

En gemenskap som fungerar



En liten informations- och bakgrundsskrift om
AA, Anonyma Alkoholister

Anonyma Alkoholister i Sverige

AA – Anonyma Alkoholister

är en gemenskap av män och kvinnor som delar sina erfarenheter, sina förhoppningar och sin styrka med varandra för att söka lösa sitt gemensamma problem och hjälpa andra att tillfriskna från alkoholism. Det enda villkoret för medlemskap i AA är en önskan att sluta dricka.

AA kräver inga inträdes- eller medlemsavgifter. Vi är självförsörjande genom egna frivilliga bidrag.

AA har ingen anknytning till någon religion, politisk organisation eller institution, ej heller till annan rörelse av något slag. Vi deltar inte i offentliga debatter och framträder varken som förespråkare för eller motståndare till något annat.

Vårt främsta syfte är att hålla oss nyktra och hjälpa andra alkoholister att uppnå nykterhet.

Rätten till texten ovan innehas av AA Grapevine Inc.

Den återges med innehavarens tillstånd.

Copyright © 2007
AA i Sverige, Stockholm
Texten reviderad 2011
2014

En gemenskap som fungerar

År 2006 fyllde Anonyma alkoholister i Sverige 50. För oss som lever tjugofyra timmar i taget är detta naturligtvis en aktningsvärd ålder. Men det ligger i sakens natur att vi inte firar detta faktum med storslagna ord och stora arrangemang. I stället är det en anledning för oss att demonstrera vår tacksamhet och samtidigt göra de många alkoholister som ännu inte funnit vägen till AA uppmärksamma på att vi existerar och att AA fungerar. Med denna skrift vill vi ge en koncentrerad bild av AA i dag, i Sverige och världen, presentera en del information om vår gemenskap och inledningsvis, med tanke på alla de år som gått, berätta om hur det hela började – inte enbart i Sverige utan också i USA för drygt 70 år sedan.

Alkoholism – en sjukdom

Alkoholisten har i alla tider betraktats som en belastning i samhället – en individ utan karaktär och viljestyrka som saknar moral och inte kan ta hand om sig själv. Det var först framåt mitten av förra seklet, efter omkring 1940, som vetenskapen insåg att alkoholism faktiskt är en sjukdom. Detta synsätt är också vår utgångspunkt inom AA när vi utifrån våra egna erfarenheter beskriver vår alkoholism som en tvåfaldig sjukdom: å ena sidan psykiska tvångsföreställningar, som skapar ett starkt behov av att dricka, å andra sidan ett fysiskt tvång att fortsätta dricka när vi väl tagit det första glaset. Detta senare beskriver vi som en fysisk allergi.

Läkarvetenskapen håller alltså i dag i stort sett med om denna beskrivning. Om orsakerna till att en individ blir alkoholist och inte en annan pågår debatten, liksom om möjligheterna att "bota" alkoholister, men denna diskussion förs helt utanför AA. Och det är viktigt att observera att det finns människor som dricker mycket alkohol utan att behöva vara alkoholister: det är kombinationen med den fysiska allergin som är avgörande. Alkoholism är alltså en obotlig sjukdom; vi i AA talar inte om att övervinna vår alkoholism och att kunna dricka sprit som vanliga människor. Däremot kan vi tillfriskna i den meningen att vi lär oss att leva normala och lyckliga liv utan att vara tvingade att dricka alkohol. Av det ovan sagda följer också att alkoholism är en dödlig sjukdom. Det är ingen effektiv metod för att ta livet av sig, men resultatet är givet – även om det kanske inte så ofta står alkoholism på dödsattesten!

Vår beskrivning av sjukdomen bygger på vår samlade erfarenhet: i dag miljontals nyktra alkoholister över hela jorden. Vi anser därför att vi vet vad vi talar om när vi beskriver och diskuterar sjukdomen alkoholism. Och vi menar också att vi vet vad vi talar om när det gäller hur man lever nykter. Vi talar om våra erfarenheter – om det självupplevda.

För ingen av oss i AA är nykterheten en självklarhet, utan det är en nåd vi fått – en nykter alkoholist är ju egentligen en självmotsägelse. Många av oss ser på oss själva och kamraterna i AA som mirakel som en högre makt låter oss uppleva.

Hur det började

I New York, mot slutet av år 1934, hade en viss Bill W lagts in på Towns sjukhus för avgiftning. Det var tredje gången det året.

Efter tjänstgöring som ung officer i den amerikanska armén i Europa under första världskrigets slutfas hade Bill fått anställning vid ett försäkringsbolag men efter hand bytt inriktning, arbetat sig upp som framgångsrik aktiemäklare på Wall Street och visat stor skicklighet som företagsanalytiker. Han hade emellertid också utvecklat allvarlig alkoholism och vid den aktuella tidpunkten förlorat både klienter och arbete. Mest tillbringade han dagarna hemma vid köksbordet med en flaska gin. Någon månad tidigare hade han blivit uppsökt av en gammal supkompis, Ebby, och tagit stort intryck av dennes berättelse om hur han lyckats sluta dricka med stöd från Oxfordrörelsen. Bill var imponerad och började besöka några av rörelsens möten, men fortsatte ändå att dricka fram till den aktuella tidpunkten.

Efter några dygn med den på den tiden gängse avgiftningsbehandlingen fick Bill plötsligt uppleva ett dramatiskt andligt uppvaknande och blev övertygad om att han inte behövde dricka igen. Förutsättningarna för detta fanns i de krav som Oxfordrörelsen talat om, främst att göra något åt sina fel och brister och att hjälpa andra alkoholister. Han började nu med stor energi att försöka bistå en del andra intagna och ett antal utslagna, som sökt sig till den lokala Oxfordgruppen på nedre Manhattan. Han lyckades inte omvända någon – *men han höll sig själv nykter.*

Några månader senare, i maj 1935, befann sig Bill i staden Akron, Ohio. Efter flera veckors arbete med att försöka vinna kontroll över ett lokalt företag, var han på lördagskvällen litet nedstämd och orolig. Förhandlingarna hade inte gått så bra som han hoppats. Han var ensam. Hotellbaren lockade.

Men han insåg sin situation, och genom förmedling av en präst fick han per telefon kontakt med en dam i den lokala Oxfordgruppen, som i sin tur kände en person som behövde hjälp mot sitt drickande. Denne var dr Bob S, kirurg – och alkoholist.

Efter löfte om att samvaron skulle begränsas till en kvarts timme gick dr Bob motvilligt med på att träffa Bill. De två herrarnas samtal varade i fyra timmar! Det som gjorde intryck på dr Bob var inte så mycket de oxfordianska resonemangen om att göra rent i sitt liv, med vilka för övrigt dr Bob var väl bekant sedan några år, utan det sätt på vilket Bill talade om sig själv och beskrev sin alkoholism. Om att alkoholism var obotlig. Att en alkoholist aldrig kan lära sig att dricka som en normal människa. Och han underströk att han inte var där för att hjälpa dr Bob – utan för att hjälpa sig själv. Bill hade slutat predika och berättade i stället om sjukdomen med utgångspunkt från sig själv, om alla sina år av ökande förfall och den starka övertygelse om möjligheten att hålla sig nykter som han nu kände.

Dr Bob slutade omgående att dricka och han och Bill började tillsammans bearbeta en tredje kandidat. Men dr Bob törstade också efter ny kunskap och beslöt sig för att delta i det amerikanska läkarsällskapets inom kort stundande årliga kongress. Tre veckor senare begav han sig följaktligen iväg till Atlantic City, drack sig berusad redan på tåget och sökte sig hem igen efter fyra dagar. Bill och dr Bobs fru slet i tre dagar och tre nätter för att få honom på rätt köl, så han kunde genomföra en operation som var inbokad på City hospital den 10 juni. För att dämpa de fladdriga händerna gav Bill honom en flaska öl omedelbart före operationen.

Bill och fru Anne väntade spánt. Efter flera timmar ringde dr Bob – allt hade gått bra.

Den där ölen var den sista alkohol som dr Bob drack under resten av sitt liv. Dagen var den tionde juni 1935, en dag som betraktas som födelsedatum för gemenskapen Anonyma alkoholister. Bill och dr Bob blev grundarna av denna rörelse.

Vad hade hänt?

Behovet att försöka hjälpa en medmänniska som Bill kände när han sökte en annan alkoholist upplevdes omedelbart också av dr Bob och de två vännerna återupptog omgående sitt sökande efter nya "objekt" att hjälpa.

Metoden som den då praktiserades kan i korthet sammanfattas som att vederbörande skulle

- erkänna att han (och så småningom också hon) var alkoholist och inte kunde klara av sitt liv;
- erkänna sina fel och brister och vara beredd att göra allt för att rätta till dem och få förlåtelse;
- så snart som möjligt börja försöka hjälpa andra.

Bill och dr Bob satte omgående igång med att försöka hjälpa andra. Det gick långsamt, men vid slutet av året var de omkring ett halvdussin tillnyktrande individer i Akron som utgjorde en liten grupp, till en början inom Oxfordgruppen. Bill hade vid det laget återvänt till New York och där lyckats fånga upp ytterligare några medlemmar. Det gick ett par år. Bill och dr Bob arbetade intensivt med andra, samtidigt som de funderade på framtiden. De började se ett mönster och inse att deras metoder hade förutsättningar att kunna hjälpa många fler alkoholister än de själva någonsin skulle kunna nå.

De två, och efter hand andra nya medlemmar, började söka vägar för att nå ut till fler människor – direkt, via bekanta och genom tidningar och radio. De hade viss framgång men också många motgångar. Bill formulerade "De tolv stegen" och man började arbeta på manuskriptet till det som skulle bli "Stora boken". Det var när boktiteln diskuterades som den begynnande rörelsens namn kom till – Anonyma alkoholister.

Boken kom ut 1939 och man öppnade ett litet kontor i New York. Men det var först efter en stor artikel av Jack Alexander i veckotidskriften *Saturday evening post* i mars 1941 som det hela tog fart, och antalet medlemmar började snabbt öka över stora delar av USA och Kanada. Under senare delen av 1940-talet utarbetades, med viss vanda, "De tolv traditionerna", som beskriver hur AA-grupperna ska fungera och hur de ska förhålla sig till varandra och omvärlden för att säkerställa gemenskapens överlevnad.

Vid denna tidpunkt började AA också spridas till andra länder, i första hand Europa och Latinamerika. Det första internationella AA-konventet hölls i Cleveland 1950. Det fanns nu över 3 500 grupper i 34 länder med sammanlagt cirka 100 000 medlemmar.

Dr Bob avled mot slutet av detta år.

Men AA har fortsatt att växa, både i antal medlemmar och sin geografiska täckning.

AA-språk

Full, berusad, på lyran, plakat, pirum, packad ... det torde i det svenska språket finnas hundratals uttryck för att beskriva detta välbekanta tillstånd. När vi ska uttrycka oss litet finare använder vi kanske ord som påverkad eller litet glad. Och genom inflyttning och inverkan av tv och film tillkommer nya ord; det spanska borracho är vid det här laget välkänt bland våra Medelhavsresenärer, tyskans getrunken lärde sig en del av oss i gymnasiet och drunk eller mer vulgära uttryck känner vi till från amerikanska tv-serier och använder oss kanske av ibland. Vi har ett rikt och varierat ordförråd när det gäller detta tillstånd. Kanske är det signifikant att vi för det motsatta tillståndet, åtminstone vid en ytlig granskning, endast har ett enda svenskt ord, nykter. Vi är inte helt klara över varför det är på det sättet.

AA kommer till Sverige

År 1946, vid andra världskrigets slut, hade AA kommit till England, Australien och nya Zeeland. Ofta var det emigranter som nyktrat till i USA och nu förde AA:s budskap tillbaka till sina ursprungliga hemländer. På detta sätt nådde AA-budskapet bland andra länder också Norge och Finland, 1947 respektive 1948.

AA nådde också Sverige, men utvecklingen här skulle ta en något annorlunda riktning. Detta berodde i första hand på att AA-budskapet togs om hand av professionella nykterhetsvårdare och inte av alkoholister. Man gjorde en "anpassning till svenska förhållanden" som i första hand resulterade i skapandet av Länkrörelsen, som startade sin verksamhet redan 1945 (även i Danmark togs AA-idéerna om hand av andra, i detta fall en doktor Martinsen, som skapade antabus och som grundade en organisation kallad "Ring i Ring"). Ytligt sett har Länkrörelsen vissa gemensamma drag med Anonyma alkoholister. De viktigaste skillnaderna ligger i att Länkarna har ett program bestående av De sju punkterna (i AA har vi de Tolv stegen), att Länkarna regelbundet tar emot bidrag för verksamheten från stat och kommun och, vilket blivit viktigt för många av oss som reser. AA är en internationell gemenskap med grupper i över hundra länder.

Den tidiga länkrörelsen fanns i första hand i bland annat Göteborg och Borås. I Stockholm var det en annan instans, Nykterhetsfolkets rådgivningsbyrå, som 1952 startade vad som kallades AA-möten. Verksamheten stöddes av en förening kallad "Stiftelsen AA:s vänner", i vars namn insamling av medel bedrevs.

Det dröjde till 1956 innan en liten grupp medlemmar bröt sig ur och startade den första traditionsenliga AA-gruppen i Sverige, Centralgruppen, med möten på Kristinehovs Malmgård på Söder i Stockholm. Den drivande kraften i denna utveckling var Axel S, tidigare bosatt i USA, som under många år kom att ägna sina krafter åt att bygga upp ett traditionsenligt AA i Sverige. Centralgruppen, numera Malmgårdsgruppen, finns fortfarande kvar och fyllde alltså 50 år 2006.

Tillväxten av nya medlemmar skulle emellertid komma att bli mycket långsam.

AA-språk

Ordet alkoholist förekommer naturligtvis ofta i AA-sammanhang. Som diskuterats ovan avser vi i AA med alkoholist entydigt en person som har sjukdomen alkoholism, med den definition vi tidigare beskrivit. Vi som är medlemmar i AA definierar oss själva som nyktra alkoholister, vi bär alltså fortfarande sjukdomen inom oss men är inte längre tvingade att dricka alkohol. Vi använder naturligtvis också alla de vanliga orden för att beskriva oss själva under vår "aktiva" tid – fyllo, fyllskalle, etcetera. Och ibland frågar vi oss kanske vad som var så aktivt under den tiden, för det är ju så för de flesta av oss att det är först nu, sedan vi blivit nyktra, som vi också blivit aktiva. Eller?

Svenska AA växer

Det mesta av AA:s tillväxt i Sverige under 1960-talet skedde genom invandring från Finland. Finsktalande grupper tillkom i mitten av 60-talet i Stockholm och Göteborg, sedan också i Gustavsberg och Helsingborg. Svensktalande grupper fanns, förutom i Stockholm, i första hand i Göteborg och Helsingborg. Men, som sagt, det gick långsamt för svensktalande AA i Sverige under hela 60-talet och fram till mitten av 1970-talet. Delvis berodde detta troligen på samhällsklimatet i Sverige med ett väl utbyggt socialt välfärdssystem som erbjöd flera alternativa vårdinsatser för alkoholister, men kanske också på USA-kritiska strömningar som följd av Vietnamkriget och, som sagt, till någon del kanske på "konkurrensen" från Länkarna.

Under 1970-talet förstärktes servicestrukturen i svenska AA i och med tillkomsten av ett servicekontor och att Stora boken översattes och gavs ut i svensk upplaga 1974. Antalet medlemmar i Sverige vid denna tid var dock fortfarande litet, kanske sammanlagt 200. Gott och väl hälften av dessa var finsktalande. Mot slutet av decenniet kom vi dock att uppleva ett trendbrott och för första gången började AA i Sverige växa på ett mer påtagligt sätt.

År 1984 fanns i Sverige cirka 45 registrerade grupper, en tredubbling på tio år, med tillsammans cirka 600 medlemmar, varav cirka hälften svensktalande. Det var också detta år som den så kallade Minnesotamodellen för behandling av alkoholister blivit introducerad och erkänd i Sverige, och efter hand tillämpades metoden vid flera kliniker och behandlingshem. Detta medförde en markant uppgång i medlemsantalet i svenska AA.

Minnesotamodellen är inspirerad av AA och tillämpar 12-stepsprogrammet. Under behandlingstiden uppmuntras på de flesta håll patienterna att delta i AA-möten, och avsikten och förhoppningen är att vederbörande efter behandlingens slut ska fortsätta som medlemmar i AA. AA som sådant driver inga behandlingshem, även om flera AA-medlemmar är engagerade i sådan verksamhet, i huvudsak som terapeuter. AA och Minnesotamodellen har i sin tur stått modell för ett antal tolvstegsprogram utformade för att hjälpa människor med andra problem, som drog- eller läkemedelsberoende, spel, övervikt, tobaksrökning med mera. Dessa har inget som helst att göra med Anonyma alkoholister, även om det naturligtvis finns AA-medlemmar som är medlemmar också i någon annan av dessa rörelser.

Här ska också inflikas att Länkarnas verksamhet i Sverige fortsätter. Något samarbete mellan Länkarna och Anonyma alkoholister förekommer

inte, men det finns enstaka medlemmar i AA som också besöker Länkarnas möten och tvärtom.

AA-språk

Vi har en del uttryck inom AA som vi torde vara ensamma om. Ett exempel är begreppet "torrfull", hämtat från amerikanska AA:s "dry drunk". Vilket helt enkelt beskriver ett tillstånd där vederbörande mentalt och känslomässigt känner sig som om han eller hon vore påverkad eller bakfull – till exempel på dåligt humör, irritabel, hätsk, snarstucken mot andra och så vidare. De flesta av oss växer med tiden ifrån tendensen att hamna i torrfulla, men en del kan få dras länge med sådana besvär. Det viktiga är att känna igen tillståndet om och när det dyker upp, då kan vi göra någonting åt det. Och det är kanske onödigt att påpeka att uttrycket "torr", enligt vårt sätt att se, naturligtvis inte är samma sak som nykter.

Hur stort är AA?

AA för inga register eller annan statistik över medlemmar, noterade medlemsantal är därför alltid uppskattade. Däremot registreras i stort sett alla AA-grupper. I januari 2014r uppskattas antalet grupper i hela världen uppgå till drygt 115 000 med ett totalt medlemskap av över 2,1 miljoner.

Antalet grupper i Sverige i dag (2014) uppgår till cirka 470 och medlemsantalet uppskattas till omkring 10 000. Det finns också ett tjugotal finskspråkiga samt enstaka engelsk-, spansk-, rysk- och polsktalande grupper.

Det finns också, spridda över hela världen, ett antal så kallade ensamvargar (engelska "loners") – AA-medlemmar som beroende på olika omständigheter lever isolerat och som upprätthåller kontakt med andra medlemmar per brev, telefon och e-post.

AA-gruppen

Anonyma alkoholister utgör en löst sammanhållen gemenskap. Kärnan i denna gemenskap är AA-gruppen. "Varhelst två alkoholister träffas för att hjälpa varandra att hålla sig nyktra kan de kalla sig en AA-grupp." Grupperna håller regelbundna möten, ofta flera varje vecka. Speciellt i början av sitt AA-medlemskap rekommenderas nya medlemmar att gå på så många möten som möjligt, och då gärna söka sig till flera olika grupper för att finna den där de kan känna sig mest hemma.

AA grundar sig på det faktum att en alkoholist, i motsats till fru, eller man, barn, föräldrar, läkare, chef, vänner eller någon annan auktoritet, *kan* påverka och hjälpa en annan alkoholist så att han eller hon slutar att dricka. Våra möten bygger huvudsakligen på "delningar", i vilka medlemmarna får tillfälle att berätta om sina erfarenheter, svårigheter och framgång. Andra inslag under mötena kan vara läsning ur AA-litteraturen och delningar om det lästa, personliga berättelser (life stories) – samt kaffe och i vissa fall bullar och ibland tårta på årsdagar. Det finns öppna och slutna möten. De slutna är reserverade för medlemmar i AA, men till öppna möten välkomnas till exempel familjemedlemmar och intresserade utomstående.

Sponsorskap är viktigt, framför allt för nya medlemmar. Sponsorskap innebär att nykomlingen söker sig en sponsor (mentor eller fadder), en äldre och mer erfaren medlem som kan ge ledning och fungera som samtalspartner i arbetet med de tolv stegen i programmet. Skulle det inte fungera första gången söker sig den ene eller den andre en ny sponsor. Regeln är att kvinna sponsrar kvinna, man sponsrar man.

"Kom till tro." Andra steget i programmet pekar på vikten av att var och en av oss skapar sig en "högre makt", en auktoritet för vårt inre liv. Det innebär inte att vi ska bli religiösa (vilket dock flera av oss är) utan det är fråga om att skaffa sig tillgång till en källa av andlig kraft. Många av oss kallar denna källa Gud.

Tolftste steget i vårt program handlar om att tillämpa dessa principer i våra liv och att söka föra detta budskap vidare till andra alkoholister som fortfarande lider. Härav begreppet tolftestegsarbete, som syftar på tillfällen då en AA-medlem (eller ibland två eller fler) försöker tala en fyllsjuk stackare till rätta, få med vederbörande till ett AA-möte eller hjälpa en utslagen till avgiftning eller annan behandling.

Situationerna är många och varierande, men alla är en illustration av AA:s grundtema: det är bara en alkoholist som kan hjälpa en annan

alkoholist. Och att jag, för att behålla min nykterhet, har behov av att söka föra budskapet vidare. I detta sammanhang är det av vikt att påpeka att AA *inte* ställer upp med materiell hjälp, husrum, arbete och dylikt.

Ett annat viktigt begrepp för oss är service, hjälp i gruppen och AA som helhet för att det hela ska fungera och leva vidare och förhoppningsvis växa. Service kan gälla allt från att öppna lokalen och koka kaffe till att medverka i råd och kommittéer, informationsverksamhet, telejour och så vidare.

AA-språk

Ett ord man ofta hör på AA-möten är "dela". Detta kommer från engelskans "share", till exempel i uttrycket "share one's thoughts" – dela med sig av sina tankar. Inom i första hand amerikanska AA har språkbruket i dag blivit att ordet "share" används i betydelsen "dela med sig", "göra ett inlägg", "bidra till diskussionen". Detta har vi numera anammat också i svenska AA: vi "delar", "tack för din delning, Lasse" etcetera, där begreppet delning alltså betyder just inlägg, bidrag.

Återfall i drickande är sådant som händer en del av oss, ibland kanske flera gånger. Men observera hur vi beskriver denna tilldragelse. Vi säger "jag tog ett återfall", inte "jag fick ett återfall" eller "jag råkade ut för ett återfall". Att beskriva det som hänt på detta vis markerar att vederbörande själv tar ansvaret, att han eller hon inte försöker lägga skulden på någon annan eller något annat. Ett återfall kan orsakas av mycket, men för det allra mesta är det en konsekvens av att jag underlätit eller inte förmått arbeta med någon del eller delar av AA-programmet. Återfall är allvarliga saker, men inte detsamma som en slutsignal – återfallet är en tydlig uppmaning att vara litet mera noggrann med stegarbetet.

Hur tar man kontakt med AA?

Det enklaste är att kontakta AA i Sverige, för adressuppgifter se broschyrens baksida, eller att ringa AA:s jourtelefon i Stockholm: 08-720 38 42 alla dagar kl. 11.00 – 13.00 och 18.00–20.00.

Du behöver inte uppge ditt namn och du kan naturligtvis också ringa för någon väns räkning.

Många av oss kom till AA första gången i samband med vistelse på ett behandlingshem eller annan form av behandling, andra rekommenderade av läkare. Men många också "direkt från gatan", kanske just efter ett telefonsamtal till AA-jouren. Vi som tar emot dig, vi som sitter där när

du första gången på darriga ben smyger över tröskeln till ett möte – vi vet hur du känner dig. Och det första mötet kan bli en omtumlande upplevelse – men förhoppningsvis går du därifrån med några positiva intryck. Kanske minns du skratten och självironin, kanske har du fått ett par telefonnummer eller avtalat om fika och en pratstund. Och helt säkert har du fått rådet att komma tillbaka, att ge AA en chans. Det finns inga regler för hur ofta du bör gå på möten, men rekommendationen brukar vara ett möte per dag under de första 90 dagarna. På många håll och för många av oss är detta naturligtvis inte möjligt, bland annat för att det inte finns så många AA-grupper och möten inom räckhåll. Men vi vill understryka att det är ytterst vanskligt, för att inte säga omöjligt, att sitta på sin kammare och tänka sig till nykterhet. De allra flesta av oss har funnit den i samvaro med andra alkoholister. Och att finna en sponsor kan naturligtvis få stor betydelse, redan från första början.

AA-språk

Andligt uppvaknande, på engelska spiritual awakening. Bill W, en traditionellt religiös person, upplevde under några dramatiska minuter på sjukhuset plötsligt Guds närvaro och blev övertygad om att det fanns hopp. Han beskrev händelsen många gånger under resten av sitt liv, ofta i dramatiska termer med blixtar som fyllde rummet med ljus och annat. Några av oss som följt efter Bill har väl haft liknande upplevelser, men oftast kanske av något mindre dramatisk karaktär. Och många andra har inte alls haft någon specifik upplevelse av detta slag utan bara konstaterat, "kommit till tro" som det står i Andra steget, efter längre eller kortare tid i AA, att någonting har hänt dem. De har blivit medvetna om närvaron av något eller någon, om tillgången till en ny kraft. Många av oss kallar denna "Den högre makten" eller "Gud". För många andra av oss är det helt enkelt min AA-grupp som har blivit min "Högre makt".

Pengar

"AA kräver inga inträdes- eller medlemsavgifter. Vi är självförsörjande genom egna frivilliga bidrag." Så står det i AA:s ingress, som läses på alla AA-möten. En av de bärande idéerna i AA är just denna – att vi inte vill eller kan vara beroende av någon eller något utanför gemenskapen. Inte av stat och landsting, inte av generösa människor.

Egentligen har var och en av oss under sina år av drickande betalat en ofta enorm "inträdesavgift." Detta ska vara tillräckligt. Vi har inga avgifter – men vi har naturligtvis utgifter, av flera olika slag.

Först gäller det gruppen, som ska betala hyra för lokalen (även om vi på sina håll av vänliga förvaltningar får låna lokal utan kostnad), kaffe och förfriskningar, litteratur (både att skänka bort och att sälja vidare). Mera är det oftast inte. Men vi har också en viss central verksamhet, i första hand AA:s servicekontor, som betjänar alla grupperna i Sverige och som har fasta lokaler och för närvarande två anställda. Servicekontoret ombesörjer bland annat att AA-litteratur trycks och distribueras, att möteslistan alltid hålls aktuell, och de anställda står till förtroenderådets förfogande för alla de uppgifter som förekommer. Telejouren hör också hit, en service som blivit dörröppnare för många nya medlemmar. Servicekontorets budget, inklusive telejour och resor och uppehälle för förtroendevalda i samband med möten och konferenser, uppgår i dag till över två miljoner kronor per år (2011).

Hur får vi fram dessa pengar? I ingressen står det att "vi är självförsörjande genom egna frivilliga bidrag." Och vi tar alltså inte emot några som helst bidrag från stat och kommun. Lösningen är i första hand "hatten". På varje AA-möte, i samband med avslutningen, cirkulerar hatten och var och en lämnar sitt bidrag – eller avstår. Det finns inga regler, men de flesta lämnar väl tjugo kronor eller några mindre mynt.

Dessa pengar används i första hand för att betala gruppens omkostnader, alltså hyra, förfriskningar, litteratur. Utöver detta rekommenderar traditionerna att gruppen håller en viss reserv, och att därefter eventuellt överskjutande medel fördelas till den egna kretsen, till servicekontorets verksamhet och som bidrag till internationella AA, för till exempel litteratur i nya AA-länder. För servicekontorets verksamhet tillkommer ett överskott på försäljning av AA-litteratur. Av detta följer att när och om bidragen från grupperna ökar så kan AA-litteraturen säljas till lägre pris!

Det finns ytterligare en liten detalj i allt detta som kan vara av intresse.

Traditionerna säger klart att AA inte tar emot donationer från privatpersoner. Sådana gåvor har vid några tillfällen erbjudits, men gemenskapen har tackat nej, utom i fall då donator (testamentator) är, eller har varit, AA-medlem. Men då är beloppet maximerat till 30 000 kr per år.

Anonymiteten

"Anonymiteten är den andliga grundvalen för våra traditioner och påminner oss ständigt om att sätta princip framför person." Och vidare: "Vår kontakt med allmänheten är baserad på rörelsens egen kraft snarare än propaganda. Vi bör alltid iakttaga personlig anonymitet i förhållande till press, film, radio och tv". Detta är citat ur våra traditioner. Som nykomlingar i AA upplevde många av oss att anonymiteten utgjorde ett viktigt skydd – jag var livrädd att det skulle bli känt ute på stan att jag var alkoholist – trots att de som kände mig förstås redan visste det! Allteftersom tiden gick blev detta slags anonymitet mindre viktig, men jag fortsätter att undvika att få mitt namn i tidningen, som medlem i AA, alltså. Det skulle kunna ställa till onödigt skada om jag vid senare tillfälle råkade ta ett återfall, speciellt om jag dessutom råkade vara en känd person.

Avslutning

De allra flesta av oss tar AA, de Tolv stegen och traditionerna, gemenskapen, service och våra försök att hjälpa andra på stort och fullt allvar.

Det gäller ju livet för oss. Men det är kanske inte alla som ännu lärt sig att inte ta sig själva så allvarligt. En av de stora gåvor vi kan få genom gemenskapen är just förmågan att inte ta oss själva på så stort allvar, att lära oss att skratta åt oss själva – och med varandra. Sådant hörs på AA-mötena.

Då, 1935, visste Bill och dr Bob inte vad de hade satt igång. Alkoholister har funnits i så gott som alla kulturer i alla tider – alltsedan människan lärde sig att krossa druvor. Oss veterligen har det aldrig tidigare funnits meningsfull hjälp för alkoholister. Det som påbörjades 1935 blev en gemenskap, Anonyma alkoholister, som skulle hjälpa och fortfarande i dag hjälper tusentals människor till ett nyktert liv i stället för en tillvaro i förnedring och misär och död i förtid. Vi som funnit vägen till AA, vi som själva upplever det mirakel som en nykter alkoholist är, vi vill föra detta budskap vidare till den alkoholist som fortfarande lider. Budskapet finns i vår gemenskap och kärnan i budskapet är att *det fungerar!*

Deklaration om enighet

Detta är vi skyldiga AA:s framtid:
Att sätta vår gemensamma välfärd först;
att upprätthålla enighet i gemenskapen,
ty våra liv är beroende av AA:s enighet,
liksom våra efterföljares liv.

Jag är ansvarig...

Närhelst, varhelst någon ber om hjälp,
vill jag att AA alltid ska finnas till hands,
och för det är jag ansvarig.

AA Servicekontor
Box 4201, 102 65 Stockholm
Tel: 08-642 26 09
www.aa.se
service@aa.se