحه 5 از 6 از سندی که سال گذشته به عنوان UA-service-structure-document2.1.pdf ارسال شد. (من سه کلمه را برای بحث بیشتر ایتالیک کرده ام):

درست همانطور که دوازده گام راهنماهایی برای بهبودی شخصی هستند و دوازده سنت راهنماهایی برای وحدت گروهی هستند، دوازده مفهوم راهنماهایی برای

خدمت جهانی هستند. این مفاهیم به عنوان مسیری برای کار گام دوازدهم در سطح خدمات جهانی عمل می کنند و نشان می دهند که چگونه گروه های UA، کنفرانس خدمات جهانی و هیئت خدمات عمومی ناشناس افراد کم درآمد با هم کار می کنند تا بهبودی در UA را به افراد کم درآمد که هنوز رنج می برند، منتقل کنند.



من این سه مفهوم را مشخص کرده ام - بهبودی شخصی، وحدت و خدمات برای اظهار نظر بیشتر. من مدتی است که می دانم که لوگوی فعلی UA ما، که نمایانگر جامعه ما است، نه تنها برای جهان، بلکه برای خودمان به عنوان یک جامعه، شامل کلمات وحدت یا خدمت نمی شود. و در رابطه با بهبود، ما شاهد افزونگی در استفاده از کلمات رفاه و فراوانی هستیم.

قبل از کنفرانس خدمات جهانی سال گذشته، برای من آشکار شد که برخی از مشکلاتی که ما به عنوان یک جامعه با آن مواجه هستیم ممکن است به دلیل این واقعیت باشد که ما چشم انداز ناکافی از فرهنگ خود داریم. (لازم به ذکر است که مدرک من در رشته تبلیغات از دانشگاه فلوریدا بود و همیشه به این مسائلی که بر روابط عمومی یک سازمان تأثیر می گذارد توجه داشته ام)

شفاف سازی در مورد شکل مکالمه ای که یک جامعه دارد برای نحوه عملکرد یک سازمان اساسی است. به نظر من قبل از اینکه UA بتواند در وحدت و خدمت رشد کند و به پتانسیل کامل خود برسد، (ما) باید مسئولیت نحوه ارائه پیام خود را به صورت بصری بر عهده بگیریم.

سوال این است که "آیا ما می خواهیم دنیا ما را اینگونه ببیند؟

ما می خواهیم خودمان را اینگونه ببینیم؟

در مقابل، الکی های گمنام خود را به صورت زیر معرفی می

کنند: < - - -

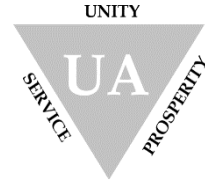


می دانم. من مطمئن هستم که اعضای بنیانگذار UA نمی

خواستند یک مثلث کپی داشته باشند. می فهمم. اما من نمی توانم سرم را در اطراف لوگوی خود بگذارم. از زمان افلاطون، تفکر عقلانی هندسی و بصری بوده است. من ممکن است بتوانم در جامعه ای خدمت کنم که ساختار رابطه ای خود را مستطیل می بیند، اما نمی توانم در گفتگویی برای بهبودی از اعتیاد شرکت کنم که شامل وحدت و خدمت نباشد. من همچنین از متعهد شدن مکرر به رفاه/فراوانی بیزار هستم - برای من این احساس هوشیاری نیست، بلکه بیشتر شبیه خودمحوری است.

از زمانی که من با گروه سپاسگزاری خودم درگیر شدم، بسیاری بودند که فکر می کردند قدردانی باید یک مفهوم اساسی باشد، ابزاری برای بازیابی UA، زیرا شامل ایده های دریافت و بخشش است که بسیاری آن را جوهر رفاه می دانند. من همچنین استفاده از کلمه فراوانی را معادل بهبودی یا رفاه زیر سوال می برم. این کلمه خوبی است، اما آیا رفاه چیزی بیش از فراوانی نیست؟

قبل از WSC ما در سال گذشته، به اصرار برخی از اعضای گروه، به چند ایده رسیدیم که با برخی دیگر از GSR ها به اشتراک گذاشتیم.



مارک ب. GSRC سابق ما صندلی با ایده خودش برگشت

<

به من گفته شد که WSC سال گذشته یک شکست بود، اما به نظرم بسیار دلسرد کننده بود. من متقاعد نشده ام که قوانین نظم رابرت وحدتی را که ما به دنبال آن هستیم به ارمغان بیاورد. از زمان کنفرانس اشتیاق خود را از دست داده ام که مجبور بودم تغییری در گفتگوی خدمات جهانی خود ببینم. فراخوانده شدن من در جلسه ماه گذشته مرا نسبت به نگرانی هایی که قبل از کنفرانس ابراز می کردم بیدار کرد.

به نظر من، لوگوی فعلی ما گواه این است که UA کارهای بیشتری برای انجام دادن دارد. به نظر می رسد که ما متعهد به قرار دادن وحدت و همچنین خدمت در مرکز گفتگوی فرهنگی خود نبوده ایم، اما به دنبال استفاده از یک روند سیاسی برای ایجاد وحدت و تسویق خدمت هستیم.

من می گویم که زمان آن فرا رسیده است که ما یک گفتگوی گسترده UA داشته باشیم و به چشم انداز به روز شده ای از اینکه به عنوان یک فرهنگ چه کسی هستیم ارائه دهیم. من پیشنهاد می کنم که ما باید در یک دوره چند ماهه در این بحث شرکت کنیم تا زمانی که به اجماع برسیم، در صورت امکان، در مورد آنچه واقعا می توانیم خود را به آن متعهد کنیم، به توافق برسیم.

برای خودم، من مایل نیستم به عنوان رئیس کمیته GSR در داخل چیزی که من چنین چارچوب غیرقابل اجرا می دانم، خدمت کنم. قوانین نظم رابرتز تا زمانی که این بحث را نداشته باشیم، آنچه را که ما در UA در سطح خدمات جهانی بیمار می کند، برطرف نخواهد کرد.

من مایل هستم یک بحث هفتگی در مورد مسائلی را که در اینجا به عنوان رئیس کمیته فرعی GSR مطرح کرده ام رهبری کنم با این امید که بتوانیم جامعه بزرگتر را در یک چشم انداز پایدارتر، محکم تر و یکپارچه تر ثبت نام کنیم. من پیشنهاد می کنم که این چشم انداز حداقل شامل موارد زیر است: وحدت و خدمت شاید بتوانیم مزیت منادی قهرمانی و مسئولیت را نیز ببینیم. در هر صورت، من متقاعد شده ام که این بحث ایده ای است که زمان آن فرا رسیده است. تا آن زمان من خودم باید از نزاع سیاسی دور بمانم. من هیچ راهی نمی بینم که حداقل به عنوان

از این سطح بعدی خدمات که در آن قرار دادم - برای یک کم درآمد اجباری که گامی به حالت عود خواهد بود.
بدینوسیله نام خود را از نظر GSR خارج می کنم
رئیس کمیته.
در قدرانی و خدمت،

George

جورج م.

از زمانی که این نامه را در سال 2019 نوشتم - همانطور که نیازی نیست به شما بگویم - اوضاع بدتر شده است. و من می گویم که اوضاع فقط بدتر خواهد شد تا زمانی که وحدت در اولویت شماره یک در مشارکت ما قرار گیرد.

وحدت اولین سنت به دلایلی است. دنیای دوازده قدمی، همانطور که ما آن را می شناسیم، یک شب در بهار سال 1935 آغاز شد، زمانی که بیل ویلسون برای شام با دکتر رابرت اسمیت ملاقات کرد در آکرون اوهایو خانه هنریتا سیبرلینگ. هنریتا ترتیبی داده بود که دکتر باب با بیل ویلسون ملاقات کند، که مانند باب و خودش نیز یک گروه آکسفورد بود عضوی که از شهر نیویورک بازدید می کند. او از اصول گروه برای دوری از الکل استفاده می کرد. دکتر انتظار داشت که بیل سعی کند به او بگوید، پزشکی - که مطمئن بود همه چیز را در مورد اعتیاد به الکل می داند - چیزی که قبلاً نشنیده بود.

باب تعجب کرد وقتی بیل همگرایی خود را با کلماتی شروع کرد: "دکتر، من به کمک شما نیاز دارم. من باید با یک الکلی دیگر صحبت کنم وگرنه نمی توانم خودم را از نوشیدن الکل باز دارم."

بدین ترتیب یک مشارکت همیشه در حال گسترش آغاز شد که بر این واقعیت استوار است که همه ما که امیدواریم بر بیماری خود غلبه کنیم - به هر شکلی که ممکن است به خود بگیرد - باید دیگرانی را که به همین ترتیب رنج می برند در آغوش بگیریم. ما به یکدیگر نیاز داریم... حتی همانطور که بیل به باب گفت.
من به تو نیاز دارم و تو به من نیاز داری.

بنابراین من خودم مجبور شدم به UA برگردم.
من عمیقاً متأسفم و از کل خانواده UA عذرخواهی می کنم که تا به حال نماندند و برای اتحاد جنگیدند. اشتباه می کردم. من از خودم خیلی شرمنده هستم. من درس خود را آموخته ام. من بدون تو نمی توانم سرنوشت خود را در زندگی به انجام برسانم. لطفاً من را ببخشید. این بار تا زمانی که UA متحد نشود یا به ابدیت نرسیده باشم، دست از کار نخواهم کشید.

من مسئول هستم.

کار بعدی که باید انجام دهم این است که به کل خانواده ناشناس Underearners اعلام کنم که: اینجا و اکنون من مسئولیت کامل ایجاد وحدت در UA را بر عهده می گیرم. (من این را در روز 6 فوریه 2023 نوشتم.)

اگرچه ممکن است در آینده داوطلب شوم تا در یک کمیته فرعی وحدت رسمی حضور داشته باشم، اما لازم نیست که اکنون این کار را انجام دهم تا بتوانم/این یکی یا h یکی، که مسئول وحدت است. چه به طور رسمی و چه غیررسمی، من اکنون مسئول اتحاد هشتم در UA.

اعتراف به شکست کامل.

چندین گام آغازین وجود خواهد داشت که باید برداشته شود تا در نهایت اتحاد UA را به ارمغان بیاورد. اولین مورد این است که اعلام کنیم، همانطور که قبلا در پایان فصل اول گفتیم، "ما شکست خورده ایم."

من می دانم که پذیرش این موضوع برای بسیاری از مردم، از بالا تا پایین جامعه ما، دشوار خواهد بود. اما من مطمئن هستم که ممکن است تعداد زیادی از مردم باشند که ببینند وضعیت ما چقدر غیرممکن است و مایل باشند در آغوش گرفتن مرحله اول من بر اختلال عملکرد در UA ناتوان هستم و زندگی من غیرقابل کنترل است. ما نیازی به تعداد زیادی از افراد برای پیوستن به این کار نداریم. یک نفر دیگر این کار را انجام خواهد داد - درست همانطور که یک نفر دیگر تمام چیزی بود که بیل برای راه اندازی الکلی های گمنام نیاز داشت. **تحقیر مطلق ما را در آغوش بگیرد**

من در مورد این بحران وحدت با نمونه ای از افراد در رهبری UA صحبت کرده ام و کاملاً آگاه هستم که بیزاری از پذیرش تحقیر مطلق چقدر قوی است. من تحقیر مطلق را تحمیل نخواهم کرد روی هر کسی. من به سادگی اینجا در پایین - در زیرزمین - ایستاده ام، همانطور که بود، از UA. من در حال حفاری هستم، حفاری می کنم، عمیق تر و عمیق تر بر روی سنگ بستر شکست کامل و تحقیر مطلق می کنم. من این کار را به این دلیل انجام می دهم که این فضای گردهمایی که توسط کسانی که قبل از ما رفته اند به ما منتقل شده است، به طرز امیدوارکننده ای باشکوه، عظیم و قدرتمند است. نیازی نیست که در رشد خود به ابعاد مناسب خود بارها شدن در حال حرکت روی شن و ماسه متزلزل به تأخیر بیندازد. این هدیه باید محکم بر روی یک پایه غیرقابل حرکت کاشته شود.

اگر، در هر زمان، کسانی که در ساختار بالا هستند متوجه می شوند که شکست خورده اند، از آنها استقبال می شود که بیایند و به ما بپیوندند - ما شکست خورده ها - اینجا. ما سعی خواهیم کرد ساختار UA را به سطح خود برسانیم. ما پایین را بالا خواهیم آورد - با سایر افراد کم درآمد کار خواهیم کرد تا با "جذب به جای تبلیغات" تحقیر مطلق UA را به ارمغان بیاوریم.

داشتن یک بیداری معنوی در نتیجه...

به ندرت می شنویم که این مرحله به وضوح خوانده شود: مرحله دوازدهم: "داشتن یک بیداری معنوی به عنوان این نتیجه این مراحل" معمولاً می شنویم، "uzzuah... نتیجه h..." من خودم یک بیداری معنوی داشته ام به عنوان این نتیجه انجام این مراحل. من در طول چهل سال گذشته درگیر بسیاری از فرایندهای مختلف روانی و معنوی بوده ام، اما این تمرین دوازده نفر است

اقداماتی که در نهایت باعث بیداری معنوی من شد مانند اینکه اکنون می توانم ادعا کنم که یکی از آنها را داشته ام.

درست همانطور که بیل به شادی بزرگی در برابر خدا رسید، من به شادی وصف ناپذیری که از آن می آید آگاه شده ام هیچ بودن.

... شادی وصف ناپذیر و سرشار از شکوه: اول پطرس 1: KJV8

من قبلاً به خلسه ای اشاره کردم که برای هر کسی که به این مکان رسیده است می آید بودن-هیچ. من می دانم که بسیاری آن را دیوانه کننده می دانند، اما به شما قول می دهم که در زیرزمین UA بایستم و به این کار ادامه خواهم داد هیچ نیایش به عنوان راهی برای استقبال از همه کسانی که وارد مشارکت ما می شوند، تسلیم قدرت برتر ما می شوند، و همانطور که بیل و بسیاری دیگر کشف کرده اند - همانطور که من آنچه را که تی اس الیوت گفت تکرار می کنم، می دانم:

من از خودی که پیش از قبل تمایل به کسی بودن دارد رها شده ام و با تبدیل شدن به هیچ شروع به زندگی می کنم. ارزش مردن را دارد تا بفهمیم زندگی چیست.

تفرقه از بالا به پایین

تا کنون، من در مورد وحدت همانطور که از بالا به پایین مردم به UA یا هر جامعه دیده می شود، بحث کرده ام. بهبودی دیگری می آیند و برخی دیگر به پایین می رسند و برخی دیگر به بهبودی می رسند و احساس می کنند که نیازی به پذیرش شکست کامل ندارند. این افراد مطمئن هستند که به نوعی هنوز کنترل دارند. آنها حتی ممکن است وارد خدمت و رهبری شوند، اما هنوز عمق کامل مشکل را نچشیده اند. توسط زیرین پایین تجربه می شود.

طبیعتاً این تفرقه از بالا به پایین یک چالش است، اما بزرگترین مشکلی نیست که افراد کم درآمد با آن مواجه هستند.

تفرقه از این سو به آن سو

چالش بزرگتر، و چالشی که توصیف آن دشوارتر است، وحدت افقی است. این شکاف است که به وحدت و تنوع افلاطون برمی گردد - مبارزه مداوم باستانی بین پارمنیدس کیهان و هر اکلینوس/آشوب. این تفرقه ای است که فیلسوف قرن نوزدهم،

فردریش نیچه را برانگیخت، تا تمام فلسفه غرب را «چکش بزنند».

نیچه تشخیص داده بود که تفکر افلاطون پارمنیدس را بر هر اکلیتوس ترجیح می دهد و با این کار ارتقا داده است وحدت طول تنوع. او خود جانب هر اکلیتوس را گرفت تا در حالی که تفکر او در دنیای مدرن ما به برتری خود ادامه می دهد، ما در حال فرود آمدن به هر اکلیتی نیچه هستیم هرج و مرج تنوع. در زمینه فرهنگی بزرگتر، این گفتگو به عنوان مدرنیست/محافظه کاری در مقابل مدرن/ترقی خواهی - یا چپ در مقابل راست - قاب بندی می شود.

در UA، این بحث - همانطور که من همچنان تکرار می کنم - به صورت وحدت مقابل تنوع. در گروه های UA، ما اکنون نظرات مقدماتی داریم که بیان می کند ما به جای مرد و زن، "مردم" هستیم. اکنون بر استفاده از ضمائر جنسیتی مورد نظر خود تأکید شده است - موضوعی که ممکن است عاقلانه تر به عنوان یک "مسئله بیرونی" در نظر گرفته شود، اما اکنون بدون اینکه کسی بپرسد آیا برخی از این نگرانی ها که ترویج می شوند، ممکن است به خودی خود نشانه های کم بودن باشند، وارد شده است.

بالا
GSB و GSRC

خویشتن داری،

قدرت سیاسی

"من" خود هستم



پایین

اعضای UA

کنترل خدا، پذیرش

شکست کامل،

"من" بدن هستم

("ما") نیستی، تحقیر

مطلق

وحدت

همانطور که من در حال ویرایش این بخش بودم، وب سایت GSR بازنشر شد که برنامه ریزی برای UA Safe را نشان می دهد گروه پشتیبانی از آگاهی از فضا و نژاد با زیرنویس: *ماهانه برای بحث در مورد موضوع نژادپرستی در UA گردهمایی می شود و همکاری برای انجام اقدامات.* این کلمات کمی ترسناک هستند. اگر قرار بود کاری انجام دهم که مربوط به اعضای آن گروه باشد چه؟ آنها چه اقداماتی را در نظر می گیرند؟

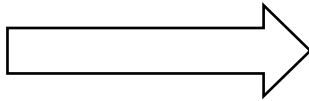
این تحولات را می توان به اعضای AA تشبیه کرد که خواستار آن هستند که همراه با قهوه، 3.2 آجو نیز باید در یک جلسه AA سرو شود. (همه می دانند که "نزدیک آجو" برای الکلی خطرناک است - اما هیچ حتی از راه دور حکمت اجازه دادن به تهاجم تنوع و شمول به UA همراه با انواع دیگر برنامه های سیاسی را زیر سوال نمی برد.)

می دانم که به تازگی "وارد آن شده ام".... همانطور که نمودار کوچک ما نشان می دهد، حتی هیچ راهی برای گفتگو در مورد این موضوعات وجود ندارد. تنوع در حال تبدیل شدن به طور خودکار نابود می شود وحدت- بودن. و - مهم نیست که کسی در مورد آن چه بگوید - اعتراضات و هشدارها فقط در گردابی مکیده می شوند که نبرد بین این دو دیدگاه متضاد است.



من نمی خواهم کسی مرا اشتباه بفهمد. یکی از نقاط قوت و جاذبه های بزرگ UA تنوع چشم انداز آن است و شنیدن بهبودی دوازده مرحله ای ما. ابزار همراه با مراحل؛ تبدیل شدن به یک خود بهتر- همراه با نابودی خودمحوری. اما وقتی تنوع پیروز شود و روند باز یابی دوازده مرحله ای اولویت مناسب خود را نداشته باشد، آنگاه ناکارآمد پویایی اعتیاد ما در ساختار سیاسی خود یاران تعبیه می شود. UA می شود بیمار تر و بیمار تر

من این را با نشان دادن اینکه چه اتفاقی می افتد نشان می دهم که چه اتفاقی می افتد این دو طرف با ترسیم این دو دیدگاه متضاد - تنوع در مقابل وحدت: به طور محکم در روند بهبودی پایه گذاری نمی کنند:





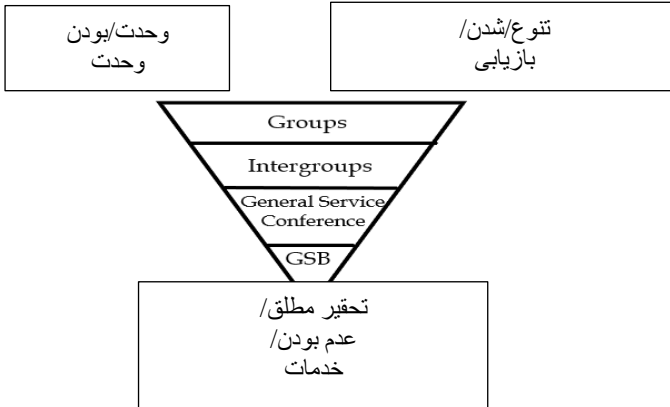
هیچ چیز ما را متحد نمی کند

من می ترسم که وقتی بگویم ما فقط داریم هیچ چیز به طور مشترک، خواننده من مرا متهم می کند که به طرز نگران کننده ای زائد هستم. اما می دانم که برای مردم بسیار مهم است که این را دریافت کنند: خالص بودن و خالص عدم بودن یکسان هستند.

فقط با در آغوش گرفتن نیستی آیا می توانیم امیدوار باشیم که این نبرد را بین بودن و تبدیل شدن به - وحدت و تنوع - به یک پایه آشتی دهنده در تعهد هوشیارانه به شنیدن صدای قدرت برتر همونع ما، خدا از درک ما.

وحدت

من فکر کردم مفید خواهد بود که بحث خود را در مورد وحدت با ارائه طرحی از نحوه عملکرد جامعه ما به بهترین شکل به پایان برسانیم. با انجام این کار، من به ساختار خدمات الکلی های گمنام بازگشته ام و بخش های ساختار خدمات آنها را از پایین به بالا در رابطه با وحدت، خدمات و بهبودی نشان داده ام: هیئت خدمات عمومی. کنفرانس خدمات عمومی؛ بین گروه ها، و گروه ها.



اگر کسانی که در انتهای سه گانه قرار دارند، آنهایی که در رهبری هستند، (شاید من می توانستم از کلمه "کنترل" نیز استفاده کنم - و هم GSB و هم GSRC را شامل شود). بر پذیرش شکست کامل و در آغوش گرفتن تحقیق مطلق تمرکز می کند، در این صورت حداقل می تواند امکان بازگشت به وحدت وجود داشته باشد.

من اخیرا در جلسه کمیته GSR شرکت کردم. دلیزیر، با حضور خوب، و به خوبی سازماندهی و هدایت شد. اما هیچ حسی از شکست کامل لازم برای آوردن فرهنگ UA به قلب تحقیق مطلق وجود نداشت که در آن وحدت ممکن است احیا شود. بودجه لازم برای مبارزه با نبرد حقوقی گزارش شد. برنامه هایی برای کنفرانس خدمات جهانی آینده مورد بحث قرار گرفت. پروژه های ادبی جدید اعلام شد. درخواست هایی برای اعضا برای کارکنان کمیته های مختلف انجام شد. اما در تمام این بحث ها حتی یک کلمه در خدمت به اعتراف به شکست کامل و ناتوانی بر معتادان ما به قدرت داده نشد لذت و معنایی که هر دو طرف شکاف ناشناس را آزار می دهد. حتی یک کلمه هم نبود در مورد نیاز همه ما به نابودی خودمان بیان می شود- مرکزیت.

هیچ اشاره ای به رنجی که همه ما متحمل می شویم که این عدم اتحاد در Underearners Anonymous برای آنها یک زخم چرکین و دردناک است، ذکر نشده است. هیچ چیز درد را تسکین می دهد.

ما که وقف بالا آوردن پایین هستیم - بالا بردن هستی ناب از عدم خالص - قرار نیست به بقیه UA بگویند که چگونه باید جامعه ما را ببینند. اما با این حال، ما متعهد به نابودی خودمحوری و تسلیم مطلق به قدرت برتر خود هستیم همانطور که ما در یگانگی دست دراز می کنیم تا همه ما را به این پایه برسانیم که سنگ بنای بهبودی ما است.

هیچ چیز به اندازه
ایده ای که زمان آن فرا رسیده است
ویکتور هوگو²⁹

زمینه و چشم انداز

هر گروه فقط یک هدف اصلی دارد - رساندن پیام به افراد کم درآمد که هنوز رنج می برند.
افراد کم درآمد ناشناس - سنت پنج

با دیدن اینکه چقدر برای حفظ وحدت جامعه ما ضروری است - اکنون باید یک پایه محکم و هوشیارانه برای فرهنگ خود به طور کلی ایجاد کنیم. اگر بخواهیم امیدی به رسیدن به این هدف داشته باشیم، لازم است کمی بیشتر در مورد خاستگاه فضایی که همه گروه های دوازده مرحله ای در آن فعالیت می کنند، بدانیم. انجام این کار افشاگری عمیق ترین درک از محور اصلی کل زمینه ما برای ارتباط خواهد بود.

مکانی که UA و هر دوازده گروه مرحله ای در آن جمع می شوند، نمونه ای منحصر به فرد از زمینه ای برای برقراری ارتباط است که به یک هدف خاص اختصاص دارد: دگرگونی معنوی - تخریب خودمحوری.
خارج از دنیای فلسفه و فلسفه طبیعی قرار دارد زیرا خارج از دنیای افلاطون قرار دارد تک آیه. همچنین غیر علمی است - از این نظر که فضایی نیست که بتوان آن را از نظر "علم" روانشناسی توصیف کرد. همچنین آنطور که نگهبانان دین ترجیح می دهند به دین فکر کنند، مذهبی نیست.

ممکن است همراه کننده باشد که از آن به عنوان یک "فضا" یاد کنیم، زیرا وقتی به درستی درک شود، کسانی را که وارد آن شده اند، خارج از فضا و زمان و به ابدیت قرار می دهد. همانطور که می دانیم، این روش جمع آوری از فرانک بوخن به ما رسید. او آن را در حالی توسعه داد که در نقش خود به عنوان مدیر YMCA در دانشگاه ایالتی پن در دهه دوم قرن بیستم به دانشجویان کالج راهنمایی می کرد. در ابتدا او آن را نامید/اول باران مسیحی قرن. دلیلی برای این وجود داشت.

ریشه های گروه آکسفورد

فرانک یک پاسیست لوتری متولد آمریکا بود. او طبیعتاً مذهب پروتستان لوتری را به کلیسای تثبیت شده به ارث برد، اما به عنوان مرد جوانی که در سنت پرهیزکارانه در میان شونکفلدرهای شرق پنسیلوانیا بزرگ شده بود، به کلیسای ملی یا فرقه ای و آنچه که امروزه می توانیم از آن به عنوان "کلیسای" یا "انجام کلیسا به خاطر کلیسا" یاد کنیم، علاقه داشت.

پس از انتصاب به وزارتخانه، او کار خود را در بخش اوربروک فیلادلفیا آغاز کرد. پس از چند سال در آنجا، او یک آسایشگاه برای محرومان منطقه باز کرد و یک معتاد بی خانمان به مواد افیونی به نام مری همفیل را به عنوان آشپز منصوب کرد. برای اینکه به بهترین وجه به او کمک کند، سوگند خورد که تا آخر عمر از مصرف الکل پرهیز کند. اگرچه خودش یک "سه راهی" بود، اما به این نکته اشاره کرد که هرگز در مورد دیگرانی که مشروب می نوشند قضاوت نکنند. این نگرش در نهایت به گروه آکسفورد راه یافت و سپس به AA.

او با مردانی که بر وزارتخانه او نظارت داشتند اختلاف داشت و در سال 1907 استعفا داد. سال بعد پدرش هزینه او را برای رفتن به تور اروپا پرداخت کرد. تابستان آن سال او در کسویک انگلستان به پایان رسید و در آنجا پیامی شنید که زندگی او را تغییر داد و همچنان بر دنیای ما تأثیر می گذارد. از لحظه ای که آن آشفته را شنید، به یک خدمت به دانش آموزان پرتاب شد³⁰. ابتدا در ایالات متحده و سپس، یک دهه بعد، در کمبریج و دانشگاه های آکسفورد در انگلستان.

او شیوه خدمت خود را به عنوان "صدای اعتراض علیه کار مسیحی سازمان یافته، "کمینه" و بی جان" و "تلاشی برای بازگشت به اعتقادات و روش های رسولان" توصیف کرد. جزوه ای که به صورت ناشناس نوشته شده است، گروه آکسفورد چیست؟³¹ در مورد مشارکت بوخمن و نحوه گردهمایی آن می گوید:

...گروه آکسفورد ... هیچ لیست عضویت، اشتراک گذاری، نشان، قوانین یا مکان مشخصی ندارد. این نامی برای یک گروهی از مردم که از هر رتبه، حرفه و تجاری، در بسیاری از کشورها، جان خود را تسلیم خدا کرده اند. و تلاش می کنند تا تحت هدایت روح القدس با کیفیت معنوی زندگی کنند. گروه آکسفورد یک دین نیست. هیچ سلسله مراتبی، معابد، موقوفات ندارد. کارگران آن هیچ حقوقی، هیچ برنامه ای جز برنامه خدا ندارند. هر کشوری کشور اوست، هر مرد برادرش. آنها صلیبیون مقدس با لباس مدرن هستند و زره معنوی به تن دارند. هدف آنها نظم جهانی جدید برای مسیح است، پادشاه.³¹

گروه آکسفورد یک گروه نیست. این مجموعه ای از گروه های فعال برای مسیح است در بسیاری از کشورها، ملاقات در مکان های معمولی که مردان و زنان معمولی در طول زندگی روزمره خود به ملاقات آنها عادت دارند. آنها شبیه گروه های مسیحیان اولیه هستند که در مکان هایی پنهان از سرکوبگران خود گرد هم آمدند تا مشعل مسیحیت را روشن نگه دارند. گروه های آکسفورد پیدا نمی کنند لازم است که پنهان شویم - در حال حاضر - اما مأموریت آنها همان رسالت مسیحیان اولیه است - رستگاری افراد و ملت ها از گناه، و زنده نگه داشتن ایمانی که مسیح برای آن بر روی زمین آمد، رنج کشید و مرد، تا هر مرد، زن و کودکی در این دنیا بتواند آن کمال زندگی را ببیند و درک کند که اگر ما نیز به آن دست می یابیم، مسیح مانند خواهد بود.³²

پس از اثبات اثربخشی روش شناسی خود با دانشجویان در آمریکا، فرانک استراتزی های خود را به کمبریج و آکسفورد برد. در آنجا او میزبان چیزی بود که از آن به عنوان "مهمانی های خانگی" یاد می کرد. ثروتمند دوستان به او پیشنهاد می دادند که از ملکی استفاده کنند که مردم بتوانند به مدت یک هفته به دیدار آن بیایند و با دانش آموزان تعامل داشته باشند. یکی از مهمانی های اولیه در سال 1935 10000 نفر از 50 کشور را به خود جلب کرد که در میان آنها 1000 روحانی بودند.³³ در فواصل زمانی معین، دانش آموزان می ایستادند و با جمعیت در میان می گذاشتند که چگونه در الگوی آشنای "تغییر" شده اند: قبلاً چگونه بودم، چه اتفاقی افتاده و اکنون چگونه هستم.

از شنوندگان دعوت می شد تا خودشان در "تغییر" شرکت کنند. با توجه به یک کپی از آنچه به عنوان چهار مطلق سپس به آنها دستور داده می شد که به خانه بروند و با دعا بنویسند که در کجا زندگی آنها توانسته است با مطلق ها برابر شود. روز بعد آنها برمی گشتند و لیست های خود را با یکی از دانشجویان داوطلب مرور می کردند. انور فورد، یکی از آن داوطلبان این روند را شرح داد:

"قبل از اینکه دور هم جمع شویم این استانداردها را مرور کنید و سپس در مورد گوش دادن به خدا صحبت خواهیم کرد می گفتیم."

"البته، آنها روز بعد نمی آمدند مگر اینکه منظورشان تجارت باشد، اما تقریباً همه این کار را کردند. بنابراین آنها می آمدند و بیشتر همه چیز را می نوشتند، و پسر! چیزهایی که بیرون آمدند عمیق ترین چیزهای زندگی آنها بود. سپس زانو می زدند و تصمیم می گرفتند تا جان خود را به خدا بدهند سپس آنها می روند و افراد دیگر را تغییر می دهند."³⁴

از افرادی که تغییر کرده بودند دعوت شد تا با دیگری که توسط گروه آکسفورد نیز تحت تأثیر قرار گرفته بودند، جمع شوند پیام می دهند و تشویق می کنند تا گروه های خود را تشکیل دهند و به اشتراک گذاشتن تغییرات خود با دیگران ادامه دهند. این شبکه از گروه ها در نهایت به ابی تاجر رسیدند. در تمام زمان، ابی با دوستش بیل تماس گرفت.

وقتی ابی دوستش را دید که در آشپزخانه اش نشسته است و خودش را تا حد مرگ می نوشید، بیل در ابتدا مقاومت کرد. اما پس از آن، از طریق قدرت حضور خدا که به نظر می رسید ابی و گروه آکسفورد او را همراهی می کند پیام، او نیز "تغییر" کرد و عضو شد.

بیل همان چیزی بود که مسیحیان آن را "غیر کلیسا" می دانستند. او در سن 11 سالگی به مذهب پشت کرده بود که در پایان سخنرانی توسط هیئت اعتدال شهرستان بنینگتون، ورمونت، از کلاس مدرسه یکشنبه او خواسته شد که جلو بیاید و "تعهد بگیرد." او می توانست لجبازی خود را احساس کند، "انها فکر می کردند چه کسی هستند که به او بگویند چگونه بقیه عمرش را زندگی کند؟ به هر حال این قوانین چه کسی بود. او قصد نداشت مشروب بخورد، اما قصد نداشت تعهد آنها را نیز امضا کند."³⁵

او صبح یکشنبه از کلیسای جماعت دورست شرقی خارج شد و هرگز به عقب نگاه نکرد. از آن روز به بعد، او خود را ملحد می داند.

اما در نهایت، الکل بهترین نگرش بیل "به من نگو چه کار کنم" را به دست آورد. او را به گروه آکسفورد آورد. اما حتی در این گردهمایی بسیار غیر کلیسایی، او احساس محدودیت می کرد. او ترجیح می داد با آلکی های پایین خود جمع شود - "جوخه مست" از گروه آکسفورد، همانطور که به یاد داریم آنها دوست داشتند خود را صدا کنند.

گروه نیویورک سیتی آکسفورد رهبری با بیل و باند دوگانگی هایش مهربانی نکرد. "حداکثر نیست" این است که نخبگان به آنها اشاره می کنند. بیل و او مردان به زودی رفتند.

اندکی پس از آن، بیل شروع به نوشتن "کتاب بزرگ" خود کرد. او طبیعتاً شامل گروه آکسفورد بود تأکید بر خدا بودن - به عنوان مرکزی برای بهبودی هدایت می شود. اما او همه را حذف کرد به جز ارجاعات مبهم به منبع

بیداری معنوی او و ریشه های آن در پرهیزگاری مسیحی و کمال گرایی.

ممکن است به همان اندازه باشد. به همه افرادی فکر کنید که اگر بیل به AA اجازه می داد آشکارا مذهبی شود از اعتیاد به الکل می مردند - احتمالاً آن را می کشت. همانطور که هست، بسیاری از کسانی که امروزه به AA می آیند، یا به دستور دادگاه یا داوطلبانه، اغلب از AA به عنوان بیش از حد مذهبی بودن خودداری می کنند. اما اکثر مردم - و من خودم را شامل می کنم - فکر می کنم

از آن، به طرز شگفت انگیزی، درست است.

شکل دادن به زمینه

فضایی که UA در آن جمع می شود ابتدا با طعم خاص فرانک بوچمن از پرهیزگاری لوثری و سپس، همانطور که کمی بعد خواهیم دید، با تجربه او در کنوانسیون کسویک انگلیسی در سال 1908 شکل گرفت.

بیل دبلیو فضایی را که از فرانک به ارث برده بود گرفت و از آن برای انتقال پیام تغییر به هموعان الکلی خود استفاده کرد. اما بیل کار زیادی در شکل دادن به آن انجام نداد. دوازده قدم او به سادگی C 5 بود* از گروه آکسفورد به دوازده نفر گسترش یابد تا آنها را برای الکلی ها قابل اجرا تر کند. سنت های بیل تدوین نگرش ها در مورد جمع آوری به عنوان گروه های تحت رهبری اعضا بود که او از گروه های آکسفورد انتخاب کرده بود، اما همچنین به طور منحصر به فردی تغییر یافت زیرا بیل با اولین گروه های AA کار کرد که پس از انتشار کتاب شکل گرفت *الکلی های گمنام*. سنت ها سهم شگفت انگیزی بودند، اما شکل زمینه را تغییر ندادند. چیزی که بیشتر این فضا را شکل می دهد، و در نتیجه همه آن گروه هایی که پس از AA از آن سرچشمه می گیرند، خود الکل است.

در طول تاریخ، زمان هایی از دگرگونی معنوی وجود داشته است که اغلب به عنوان احیاء شناخته می شوند، اما معمولاً این دگرگونی ها کم رنگ می شوند و در فرهنگ بزرگتر جذب می شوند و قدرت خود را برای تغییر افراد از دست می دهند. آنچه در مورد AA منحصر به فرد است، ماهیت خود الکل و روشی است که در آن الکلی ها باید خودمحوری خود را کاملاً از بین ببرند تا بر اجبار خود غلبه کنند. برای افراد الکلی، باید تعهدی تزلزل ناپذیر به کمال وجود داشته باشد، البته فقط در رابطه با رفتار آنها با خود الکل. اما این نیاز به یک فداکاری از صمیم قلب و کامل به یک مطلق سازش ناپذیر، AA را به گونه ای شکل داده است که در واقع منحصر به فرد است.

UA به فضا حرکت می کند

در سال 2005،³⁶ گروه بنیانگذار بسیار مبتکر ما از بدهکاران یک ایده درخشان به دست آوردند: شاید ناتوانی در کسب درآمد کافی برای دور نگه داشتن خود از بدهی نیز بخشی از مشکل آنها بود. آیا ممکن است آنها به درآمد کم معتاد شده باشند؟ این چیزی است که آنها در مورد وضعیت ما فهمیدند - از درباره UA:

کم درآمد چیزهای زیادی است که همه آنها در مورد پول نیستند. کم درآمدی به معنای کم دستاوردی یا کم بودن است، مهم نیست که چقدر پول به دست می آوریم. این در مورد ناتوانی در تصدیق و بیان کامل توانایی ها و شایستگی های ما است. پیامد قابل مشاهده ناتوانی در تأمین نیازهای فرد از جمله نیازهای آینده است.³⁷

ریکاووری در UA به معنای توسعه و تمرین عضلات معنوی است که هسته اصلی هر برنامه دوازده مرحله ای است. به طور خاص برای UA، بهبودی همچنین در مورد ایجاد یک چشم انداز موفق و تمایل به گرفتن است

* اعتماد به نفس، اعتراف، محکومیت، تغییر دین و ادامه، اینها مربوط به پنج روز کنوانسیون کسویک است که می تواند به عنوان ناتوانی، موقعیت، فرآیند، عمل و هدف دیده شود.

اقدامات کوچک برای زنده کردن این چشم انداز از طریق فعال شرکت در برنامه.

در پاراگراف دوم بالا گفته شده است که بهبودی در UA در مورد رشد عضلات معنوی است. اما به طور سنتی، راه دوازده مرحله ای بهبودی به عنوان یادگیری شنیدن صدای قدرت برتر جامعه توصیف شده است—خدا، به عنوان اعضای که خدا را درک می کنند. همیشه به تمرین پرورش توانایی پیروی از این هدایت معنوی معطوف شده است و نه در مورد ایجاد یک اراده شخصی قوی تر (عضله معنوی) یا حتی در مورد ایجاد یک بینش بزرگتر. با این حال، تأکید بر بینش برای پیام AA مهم بود. اما بینایی در AA توسط بیل دبلیو کاملاً متفاوت رفتار شد. در چشم انداز او برای AA، در فصل یازدهم از متن AA، چشم اندازی برای شما، بیل می گوید:

امید ما این است که وقتی این تراشه از یک کتاب در موج جهانی اعتیاد به الکل پرتاب می شود، مشروب خواران شکست خورده از آن استفاده کنند و پیشنهادات آن را دنبال کنند. ما مطمئن هستیم که بسیاری از آنها روی پای خود خواهند ایستاد و به راه خود خواهند رفت. آنها هنوز به بیماران دیگری نزدیک می شوند و یاران الکلی ممکن است در هر شهر و دهکده ظاهر شوند، پناهگاه هایی برای کسانی که باید راهی برای خروج پیدا کنند.³⁹

البته، AA قبل از وجود اینترنت، تماس کنفرانسی رایگان یا زوم به دنیا آمد. بنابراین AA اولیه حتی در رساندن پیام خود در مورد درمان اعتیاد به الکل غیرقابل درمان کشورمان به دنیایی که نامیدانه به دنبال آن بود، با یک چالش دلهره آور روبرو شد. UA در یک دنیای بصری-مجازی به هم پیوسته دیجیتالی متولد شد.

جزوه UA می پرسد: UA چگونه کار می کند؟

پرورش این ارتباط با قدرتی بزرگتر از خودمان، همراه با سایر عناصر کار برنامه، ما را به آرامی از یک آگاهی مبتنی بر فساد به یک آگاهی مبتنی بر رفاه منتقل می کند. زندگی بی عملی تا زندگی تکمیل اقدامات به سمت چشم انداز بزرگتر. ما این کار را یک قدم در یک زمان با حمایت از یاران انجام می دهیم.⁴⁰

ما که عضو هستیم می گوئیم که Underearners Anonymous بسیار خوب کار می کند. اما آن دسته از ما که در انجمن به یک پایین تحقیرآمیز رسیده ایم، می گوئیم که این موضوع چندان مهم نیست پرورش ارتباط با خدا همانطور که در مورد یک تسلیم مطلق به خدا، همانطور که در ادبیات بهبودی تأیید شده کنفرانس ما بیان شده است. و ما همچنین در تأیید اینکه به سمت یک چشم انداز بزرگتر حرکت کرده ایم موافقیم. اما آیا این چشم انداز باید بر اهداف شخصی بزرگتر ما متمرکز باشد یا حتی چشم اندازی که در مورد بزرگتر شدن فرهنگ UA در جذب کسانی که خارج از دیوارهای جامعه ما ایستاده اند بزرگتر و تأثیرگذارتر شود؟

ما اظهارات بیل و لویی و ولسون و فرانک بوخن در مورد بینش را به یاد می آوریم که در بخش قدرانی ما ارائه شد:

بیل: الکی های گمنام ممکن است به خوبی به پیشگامی جدید برای بیداری معنوی تبدیل شود در سراسر جهان.

لونس: ... اصولی که معاشرت ما بر اساس آن استوار است، روزی دنیای آشفته ما را نجات خواهد داد

چشم اندازی از کمال

خوانندگان ممکن است در اینجا متوجه شوند که من نظرات "چشم انداز" فرانک بوخن را کنار گذاشته ام. نگران نباشید. کمی بعد به سخنان فرانک باز خواهیم گشت. اما در حال حاضر، ما باید به چشم انداز به شیوه ای تقریباً تکان دهنده نگاه کنیم که بیل دبلیو دیدگاه خود را در آن تنظیم کرده است مرحله ششم از نوازده مرحله و نوازده سنت.

اگر بخواهیم هر مزیت واقعی در استفاده از مرحله ششم در مشکلاتی غیر از الکل باید گامی کاملاً جدید به سمت ذهن باز برداریم. ما باید چشمان خود را به سمت کمال بالا ببریم آماده قدم زدن در آن جهت باشیم. خواهد شد به ندرت مهم است که چقدر با توفقی راه می رویم. تنها سوال این است که باشد، "آیا ما آماده هستیم؟"⁴¹

اگر از من خواسته نشده بود تا توجه خود را به موضوع وحدت معطوف کنم، چشم انداز بیل برای کمال را در کتابچه کوچک خود قرار نمی دادم در UA. امروزه کمال موضوع محبوبی نیست. اکثر مردم علاقه ای به کمال ندارند. آن موارد نادر که به هر نحوی جذب آن می شوند، به زودی متوجه می شوند که جستجوی کمال گذشته ای پر دردسر دارد و دستیابی به آن تقریباً غیرممکن تلقی می شود.

بنابراین، من "کمال معنوی در UA" را در تقویم UA خود فهرست نمی کنم، اگرچه در میان انواع جلسات دیگر در هر کشور به همه زبان ها و انواع دیگر مسائل - همراه با نگرانی های نژادی و قومی، درست در خانه خواهد بود. کسانی که از موضوعات هویت جنسیتی حمایت می کنند. به راحتی در همان تقویم ما قرار گرفته است *خدا/بازاریابی رایگان* جلسات - همه در فرهنگ بهبودی هدایت شده توسط خدا. همه چیز خوب است. همه خوش آمدید و همه در اینجا در امان هستند.

من از این واقعیت آگاه هستم که کمال در UA باید به ردیف پایین گفتگوی بهبودی ما محدود شود و بسیار پایین تر از افق گفتگوی بزرگتر جامعه ما نگه داشته شود - نزدیک به قلب کسانی از ما که خود را متعهد به رسیدن به پایین و بودن/هیچ چیز - کاملاً هیچ در افراد کم درآمد ناشناس.

کاملاً بهبود یافته است

بنابراین، تفاوت بین "پسران و مردان"
تفاوت بین تلاش برای تعیین سرنوشت است
عینی و برای هدف کاملی که از جانب خداوند است.
دوازده قدم و دوازده سنت ص 68

در *الکلی های گمنام*، بیل می نویسد: "اصولی که ما تعیین کرده ایم راهنماهایی برای پیشرفت هستند. ما به جای کمال معنوی، ادعای پیشرفت معنوی داریم."⁴²
اگرچه بیل این اعلامیه ساده را به گونه ای نوشته است که به هیچ وجه نباید گیج کننده باشد، با این حال شنیده می شود که بسیاری از مردم در اتاق های بهبودی می گویند: "ما فقط پیشرفت را هدف قرار می دهیم." اما البته، اگر هدفی فراتر از پیشرفتی که مردم باید به آن هدف قرار بگیرند، وجود نداشته باشد، هیچ پیشرفت معنوی وجود نخواهد داشت.
یک بار دیگر، در صفحات دوازده مرحله و دوازده سنت، بیل این موضوع را روشن می کند:

... به نظر می رسد که تعداد کمی از ما می توانیم به سرعت یا به راحتی آماده شویم تا کمال معنوی و اخلاقی را هدف قرار دهیم. ما می خواهیم فقط به همان اندازه کمال بسته کنیم که ما را در زندگی به ارمغان می آورد، البته مطابق با ایده های متنوع و متنوع ما در مورد آنچه که ما را به دست می آورد. بنابراین تفاوت بین "پسران و مردان" تفاوت بین تلاش برای یک هدف خودمختار و برای آن است
هدف کاملی که از جانب خداوند است⁴³

باید به یاد داشته باشیم که این همان بیل ویلسون است که کتاب خود را منتشر کرده بود
الکلی های گمنام بدون اینکه حتی یک بار هم اشاره ای به گروه آکسفورد شود مطلق.⁴⁴
این مطلق همانطور که قبلاً اشاره کردیم،

استانداردهایی که فرانک بوخن برای کمک به تازه واردان احتمالی به گروه هایش به کار گرفته بود تا به کاستی ها و گناهان اعتراف کنند: صداقت مطلق، خلوص مطلق، خودخواهی مطلق و عشق مطلق.⁴⁵

بیل ویلسون در اوایل از چهار مطلق انتقاد کرد که برای الکلی ها بسیار سخت است، همانطور که بعداً از چندین گروه دیگر آکسفورد انتقاد کرد اصول و شیوه ها. در مقابل، دکتر باب به طور مداوم از استفاده از چهار مطلق حمایت می کرد، همانطور که همسرش آن و سایر رهبران گروه آکرون آکسفورد انجام دادند. تا به امروز، گروه های AA در آکرون هنوز بر چهار مطلق تأکید دارند.⁴⁶

بیل همچنین احتمالاً در برابر استفاده از چهار مطلق مقاومت می کرد زیرا فرهنگ شهر نیویورک در دهه 1930، برخلاف فرهنگ اوهایو، برای چندین دهه، بر اساس این باور عمل می کرد که دیگر هیچ مطلق وجود ندارد: «زمان و مکان، خیر و شر، دانش، بالاتر از همه ارزش». ⁴⁷ من نظرات بیشتری را از

زندگینامه نویس فرانک بوخن، گارث لین، در مورد عبور مطلق ها در جامعه ما به اشتراک می گذارم.

این باور در پایان جنگ جهانی اول به وجود آمده بود و همزمان شده بود، یا شاید تا حدی ناشی از دو پدیده معاصر دیگر بود: پذیرش گسترده فرویدیا نیسم و این واقعیت که لنینیسم با حمایت از الحاد و اخلاقیات کاملاً نسبی، اکنون یکی از کشورهای بزرگ جهان را کنترل می کرد. در واقع، عصر نسبی گرایی فرا رسیده بود، و - در کمال نارضایتی انیشتین، زیرا خود او با اشتیاق به معیارهای مطلق درست و غلط اعتقاد داشت - از نظریه نسبیت او برای احترام علمی به کل فرآیند استفاده شد. با گسترش نسبی گرایی اخلاقی، در طول دهه ها به موضوع غالب هنر و ادبیات تبدیل شد و در هر زمینه ای از زندگی، چه غیرروحانی و چه کلیسایی نفوذ کرد.⁴⁸

در نوشتن "کتاب بزرگ"، بیل هر گونه تأکید بر مطلق ها را کاهش داد، اما سپس، سیزده سال بعد، همانطور که نظرات خود را برای آن نوشت مرحله ششم در *دوازده* و *دوازده*، می بینیم که او به ایده کمال به عنوان هدف بهبودی بازگشته است. چه اتفاقی افتاد؟ هیچ نمی تواند با اطمینان بگوید.

پس از انتشار *الکلی های گمنام*، بیل از یک کشیش یسوعی بازدید کرده بود. پدر اد داولینگ نسخه ای از کتابی را که اخیراً منتشر شده بود به دست آورده بود و پس از خواندن آن، احساس کرد که مجبور است تمام راه را از سنت لوئیس برای یافتن و ملاقات با نویسنده طی کند. پدر اد بسیار تحت تأثیر روشی قرار گرفته بود که در آن روند گام در AA منعکس کننده *اعمال معنوی* بنیانگذار یسوعی سنت ایگناتیوس از لویولا. پدر اد و بیل با هم پیوند خوردند و به زودی اد مشاور معنوی بیل شد زیرا بیل شروع به کار بر روی سنت ها کرد و نظرات خود را در مورد مراحل که در آن گنجانده می شد آماده کرد *دوازده* و *دوازده*. احتمالاً تحت تأثیر پدر اد بود که بیل با مونسینور فولتون جی شین، در آن زمان یک شخصیت رادیویی شناخته شده ملی که میزبان آن بود، درگیر مذاکره شد. *ساعت کاتولیک* از استودیوهای NBC در شهر نیویورک.

برای مدتی، بیل به فکر پیوستن به کلیسای کاتولیک روم بود. با این حال، در پایان، او متوجه شد که تبدیل شدن او به یک کاتولیک مطمئناً تأثیر منفی بر یاران AA محبوب او خواهد داشت.

چرخش بیل به کمال نیز می تواند نتیجه مبارزات معنوی خودش باشد. در طول مدتی که او در حال نوشتن *دوازده* و *دوازده*، او مانند تمام زندگی خود با حملات افسردگی فلج کننده دست و پنجه نرم می کرد. او همچنین سعی می کرد دود را ترک کند. و در تلاش بود تا تمایلات زنانه مزمن خود را سرکوب کند، همه در حالی که توسط Fr. اد. شما نمی توانید به این فکر نکنید که چگونه این مبارزات مداوم بر مردی سنگینی می کند که - در حالی که هنوز تحت طلسم گروه آکسفورد بود - کلماتی را نوشت که از آنچه برای داشتن یک زندگی هدایت شده توسط خدا لازم بود صحبت می کرد: ... نابودی خودمحوری. آیا راهی برای خلاص شدن از خودمحوری وجود داشت؟ شاید به همین دلیل است که بیل بعداً با آلدوس هاکسلی ارتباط برقرار کرد و اسپید را رها کرد. او آن را به عنوان یک درمان تبلیغ کرد. سپس نیاسین را کشف کرد و مشغول تبلیغ آن به عنوان یک درمان شد. اوه خوب.

ما اصلاً بیل را مقصر نمی دانیم. در سال 1934 او سعی کرده بود خود را تا حد مرگ بنوشد. 13 سال بعد او خود را "گورو" معنوی یک جامعه 100000 نفری می بیند. این به سادگی شگفت انگیز است که او از همه چیز جان سالم به در برد. ما مدیون قدردانی عظیمی از او هستیم ... و بخشش.

با در نظر گرفتن تمایل بیل برای درگیر شدن در اهداف عجیب و غریب، طبیعی است که با نظرات کاملاً او با بیش از کمی شک و تردید برخورد کنیم. اما ما نباید اینقدر عجله کنیم. ما هنوز به زیر سطح نرسیده ایم و به این نتیجه نرسیده ایم که چگونه او ممکن است تحت تأثیر دیدگاه بوچمن برای خود قرار گرفته باشد. *رسولی قرن اول* راه جمع آوری و صلیب مسیح آغازگر عصر طلایی است که مدت ها به دنبال آن بود.

یک فهرست اخلاقی جستجوگر و بی باک

با در نظر گرفتن کاملاً، اکنون نسخه اصلاح شده ای از فرآیند موجودی بیل ویلسون را مرور می کنیم که دارای چند مورد اضافی است که برای درک رنجش ها و سایر موارد مفید می دانیم که امکان رویکرد هوشیارانه تر به مسائل مربوط به رابطه جنسی را فراهم می کند - در حالی که مراقب هر چیزی هستیم که برای دستیابی به نابودی کامل خودمحوری لازم است.

اگرچه بیل چهار مطلق را حذف کرد، اما به یکی چسبید: صداقت مطلق. او از آن به عنوان "صداقت دقیق" یاد کرد. بیل آن را به موضوع اصلی "چگونه کار می کند" تبدیل می کند.

کسانی که بهبود نمی یابند، افرادی هستند که نمی توانند یا نمی خواهند خود را به طور کامل به این برنامه ساده بسپارند، معمولاً مردان و زنانی که از نظر قانون اساسی قادر به صادق بودن با خود نیستند. چنین بدبختی هایی وجود دارد. آنها مقصر نیستند. به نظر می رسد که آنها به این شکل به دنیا آمده اند. آنها طبیعتاً قادر نیستند شیوه های از زندگی را که صداقت دقیق را میطلبد درک و به وجود آورند. شانس آنها کمتر از حد متوسط است. کسانی نیز هستند که از اختلالات عاطفی و روانی شدید رنج می برند، اما بسیاری از آنها اگر توانایی صادق بودن را داشته باشند، بهبود می یابند.⁴⁹

به جای چهار مطلق، ویلسون چهار لیست موجودی الکلی در حال بهبودی را ارائه داد:

- افرادی که به آنها آسیب رسانده ایم
- رنجش
- نارسایی های جنسی
- ترس

رنجش

در "کتاب بزرگ" بیل می گوید که وقتی هر یک از ما موضع تسلیم کامل به خدا را می گیریم، همانطور که در *مرحله سوم*، ما یک تولد دوباره معنوی را تجربه خواهیم کرد - ما "دوباره متولد خواهیم شد" - درست همانطور که او در سال 1934 در بیمارستان تاونز بود (اگرچه در نسخه های بعدی کتاب AA هشدار می دهد که این ممکن است همیشه به اندازه ای که برای او اتفاق افتاد اتفاق نیفتد. به یادداشت پایانی مراجعه کنید.⁵⁰)

او بلافاصله اضافه می کند که این بیداری معنوی "نمی تواند تأثیر دائمی کمی داشته باشد مگر اینکه فوراً با تلاش شدید برای رویارویی و خلاص شدن از شر چیزهایی که ما را مسدود کرده اند دنبال شود." ⁵¹ سپس او در مورد این چیزها اظهار نظر جسورانه ای می کند که ما را مسدود کرده بود:

رنجش مجرم "شماره یک" است. این الکلی ها (معتادان، کم درآمدها، بدهکاران، معتادان قمار، معتادان جنسی) را بیش از هر چیز دیگری نابود می کند. از آن انواع بیماری های روحانی سرچشمه می گیرد، زیرا ما نه تنها از نظر روحی و جسمی بیمار بوده ایم، بلکه از نظر روحی بیمار بوده ایم. وقتی بر بیماری روحانی غلبه می شود، از نظر ذهنی و جسمی صاف می شویم.
الکلی های گمنام ص 64

عبور از "نه"

قبل از اینکه بیش از حد به اختراع رنجش خود بپردازیم، مفید خواهد بود که ابتدا در مورد «نه» خود صحبت کنیم.

هر حداقل یکی دارد. ما معمولاً در حالی که فقط کودکان نوپا هستیم (سال های یک تا سوم)، در آن مرحله از زندگی خود که در آن - روانشناس اریک اریکسون به آن مبتلا می شویم ⁵² می گوید - ما در حال توسعه استقلال خود هستیم.

در طول این فصل از توسعه خود، ما در حال یادگیری ترسیم مرزهای زندگی و دنیای خود هستیم. این زمانی است که هم برای والدین و هم برای والدین بسیار چالش برانگیز است کودکان. ما معمولاً می شنویم که از آن به عنوان "دو نفره وحشتناک" یاد می شود.

اگرچه ممکن است والدین ما را بسیار دوست داشته و گرمی داشته باشند، اما همیشه به یک زبان صحبت نمی کنیم. همه ما - خودمان و همچنین مادر و پدر از سبک زبانی منحصر به فرد خود ارتباط برقرار می کنیم: ممکن است در درجه اول جنبشی (عمل گرا)، شناختی (انواع متفکر آرام) یا احساسی (احساس محوری) باشیم. ⁵³ اما ما معمولاً دقیقاً همان موهبت والدین خود را به اشتراک نمی گذاریم، بنابراین در ارتباطات ما حتی در دوست داشتنی ترین خانه ها درگیری هایی وجود خواهد داشت.

ناراحتی ها زمانی رخ می دهند که ما بچه های کوچک شروع به کاوش و شناخت و یکی شدن با محیط خود می کنیم. مشکل حتی بیشتر طرفدار می شود.

زمانی که والدین خودشان چندان صبور و فهمیده نیستند و ممکن است حتی کمی یا بیش از کمی توهین آمیز باشند، تلفظ می شود.

بنابراین، ما "نه" خود را توسعه می دهیم. ما این کار را پیش از فعل انجام می دهیم - شناختی نیست. ما کلماتی برای آن نداریم - این فقط احساسی است که ما در مورد چیزها داریم: به من صدمه نزنید، مرا شرمندة نکنید. مرا رد نکنید. مرا خجالت نکشید. دست از سوء استفاده از من بردارید. مرا رها نکن. به من نگویند چه کار کنم.

اکثر ما حتی تا بزرگسالی خود به جلو می رویم، در حالی که "نه" ما هنوز کاملاً فعال و دست نخورده است. شما می توانید آن را در اتاق های بهبودی بشنوید که اعضا در مورد دلایلی صحبت می کنند که چرا ما در کنار آمدن با کار مشکل داشته ایم و چرا هنوز با یک حامی کار نکرده ایم، زیرا ما تمام راه های بسیاری را که هنوز در حال مبارزه هستیم و سعی می کنیم مشکلات خود را از طریق اراده خود حل کنیم، بازگو می کنیم.

ما با "نه" خود وارد بهبودی اعتیاد می شویم که ما را از درگیر شدن در این فرآیند باز می دارد، زیرا مکرراً می گوئیم: "به من آسیب نرسانید، شرمندة نباش، و به من نگویند چه کار کنم."

حتی از این واقعیت که ما این "نه" ها را می گوئیم، حامیان مالی و دوستان ما باید ما را تشویق کنند که بشنویم و جسورانه از "نه" خود فراتر برویم.

علاوه بر "نه"، مانع دومی وجود دارد که ما ایجاد کرده ایم. می توان آن را به عنوان "باور(های) هدایت نادرست" در نظر گرفت. اینها در مرحله بعدی رشد روانی ما شکل می گیرند زیرا کودکان سه تا شش ساله ما شروع به تعریف هدف ما در زندگی می کنند. هدفی که ما به آن رسیده ایم معمولاً مستقیماً با راه حل کودکانه "نه" ما مرتبط است و اغلب به نظر می رسد - "من باید خودم را ثابت کنم، خودم را توجیه کنم، خودم را توضیح دهم، از خودم محافظت کنم. من باید کنترل داشته باشم. من باید آن را بفهمم."

هیچ یک از این باورهای راهنما درست نیستند. اما مطمئناً به نظر می رسد که آنها "احساس" درست هستند. و ما به بهبودی اعتیاد می رسیم و کاملاً متعهد هستیم که یاد بگیریم چگونه در نهایت کنترل را در دست بگیریم، خودمان را ثابت کنیم یا همه چیز را بفهمیم. ما ممکن است با تمایل به مرفه تر، موفق تر، بهره وری بیشتر و غیره وارد UA شویم - و اینها همه دلایل ستودنی برای بهبودی هستند. اما دستیابی به این اهداف تنها زمانی به طور کامل و دائمی محقق می شود که هوشیاری و به اشتراک گذاشتن بهبودی ما به هدف اصلی ما در زندگی تبدیل شود.

هدف اصلی ما این است که روزی دست از کسب درآمد کم برداریم
در یک زمان و برای کمک به سایر افراد کم درآمد نیز همین کار را انجام دهند.
مقدمه UA

اکنون، به رنجش ما:

رنجش ها انرژی و اراده ما را برای غلبه و موفقیت در زندگی از ما می گیرد. رنجش های ما ما را در اسارت گذشته و دردهای التیام نیافته، رنج ها و احساسات ناامید کننده خود دو ساله مان نگه می دارد.
بیل دبلیو نوشت: "در برخورد با رنجش ها، آنها را روی کاغذ می گذاریم. ما افراد، موسسات یا اصولی را که از آنها عصبانی بودیم فهرست کردیم."⁵⁴

الکی های گمنام شرح مفصلی از نحوه انجام این فهرست رنجش ها ارائه می دهد. وب سایت UA نیز نسخه ای از این موجودی را دارد.^{*} من همچنین نقشه ای از روش خودم برای انجام این موجودی را در زیر تهیه کرده ام.⁺
روی یک ورق کاغذ قانونی که به پهلوی چرخانده شده است، چهار ستون با برجسب های زیر در بالای آن ایجاد می کنیم:⁵⁵

- کسی که من از آن متنفر هستم ...
- دلیل اینکه من از تو متنفر هستم این است ...
- چیزی که من از تنفر از تو به دست می آورم این است که ...

* <https://www.underearnersanonymous.org/about-ua> رفاه

موجودی رنجش را بیان می کند.

+ <http://www.soberworld.com/resentments4column.pdf>

- آنچه برای من هزینه دارد که از شما متنفر شوم این است ... *

سپس دعا می کنیم و از خدا می خواهیم که همه اسامی را که باید در ستون اول باشند به ما نشان دهد: "از چه کسی متنفر هستم." پس از تکمیل فهرست همه کسانی که به ذهن می رسند، به ستون دوم برمی گردیم و دلایل رنجش خود را فهرست می کنیم - با استفاده از عنوان ستون به عنوان راهنمای خود، "چرا از شما متنفر هستم..."

وقتی ستون دوم را تکمیل کردیم، برمی گردیم و دوباره هر نام را مرور می کنیم. این بار می گوئیم: "چیزی که من از شما متنفر هستم این است" برای اکثر مردم، این ایده بسیار عجیب به نظر می رسد. واکنش معمول زمانی که از او خواسته می شود این ستون را پر کنم این است: "من از این رنجش ها چیزی نمی گیرم." ...

حقیقت این است که اگر ما چیزی از با ننگه داشتن رنجش هایمان، به سادگی آنها را رها می کردیم. نشان دادن این آسان تر از توضیح آن است، بنابراین من آن را با استفاده از کینه هایمان نسبت به "پدر" ترسیم می کنم:

ستون اول ستون دو
از چه کسی متنفر هستم: چرا از تو متنفر هستم...

پدر، من از تو متنفر هستم زیرا تو مرا شرمندگی کردی، مرا مورد آزار قرار دادی، مرا تحقیر کردی، تو به مادر خیانت کردی، تو پدر خوبی نبودی - تامین کننده. تو هرگز وقتی به تو نیاز داشتم در کنار من نبود. تو مرا رها کردی. علاوه بر این، بوی بد دهان داشتید و موهابتان را خنده دار شانه می کردید.

(یا کینه ما می تواند اینگونه باشد...)

بابا تو با من خیلی خوب بودی. تو مرا خفه کردی. شما اجازه نمی دهید اشتباهات خود را انجام دهم. تو همیشه همه کارها را برای من انجام دادی... شما الگویی برای مردانگی باشید که هرگز نمی توانستم امیدوار باشم که به آن عمل کنم.

ستون سه

چیزی که من از تنفر از تو به دست می آورم این است که ...

چیزی که من از تنفر از تو به دست می آورم، پدر، این است که عصبانی، تلخ، ناامید و ناامید می شوم. من برای خودم متأسف هستم و شما را به خاطر روشی که زندگی ام پیش رفت سرزنش می کنم. من می توانم شما را در ذهن خودم قضاوت کنم، محکوم کنم و اعدام کنم. من باید به خودم بگویم که باید خودم را ثابت کنم، خودم را توجیه کنم، حق با باشم، کنترل داشته باشم. من قربانی می شوم. من یک الکلی می شوم - یک معتاد به مواد مخدر....

ما این ستون سوم را ستون بازده می‌نامیم. وقتی هموعان خود را به خاطر کارهایی که انجام داده‌اند نمی‌بخشیم، یا فکر می‌کنیم یا تصور می‌کنیم که آنها با ما انجام داده‌اند، خودمان در خشم، ترس، ترحم به خود، انتقام و انبوهی از اشکال دیگر خودشنکجه خود غوطه‌ور می‌شویم.

در ستون چهارم ما فهرست می‌کنیم که "نبخشیدن" کسانی که به ما آسیب رسانده‌اند چه هزینه‌ای برای ما دارد:

ستون چهارم

برای من که از شما منتظر شوم هزینه می‌کنم این است ...

چیزی که برای من هزینه دارد که از تو منتظر شوم، پدر، صلح، شادی، عشق، رفاه، متانت، خلاقیت من، دوست داشتن تو، رابطه با تو، عشق و بخشش خدا است. ...

پس از مرور لیست رنجش ما با حامی مالی خود و در نهایت گفتن تمام حقیقت در مورد این رنجش‌ها، حامی ما از ما می‌خواهد که بگوییم: "بابا، من تو را می‌بخشم." اگر تمام حقیقت را در مورد این کینه‌ها گفته‌ایم، باید هنگام گفتن این کلمات بخشش احساس‌هایی از احساسات فروخورده کنیم (اشک و گریه اینطور نیست غیر معمول). در غیر این صورت، اسپانسر ما را از طریق هر ستون به عقب برمی‌گرداند تا زمانی که تمام احساسات منفی خود را "سرفه" کنیم. وقتی بالاخره و به طور کامل رها شدیم، اسپانسر ما به چشمان ما نگاه می‌کند و به ما دستور می‌دهد که تکرار کنیم: "بابا، من تو را می‌بخشم"، اکنون اضافه می‌کند ... این طلب بخشش برای داشتن سوء نیت علیه او در تمام این سال‌ها است.

در برخی موارد، ممکن است فکر کنیم که "پدر" شایسته بخشش ما نیست، اما این در مورد شخصی نیست که او را می‌بخشیم. ما می‌بخشیم زیرا خودمان می‌خواهیم آزاد شویم. ما این بخشش را "عمل می‌کنیم" و از حامی یا شریک قدم خود به عنوان آینه استفاده می‌کنیم. این طلب بخشش، راهی برای تصدیق شرارت رفتار خودمان است.

ما این روند را با هر فرد در لیست خود تکرار می‌کنیم و مطمئن می‌شویم که مادر و خدا و خودمان را به لیست اضافه می‌کنیم. (در فهرست کردن خودمان، باید نام خودمان را بنویسیم

- من می‌گفتم: "جورج، من از تو منتظر هستم زیر")...

ترس

همه برنامه‌های دوازده مرحله‌ای توصیه می‌کنند که فهرستی از ترس‌ها را انجام دهید، اما تا آنجا که من می‌دانم، برنامه‌ای که بهترین کار را در مقابله با ترس‌ها انجام داده است، افراد کم درآمد ناشناس است برنامه.

ممکن است به این دلیل باشد که UA، در برخورد با موضوع "زیر وجود" خود، تشخیص می‌دهد که فرد کم درآمد از زندگی پنهان می‌شود - و اینکه آنها در الگوهای بسیار آشنایی که بنیانگذار UA اندرو دی آن را "حالت‌های موزه" می‌نامد، از زندگی پنهان می‌شوند. اندرو سیزده حالت مختلف را ارائه داد که مردم معمولاً در آن پنهان می‌شوند. او این حالت‌های موزه را در کتاب خود به طور عمیق توضیح داده است، خودت را بنون محبوبیت بسازید.⁵⁶ با اقتباس از این موارد از اندرو، در نهایت مجموعه چهارده نفره خودم را به دست آوردم:

مبارزه-هولیک	خرده هولیک	کمتر از
ابزارسان گرای	انزو اطلبی	خشم هولیک
اضطراب پر خور	خشنود کننده	قربانی
آقا یا خانم گناهکار	بازیگر	شرم هولیک بی حس کننده
شکل-آن-هولیک		

شناسایی این «حالت های موزه» همان هدفی را دنبال می کند که باورهای راهنمای نادرست ما را شناسایی می کنیم.

من به فهرست استاندارد ترس های UA و همچنین به فرم* پیوند داده ام که فضایی برای فهرست کردن صد ترس به همراه چک باکس برای هر ایالت موزه دارد. همانطور که از هر ترس با حامی خود عبور می کنیم، برای ما آشکار می شود که چگونه به اجبار از آن پنهان شده ایم

زندگی و از خالق که ما را به بهبودی خود در Underearners Anonymous فراخوانده است. اکنون می توانیم شجاعانه با ترس هایمان روبرو شویم و از این فرصت استفاده کنیم و همه آنها را به خدا تسلیم کنیم.

ترس از مرگ

هیچ بحثی در مورد ترس بدون ذکر ترس از مرگ کامل نمی شود. فعالیت اصلی این فرآیند کامل شدن هیچ چیز در هستی ناب از ما عدم محض تسلیم شدن به قدرت برتر خود، ترس از مرگ خواهد بود. ما ثمره این تسلیم را با قدرت ترین شکل در پایان یک فصل 9، اما نه من.

اکنون در مورد رابطه جنسی

"حالا در مورد سکس" روشی است که بیل ویلسون بخشی را در فرآیند فهرست اخلاقی AA معرفی کرد که به مسائل جنسی می پردازد. من قبلا به جزئیاتی در مورد رفتار بیل با رابطه جنسی پرداخته ام.

AA همانطور که قرار بود متمرکز باشد، بر مشکل اعتیاد به الکل متمرکز بود. اما بسیاری از این الکی های در حال بهبودی، پس از ایجاد هوشیاری دائمی، سپس با پیوستن به اعتیاد جنسی، توجه خود را به اعتیاد جنسی خود معطوف کردند* جامعه بهبود. هر یک از این فرهنگ های اعتیاد جنسی استانداردهای متفاوتی برای آنچه که هدف بهبودی می دانند، دارند. بسیاری از ما که

در UA به پایین ترین سطح رسیده اند و برای اولین بار از طریق یک جامعه بهبودی اعتیاد جنسی آمده اند. آن دسته از ما که بهترین بهبودی را در این زمینه داشته ایم معمولا در گروه هایی شرکت می کردیم که هدف آنها خلوص جنسی مطلق بود.

استاندارد ما - خلوص جنسی

در گردهمایی Hitting Bottom در UA، ما خلوص جنسی را به عنوان معیار خود اتخاذ کرده ایم.

* لیست ترس ها با ایالت های موزه: www.soberworld.com/fearsinventory.pdf

ترس از GSB1

<https://www.underearnersanonymous.org/about-ua>

* اعتیاد جنسی ممکن است به عنوان یک نیاز اجباری برای اعمال جنسی، عشق، عاشقانه، دسیسه و وابستگی عاطفی در نظر گرفته شود.

کاملاً بهبود یافته است

در اینجا باید با گفتن این نکته شروع کنم که طبق درک ما از استاندارد، فقط دو جنس وجود دارد: مرد و زن. اگر بخواهیم با معیار خلوص جنسی مطابقت داشته باشیم، پس رابطه جنسی باید بین یک مرد بیولوژیکی و یک زن بیولوژیکی در داخل ازدواج باشد. من برای این استاندارد عذرخواهی نمی‌کنم. در گروه ضربه ای خود، ما خود را به عنوان پناهگاهی برای کسانی که از آنچه از فرهنگ جنسی ما باقی مانده است فرار می‌کنند و به دنبال معاشرت دیگری هستند که می‌خواهند زندگی کامل را دنبال کنند. رابطه جنسی در ازدواج در پیمان ازدواج یا وعده ازدواج اتفاق می‌افتد: مردی که قول می‌دهد زن و همسر را "دوست داشته باشد، احترام بگذارد و گرمی بدارد" و قول می‌دهد که "شرافت را دوست داشته باشد" و از شوهر اطاعت کنید.

من می‌دانم که این عبارت "احترام و اطاعت" برای برخی افراد یک مشکل است، اما یکی از مربیان مورد علاقه ما، درک پرینس که اکنون فوت کرده است، این موضوع را در چند کلمه خلاصه کرد: شوهر سر است و زن گردن است، اگر او کارش را به درستی انجام دهد، می‌تواند سر را به هر شکلی که می‌خواهد بچرخاند.

این کار می‌کند تا در ابتدای پیمان ازدواج (قرارداد) مشخص کند که چه کسی باید آخرین عهد را داشته باشد.

بگویید - حتی اگر در نهایت این کار را دقیقاً همانطور که/و می‌خواست انجام دهد. این تنها راهی است که کار می‌کند. مرجع نهایی باید در جایی قرار گیرد و کار می‌کند تا مشخص کند که این اقتدار در ابتدا کجا قرار دارد. برای همیشه - تا به روز ما - با مرد خانواده استراحت کرد.

این فروپاشی این رابطه است که یکی از عوامل اصلی در فروپاشی فرهنگ ما به طور کلی است.

من در داستانی که از به اشتراک گذاشتن با مشتریان و سرپرستان مرد خود لذت می‌برم تا به آنها در درک این تفاوت بین زن و مرد کمک کنم، بیشتر در مورد رابطه زن و مرد خواهم گفت. من به آنها می‌گویم که تمام آنچه که باید در مورد رابطه جنسی بدانند را می‌توان از مشاهده عنکبوت بیوه سیاه تر آموخت: بیوه سیاه تر در سراسر وب می‌خزد و با ماده رابطه جنسی برقرار می‌کند و سپس او را برای شام می‌برد. به همین دلیل به آنها بیوه سیاه می‌گویند. تر زنده نمی‌ماند. ...

مرد انسان نیز از رابطه جنسی با ماده انسان جان سالم به در نمی‌برد.

از زمان ورود وسایل پیشگیری از بارداری زنانه که به راحتی در دسترس هستند و سقط جنین هایی که به راحتی قابل دستیابی هستند، زنان احساس آزادی بیشتری برای انجام رابطه جنسی خارج از ازدواج کرده اند. این امر باعث شده است که پیگیری لذت جنسی در فرهنگ ما به طور کلی آزاد شود و قابل قبول نیست.

در داخل زمینه ای که از مردان و زنان می‌خواهد بهای کامل رابطه جنسی را که انجام می‌دهند بپردازند جریمه می‌شوند.

مردم ممکن است فکر کنند که می‌توانند از پرداخت هزینه نهایی که باید پرداخت شود فرار کنند، اما این خود فرهنگ است که پرداخت می‌کند - جامعه به طور کلی نهادی است که در نهایت باید بهای آن را بپردازد وقتی رابطه جنسی در محدوده مناسب خود نگه داشته نمی‌شود و اجازه می‌دهد دنبال کردن لذت جنسی به یک بت و اعتیاد دیگر تبدیل شود.

اعضای مسیحی فرهنگ پایین ما می‌دانند که کلیسا همیشه به ماهیت فداکارانه رابطه زن و مرد احترام گذاشته است:

ای شوهران، همسران خود را دوست داشته باشید، درست مانند مسیح همچنین

کلیسا را دوست داشت و خود را برای
افسسیان 5:25 داد

شوهران باید همسران خود را فداکارانه دوست داشته باشند. آنها باید موقعیت مصلوب شدن را برای همسرانشان بگیرند. ازدواج به معنای واقعی مرگ برای زندگی شخصی است. شوهر در رابطه خود با همسرش فداکارانه می میرد و زن اقتدار و قدرت خود را فداکارانه تسلیم می کند.

بت پرستی جنسی

زمانی بود که دنیای ما غرق در تصاویر مستهجن شد. اکنون به سختی می توانیم چشمان خود را باز کنیم بدون اینکه با تصاویری بمباران شویم که برای شعله ور کردن تمایلات جنسی طبیعی ما طراحی شده اند.

در مورد این بت ها در فرهنگ خود چه باید بکنیم؟

ما از اعتیاد جنسی درس گرفته ایم برنامه های بهبودی که احتمالا اصرار آنها را کنترل نمی کنیم یا از قرار گرفتن در معرض تصاویر جنسی معاف نیستیم.

یکی از ابزارهای بسیار موثر در برخورد با بت جنسی چیزی است که "قانون سه ثانیه ای" نامیده می شود:

دوم اینکه متوجه شویم که ما درگیر نوعی بت پرستی جنسی هستیم و دو ثانیه برای پاسخ دادن و رویگردانی. در این فاصله، ما قبلا درگیر خودخواهی جنسی شده ایم. کسانی از ما که مسیحی هستیم با هشدار عیسی آشنا هستیم که "هر به زنی نگاه کند تا به او شهوت کند، قبلا در دل خود با او زنا کرده است".⁵⁷

به محض اینکه متوجه می شویم که فقط با چشمان یا تصورات خود زنا کرده ایم، بلافاصله به خدا اعتراف می کنیم، "من فقط زنا کردم. از شما می خواهم که این را از من بگیرید. این مشکل شما در حال حاضر است. دیگر مال من نیست. متشکرم." (این عمل زمانی که اولیه خود را انجام دهیم به استاندارد ما تبدیل می شود مرحله هفتم تسلیم گناهان ما.)

فهرست گناهان جنسی

در آخر، ما فهرستی از هر موردی که در آن مرتکب گناهان جنسی با افراد دیگر شده ایم تهیه می کنیم. این است، همانطور که گفتم، هر رفتار جنسی که در خارج از مرزهای ازدواج مقدس و حتی در داخل آن رخ داده است، اگر خودخواهانه شده باشد.

ما لیست خود را تهیه می کنیم و سپس با حامی خود هر نام را مرور می کنیم و از خدا می خواهیم که هر یک را از آسبایی که با درگیر شدن با آنها در خودخواهی های جنسی به آنها وارد کرده ایم شفا دهد. ما به همراه حامی خود از خدا می خواهیم که "پیوندهای روحی" ما را با آنها قطع کند. این دعاها این تأثیر را دارند که نوارهای ویدئویی را که در ذهن خود از مواجهه با آنها داریم پاک می کنند. این امر بت پرستی جنسی را که در ذهن ما می گذرد تا حد زیادی کاهش می دهد.

همانطور که خود را از ناپاکی جنسی پاک می کنیم، خوشحال می شویم که مجبور نیستیم به گودالی برده شویم که فرهنگی که ما را احاطه کرده است در آن فرو می آید.

دینگ. هر زمان که احساس می کنیم با یک چیز قانع کننده مغلوب می شویم اصرار به غوطه ور شدن در خودخواهی جنسی ما به سادگی می توانیم بگوییم، خدایا، اینجا، من این را به تو می دهم. متشکرم؛ این اکنون مال شماست.

اعتراف و تسلیم «کاستی های» ما

اکنون باید مشتاق باشیم که از نقایص، کاستی ها و گناهان خود رها شویم. با نگاهی به چند فصل گذشته، به یاد می آوریم که از این اسارت ها به عنوان برگ انجیر یاد می کردیم. ما برهنگی و برهنگی خود را می پوشانیم نیستی با برگ های انجیر احساسی ما - خشم ها، ترس ها و انبوهی از اجبارهای خودمحور، که ما کاملاً از آنها بی اطلاع بودیم و مطلقاً هیچ کنترلی بر آنها نداشتیم.

در فایلهای نوازده مرحله و دوازده سنت بیل دبلیو می گوید که برای جلوگیری از سردرگمی در مورد آنچه که باید این نقایص را بنامیم، باید با فهرست شناخته شده جهانی "هفت گناه کبیره" شروع کنیم: غرور، طمع، شهوت، خشم، پرخوری، حسادت و تنبلی.⁵⁸ در طول هشتاد سال گذشته ما در دانش خود در مورد روانشناسی اعتیاد پیشرفت کرده ایم و نام هایی را برای همه این صفات "غیرقابل نامگذاری" قبلی به دست آورده ایم و آنها را به لیست ویژگی های سنتی اضافه کرده ایم:

خودخواه	خودمحور	خودجویی
خودخواهی	ترحم به خود	باشکوه
دروغگو	تقلب	دزد
متکبر	تنبیل (تنبیل)	مغرور
شریر	کینه توزی	خشم مرگبار
بازی در نقش قربانی	نامید	نامیدی
حسادت	حریص	شهوانی
بت پرست جنسی	از نظر جنسی خودخواه است	پرخور

به ذهن رسید که اعضای مسیحی ما ممکن است از یادآوری آنچه عیسی در مورد این "نقص های شخصیتی" از مرقس فصل 7 گفت، قدرانی کنند:

زیرا از درون و از قلب انسان است که افکار شیطانی می آیند - فساد جنسی ، دزدی، قتل، ²² زنا ، حرص و طمع ، کینه توزی ، فریب ، هرزگی ، حسادت ، تهمت ، تکبر و حماقت . همه این شرارت ها از درون می آیند و انسان را نجس می کنند.»

ما این لیست از نقص های شخصیتی را بررسی می کنیم و بررسی می کنیم که آیا مواردی وجود دارد که خودمان را رها کرده ایم یا خیر. همچنین ممکن است نقص های خودمان را کشف کرده باشیم که در این لیست ها نیستند. در هر صورت، ما اکنون برای تک تک این برگ های انجیر احساسی نامی داریم که ما را در خود ناخوشایند خود بسته کرده است. ما اکنون آماده ایم که این نقایص شخصیت را به خدا بدهیم.

"کتاب بزرگ" دعای گام هفتم از خدا می خواهد که هر نقص شخصیتی را که بر سر راه مفید بودن ما برای خدا و هموعانمان قرار دارد، برطرف کند - و این خوب است. اما برای من مفید یافتم که کسانی را که این گام را بردارند تشویق کنم که این کلمات را اضافه کنند، "من اکنون این نقص ها را به شما می دهم یا تسلیم می کنم. ممنون که آنها را از من گرفتید." همه ما که این قدم را برداشته ایم متوجه شده ایم که خدا مشتاق و مایل است تک تک گناهان ما را ببذیرد، تنها سوال این است که "آیا ما حاضریم چنگال خود را بر آنها رها کنیم - آیا واقعا آنها را رها خواهیم کرد؟"

به دعای سنتی بیل ممکن است بخواهیم اضافه کنیم:

خدایا، اینجا و اکنون اعتراف می کنم که خودخواه، خودمحور، خودخواه، خودخواه و خودخواه و غیره بوده ام (ما هر یک از نقص های خود را نام می بریم). از تو متشکرم که خدایی هستی که تمایل خود را برای پذیرش این گناهان بر دوش خود نشان داده است. اکنون همه آنها را به شما می دهم. متشکرم. اینها همه اکنون مشکل شماست. آنها دیگر مال من نیستند.
آمین

تمرین روزانه

اعتراف مداوم و همیشه آماده به نقص های شخصیتی ما - متمایز از مبارزه برای کنترل اجبار هایمان - یک نظم و انضباط است، اما این انضباطی است که همه ما که به دنبال زندگی هدایت شده توسط خدا هستیم و این زندگی را به دیگران منتقل می کنیم، باید بر آن مسلط شویم. این است مرحله دهم، روزانه - و همانطور که در تمرین آن مهارت بیشتری پیدا می کنیم - لحظه به لحظه به کاستی های خود اعتراف می کنیم.

جبران

"من... بود... بود... بود... اشتباه است." "من اشتباه می کردم."
این یک عبارت شگفت انگیز و معجزه آور است: "من اشتباه کردم." برخی از ما آنقدر بزرگ هستیم که کمترین استیو مارتین را به یاد بیاوریم که بیست دقیقه طول می کشد تا آن را تف کند، "من... Wr... Wr... wr ..."
ما تمرین می کنیم که این را با خودمان بگوییم.
"من اشتباه می کردم." "من اشتباه می کردم."
هنگامی که فروتنی ناشی از این اعتراف را جذب کردیم، در موقعیت بهتری برای جبران خود خواهیم بود.
ما این نکات زیر را با حامی خود تمرین می کنیم تا بتوانیم هنگام ملاقات با کسانی که به آنها آسیب رسانده ایم این را تمیز، مرتب و مسئولانه بگوییم:

- اشتباه می کردم. (ما توهین خود را شرح خواهیم داد - آنچه گفتم یا انجام دادم یا نکردم. چگونه با شما رفتار کردم و غیره.)
- من از خودم به خاطر کاری که انجام دادم (یا انجام ندادم) شرمند هستم.
- من درس خود را آموخته ام و قول می دهم دیگر هرگز این کار را با شما یا هیچ دیگری انجام نخواهم داد.
- لطفا مرا ببخشید؟
- برای جبران آسیبی که به شما وارد کرده ام چه کاری می توانم انجام دهم؟

هنگامی که حامی ما راضی شد که ما با فروتنی لازم برای جبران صحیح خود ارتباط برقرار کرده ایم، لیست کسانی را که به آنها آسیب رسانده ایم بیرون می کشیم. ما این کار را در حالی انجام دادیم که با وجود رنجش هایمان کار می کردیم. ما این اصلاحات را "در هر کجا که ممکن است" انجام می دهیم، نه "هر زمان". ما دعا می کنیم و از خدا راهنمایی می خواهیم که در مورد فرخنده ترین زمان و مکان چیست و دعا می کنیم که همیشه مایل و آماده باشیم.

کسی که ما به او جبران می‌کنیم ممکن است عذرخواهی ما را نپذیرد. اشکالی ندارد. ما هنوز باید آن را انجام دهیم. اگر این کار را با آرامش، پاک و صادقانه انجام دهیم، می‌توانیم نتایج را به خدا بسپاریم و هر گونه فکر و محکومیت خود را که ممکن است ناشی از عدم بخشش آنها از ما باشد، در نظر بگیریم و آنها را نیز به خدا بدهیم.

در برخی موارد، عذرخواهی ما گیرنده را چنان تحت تأثیر قرار می‌دهد که دلیل تغییر ما را جویا می‌شود. با توجه به روش هوشیارانه‌ای که به تازگی پیدا شده است، به سادگی می‌گوییم: "فکر می‌کردم چیزی هستم، اما متوجه شدم که واقعا هیچ نیستم." "من به Underearners Anonymous پیوستم و شروع به مقابله با اجبار خود برای پنهان کردن و عدم موفقیت کردم." اگر آنها پاسخ مثبت دهند، یک کپی از *درباره UA* جزوه و یک بار دیگر، نتایج را به خدا بسپارید.

گام هایی که برداشتیم

بنابراین، اینها گام هایی است که تاکنون برداشته ایم. البته، من آنها را به روشی که دارم تزیین کرده ام تا توجه آن دسته از اعضای Underearners Anonymous را که هدفشان ضربه زدن به همان است، جلب کنم

ته هوشیار که پیشگامان AA ضربه زدند. امید من این است که ما که می‌خواهیم در UA کاملاً هوشیار باشیم، بتوانیم همان پایه محکمی را پیدا کنیم که نسل اول الکلی های در حال بهبودی پیدا کردند. ما می‌خواهیم بخشی از "ما" آنها باشیم حتی اگر مشکل ما این نیست لزوماً الکلی.

ما ممکن است در بطری پنهان نشده باشیم، اما - با این حال - در نسخه های خودمان پنهان شده بودیم کم بوردن و تلاش برای جلوگیری از تحقیر مطلقی که همه ما معتادان، از هر نوع که باشیم، به دنبال اجتناب از آن هستیم. اکنون ما کاملاً کشف شده ایم و تقریباً به طور کامل خود را در آخرین آشکار شدن این شیوه زندگی شگفت انگیز دوازده مرحله ای که توسط بنیانگذاران AA و اکنون UA به ما تحویل داده شده است، دوباره پوشش داده ایم.

ما وعده ها را به ارث می بریم

کتاب AA حاوی متنی است که مورد علاقه هر یک از اعضا است و در برخی گروه ها در پایان هر جلسه خوانده می‌شود. در صفحه 83 است و به آن اشاره می‌شود *وعده ها*.

تا زمانی که موجودی خود را بررسی کنیم و آسیب های وارده را جبران کنیم، شروع به دانستن حقیقت "وعده ها" خواهیم کرد:

اگر در مورد این مرحله از رشد خود زحمت بکشیم، قبل از اینکه به نیمه راه برسیم، شگفت زده خواهیم شد. ما می خواهیم آزادی جدید و شادی جدیدی را بشناسیم. ما از گذشته پشیمان نخواهیم شد و نه می خواهیم در را به روی آن ببندیم. ما کلمه آرماش را درک خواهیم کرد و صلح را خواهیم شناخت. مهم نیست که چقدر از مقیاس پایین رفته ایم، خواهیم دید که چگونه تجربه ما می تواند برای دیگران مفید باشد. آن احساس بی فایده بودن و ترحم به خود ناپدید خواهد شد. ما علاقه خود را به چیزهای خودخواهانه از دست خواهیم داد و به هموعان خود علاقه پیدا خواهیم کرد. خودخواهی از بین خواهد رفت. کل نگرش و دیدگاه ما نسبت به زندگی تغییر خواهد کرد. ترس از مردم و ناامنی اقتصادی ما را ترک خواهد کرد. ما به طور شهودی می دانیم که چگونه موقعیت هایی را که قبلا ما را گیج می کردند، مدیریت کنیم. ما ناگهان متوجه خواهیم شد که خدا کاری را برای ما انجام می دهد که ما نمی توانستیم برای خودمان انجام دهیم. آیا اینها وعده های عجیب و غریب هستند؟ ما فکر نمی کنیم. آنها در میان ما برآورده می شوند - گاهی به سرعت و گاهی به آرامی. اگر برای آنها کار کنیم، آنها همیشه تحقق خواهند یافت.

وعده ها محقق می شوند. اما مهمتر از همه، تا به حال، از آنجایی که ما برای مدت زمان قابل توجهی در فرهنگ بهبودی خود زندگی کرده ایم و با یک حامی مالی گام های خود را طی کرده ایم، به تدریج کمتر خودمحور شده ایم. ما دیگر آنقدر به خودمان فکر نمی کنیم که یک "من" باشیم. اکنون ما بیشتر و بیشتر می بینیم که ما یک "ما" هستیم. ما متعلق. ما اعضای بدنی هستند که نه تنها از الکل، مواد مخدر، رابطه جنسی، بدهی، قمار، پرخوری یا کم درآمدی در حال بهبودی هستند. ما به آرامی اما مطمئنا از اسارت موجودی که ما را در "اعتیاد" خود محبوس کرده است، رها می شویم. ما از خود حاکمیت ما آزاد می شویم - "من" امپراتوری و حاکم ما.



گناه یک کلمه سه حرفی است
با "من" در مرکز.
فرانک بوخن

ما، از الکی های گمنام، بیش از
صد مرد و زن که بهبود یافته اند
از یک حالت به ظاهر ناامید کننده ذهنی و جسمی.
تا به سایر الکی ها نشان دهیم که دقیقاً چگونه داریم
بازیابی هدف اصلی این کتاب است.
به الکی های گمنام

کل فرهنگ بهبودی اعتیاد بر اساس "ما" ساخته شده است. این جامعه ای است که به شکل پاسخ به این سوال است که "چه کاری انجام داد" ما برای غلبه بر اسارت اعتیاد یا اعتیاد خود؟" به روشی دیگر برای گفتن آن: این چیزی است که ما برای غلبه بر اسارت ما به خودمحوری ما انجام داد.

همه چیز از کسویک شروع شده بود. فرانک بوخن آن را در طول پنج روز حضور خود در کنفرانس در هفته اول آگوست 1908 کشف کرده بود.

هر روز به جنبه متفاوتی از آنچه برای رسیدن به کمال معنوی لازم است می پرداخته بود - سازمان دهندگان عاقلانه از استفاده از کلمه "کمال" اجتناب می کردند و در عوض به گردهمایی به عنوان "کنوانسیون برای دستیابی به قنوسیت عملی" اشاره می کردند:

روز 1 - ما هستند ناتوان بر طبیعت گناه آلود خودمحوری ما. روز 2 - یک موقعیت که در آن ما باید تغییری ایجاد کند که ما را بر پایه ای قرار می دهد که به ما امکان می دهد بر خودمحوری و گناه آلود بودن خود غلبه کنیم. روز 3 - یک فرایند اعتراف به کاستی هایی که موقعیت جدید را محکم می کند ما گرفته اند. روز 4 - وجود دارد

یک عمل مرمت که ما از آن برای جارو کردن خرابه های گذشته استفاده خواهیم کرد. روز 5 - پس از اتمام این چهار مرحله اول "تغییر" خواهیم کرد، اما ما فقط می توانیم این تغییر را حیاتی و عمیق تر نگه داریم و تمرین آن را به دیگران به عنوان هدف اصلی خود در زندگی منتقل کنیم.

به عبارت ساده آن: آنچه ما از تجربه فرانک بوخن در کسویک به دست آوردیم پنج "P" بود: ناتوانی، موقعیت، فرآیند، تمرین و هدف.

فرانک این پنج اصل اساسی را می گیرد و آنها را پنج C خود می نامد: اعتماد به نفس، اعتراف، محکومیت، تغییر دین و ادامه. در آموزش اعضای گروهش برای استفاده از این اصول برای ایجاد تحول معنوی، بوخن امیدوار بود که یک انقلاب مسیحی ایجاد کند:

گروه آکسفورد یک انقلاب مسیحی است که دغدغه آن مسیحیت حیاتی است ...

روح جدیدی در خارج از جهان امروز وجود دارد. روشنگری جدیدی می تواند به همه بیاید و مردان و زنان از هر عقیده و قشر اجتماعی را به اصول اساسی ایمان مسیحی بازگرداند و تمام وفاداری های اولیه آنها را افزایش دهد. راه حل مشکلات ما باید از چنین روحیه ای باشد که از درون مردم برخیزد.

رهبران در همه اقشار جامعه اکنون متقاعد شده اند که امید ما در تغییر قلب است. شواهد فراوانی از این امر در سراسر امپراتوری دیده می شود. تغییر جهان از طریق تغییر زندگی حاصل خواهد شد.

برای ایجاد این نظم نوین جهانی، گروه آکسفورد معتقد است که یک بیداری معنوی در سراسر جهان تنها امید است. بر اساس زندگی تغییر یافته، بازسازی دائمی تضمین شده است. به غیر از زندگی های تغییر یافته، هیچ تمدنی نمی تواند دوام بیاورد.

بیل ویلسون حس خاص خود را از تغییر معنوی داشت. زمانی به ذهنش رسیده بود که دوستش اِبی با نسخه ای از کتاب ویلیام جیمز در اتاقش در بیمارستان تاون ظاهر شد انواع تجربه مذهبی. در آن او خواند:

نفوذ الکل بر بشر بدون شک به دلیل قدرت آن در برانگیختن قوای عرفانی طبیعت انسان است.

هوشیاری کاهش می یابد، تبعیض قائل می شود و نه می گوید. مستی گسترش می یابد، متحد می شود و می گوید بله.⁵⁹

همانطور که بیل روی تخت بیمارستان نشسته بود و برآورد جیمز از اعتیاد به الکل را می خواند، بالاخره احساس کرد که درک شده است. سپس، در حالی که هنوز در بیمارستان بود - هنوز طعم حس تغییر دهنده زندگی خود از نیستی و تعالی از خود را می چشید - بیل چشم انداز خود را برای انتقال تغییر خود به دیگران دریافت کرد.

در این مرحله، هیجان من بی حد و حصر شد. یک واکنش زنجیره ای می تواند به راه بیندازد و یک انجمن رو به رشد از الکلی ها را تشکیل داد که مأموریت آنها بازدید از غارهای سایر مبتلایان و آزاد کردن آنها خواهد بود. از آنجا که هر یک خود را وقف انتقال پیام به دیگری و کسانی کرد که به دیگران آزاد شدند، چنین جامعه ای می توانست به ابعاد عظیمی هرم شود.⁶⁰

بعید است که بیل هرگز چنین چشم انداز قدرتمندی داشته باشد اگر تحت تأثیر ارتباطات گروه آکسفورد و هدف آنها برای ایجاد یک "نظم جدید جهانی" نبود. در سراسر کشور، گروه های آکسفورد با موفقیت بزرگی روبرو شده بودند. بسیاری از مردم برای اولین بار به مسیح ایمان آوردند. دیگران در ارتباط عمیق تری با خدا قرار می گرفتند. و الکلی ها از اعتیاد به الکل درمان می شدند.

اما چندین چیز در مورد فرهنگ OG وجود داشت که بیل و کسانی که با آنها تماس می گرفت، در دسرساز بودند: بسیاری از مردم، که گروه ها می توانستند برای آنها بسیار مفید باشند، با بهشت تهاجمی خود منصرف شدند. OG همچنین برای افراط و تفریط باز بود. تبلیغات، که می تواند نیاز الکلی ها به ناشناس ماندن را تضعیف کند که عظمت اغلب کشنده آنها را فرو می نشاند. همچنین مردم کلمه "مطلق" را دوست نداشتند - اگرچه با چهار اصلی که این کلمه به آنها اطلاق می شد مشکلی نداشتند. اجبار بیش از حد در نحوه کار گروه ها با اعضای جدید وجود داشت. در عمل، به نظر می رسید که راهنمایی تنها زمانی جدی گرفته می شود که توسط خود پدر سام شومیکر یا فرانک بوخمن تأیید شود. اصول مدارا و عشق، در حالی که در اصل تبلیغ می شد، به روشی که اغلب در درون سازمان های مذهبی اتفاق می افتد اجرا نمی شد. و سرانجام، گاهی اوقات خواسته های مذهبی از مردم مطرح می شد که با اعتقادات تثبیت شده آنها در تضاد بود.⁶¹

گروه آکسفورد به دنبال تأثیرگذاری و تغییر لایه بالایی، تحصیل کرده و با ارتباطات خوب - رهبران و شکل دهنندگان جامعه بزرگتر - برای ایجاد تغییر از بالا به پایین بود. بیل برای تغییر جهان از پایین به بالا کشیده شده بود - او فقط علاقه مند بود همان تغییری را ایجاد کند که برای سایر الکلی ها برای او اتفاق افتاده بود.

همچنین ذکر این نکته ضروری است که در این زمان، بسیاری از مردان جوانی که بخش عمده ای از رهبران گروه آکسفورد را تشکیل می دادند، به زودی با شروع اجتناب ناپذیر شدن جنگ، به خدمت سربازی فراخوانده می شدند. فرانک بوخمن در آگوست 1936 اظهاراتی در مورد آدولف هیتلر بیان کرده بود که OG را تحت انتقاد شدید قرار داد. دانشگاه آکسفورد در ادامه با ممنوعیت استفاده از نام "آکسفورد" بوخمن اقدام کرد.

بوخمن نام کار خود را به تسلیح مجدد اخلاقی تغییر داد و سپس با تغییر به برگزاری جنگ های صلیبی عمومی در جلسات فردی ادامه داد، زیرا او شروع به بوق زدن نیاز به بازگشت به اخلاق سنتی کرد

در آماده سازی برای مبارزه ای که می توانست در پیش رو علیه نازیسم و کمونیسم ببیند. در حالی که این تاریخ در حال آشکار شدن بود، تیم مست گروه آکسفورد در حال رشد و گسترش بود - وفادار به قدرت "ما" که از ملاقات در گروه های کوچک ناشی می شود.

بازگشت دوباره به تیم مست در حال ظهور ما ... پس از چند ماه شکست در انتقال "درمان" خود به انبوهی از الکلی هایی که با آنها در نیویورک کار می کرد، بیل سرانجام مردی را پیدا کرد که به او اجازه می داد پیام خود را از "من" - "اینگونه هوشیار شدم" - به "ما" تغییر دهد. او شماره دو خود را پیدا کرد - دکتر باب. آنها با هم شماره سه را پیدا کردند و به زودی "ما" چیزی بیش از یک "تو و من" شد.

دو سال بعد شاهد بودیم که تعداد بیشتری از آنها به دست دکتر باب و دوستان گروه آکسفورد او در آکرون هوشیار شدند. کلارنس اسنایدر هر هفته جمعیت کوچکی را از کلیولند پایین می آورد. در نیویورک، بیل موفقیت چندانی نداشت، اما تعداد کمی موفق شدند هوشیار شوند و همینطور بمانند. حتی با وجود این به ظاهر آهسته، کاری که باب در آکرون و بیل در نیویورک انجام می دادند، هنوز یک معجزه بود.

در نوامبر 1937 بیل به آکرون بازگشت. وقتی او و باب دور هم جمع شدند و موفقیت های خود را شمرند، متوجه شدند که حدود 40 نفر هوشیار مانده اند. بیل از باب پرسید: شاید اگر مبلغین را از میان خود بفرستند تا پیام خود را منتقل کنند، یا شاید بتوانند بیمارستانی برای الکلی ها باز کنند، نتایج خود را بهبود بخشند.

دکتر. باب تحت تأثیر ایده های بیل قرار نگرفت، اما با یکی از آنها مخالف نبود - کتابی که بازگو کند که چگونه آنها و دوستانشان با هم هوشیار شده بودند. جمعیت آکرون و کلیولند تحت تأثیر هیچ یک قرار نگرفتند

از این طرح ها اما با گرفتن نشانه ای از دکتر باب، برخی با اکراه با این آخرین مورد همراه شدند. این گروه رای داد. ایده کتاب با یک رای تصویب شد.

بیل که اکنون با تأیید گروه آکرون و با حمایت دکتر باب مسلح شده بود، مشتاق شروع به نوشتن به نیویورک بازگشت. اما ابتدا باید مقداری پول برای سرپا نگه داشتن خود داشت.

او با کمک یکی از اولین موفقیت های خود، هنک پارکهورست، انتشارات Works را راه اندازی کرد، به این امید که سهام خود را در کتابی که به زودی نوشته می شود بفروشد. سپس، زمانی که اوضاع هنوز تیره و تار به نظر می رسید، بیل با برادر شوهرش لئونارد استرانگ تماس گرفت. لئونارد ملاقاتی را با مدیران بنیاد جان دی راکفلر ترتیب داد. اما حتی در آن زمان، بیل نتوانست تقویت مالی مورد نظر خود را به دست آورد.

جان دی جونیور عاقلانه فهمید که دادن پول به این تلاش فقط آن را نابود می کند. با این حال، او به مدیران اجازه داد تا یک حساب قرعه کشی به مبلغ 5,000 دلار راه اندازی کنند که هر کدام 30 دلار در هفته برای بیل و باب فراهم می کرد.

سرانجام، در ماه مه 1938، با فروکش کردن بحران مالی بیل، او شروع به نوشتن کتابی کرد که بعداً *الکی های گمنام*.

نوشتن کتاب چیزی شبیه به یک نبرد بود. روث هاک، منشی که هنک برای کمک به آنها در تجارت نفت هنک استخدام کرده بود، Honor Dealers، این روند را توصیف کرد: هر پاراگراف بارها و بارها انتخاب می شد، "این یک ضربه واقعی بود." 62 از صفحات آن را منتقل کنید - *داستان بیل ویلسون و چگونگی رسیدن پیام AA به جهان*، من این جزئیات بیشتر را اضافه می کنم:

روت گفت که بیل یک روز در دفتر ظاهر شد و مراحل عملاً کامل شد. اما هنگامی که او نسخه خطی را به اعضای محلی نشان داد، بحث های داغ و بسیاری از پیشنهادات دیگر وجود داشت. جیمی بی در هر دو مرحله با ارجاعات شدید به خدا مخالفت کرد ...

و بقیه فصل های اولیه. هنک می خواست آنها را نرم بزند. اما فریتز اصرار داشت که کتاب باید آموزه های مسیحی را بیان کند و از اصطلاحات و اصطلاحات کتاب مقدس استفاده کند. روت به یاد آورد که: "فریتز طرفدار رفتن تمام راه با "خدا" بود. شما [بیل] وسط بودید. هنک برای خیلی کم بود. و من - سعی می کردم واکنش افراد غیر الکی را منعکس کنم - برای بسیار کم بودم. نتیجه این عبارت "خدا همانطور که ما او را درک کردیم" بود که فکر نمی کنم هرگز واکنش منفی زیادی در هیچ کجا داشته باشد.

بیل این تغییرات را به عنوان "امتیازاتی به کسانی که ایمان کم دارند یا بی ایمان" می دانست و آنها را "سهم بزرگ خدائاباوران و آگنوستیک های ما" نامید. آنها دروازه ما را عریض کرده بودند تا همه کسانی که رنج می برند، بدون توجه به اعتقاداتشان یا عدم اعتقاد. 63

در حالی که کتاب در حال نوشتن بود، عضویت در این گروه کوچک مست های در حال بهبودی به 100 نفر افزایش یافت. سرانجام در آوریل 1939، این کتاب منتشر شد. بلافاصله شروع به فروش نکرد. نقدی توسط هری امرسون فوسدیک، کشیش کلیسای ریورساید نیویورک، باعث فروش شد. سپس یکی از محبوب ترین برنامه های رادیویی در کشور، ما مردم، به یکی از اعضای در حال بهبودی گروه اجازه داد تا داستان خود را بگوید و به دنبال آن توضیحاتی در مورد نحوه عملکرد برنامه ارائه دهد. مجری جرال دیتز، خود کتاب را وصل کرد. نتایج کمتر از حد انتظار بود. اما کم کم مردم شروع به به اشتراک گذاشتن کلمه کتاب با کسانی کردند که ممکن بود به آنها کمک شود. تا سال 1941، اعضا به 2000 نفر افزایش یافت.

سپس در مارس 1941، موارد فوق الذکر شنبه عصر مقاله همه چیز را تغییر داد. قطعه جک الکساندر موجی از علاقه را ایجاد کرد. سفارشات کتاب صندوق پستی AA را غرق کرد. یاران AA شروع به کار کرد.

چگونه همه اینها در مورد "ما" در UA صدق می کند؟

وقتی چند فصل پیش توجهم را به موضوع وحدت معطوف کردم، از سفرم به عنوان ماجراجویی کشف مجدد و اتصال مجدد به سنگ بنایی یاد کردم که زیربنای فضای شگفت انگیز تحول معنوی ما است. و اینجاست که به خاطره ای برخورد کردم که بیشتر مرا تحت تأثیر قرار داده است.

در سال 1935 آمریکا، الکی ها واقعا افرادی بودند که می توان گفت به خوبی مرده بودند. دکتر سیلک ورث، مدیر پزشکی بیمارستان تاونز، قبلا به لونیس گفته بود که بیل به دلیل نوشیدن الکل خارج از کنترل باید در یک بیمارستان روانی بستری شود. بیل دی در اکرون در واقع مشتاقانه منتظر تعهد خود بود، زیرا در سال گذشته شش بار به دلیل مصرف بیش از حد الکل در بیمارستان بستری شده بود.

پزشکان به طور کلی از ارائه حتی ابتدایی ترین مراقبت ها به الکی ها بیزار بودند، زیرا آنها را فراتر از امید می دانستند. بیل خود تصمیم گرفته بود که خودش را تا حد مرگ بنوشد. اما او تنها یکی از ده ها هزار نفر بی شماری در سراسر کشور و جهان بود که خود را مرده می دانستند.

سپس سرانجام خبر کتاب منتشر شد. در سراسر آمریکا، الکی های منفرد - عمدتا مردان، اما زنان نیز، شروع به خواندن کتاب و "چگونه کار می کند" کردند. از 2000 در سال 1941، فرهنگ در سال 1952 به 111765 افزایش یافت.*
شگفت انگیز!!

شگفت انگیزتر از همه - همه اینها توسط "ما" انجام شد. توسط کسی از بالا کارگردانی شده بود. این کار توسط مردان و زنان انجام شد که کتاب را خواندند و در عبور، آنچه در نتیجه برای آنها اتفاق می افتاد، به دیگران.

بیل و روت با نوشتن به همه کسانی که درخواست کمک می کردند، به بهمن سوالات پستی پاسخ دادند. در نهایت بیل آنچه را که یاد می گرفت در "دوازده نکته برای اطمینان از آینده ما" تقطیر کرد. اما او اکنون در واقع AA را اداره نمی کرد. AA، اکنون، واقعا زندگی خود را به خود گرفته بود. آنچه باعث رشد انفجاری در AA می شد، خود "درمان" بود. نه خود بیل و نه دکتر باب در واقع کنترل AA را در دست نداشتند. در حال حاضر، AA در دست افراد و گروه های بی شماری از الکی ها در سراسر کشور بود.

بنیانگذاران، به همین ترتیب، دیگر هیچ یک از دارایی های AA را کنترل نمی کردند - ادبیات، کمک های مالی یا دفاتر شرکت AA. هنگامی که بیل و باب برای کمک به راکفلر مراجعه کرده بودند، مدیران آنها را متقاعد کرده بودند که قرار دادن AA در دستان هیئت امنا مشکل از چهار غیر الکی و سه الکی بهبود یافته - بنیاد الکی.

اکنون که او و باب هر دو در حال پیرتر شدن بودند و دیگر هیچ تأثیری بر نحوه اداره AA نداشتند، بیل متوجه شد که ضروری است که مطمئن شود AA به خود اعضا تحویل داده می شود.

**آن را منتقل کنید، ص، 344. من به نقل از منابع دیگر گفته ام که تا سال 1955 100,000 نفر است.*

از سال 1946 و برای چهار سال بعد، بیل به طور مداوم ایده کنفرانس خدمات عمومی به رهبری اعضا را که هیئت حاکمه واقعی AA خواهد بود، ترویج کرد. بنیاد الکلی همچنان بر امور روزمره ستاد مرکزی نیویورک، ادبیات و سایر دارایی ها نظارت می کند، اما آنها از طریق نمایندگان خدمات عمومی که به طور دموکراتیک انتخاب می شوند و کسانی که برای خدمت در طول جلسه سالانه بین الکلی ها ارتقا می دهند، تابع اداره اعضا خواهند بود و این نمایندگان در نشست سالانه کنفرانس خدمات عمومی.

ایده بیل برای این شیوه حکمرانی توسط اعضای AA درک یا قدرانی نشد و توسط متولیان پذیرفته نشد. در طول سالهایی که بیل با تأسیس کنفرانس دست و پنجه نرم می کرد، چهار معتمد غیر الکلی در اعتراض استعفا دادند.

بیل در نهایت یک متحد در معتمد به نام برنارد اسمیت پیدا کرد. هنگامی که در سال 1950، اسمیت سرانجام توانست متولیان را در مورد خرد دیدگاه بیل متقاعد کند، آنها به طور کامل ایده کنفرانس او را تأیید کردند.

اگرچه طرح کنفرانس او اکنون سرانجام چراغ سبز نشان داده شد، بیل همچنان به چالش کشیده می شد تا جزئیات توسعه رویه های سیاسی غیر خصمانه را که منجر به انتخاب مسالمت آمیز اعضای کنفرانس می شود، کار کند - به خودی خود یک معجزه. از سال 1951 تا 1954 طرح کنفرانس مورد آزمایش قرار گرفت و ثابت کرد که راه حل مورد انتظاری است که بیل آن را تصور می کرد. یکی از اولین چیزهایی که کنفرانس پیشنهاد کرد، تغییر نام "بنیاد الکلی" به "هیئت خدمات عمومی" بود - آنها گفتند که کلمه "بنیاد" ارتباط منفی با الکلی ها دارد. از این پیشنهاد و سایر پیشنهادات از این دست، متولیان تحت تأثیر خردمندی قرار گرفتند که می توانست از کنفرانس حاصل شود.

سرانجام، در سال 1955، در دومین کنوانسیون بین المللی AA، بیل AA را به اعضای آن تحویل داد. AA اکنون متعلق به الکلی ها بود. دیگر توسط والدین خود اداره نمی شد. AA "به سن بلوغ رسیده بود."

افراد ناشناس کم درآمد بالغ می شوند

نوشتن این کتاب کوچک یک ماجراجویی عالی بوده است. من واقعا نمی دانستم که "ما" در نهایت به پایان می رسد دقیقاً اینجا است - جایی که "ما" اکنون هستیم. اما منطقی است که "ما" این کار را می کنیم، اینطور نیست؟

چه بوده است؟ هفده سال از زمانی که UA برای اولین بار شروع به کار کرد. اکنون وارد اواخر نوجوانی خود می شود، بنابراین فقط می توان انتظار داشت که "ما" بپرسیم: "آیا زمان آن فرا نرسیده است که افراد کم درآمد ناشناس به سن بلوغ برسند؟" آیا "ما"؟ آیا "ما" می توانیم؟

من از برخی از دوستانمان در UA - شرکای ما در خدمت کمیته GSR - پرسیدم که برخی از افکار آنها در مورد جایی که اکنون در UA ایستاده ایم چیست؟ در اینجا، من پاسخ های آنها را به اشتراک می گذارم، نه اینکه قصد بیان نکته خاصی را داشته باشم، بلکه فقط به اشتراک گذاشتن تفکر این نمونه نماینده از رهبری ما به نظر می رسد:

یکی از همکاران GSR و رئیس سابق GSR می گوید: "UA در نوعی فروپاشی گرفتار شده است که مدتی است در حال وقوع است. این سوراخی است

که خروج از آن واقعا سخت است. متأسفانه، یاران ما بی عیب و نقص و ضد گلوله نیست.

دیگری، یک معتمد سابق، به من پیامک داد: «بخشی از مشکل این است که تعداد بسیار کمی از افراد در انجمن ما واقعا می دانند که کم درآمد نکردن به چه معناست. از آنچه می توانم بگویم، الکلی های گمنام فقط در مورد نوشیدن نیست، بلکه در مورد هوشیار شدن است، تا جایی که نوشیدن حتی یک گزینه نیست.

یکی از خدمتکاران خواهر ما که از سال 2011 در شکل گیری ادبیات UA فعال بوده است، از این واقعیت ابراز تأسف کرد که کتابچه ای که توسط هیئت مدیره در سال 2020 تصویب شده است هنوز در دسترس بورسیه نیست. او می گوید که اگرچه GSB قدیمی بخشی از فرآیند تأیید است - به نظر نمی رسد که آنها کاربردی باشند. او گفتگوی کوچک ما را با این جمله به پایان رساند: «من رهبری خدمتگزار باور نکردنی همه کمیته ها را دیده ام. من معتقدم 100 درصد که قدرت بالاتر برنامه ای دارد - HP برنامه ای دارد که خواهد بود

به موقع آشکار شد."

برادر دیگری، برادری که از سال 2015 در انجمن ما بوده است، می گوید: "مایه تأسف است که این اتفاق می افتد." او این اختلال عملکرد را به علامت کم درآمد بی درآمدی بی حوصلگی ثبات نسبت می دهد. ما فقط نمی توانیم با دوستان یا خانواده کنار بیاوریم." او می گوید که با گذشت زمان همین مسائل را با همان افراد دیده است. مردم جانبداری کرده اند."

یکی دیگر از اظهارات GSR: تعداد معدودی از افراد منتخب فکر می کنند که باید بسیاری را رهبری کنند. سنت ها به روشی که سایر انجمن ها از آنها پیروی می کنند پیروی نمی شوند. همه چیز در مورد ارتباط است و یک طرف ارتباط برقرار نخواهد کرد. من معتقدم که گاهی اوقات همه اینها حل خواهد شد. ما باید مانع راه ارتباطی را بشکنیم.

همه این دوستانی که اکنون هستند یا قبلا به عنوان GSR خدمت کرده اند، موافق هستند که یک خرابی وجود دارد. اما آنها همچنین هنوز امیدوارند که به نحوی، به طریقی، قدرت برتر یاران ما را از بین ببرند. من خودم مطمئن هستم که ما از این شکست قوی تر از همیشه عبور خواهیم کرد.

برخی از افکار خودم در مورد شکاف ما

من قبلا اشاره کردم که هنگام شرکت در کنفرانس خدمات جهانی 2018 متوجه شکاف در نحوه عملکرد UA در سطح GSB شدم. UA کاملا کنترل حاکمیت UA را در دست داشت. این مدلی نبود که بیل هنگام راه اندازی کنفرانس خدمات عمومی AA به عنوان مرجع نهایی در AA در برابر ما ارائه کرد. من به هر دو ساختار خدمات عمومی UA و AA نگاه کرده ام و نمی توانم دقیقاً مشخص کنم که اشتباه در کجا رخ داده است، اما پیشنهاد می کنم که اکنون زمان آن فرا رسیده است که عضویت UA، از طریق ژنرال ما

کنفرانس خدمات، باید به عنوان مرجع نهایی در UA راه اندازی شود، حتی همانطور که در مفهوم شماره یک در *دوازده مفهوم خدمات جهانی ما* بیان شده است:

مفهوم 1: مسئولیت و اقتدار نهایی برای خدمات جهانی ناشناس افراد کم درآمد باید همیشه با وجدان جمعی کل کمک هزینه تحصیلی ما که از طریق گروه های UA بیان می شود، باقی بماند.

مفهوم 2: گروه های UA اختیارات اداری و عملیاتی کامل را به هیئت خدمات عمومی تفویض کرده اند. گروه ها کنفرانس را صدا و وجدان کل انجمن قرار داده اند، به استثنای هر گونه تغییر در دوازده گام و سنت.

یکی از مکان هایی که در آن مکالمه می تواند برای ترسیم مجدد مرزهای GSC و GSB آغاز شود، نگاه کردن به کلمه ای است که من در مفهوم 2 برجسته کرده ام: GSB باید *مسئولانه* برای اقدامات اداری و عملیاتی GSB از طرف UA، اما *اقتدار* زیرا عملکرد آن همیشه باید توسط اعضای UA تفویض شود. هر اختیاری که GSB ممکن است تحت آن فعالیت کند، همیشه باید در صورت لزوم برای عملکرد آن، توسط اعضای "ما" UA که توسط کنفرانس خدمات عمومی منتخب ما نمایندگی می شود، اعطا شود.

من این فصل را با ارائه دو پیشنهاد دیگر به پایان می رسانم که معتقدم ما را به جایی می رساند که "ما" اعضای UA می توانیم وحدت و هماهنگی را از پایین به بالا به مشارکت خود بیآوریم.

ما را به سمت وحدت سوق می دهد

کسانی که گروه های UA ما را در جامعه بزرگتر UA نمایندگی می کنند، به عنوان نماینده خدمات گروهی ما خدمت می کنند. یکی از اولین الزامات برای خدمات به عنوان یک GSR این است که عضو با یک حامی کار می کند و حداقل مراحل یک تا پنج فرایند دوازده مرحله ای را تکمیل کرده است. آنچه من پیشنهاد می کنم این است که ما به این الزام اضافه کنیم، که اعضای GSR ما باید از رای دادن منع شوند تا زمانی که ابتدا توانایی خواندن سه پاراگراف اول *فصل اول دوازده مرحله و دوازده سنت را از حافظه نشان دهند*.

لازم است که همه ما که می خواهیم به عنوان نمایندگان خدمات گروهی خود خدمت کنیم، تسلط اساسی بر روند هوشیاری در UA داشته باشیم. بارها بیان شده است که کم درآمد مانند اعتیاد به الکل نیست و تعیین اینکه چه زمانی یک فرد کم درآمد ممکن است به حالت عود رفته باشد دشوار است. هیچ راهی وجود ندارد که تضمین کنیم که اعضای دیگر ما واقعاً به سطح عملکردی هوشیاری دست یافته اند.

بنابراین، احتمالاً تعجب نمی کنید وقتی پیشنهاد می کنم، که باید برای خدمت در سطح کنفرانس خدمات عمومی الزامی شود، که برای اینکه به GSR اجازه امتیاز رای داده شود، ابتدا نشان می دهد که در UA به پایین ترین سطح رسیده است. ساده ترین راه برای انجام این کار انجام مصاحبه ای است که در آن آنها نشان می دهند که سه پاراگراف اول را حفظ کرده اند *دوازده مرحله و دوازده سنت*. با انجام این کار، آنها ثابت خواهند کرد که با فروتنی که برای خدمت به مشارکت در این سطح بالاتر لازم است، ارتباط برقرار کرده اند.

من خودم شروع به درخواست از حامیان خود کرده ام که به من نشان دهند که آنها این قسمت ها را حفظ کرده اند. من با آنها در اتاق زوم کار می کنم تا بتوانم آنها را رو در رو ببینم. معمولاً چند هفته طول می کشد تا آنها با موفقیت این کلمات را حفظ کنند. گاهی اوقات مقاومتی وجود دارد - "نه"، "به من نگوئید چه کار کنم". اما در هر مورد، آنها به زودی می بینند که آغوش احساسی خود را در اطراف این عبارت قرار دادیم که برای اولین بار در فصل 2 با تأکید بر کلمات تحقیر مطلق ارسال کردم:

چه کسی اهمیت می دهد که شکست کامل را بپذیرد؟ البته عملاً هیچ. هر گزینه طبیعی علیه ایده ناتوانی شخصی فریاد می زند. واقعاً وحشتناک است که اعتراف کنیم که،

لیوان (کم درآمد) در دست، ما ذهن خود را به چنان وسواس برای نوشیدن مخرب (کم بودن) منحرف کرده ایم که فقط یک عمل مشیت الهی می تواند آن را از ما دور کند.

هیچ نوع ورشکستگی دیگری مانند این نیست. (کم درآمد) الکل، که اکنون به طلبکار حریص تبدیل شده است، ما را از تمام خودکفایی و تمام اراده برای مقاومت در برابر خواسته هایش خونی ریزی می کند. هنگامی که این واقعیت آشکار پذیرفته شود، ورشکستگی ما به عنوان نگرانی های انسانی کامل می شود.

اما با ورود به A.A (UA). ما به زودی دیدگاه کاملاً متفاوتی از این تحقیر مطلق داریم.

اینجاست، همانطور که ما به دنبال بلوغ در جامعه خود هستیم که به غلبه بر کمبود و کم درآمد اختصاص داده شده است که اکنون شکست کامل را می پذیریم.

من می گویم مشکل ما فقط آن چیزی نیست که برخی آن را قضاوت می کنند: رفتار دیکتاتوری GSB میراث و اقداماتی که آنها در تلاش برای کنترل UA مطابق با خواسته های خود انجام داده اند. ما باید بپذیریم که کمیته GSR ما نیز اشتباهات خود را مرتکب شده است، نه چندان هوشیارانه. این کمیته فکر می کرد که می تواند مشکلات حاکمیت ما را از طریق سیاست حل کند - یک کنفرانس خدمات جهانی برخلاف خواسته های Legacy GSB برگزار کند، GSB پاسخگو را اخراج کند و یک هیئت امنای جایگزین انتخاب کند. اکنون، آنها راه حل کاملی برای شکاف ما پیدا کرده اند - بیایید میانجیگری کنیم. شاید میانجیگری جواب دهد.

اگر این کار را می کرد، عالی نبود. اما میانجیگری احتمالاً در نهایت مشکل ما را حل نخواهد کرد. معاشرت ما ممکن است از این بحران کنونی عبور کند، اما مشکل اساسی فقط به ظاهر شدن ادامه خواهد داد مگر اینکه ما به عنوان یک فرهنگ شکست کامل را بپذیریم. ما باید همان ته هوشیاری را پیدا کنیم که "ما" در انجمن والدینمان، الکی های گمنام، برای ما ایجاد کردیم.

بازگشت به پاراگراف سه از مرحله اول گذرگاه حافظه.

ما درک می کنیم که تنها با شکست مطلق می توانیم اولین قدم های خود را به سوی رهایی و قدرت برداریم. اعتراف ما به ناتوانی شخصی سرانجام به بستر

محکمی تبدیل می شود که زندگی شاد و هدفمند ممکن است بر روی آن حجوم باشد.

تنها از طریق اعتراف به شکست نه تنها شخصی، بلکه اکنون در سراسر جامعه، می توانیم ببینیم که Underearners Anonymous سرانجام بر روی بستر محکمی که ممکن است یک جامعه شاد و هدفمند بر روی آن ساخته شود، تأسیس شود.

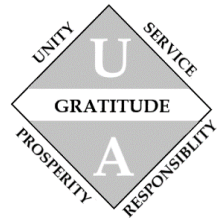
توصیه شماره دو

همانطور که در نامه 2019 خود گفتیم فصل 6، وحدت، یاران ما به ویژه در مورد بینش روشن نیست. شما این سوال را بارها و بارها از اعضای دیگر ما خواهید شنید. "چشم انداز ما دقیقاً چیست؟" بنابراین اکنون به طور غیررسمی توصیه می کنم که چشم انداز خود را انجام دهیم.

در اینجا دوباره من ایده خود را از یک لوگوی جدید و بهبود یافته ارائه می دهم - لوگوی که تمام ابعاد حیاتی گفتگوی جامعه ما را به گونه ای به تصویر می کشد که لوگوی فعلی ما به طرز بدبختی در انجام آن شکست می خورد.

وحدت

اولین جنبه ای که باید توجه ما را به خود جلب کند، وحدت است. همچنین اولین سنت UA است. "رفاه مشترک ما باید در اولویت باشد. بهبودی شخصی به وحدت UA بستگی دارد. تمرکز بر وحدت همچنین به ما کمک می کند تا خودمحوری را از بین ببریم، که بیل دلبلیو تأکید کرده بود مشکل ماست و به گفته او اگر بخواهیم زندگی هدایت شده توسط خدا داشته باشیم، باید نابود شود.



خدمات

با حرکت در جهت عقربه های ساعت در اطراف آرم خود، بعد به سرویس می آییم. من فرض می کنم که بسیاری از اعضای که پشتیبان لازم برای رسیدن به این کتاب کوچک را داشته اند، احتمالاً در سطح GSR نیز مشغول خدمت هستند - شاید به عنوان یک رئیس گروه، رئیس تجاری یا سایر افسران گروه شروع کنند. و این همه عالی است. اما از اهمیت بالایی در تأثیر بر یاران ما، خدمت ما در سطح حامی است - انتقال به یک زیرمجموعه دیگر - به صورت فردی - تجربه، قدرت و امید خودمان.

در مورد من، قبل از موافقت با پذیرفتن من، حامی خودم مطمئن شد که از من قول می گیرد که پس از اتمام مراحل خود با او، از دیگران حمایت خواهم کرد.

با نگاهی به یادداشت های نشست سالانه کنفرانس خدمات جهانی، می بینم که داشتن تعداد کافی از اعضای داوطلب برای حامی مالی حداقل از سال 2013 یک نگرانی بوده است. بنابراین، به نظر می رسد که در مقطعی، ما باید پیش فرض را افزایش دهیم و بگوییم که اعضا نمی توانند در کمیته GSR خدمت کنند اگر در حال حاضر نباشند.

حمایت از دیگران. یک الزام برای کار کردن برنامه تا سطح مرحله 5 فقط ایجاد مشکل است. زمان آن فرا رسیده است که از این نظر "به بلوغ برسیم".

مسئولیت

در فصل بعدی بیشتر در مورد مسئولیت صحبت خواهیم کرد. اما در حال حاضر، در صحبت از مشکلاتی که اکنون با آن روبرو هستیم، دوباره می پرسیم که در چه چیزی پرسیدم فصل 6، "چه کسی مسئول اشتگی ما است؟"

من گفته ام و دوباره خواهم گفت: "من مسئول هستم." من شاهد آمدن این فاجعه بودم. می توانستم ببینم که چقدر چیز غیرممکن می شود. و من رفتم. اما اکنون من بازگشته ام و مسئولیت یکی کردن همه ما را در بهبودی بر عهده گرفته ام.

و تا جایی که هر عضو UA که می خواهد در رهبری شرکت کند، همان موضع را اتخاذ می کند، "من مسئول هستم"، احتمال زیادی وجود دارد که ما از این بحران بلوغ عبور کنیم، قوی تر از همیشه. ما نمی توانیم انگشت اتهام را به سمت دیگران بگیریم و بگوییم: "آنها مسئول هستند، یا شما مسئول هر ج و مرج فعلی ما هستید." نه، همه ما مقصر هستیم - ناکارآمد - برخی بیشتر از دیگران. همه ما مقصر و هر کدام مقصر هستیم. مسئولیت پذیری، به این معنی است که هر سرزنشی را که لازم است برای کل فاجعه به عهده بگیریم. هر یک از ما باید - به طور جداگانه - مسئولیت را بپذیریم.

رفاه

برای بسیاری، رفاه مهمترین نقطه کانونی برای مشارکت آنها در UA است. و تا جایی که عضو چشمان خود را از مسائل دیگر دور نگه دارد، احتمالاً به سقوط و سوختن ادامه خواهد داد. ابزارها و بسیاری از استراتژی های موجود برای جامعه ما فوق العاده است و باید به طور کامل پذیرفته شود، اما نه به قیمت وحدت، خدمت، مسئولیت پذیری و قدردانی.

قدردانی

ما اغلب می شنویم که آن را به عنوان نگرش سپاسگزاری بیان می کنیم. من خودم ماه ها رئیس بودم. ظهر جمعه، جلسه سپاسگزاری ابراز سعادت. من هنوز هم جلسه سپاسگزاری هفتگی شخصی خودم را برگزار می کنم که در آن من و دوستانم سه دقیقه وقت می گذاریم همانطور که ما 25 چیز را نام می بریم که از آنها سپاسگزاریم. این عمل نگرش سپاسگزاری را تقویت می کند.

از روی سپاسگزاری است که چند ماه از اوقات فراغت خود را صرف جمع آوری این کتاب کوچک کرده ام. من مطمئن هستم که تلاش من به خوبی سرمایه گذاری شده است. من از UA بسیار سپاسگزارم. این یک مشارکت با شکوه امیدوارکننده است.

من همان چشم اندازی را برای UA دارم که بیل و لونیس برای AA و فرانک بوچمن برای گروه آکسفورد خود داشتند. تنها کاری که می توانم انجام دهم این است که هر کاری که لازم است انجام دهم تا نعمت هایم را به دیگران منتقل کنم. به همین دلیل است که من متعهد شده ام که نسخه کیندل این کتاب را برای همه رایگان کنم.

من همچنین تصمیم گرفته ام که بودجه لازم را برای ارسال یک نسخه چاپی، فقط با هزینه خودم، برای همه کسانی که به من کمک کرده اند تا این افکار را کنار هم قرار دهم، جمع آوری کنم. از همه شما برای هدایای گرانبهایی که به من دادید سپاسگزارم.

من مسئول هستم

فکر نمی‌کنم بتوان در مورد مسئولیت زیاد صحبت کرد. در چهارمین کنوانسیون بین‌المللی خدمات جهانی در تورنتو، بیل ویلسون این آخرین هدیه قابل توجه خود را به ما هدیه داد. در حالی که او و لوئیس دست در دست هم گرفته بودند، در مقابل جمعیتی از ده هزار الکلی که قبلاً ناامید بودند، ایستاده بودند، جمعیت را در یک اعلامیه مشترک رهبری کردند: ⁶⁴

من مسئول هستم. وقتی کسی در هر کجا برای کمک دراز می‌کند، من می‌خواهم دست AA همیشه آنجا باشد. و برای آن: من مسئول هستم.

ممکن است به نظر برسد که هر کسی که به تهیه این اعلامیه می‌پیوندد، از «ما» که فصل قبل ستایش می‌کرد، فاصله می‌گیرد، اما اینطور نیست. این در واقع تعمیق تعهد به "ما" است.

با پذیرش این اعلامیه، و تبدیل آن به بخشی از هدف مداوم خود، همه ما که این مسئولیت را به عنوان مسئولیت خود بر عهده می‌گیریم، متعهد می‌شویم که قدرت و امید تجربه "خود" را به دنیایی منتقل کنیم که در اسارت خود. "ما" این کار را به عنوان افراد مسئول انجام می‌دهیم، اما با این وجود یک "ما" نیز انجام می‌دهیم.

مسئولیت هرگز نمی‌تواند یک تلاش جمعی باشد. وقتی مردم فریاد می‌زنند "همه ما مسئولیم" می‌توانید مطمئن باشید که احتمالاً تعداد کمی در میان کسانی که این را می‌گویند وجود خواهند داشت که واقعا مسئولیت را بر عهده می‌گیرند. مسئولیت یک فعالیت فردی است. همیشه یک "من مسئول هستم" است.

من مسئول به اشتراک گذاشتن شیوه زندگی شگفت‌انگیز خود با همه کسانی هستم که آن را دریافت خواهند کرد.

به همین دلیل، من فکر می‌کنم عاقلانه است که به همه ما در Underearners Anonymous هشدار دهیم که در مورد عبارتی که هیئت موقت (GSB2) اتخاذ کرده است، "ما همه UA هستیم" بسیار جدی فکر کنیم.

کاملاً جذاب است. و این واقعیت را نشان می‌دهد که تنها شرط عضویت در UA تمایل به توقف درآمد کم است. بله، همه ما متعلق به آن هستیم - من متعلق به آن هستم و شما متعلق به آن هستید - من یک کم درآمد هستم و شما یک کم درآمد هستید. همه ما عضو هستیم - صرفاً بر اساس خواسته هایمان برای غلبه بر کمبود یا کم درآمد.

اما این چیزی کاملاً متفاوت است که اعلام کنیم، "ما همه UA هستیم." این یک عبارت جذاب خوب است، اما من کاملاً مطمئن نیستم که UA هنوز راه راه‌های خود را به دست آورده است. ما هنوز ثابت نکرده ایم که ما یک "ما" هستیم به روشی که به نظر می‌رسد آن مرحله فرض می‌کند که اعلام آن مناسب است.

من نمی‌گویم که کسی واقعا این کار را انجام می‌دهد، اما همانطور که GSB جایگزین (GSB2) اعلام می‌کند "ما همه UA هستیم"، ممکن است کمی "پرستار بچه، پرستار بچه، بو" وجود داشته باشد که به سمت GSB قدیمی (GSB1) هدایت می‌شود.

GSB قدیمی مانند همه ما کم درآمد هستند. ما باید در گفتن این موضوع بسیار صبور و درک کنیم. آنها، درست مانند همه ما، درگیر همان سفر دشوار به پایین مطلقاً تحقیرآمیز ما هستند. با همه ما صبور باشید.

بستن انتهای شل

من از مسئولیت خود در قبال خوانندگان کوشا تر خود طفره می روم اگر به دو مورد که بیش از کمی توجه به آنها جلب کرده ام پایان ندهم.
اولین مورد دیدگاه بیل دبلیو از کمال است.
این کاملاً واضح است - حتی با تمام اقداماتی که برداشته ایم، خدمتی که ارائه می دهیم، و تمام تلاش هایی که برای تبدیل اراده و زندگی خود به مراقبت از قدرتی بزرگتر از خودمان - که داریم هنوز به جایی نرسیده ایم که بتوانیم ادعای کمال داشته باشیم.

شاید زمان آن فرا رسیده است که بینش فرانک بوخن را بررسی کنیم - دیدگاهی که احتمالاً فقط در میان ما طنین انداز خواهد شد که قدرت برتر ما را در عیسی مسیح می یابند.
من حتی اکنون این را به اشتراک نمی گذاشتم، اگر این واقعیت نبود که این چشم انداز در DNA فرهنگ دوازده مرحله ای ما ساخته شده است. من مطمئن هستم که در حالی که فصل بعدی ممکن است برای بسیاری از اعضای که آن را می خوانند منطقی نباشد، من مطمئن هستم که تعداد قابل توجهی از کسانی که در سنت مسیحی بزرگ شده اند، در آن پاسخی به این سوال خواهند یافت که "کمال چیست؟"

من به هیچ وجه قصد ندارم به کسانی که حس متفاوتی از قدرت برتر یا درک متفاوتی از وحدت و تنوع دارند، توهین کنم. من فقط قصد دارم این بینش را برای کسانی از ما که برای آنها طنین انداز است و آن را به گونه ای در آغوش می گیریم و از آن استفاده می کنم که برای آنها و همه کسانی که برای خدمت به آنها فراخوانده شده اند، برکت باشد. در اینجا، من دوباره دیدگاه فرانک را برای فضایی که کل فرهنگ دوازده مرحله ای در آن جمع می شود، به اشتراک می گذارم:

من می خواهم همه احساس کنند که سهمی دارند زیرا از موهبت گرانمایی که از طریق گروه آکسفورد به آنها و من رسیده است سهمی دارند آنها می توانند این هدیه را با پیشبرد فلسفه ای که برای یک بحران جهانی مناسب است و سرانجام ملت ها را به عصر طلایی منتظره می رساند که با بزرگترین انقلاب تمام دوران که به موجب آن صلیب مسیح آغاز شده است، به بهترین وجه تداوم بخشند ... جهان را دگرگون خواهد کرد.⁶⁵

چه بخواهیم و چه نخواهیم، بررسی ریشه های تاریخی ما نشان می دهد که تجربه ای که به یکدیگر منتقل می کنیم، همه با بعد از ظهر فرانک بوخن در کسویک آغاز شد.

با این حال من نیستم

... وقتی نگرش یا مکان را در نظر می گیرید
از مرگ، خدا متعهد می شود که در آن قرار دهد
شما هر آنچه را که او از شما می خواهد.
خاتم جسی پن لوئیس

کنفرانس کتاب مقدس که فرانک بوخنر در آگوست ۱۹۰۸ در آن شرکت کرد، از سال ۱۸۷۵ هر تابستان در کسویک، در ساحل شمالی درونت واتر در منطقه دریاچه انگلستان برگزار می شد. شرکت کنندگان که خود را به عنوان "کنوانسیون برای دستیابی به قدوسیت عملی" معرفی می کنند، به درستی فرض می کنند که این آموزه ای در مورد کمال معنوی است. کمال، همانطور که بارها گفته ام، در آن زمان بحث برانگیز بود، حتی مانند اکنون. فرانک با موضوع کنوانسیون آشنا بود. او در طول سال های کالج خود در جلسات D.L. Moody's Northfield Massachusetts شرکت کرده بود. اگرچه اکثر مجریان نورثفیلد از افراد همیشگی کسویک بودند، اما فرانک به نحوی هرگز اهمیت واقعی پیام کسویک را درک نکرده بود - همانطور که اغلب در مورد مردم اتفاق می افتد:

... ببینند که نمی بینند و می شنوند
نه می شنوند و نه می فهمند.
متی 13: 13

ممکن است اعماق خاتم پن لوئیس بوده باشد رویارویی شخصی خود با صلیب مسیح این او را تحت تأثیر قرار داد، اما به هر حال اتفاق افتاد، همانطور که به صحبت خود ادامه می داد، سرانجام نور بر حقیقت شگفت انگیزی که از دید او پنهان شده بود، تابید، اگرچه برای همیشه در آنجا در معرض دید عموم ایستاده بود:

ما به یک «نقطه ثابت» نیاز داریم که به عنوان یک مرکز و یک هدف عمل کند، و آن «نقطه» در تاریخ جهان - بازگشت به اعصار قبل از آن، و به جلو به اعصار بعد - صلیب است از کالواری. این محور اصلی معامله با خدا است با جهان از هر جنبه. به این دلیل است که ما مسیحیان از «نقطه ثابت» صلیب دور می شویم که به انواع بن بست ها سرگردان می شویم، جایی که تعادل و چشم انداز درست حقیقت را از دست می دهیم.

بنابراین ما باید توسط روح القدس آورده شویم به جایی که متوجه می شویم چیزی در خود نداریم که بتوان آن را "بهبود" داد، و مایل به آمدن به آن صلیب هستیم، و بگوییم "هنگامی که او به جلجتا رفت، او گناهکار را نیز گرفت." ای فرزند شکست خورده خدا، این واقعیت ساده ایمان را در سخنان او در نظر بگیرید که شما با مسیح مردید بر صلیب خود؛ که شما در مرگ او تعمید یافتید - درست در او قرار دهید و از دید دفن کنید - و در آنجا خود را ترک کنید، حساب کنید که برای گناه مرده اید، و تا آنجا که به شما مربوط می شود، آن را تمام کرده اید. پس در رستخیز با او اتحاد کنید. که در او زندگی تازه ای دارید. اگر

آن را به طور خلاصه بیان کنیم، ممکن است بگوییم که وقتی نگرش یا مکان مرگ را در نظر می گیرید، خدا متعهد می شود که هر آنچه را که از شما می خواهد در شما قرار دهد. چه انجیل برای مردم! بگذارید آن را به آنها بدهیم. این به راستی یک بشارت مژده است - صلیب - محل پیروزی بر گناه و همچنین محل آشتی با خدا.⁶⁶

پیام بانوی واعظ در آن روز، بوچمن را برای همیشه تغییر داد زندگی:

این احساس پر جنب و جوشی را در من ایجاد کرد، گویی یک جریان قوی از زندگی ناگهان در من ریخته شده است و پس از آن حس گیج کننده ای از یک تکان بزرگ معنوی ایجاد شده است. دیگر این احساس اراده تقسیم شده، هیچ حس محاسبه و استدلال، ظلم و درماندگی وجود نداشت: موجی از احساسات قوی، به دنبال اراده تسلیم شد، در درون من برخاست... و به نظر می رسید که بلند می شود

روح من از لنگرگاه خودخواهانه اش که آن را از ورطه بزرگ و پراکنده تا پای صلیب حمل می کند.⁶⁷ و... حس واضحی از تجربه کفار به زندگی من وارد شد. و من آن خدمت را با آگاهی از داشتن پاسخ کامل به تمام مشکلات و گناهانم ترک کردم. صدای باد آسمان را شنیدم. از روی من و از میان من گذشت و من مرد دیگری از آن مکان بیرون رفتم.⁶⁸

چه چیزی بود که فرانک را در آن بعد از ظهر یکشنبه عمیقاً تحت تأثیر قرار داد؟ پیامی که خانم پن لوئیس در آن روز ارائه کرد با پیامی که بیشتر در کلیساهای مسیحی در فرهنگ غربی ما شنیده می شود متفاوت بود. معمولاً، پیام صلیب به عنوان - آنچه که به عنوان کفار جایگزینی نامیده می شود - ارائه می شود - عیسی بر روی صلیب جلجتا به جای ما گناهکارانی که کاملاً مستحق مرگ برای گناهان ما هستیم - عیسی گناهان تمام بشریت را بر عهده گرفت، به جای ما به عنوان جانشین ما می میرد. بنابراین فرد نجات یافته باید سپاسگزار باشد و بهتر عمل کند تا نشان دهد که از کاری که عیسی برای او انجام داده است قدردانی می کند.

آنچه در مورد پیام کسویک متفاوت بود این بود که تأکید اصلی کل کنفرانس این درک بود که وقتی مسیح در جلجتا مرد، ما نیز با او مردیم همانطور که در توضیح داده شده است. رومیان فصل 6، آیات 3-11.

یا نمی دانید که به تعداد ما که در مسیح عیسی تعمید یافتیم، در مرگ او تعمید یافتیم؟ 4 پس ما با او به تعمید به موت دفن شدیم تا چنانکه مسیح به جلال پدر از مردگان برخاست، ما نیز در حیات تازه رفتار کنیم. 5 زیرا اگر در شباهت موت او با هم متحد شده باشیم، هراینه ما نیز به صورت قیامت او خواهیم بود، 6 و این را میدانیم که پیرمرد ما با او مصلوب شد تا بدن گناه از بین برود و دیگر برده گناه نباشیم. 7 زیرا که مرده از گناه آزاد شده است. 8 و اگر با مسیح مردیم، ایمان میآوریم که با او نیز زندگی خواهیم کرد، 9 و میدانیم که مسیح که از مردگان برخاسته است، دیگر نخواهد مرد. مرگ دیگر بر او سلطه ندارد.

۱۰ زیرا مرگی که مرد، برای گناه یک بار برای همیشه مرد؛ اما حیاتی که زنده است، برای خدا زندگی می کند. 11 شما نیز خود را مرده میدانید. ... NKJV

تفاوت: این کتاب مقدس که کانون اصلی کنوانسیون کسویک بود، اعلام می کند که ما نیز 2000 سال پیش با مسیح بر روی صلیب مردیم - یک رویداد زمانی در زمان - اما همچنین مرگی که برای همیشه در اکنون ابدی تجربه می شود. قدیس پولس این حقیقت را بارها و بارها اعلام می کند:

خود را مرده بدانید.

رومیان 6:11 KJV

شما مرده اید و زندگی شما با مسیح در خدا پنهان است.

کولسیان 3:3 KJV

تا او را بشناسم، و قدرت رستائیز او، و مشارکت رنجهایش را که تا مرگش سازگار است، بشناسم.

فیلیپیان 3:10 KJV

رسول تمام اعلامیه خود را از مرگ ما در مسیح خاتمه می دهد، وقتی که موقعیت خود را به عنوان کسی که با مسیح مصلوب شده است، اعلام می کند:

من با مسیح مصلوب شدم، با این حال زنده هستم، ولی نه من.

غلاطیان 2:20 KJV

سه کلمه آخر، "هنوز من نیستم" از یونانی ترجمه شده است: *ouk éti ego* یا/ما نه نفس. گرفتن موقعیت مرده بودن در مسیح به معنای اتخاذ موقعیتی است که ما را از نفس آزاد می کند، خود.

با مراجعه به فصل 4، منابع خود، به یاد می آوریم که آدم گناهکار بلافاصله به یک چشم بدون جسم تبدیل می شود، به همان روشی که افلاطون خود منطقی را به عنوان "چشم روح" بدون جسم فرض می کند.

با همذات پنداری با مسیح در مرگ او، ما بدن مسیح می شویم. ما به بدنی تبدیل می شویم که مصلوب می شود، بدنی که دفن می شود، و بدنی می شویم که به عنوان بدنی رستائیز شده دوباره به زندگی جدید برمی خیزد.

این تمایز توسط سنت پل کاملاً روشن شده است زیرا او آنچه را که برای وجود تجسم یافته ما در هنگام مرگ اتفاق می افتد توصیف می کند:

رستائیز مردگان نیز همینطور است. در فساد کاشته می شود. در فساد مطرح می شود: 43 در بی آبرویی کاشته می شود. در جلال برمی خیزد: در ضعف کاشته می شود. در قدرت برافراشته است: 44 بدن طبیعی کاشته می شود.

یک بدن روحانی برپا شده است. یک بدن طبیعی وجود دارد و یک بدن معنوی وجود دارد. اول قرن‌تین 15: 42-44 KJV

هیچ خود بدون بدن وجود ندارد. این "من" بدون جسم مطلق داستانی است که افلاطون ساخته است و سپس از اولین مدافع ایمان مسیحی به طرز تفکر ما وارد شد.

کسویک به سادگی آنچه را که در نهایت در مورد حقیقت کتاب مقدس کشف شده بود، به کار می برد، زمانی که اصلاحات به ایمانداران امکان دسترسی به کتاب مقدس را داد و به آنها اجازه می داد متون را کاوش کنند و این جواهرات پنهان حقیقت را کشف کنند.

کاری که فرانک بوخن انجام داد این بود که این مکاشفه شگفت انگیز را گرفت و مطمئن شد که در آخرین نسخه مسیحیت فرقه ای قرار نمی گیرد. او اطمینان حاصل کرد که آموزه هایش توسط - دوگانه ها به عنوان اعضای رسولی بدن مسیح عمل می کنند.

زندگی به عنوان بدن

... بنابراین ما، که بسیار هستیم، در مسیح یک بدن هستیم و به طور جداگانه اعضای یکدیگر هستیم.

رومیان 12: 5-6 NKJV

اکنون شما بدن مسیح هستید و به طور جداگانه اعضای آن هستید. اول قرن‌تین 12: ESV 27

بیل ویلسون، بدون شک، ایده نابودی خودمحوری و جمع آوری به عنوان "ما" را از گروه آکسفورد انتخاب کرد. اما پس از آن پاکسازی کرد الکی های گمنام از هر زبان مسیحی که به خواننده حتی اشاره ای به این بدهد که چگونه باید سرانجام خودمحوری مرگبار خود را از بین ببریم.

ما نمی توانیم بیل را به خاطر این موضوع سرزنش کنیم. او سعی می کرد الکی ها را نجات دهد و می دانست که اجازه دادن به AA برای مذهبی شدن بیش از حد آن را از بین می برد.

اما اکنون، آن دسته از ما که عمیقاً به پایین می رسیم، بسیار سپاسگزاریم که مکانی امن برای جمع شدن در "اتاق های افراد کم درآمد ناشناس" پیدا کرده ایم.

شاید UA هرگز به سن بلوغ نرسد - و این خوب خواهد بود. اکنون برای ما، این یک فضای پر برکت و امن است.

ممکن است این فضایی که در آن به ما آزادی ورود و غلبه بر زیرین خود داده شده است، فضایی باشد که در آن بینش فرانک بوخن سرانجام می تواند «به سن رسید» باشد.

برای شما مرده اید، و زندگی خود را است
با مسیح در خدا پنهان شد.
کولسی 3:3 KJV

تمرین حضور

از طریق دعا و مدیتیشن به دنبال بهبود
تماس آگاهانه ما با خدا همانطور که فهمیدیم
خدا، فقط برای شناخت خدا دعا می کند
اراده برای ما و قدرت انجام آن.
افراد کم درآمد گام یازدهم ناشناس

ما حضور خدا را به صورت روزانه تمرین می کنیم.
آنچه ما از گروه آکسفورد به دست آوردیم و سپس حفظ شد و به ما منتقل شد، چیزی است
که می توانیم به عنوان حقیقت موقعیتی فکر کنیم.
ما بدن هستیم.

من بدن هستم، شما بدن هستید، ما بدن هستیم.
ما خود یا متفکر نیستیم.

ما شکست کامل را پذیرفته ایم. تحقیق را که از اعتراف به ناتوانی کامل ما در برابر
اجبار هایمان ناشی می شود و اراده ها و زندگی خود را به طور کامل به مدیریت خدا تسلیم کرده
ایم.

ما اکنون "ما" هستیم. جامعه ای در حال بهبودی. اگر مسیحی هستیم، می توانیم موقعیت
جدید خود را در جهان بودن به عنوان بدن مسیح نیز در نظر بگیریم.
صبح و عصر، ما تمرین می کنیم که موضع خود را اعلام کنیم: (برخی * فقط باید توسط مسیحیان
در میان ما صحبت شود):

من بدن هستم
من سر نیستم
من خودم نیستم
من بدن مسیح هستم*
من هیچ نیستم
من مرده ام
من دفن شده ام*
من برانگیخته ام*
من در مکان های آسمانی نشسته ام*
من با مسیح مصلوب شده ام، با این حال زنده هستم*
من هنوز نیستم*

من یک کم درآمد سپاسگزار هستم
من یک زیرمجموعه سپاسگزار هستم

خدایا، به من بگو چه کار کنم و به من قدرت بده تا آنچه را که به من می‌گویی انجام دهم.

همانطور که ما به تمرین روزانه این حقایق موقعیتی ادامه می‌دهیم، با گذشت زمان، صدای آرم که هراکلیتوس از آن صحبت کرد - روح القدس همانطور که عیسی از آن صحبت کرد - قدرت برتر ما به عنوان بیل دبلیو و اعضای بنیانگذار AA آمدند تا آن را بنامند.

ممنون خدایا.

آن را منتقل کنید

داشتن یک بیداری معنوی در نتیجه
در این مراحل، سعی کردیم این پیام را به
افراد کم درآمد اجباری و تمرین
این اصول در تمام امور ما.
UNDEREARNERS ناشناس گام دوازدهم

بزرگترین سرمایه گذاری ممکن در زمان و استعدادی که می توانم انجام دهم این است
که آن را در قلب و زندگی افرادی سرمایه گذاری کنم که به دنبال فرصتی برای بیرون آمدن از
مخفیگاه به Underearners Anonymous می آیند.
من تاریخ موجود در اینجا، ایده ها و تجربه ای را که الهام بخش این کتاب بوده است، به
شما منتقل می کنم، همانطور که همه آن آزادانه به من داده شده است.
آن را منتقل کنید.

کتابشناسی

تمام منابع کتاب مقدس، مگر اینکه خلاف آن ذکر شده باشد، عبارتند از برگرفته از:

نسخه کینگ جیمز (KJV) که در مالکیت عمومی است و این کینگ جیمز جدید (NKJV) کتاب مقدس برگرفته از جدید نسخه® کینگ جیمز. کپی رایت © 1982 توسط توماس نلسون. با اجازه استفاده می شود. تمامی حقوق محفوظ است.

الکلی های گمنام

دوازده مرحله و دوازده سنت الکلی ناشناس.

آن را منتقل کنید

الکلی های ناشناس به سن بلوغ می رسند

اسم من بیل است، سوزان چپور

در دم یک دنباله دار (بیوگرافی فرانک بوخمن) گارث ناب

درباره Underearners Anonymous جزوه

	خدا، 2، 6، 9، 11، 19، 21، 23، 24، xii، 50، 49، 48، 45، 44، 39، 29، 25، 70، 66، 56، 55، 54، 53، 52، 51، 87، 83، 82، 81، 80، 77، 76، 75، 128 قدرت بالاتر، 9، 36، 44، 58، 66، 80، 72، 70 انگور، 6
A	
AA، 6، 141 اعتیاد معتاد، 97 الکی های گمنام، xi، چهاردهم، 6، 81 AA، 90 آگوستین، 47 ساله	
B	
بودن بودن، بودن، 28 بوخمن، فرانک، 128	هراکلیتوس، 44 روح القدس، 75، 128 فروتینانه، 18، 23 تحقیق تحقیق مطلق، 15، 16، 18، 19، 20، 56، 49، 37، 23، 22، 21، 119، 71، 65 فروتی، 4، 12، 18
C	
جلجتا، 128 مسیح، سیزدهم، 75، 94، 97، 126، 128، 127 ایجاد یک دنیای هوشیار، 94، 95 صلیب، 128	
D	
مرگ، 128 تصمیم، 49، 50، 51، 56، 76 نامیدی، 37	
F	
کمک هزینه تحصیلی، 6	
G	
هیئت خدمات عمومی، 6 کمیته نمایندگی خدمات عمومی GSRC، 4، 8، 18، 61، 71	نیچه، فردریش نیچه، 20، 67 هیچ چیز، 26، 28
	H
	K
	Kierkegaard, Søren, 141
	L
	لوگو، 44
	M
	عضو، 5
	N

O

وسواس، 24
گروه آکسفورد، 15، 14، 4، xii، xiii،
25، 27، 53، 63، 74، 75، 76،
77، 78، 83، 84، 126

P

پارمنیدس، 42، 44
پن لوئیس، 127
کمال، 82، 95
افلاطون، 41، 42، 43، 44، 45، 46

S

علوم پایه، 28، 31
علوم پایه، 28
گناهان، 129
اسمیت، دکتر باب
باب، 63 ساله
دکتر رابرت اسمیت، 63

سقراط، 41

بیداری معنوی، 81، 78، 65، V

T

تیلور، چارلز، 47
روایات، 6

U

افراد کم درآمد ناشناس
UA، 93
وحدت، 36، 59، 63، 64، 68، 69،
82، 70

W

اراده به قدرت، 82
ویلسون، سیزدهم
ویلسون، بیل، یازدهم، 6
ویلسون، بیل، 94

- 1 مل بی. شراب جدید: ریشه های معنوی جنبش دوازده قدمی، هازلتن، 1991، ص 167.
- 2 همان.
- 3 مردی که فرانک برای اجرای رویای خود انتخاب کرده بود، پیتر هاوارد، تنها چهار سال از او جان سالم به در برد. کسانی که کار درگذشت پیتر هاوارد را به ارث بردند، آماده انجام صحیح اهداف بنیانگذار نبودند. خوشبختانه، بینش بوخن از بین نرفته است. در طول سال ها کسانی از ما بوده اند که در قلب خود زنده نگه داشته ایم، دیدگاه فرانک بوخن در حال تغییر جهان و اعتماد او به قدرت صلیب برای تغییر جهان.
- 4 گارث لین، در دم یک دنباله دار، ص. 531.
- 5 آن را منتقل کنید، AA خدمات جهانی، ص. 305.
- 6 همانجا، ص. 306.
- 7 همان.
- 8 وقتی این را در سال 2011 نوشتم، در مورد نقش های متمایز کنفرانس خدمات عمومی و GSB آگاهی نداشتم.
- 9 سوزان چیور، *اسم من بیل* است، مطبوعات میدان واشنگتن، نیویورک 2004، ص. 212.
- 10 من این نظرات را در مورد خود بی نهایت در کتاب "هیچ" خود گنجاندم. ص. 67-68 "یکی از زیربنای روان پریشی اشتغال به فرار به امکان بی نهایت است. من سعی خواهم کرد با اضافه کردن دو مشاهده از نیوغ شناخته شده روانشناس، سورن کی پرگارد، این موضوع را روشن کنم زیرا خویشتن سنتزی است که در آن متناهی عامل محدود کننده و نامتناهی عامل انبساط است. بنابراین ناامیدی بی نهایت خیالی و بی حد و حصر است. انسان به جای احضار امکان به ضرورت، امکان را دنبال می کند و سرانجام نمی تواند راه بازگشت به خود را پیدا کند. در حال حاضر یک نسل کامل یا بیشتر وجود دارد که بی نهایت کانتی/هگلی/نیچه/هرا- کلیتی را نوشیده اند کول اید و اجبار خود را برای ادامه نوشیدن الکل ایجاد کرده اند - ناامیدانه به دنبال دفع "ناامیدی بی نهایت" هستند. آنها مسحور شدن بی نهایت (پیشرفت/تغییر) شده اند و اکنون کاملاً از ضرورت خارج شده اند. اگر آنها فقط می توانستند ببینند که هیچ نیستند - تا ابد هیچ - شاید می توانستند هوشیار شوند و خود را تجربه کنند، نه به عنوان موجودی بی نهایت بلکه جاودان. ...
- 11 بحث لوایح 1954
- 12 دوازده قدم و دوازده سنت، ص 75
- 13 لاغر، ص. 75
- 14 هایدگر، مارتین، «متافیزیک چیست؟»، ترجمه د. ف. کرل، در D. F. Krell (ویراستار) مارتین هایدگر: نوشته های اساسی، هارپر کالینز، نیویورک، 1993، ص. 108. هایدگر به هگل ارجاع می دهد (علم منطق، جلد 1 ورکه سوم، 74)
- 15 همانجا، ص. 109.
- 16 همانجا، ص 96
- 17 همانجا، ص. 109.
- 18 ماهیت ماده، سخنرانی در فلورانس، ایتالیا (۱۹۴۴) (از Archiv zur Geschichte der Max-Planck-Gesellschaft, Abt. Va, Rep. 11 Planck, Nr. 1797).
- 19 پیتر کینگزلی، واقعیت، ص. 60.
- 20 همان.

- 21 من پیشنهاد می‌دهم. پ. 163.
- 22 چارلز تیلور ، منابع خود ، انتشارات هاروارد ، کمبریج ، 1989 ، MA ، ص. 118 عدد
- 23 ویل دورانت، *داستان فلسفه* ، سایمون و شوستر، نیویورک، نیویورک، 1953، ص. 14
- 24 افلاطون ، سمپوزیوم ، 175b.
- 25 افلاطون ، تیمائوس ، 90b-c.
- 26 جیمز میلر ، *زندگی های مورد بررسی* ص. 69
- 27 چارلز تیلور، ص. 127 عدد
28. همان.
- 29 ایده های بزرگ انسان غربی، ویکتور هوگو
- 30 پس از خروج از کلیسای کوچک در آن روز، او با مرد جوانی برخورد کرد که دانشجوی سال اول آکسفورد بود. او پیام را همانطور که از خانم پن لوئیس دریافت کرده بود به اشتراک گذاشت و مرد جوان نیز تغییر کرد. این اولین باری است که فرانک شخصی را می بیند که با یک پیام کوتاه اینقدر قدرتمند بازگشت کرده است.
- 31 فرد غیرروحانی با دفترچه یادداشت، "گروه آکسفورد چیست؟" آکسفورد انتشارات دانشگاه، 1933، موجود در www.stepstudy.org، ص. 6.
32. همانجا، ص 9. g.
- 33 https://en.wikipedia.org/wiki/Oxford_Group
- 34 لایان، همانجا، ص. 141.
- 35 سوزان چیور ، *اسم من بیل* است ، مطبوعات میدان واشنگتن ، نیویورک ، نیویورک ، 2004 ص 45
- 36 مقاله کارولین دورلاچر در فصل اول می گوید 2006، اما تاریخچه UA در ویکی پدیا می گوید که اندرو اولین جلسه UA را در 3 اکتبر 2005 برگزار کرد
- 37 کم درآمدی چیست؟ در درباره UA
- 38 بازیابی در UA چیست؟ در درباره UA
- 39 *الکلی های گمنام* ، ص. 153
- 40 UA چگونه کار می کند؟ در درباره UA
- 41 *دوازده مرحله و دوازده سنت*، الکلی های گمنام خدمات جهانی، نیویورک ، نیویورک 1953 ، ص. 68
- 42 *الکلی ناشناس*، ص 60
- 43 *دوازده قدم و دوازده سنت*، ص. 68 قبل از استفاده از این نقل قول مجبور شدم دو بار فکر کنم.
- 44 کلمه مطلق در فهرست صفحات 14 و 25 نشان داده می شود اما به چهار مطلق اشاره نمی کند.
- 45 - <https://silkworth.net/alcoholics-anonymous/the-four-absolute-standards-of-Jesus> / این پیوندی به بحث دیک بی در مورد منبع مطلق ها همانطور که فرانک بوخمن آنها را از کاربرد پروفیسور الهیات هاروارد هنری بی رایت از اصول عیسی رابرت اشپر دریافت کرده است.
- 46 [/silkworth.net/alcoholics-anonymous/four-absolutes-4](https://silkworth.net/alcoholics-anonymous/four-absolutes-4)
- 47 ص 82-83
- 48 همان
- 49 *الکلی های گمنام* ، ص. 58

50 همان، ص 567-8 تجربه معنوی: اصطلاحات «تجربه معنوی» و «بیداری معنوی» بارها در این کتاب استفاده شده است که با مطالعه دقیق نشان می دهد که تغییر شخصیتی کافی برای بهبودی از اعتیاد به الکل در میان ما به اشکال مختلف خود را نشان داده است. با این حال این درست است که چاپ اول ما به بسیاری از خوانندگان این تصور را داد که این تغییرات شخصیتی یا تجربیات مذهبی باید ماهیت تحولات ناگهانی و تماشایی باشد. خوشبختانه برای همه، این نتیجه گیری اشتباه است. در چند فصل اول تعدادی از تغییرات ناگهانی انقلابی شرح داده شده است. اگرچه قصد ما ایجاد چنین برداشتی نبود، اما بسیاری از الکی ها به این نتیجه رسیده اند که برای بهبودی باید یک "خدا" فوری و طاقت فرسا به دست آورند-هوشیاری "دنبال شد به یکباره با تغییر گسترده در احساس و دیدگاه. در میان ما به سرعت

عضویت فزاینده هزاران الکی از این قبیل انتقالات، اگرچه مکرر هستند، به هیچ وجه قاعده نیستند. بیشتر تجربیات ما همان چیزی است که روانشناس ویلیام جیمز آن را "تنوع آموزشی" می نامد زیرا در طی یک دوره به آرامی رشد می کند

زمان. اغلب دوستان تازه وارد مدت ها قبل از اینکه خودش باشد از تفاوت آگاه هستند. او سرانجام متوجه می شود که دستخوش تغییر عمیقی در واکنش خود به زندگی شده است. که چنین تغییری به سختی می تواند به تنهایی توسط خود او ایجاد شود.

آنچه اغلب در عرض چند ماه اتفاق می افتد به ندرت می توانست با سال ها انضباط شخصی انجام شود. به استثنای چند مورد، اعضای ما متوجه می شوند که از یک منبع درونی غیرمنتظره استفاده کرده اند که در حال حاضر آن را با تصور خود از قدرتی بزرگتر از خودشناسایی می کنند. بیشتر ما فکر می کنیم که این آگاهی از قدرتی بزرگتر از خودمان، جوهر تجربه معنوی است. اعضای مذهبی تر ما آن را "خدا" می نامند-هوشیاری. "با تأکید بیشتر مایلیم بگویم که هر الکی که بتواند صادقانه با مشکلات خود در پرتو تجربه ما روبرو شود، می تواند بهبود یابد، به شرطی که ذهن خود را به روی همه مفاهیم معنوی بسته نکند. او را فقط می توان با نگرش عدم تحمل یا انکار خصمانه شکست داد. ما متوجه می شویم که هیچ نیازی به مشکل با معنویت برنامه ندارد. تمایل، صداقت و ذهن باز از ملزومات بهبودی هستند. اما اینها ضروری هستند

51/الکی های گمنام ص. 64

52 <https://simplypsychology.org/Erik-Erikson.html>

53 زبان های شناختی:

- استر اتریست (هدیه اداری) (چشم انداز جهانی، برنامه استراتژیک): فیلتر - "برنامه شما چیست؟"
- معلم (هدیه آموزشی)، فیلتر - "آیا من به این علاقه دارم؟"
- تولید کننده (هدیه دادن) (ساخت و مدیریت منابع)، فیلتر - "آیا شما مدیریت خود را منابع؟"

زبان های احساسی:

- پاسخ دهنده (هدیه رحمت) (ترجیح می دهد بداند چقدر بیشتر از آنچه می دانید اهمیت می دهد)، فیلتر - "آیا اهمیت می دهید؟"
- نصیحت (هدیه نصیحت) (تشویق کننده، فروشنندگان، سیاستمداران. قول بیش از آنچه آنها می توانند انجام دهند)، فیلتر - "آیا ما با هم ارتباط برقرار می کنیم؟"

زبان های جنبشی:

- حرکت دهنده (هدیه نبوی)، (پیشگامان؛ آنها بیشتر شروع می کنند تا بتوانند تمام کنند) فیلتر - "آیا به قول خود عمل می کنید؟"
- انجام دهنده (هدیه خدمات)، (سرویس، انجام)، فیلتر - "آیا سهم خود را انجام می دهید؟"

-
- 54 *Alcoholics* ناشناس ص. 64
55. برگه موجودی رنجش، www.soberworld.com/resentments4column.pdf
56. اندرو دویچ، خود را بدون محدودیت بسازید، یک استراتژی برای برنده شدن در تمام زمینه های زندگی خود، © 2020، www.andrewdeutsch.net فصل 6 موزه می گوید.
- 57 متی NKJV 29-5:27
- 58 مرحله چهارم، ص. 48
- 59 چپور، ص. 129
- 60 همان
- 61 آن را منتقل کنید - داستان بیل ویلسون و چگونگی رسیدن پیام AA به جهان ص 172
- 62 چپور صفحه 152
- 63 آن را پاس کنید صفحه 199
- 64 جزئیات بولتن بورس AA در آگوست / سپتامبر 1965
- https://www.aa.org/sites/default/files/newsletters/en_box459_aug-sept65.pdf
- 65 لاغر، ص. 351
- 66 جسی پن لونیس، مرکزیت صلیب.
- <https://www.knowing-jesus.com/wp-content/uploads/Jesse-Penn-Lewis-Centrality-of-the-Cross.pdf>
- 67 لاغر، ص. 31
- 68 پیتر هاوارد، راز فرانک بوخن، شرکت Doubleday & Company، نیویورک، نیویورک 1961، صفحه 24-25.