

6. peatükk

TEGUTSEMA

KUI ISIKLIK inventuur on tehtud, siis mida sellega edasi teha? Oleme püüdnud omandada uut hoiakut, uut suhet oma Loojaga ja avastada takistusi oma teel. Oleme tunnistanud teatud iseloomuvigu; oleme laias laastus kindlaks teinud, milles on probleem; oleme pannud sõrme peale oma nõrkadele kohtadele isiklikus inventuuris. Nüüd saavad need peagi kõrvaldatud. See nõuab meiepoolset tegutsemist, mis lõpule viiduna tähendab, et oleme tunnistanud Jumalale, iseendale ja teisele inimesele oma iseloomuvigade tõelist olemust. See juhatabki meid eelmises peatükis mainitud tervenemisprogrammi *Viienda Sammu* juurde.

Võib-olla on see raske – eriti teise inimesega oma iseloomuvigade üle arutamine. Arvame, et oleme neid asju iseendile tunnistades isegi tublid olnud. See pole sugugi kindel. Praktika näitab, et üksi antud enesehinnang pole piisav. Paljud meist pidasid vajalikuks märksa kaugemale minna. Me nõustume meelsamini teise inimesega iseenda üle arutlema, kui näeme, et selleks on piisavalt põhjust. Esimene ja parim põhjus: kui me selle eluolulise sammu vahele jätame, siis ei pruugi meil õnnestuda joomisest jagu saada. Uustulnukad on ikka ja jälle püüdnud mõningaid fakte oma elust enda teada jätta. Püüdes vältida alandlikuks tegevat kogemust, on nad pöördunud lihtsamate meetodite poole. Peaaegu eranditult jõid nad end purju. Olles ülejäänud programmi järginud, mõtlesid nad, miks nad ikkagi kukkusid. Meie arvates on põhjuseks see, et nad jätsid koduse suurpuhastuse lõpuni viimata. Nad

tegid küll inventuuri, kuid jätsid mõned kõige hullemad artiklid oma laos enda teada. Nad ainult *mõtlesid*, et nad on egoismist ja hirmust lahti saanud; nad ainult *mõtlesid*, et on alandlikud olnud. Kuid nad ei olnud õppinud alandlikkust, kartmatust ja ausust sel määral, nagu meie vajalikuks peame, enne kui nad olid kellelegi teisele *kogu* oma eluloo ära rääkinud.

Alkohoolik elab sagedamini topeltelu kui enamik inimesi. Ta on vägagi nagu näitleja. Välisilmale esitleb ta oma lavategelast – sellist, nagu ta soovib, et kaaslased teda näeksid. Ta tahab omada teatud mainet, kuid teab südames, et ei ole seda ära teeninud.

Ebakõla süvendavad veelgi tema teod joomahoogude ajal. Mõistusele tulles tunduvad mõned ähmaselt meenuvad episoodid talle tülgastavatena. Need mälestused on painajalikud. Ta judiseb mõtte peale, et keegi võis teda jälgida. Nii kiiresti kui võimalik tõrjub ta need mälestused kõige kaugematesse mälusoppidesse. Ta loodab, et need ei tule kunagi päevavalgele. Ta elab alalises hirmus ja pinges – see aga ajab veel rohkem jooma.

Psühholoogid kalduvad meiega nõustuma. Oleme uuringutele kulutanud tuhandeid dollareid. Meie teada oleme vaid üksikutel juhtudel arstidega tõeliselt ausad olnud. Enamjaolt ei ole me neile rääkinud kogu tõe ega nende nõuandeid järginud. Kuna me ei olnud nõus olema ausad nende kaastundlike inimeste ees, ei olnud me ka ausad kellegi teise ees. Pole ime, et nii paljudel arstidel on madal arvamus alkohoolikutest ja nende tervenemislootusest!

Me peame olema kellegagi täiesti ausad, kui tahame selles maailmas kaua ning õnnelikult elada. Mõistagi mõtleme enne hoolikalt läbi, kui valime inimese või inimesed, kellega koos astuda see intiimne ja usalduslik

samm. Need meie hulgast, kes kuuluvad mõnda usuühingusse, kus nõutakse pihil käimist, tahavad loomulikult minna selleks täieõiguslikult volitatud inimese juurde, kelle kohus on neid ära kuulata. Kuigi meil ei ole religioosseid sidemeid, võib ka meil olla mõttekas rääkida inimesega, keda mõni ametlik religioon on selleks pühitsenud. Tihti leiame, et selline inimene näeb ja mõistab meie probleemi kiiresti. Arusaadavalt kohatame mõnikord ka inimesi, kes alkohoolikuid ei mõista.

Kui me niiviisi teha ei saa või pigem ei taha, siis otsime mõne saladusi hoidva, mõistva tuttava. Võib-olla on meie arst või psühholoog kohane inimene. See võib olla ka keegi meie oma perekonnast, kuid abikaasale või vanematele ei saa paljastada midagi sellist, mis võib neid haavata või õnnetuks teha. Meil pole mingit õigust oma nahka kellegi teise arvelt päästa. Niisugused lõigud oma eluloost tuleb rääkida inimesele, kes küll mõistab, kuid keda see isiklikult ei puuduta. Reegel on selline, et enda suhtes tuleb olla järeleandmatu, kuid teistega alati arvestada.

Hoolimata suurest vajadusest endast kellelegi rääkida võib juhtuda, et selleks sobilikku inimest pole kuskilt võtta. Kui nii, siis võib selle sammu ootele panna, kuid ainult tingimusel, et säilitame täieliku valmiduse see samm esimesel võimalusel sooritada. Seda sellepärast, et meie meelest on ülimalt tähtis rääkida õige inimesega. On oluline, et see inimene suudaks meie jutu endale hoida; et ta meie eesmärki täielikult mõistaks ja heaks kiidaks; et ta ei püüaks meie plaani muuta. Kuid me ei tohi seda kasutada ettekäändena selle sammuga viivitamiseks.

Kui otsustame, kes meie loo ära kuulab, siis ei raiska me enam aega. Meil on olemas kirjalik inventuur ja me

oleme pikaks jutuajamiseks valmis. Me selgitame kaaslasele, mida kavatsime teha ja miks peame seda tegema. Ta peab mõistma, et see toiming on meile elu ja surma küsimus. Enamik inimesi, kellele niimoodi lähenetakse, on hea meelega abiks ja meie usaldus teeb neile au.

Surume oma uhkuse alla ja asume asja kallale, valgustades iga oma iseloomu käändu, iga pimedat nurka oma minevikust. Olles selle sammu ilma midagi salgamata sooritanud, tunneme sellest suurt rõõmu. Me võime maailmale silma vaadata. Võime olla üksi täies rahu ja kerguses. Meie hirmud kaovad. Me hakkame tunnetama oma Looja lähedust. Meil võisid ka varem olla mõningad vaimsed uskumused, kuid nüüd hakkame saama vaimset kogemust. Tunne, et alkoholi-probleem on kadunud, valdab meid tihti tugevalt. Me tunneme, et kõnnime Laial Maanteel käsikäes Universumi Vaimuga.

Koju jõudnud, otsime endale koha, kus saaksime tunnikese vaikselt olla ja mõtleme tehtu üle hoolikalt järele. Täname Jumalat kogu südamest, et oleme Teda paremini tundma õppinud. Võtnud riulilt käesoleva raamatu, keerame lahti lehekülje, kus kirjeldatakse kahteist sammu. Esimest viit ettepanekut hoolikalt lugedes küsime endalt, ega me midagi vahele ei ole jätnud, sest meil on käsil sellise võlvkaare ehitamine, mille alt me lõpuks vabana läbi astume. Kas meie senine töö on olnud korralik? Kas kivid on õigesti paigale asetatud? Ega me vundamendi tsemendiga koonerdanud? Ega me mörti ilma liivata proovinud teha?

Kui võime oma vastustega rahule jääda, siis heidame pilgu *Kuuendale Sammule*. Oleme juba rõhutanud, et valmisolek on siin asendamatu. Kas oleme nüüd valmis laskma Jumalal eemaldada meilt kõik need asjad, mille

oleme tunnistanud vastuvõetamatuks? Kas Ta võib nüüd võtta need kõik – viimse kui ühe? Kui me ikka veel klammerdume millegi külge, millest me ei taha lahti lasta, siis palume Jumalat, et ta aitaks meil valmisolekut saavutada.

Kui oleme valmis, siis lausume midagi sellist: „Mu Looja, ma olen valmis, et Sa võtaksid mu koos kõige hea ja halvaga. Ma palun, et Sa vabastaksid mu viimsestki iseloomuveast, mis ei lase mul Sinule ja oma kaaslastele kasulik olla. Anna mulle jõudu, kui ma siit väljun, viia ellu sinu taht. Aamen.” Sellega oleme astunud *Seitsmenda Sammu*.

Nüüd on vaja rohkem tegusid, sest muidu avastame, et „Usk ilma tegudeta on surnud”. Vaadeldgem *Kaheksandat ja Üheksandat Sammu*. Meil on nimekiri kõikidest inimestest, keda oleme kahjustanud ja kellele me oleme valmis seda hüvitama. Koostasime selle nimekirja inventuuri käigus. Viisime läbi põhjaliku enesehindamise. Nüüd läheme oma kaaslaste juurde ja parandame neile minevikus tekitatud kahju. Püüame minema pühkida selle rämps, mis on kuhjunud meie püüdlusest elada enese tahte varal ja kogu etendust ise juhtida. Kui meil pole taht seda teha, siis palume seni, kuni see tuleb. Pidage meeles, et kõige alguses leppisime kokku, et *alkoholist võitu saamiseks oleme valmis kuitahes kaugele minema*.

On võib-olla teisigi kõhklusid. Vaadates üle nimekirja ärituttavatest ja sõpradest, keda olime haavanud, võime ehk karta mõnele neist vaimsel pinnal läheneda. Kuid ärge heituge. Mõnede inimeste puhul ei tarvitse me – ja võib-olla ei tohikski – esimesel lähenemisel rõhutada vaimset külge. Me võime neis eelarvamusi tekitada. Antud hetkel püüame oma elu korda seada.

Kuid see ei ole veel eesmärk omaette. Meie tõeliseks sihiks on end selliselt muuta, et meist oleks maksimaalselt kasu Jumalale ja kaasinimestele. Vaevalt on tark minna inimese juurde, kes on meie ülekohtu pärast endiselt tõre ja teatada talle oma usule pöördumisest. Poksiareenil nimetatakse seda lõua etteseadmiseks. Milleks asetada ennast olukorda, kus meid võidakse hakata fanaatikuteks ja usuhulludeks pidama? Sellega võime hävitada edaspidise võimaluse kasulikku sõnumit edasi kanda. Kuid inimesele meie vastas avaldab kindlasti muljet siiras soov halba heaks teha. Teda huvitab rohkem meie hea tahte nägemine, kui meie vaimsetest avastustest kuulda saamine.

Me ei kasuta seda ettekäändena Jumala teemast kõrvale põiklemiseks. Kui see teenib head eesmärki, oleme valmis taktitundeliselt ja tervemõistuslikult oma veendumustest rääkima. Kerkib aga küsimus, kuidas läheneda inimesele, keda me vihkasime. Võib ju olla, et tema on meile veel rohkem kahju teinud kui meie temale ning kuigi me oleme tema suhtes võtnud soodsama hoiaku, ei ole me siiski liiga varmad oma vigu tunnistama. Sellele vaatamata haarame ohjad ka inimese puhul, kes meile ei meeldi. Vaenlase juurde on raskem minna kui sõbra juurde, kuid me näeme, et sellest on meile palju rohkem kasu. Me läheme tema juurde abivalmis ja andestavas meeoleolus, tunnistades oma varasemat pahameelt ja väljendades kahetsust.

Mingil tingimusel ei tohi me sellist inimest kritiseerida või temaga vaielda. Me lihtsalt ütleme talle, et meil ei õnnestuks iial joomisest jagu saada, kui me ei tee oma mineviku klaarimiseks kõik, mis võimalik. Oleme seal selleks, et pühkida puhtaks oma tänavapool. Anname endale aru, et enne seda ei õnnestu meil midagi korda

saata, ning et me ei püüa talle ette kirjutada, mida ta peaks tegema. Jutt pole tema eksimustest. Me jääme ainult enda omade juurde. Kui meie olek on rahulik, siiras ja avatud, siis õnnestub meil ka tulemusi saavutada.

Üheksal juhul kümnest juhtub midagi ootamatut. Mõnikord tunnistab inimene, kelle juurde oleme tulnud, ka oma süüd ja nii lahtub aastatepikkune vaen vaid ainsa tunniga. Harva ei saavuta me rahuldustpakkuvat edu. Meie endised vaenlased kiidavad mõnikord seda, mida me teeme, ja soovivad meile edu. Vahel pakuvad nad ka abi. Me ei peaks heituma ka juhul, kui keegi meid oma kabinetist välja viskab. Me oleme näidanud oma head tahet, oleme teinud oma osa. Vesi on paisu tagant valla pääsenud.

Enamik alkohoolikuid on raha võlgu. Me ei väldi oma võlausaldajaid. Rääkides neile sellest, mida praegu üritame, ei salga me ka oma joomist. Nad teavad sellest tavaliselt niikuinii, isegi kui me arvame, et ei tea. Samuti ei pelga me oma alkoholismi tunnistada kaalutlusel, et see võib meid majanduslikult kahjustada. Ka kõige südametum võlausaldaja võib meid niisuguse lähenemise korral üllatada. Sõlmides nendega nii hea kokkuleppe kui võimalik, anname neile mõista, et meil on kahju. Joomise tõttu on võla tagasimaksmine viibinud. Meil tuleb üle saada hirmust võlausaldajate ees, ükskõik kui kaugele meil tuleb selleks minna, sest kui me kardame nendega kohtuda, hakkame tõenäoliselt uuesti jooma.

Võib-olla oleme toime pannud ka mõne kuriteo, mis meid trellide taha viiks, kui ametivõimud sellest teada saaksid. Meil ei pruugi olla piisavalt raha, et tehtut heastada. Ühele inimesele oleme oma tegu juba usalduslikult tunnistanud, kuid oleme kindlad, et teo

ilmsiks tulles pandaks meid vangi või kaotaksime oma töökoha. Võimalik, et see on vaid pisikuritegu, nagu näiteks kuluarve sihilik väärkasutus. Enamik meist on midagi niisugust teinud. Või oleme näiteks lahutanud ja uuesti abiellunud, kuid pole esimesele abikaasale alimente maksnud. Ta on selle üle nõrдинud ja taotleb meie vahistamist. Ka sellised hädad on tavalised.

Kuigi hüvitusel võib olla lugematuid vorme, on olemas ka mõned üldpõhimõtted, millest tuleks juhinduda. Tuletades endale meelde, et oleme otsustanud vaimse kogemuse nimel kuitahes kaugele minna, palume õige teo sooritamiseks jõudu ning juhatust, ükskõik millised isiklikud tagajärjed sellel võiksid olla. Me võime kaotada oma positsiooni, maine või seista silmitsi vanglakaristusega, kuid oleme valmis seda tegema. Me peame selleks valmis olema. Me ei tohi millegi ees tagasi kohkuda.

Tavaliselt on siiski asjasse segatud ka teised inimesed. Seetõttu ei tohi me olla tormakad ja arutud märtrid, kes toovad mõtlematult teisi ohvriks, et päästa ennast alkoholismisügavikust. Üks meie tuttav mees oli uuesti abiellunud. Vihavimma ja joomise tõttu ei olnud ta esimesele naisele alimente maksnud. Naine oli maruvihane. Ta läks kohtusse ja taotles korralduse mehe arreteerimiseks. Mees oli juba asunud meie eluviiside järgi elama, oli omale töökoha kindlustanud ja hakkas pinnale tõusma. Oleks olnud eriti suur kangelaslikkus, kui ta oleks kohtuniku ette marssinud ja öelnud: „Siin ma olen.”

Leidsime, et ta peaks olema valmis seda tegema, kui muud üle ei jää, ent kui ta vangis oleks, ei saaks ta ju kummagi perekonna eest hoolt kanda. Soovitasime tal esimesele naisele kirjutada, oma süüd tunnisi-

tada ja andestust paluda. Mees tegigi seda ning ühtlasi saatis väikese summa raha. Ta selgitas naisele, mida püüab tulevikus teha. Ta lisas, et on täiesti valmis vangi minema, kui naine peaks seda nõudma. Loomulikult ei nõudnud naine seda ja kogu olukord on ammu lahendatud.

Enne tõsiste tegude tegemist, mis võivad puudutada ka teisi inimesi, peame kindlaks tegema, et meil on selleks nende nõusolek. Kui oleme neilt loa saanud, teistega nõu pidanud, Jumalalt abi palunud ja see otsustav samm on vajalik, siis ei tohi me enam tagasi kohkuda.

Seoses sellega meenub lugu ühest meie sõbrast. Kord juues võttis ta tuliselt vihatud ärikonkurendilt vastu rahasumma, mille kohta ta mingit kviitungit vastu ei andnud. Hiljem eitas ta raha saamist ja kasutas kogu lugu selle mehe maine kahjustamiseks. Seega kasutas ta oma ebaausat tegu teise mehe maine hävitamise vahendina. Tema rivaal laostus tõepoolest.

Sõber tundis, et ta on teinud halba, mida enam kuidagi ei saa heaks teha. Kui vana lugu uuesti üles võtta, tekiks oht, et ta kahjustaks sellega oma äripartneri mainet, häbistaks tema perekonda ja võtaks ära tema elatusvahendid. Mis õigus oli tal asjasse segada inimesi, kes tema äripartnerist sõltusid? Kuidas üldse saakski ta avaliku sõnavõtuga oma rivaali süüst vabastada?

Pärast arutelu oma naise ja äripartneriga jõudis mees järeldusele, et parem võtta see risk kui seista oma Looja ees süüdi olevana hävitavas laimus. Ta mõistis, et peab lahenduse andma Jumala kätte või muidu hakkab ta varsti jälle jooma ja kõik oleks niikuinii kadunud. Esimest korda üle mitme aasta läks ta kirikusse. Pärast jutlust tõusis ta vaikselt oma kohalt ja esitas selgitused. Selline teguviis leidis üleüldist heakskiitu ja praegu on ta oma linna üks väga usaldusväärne kodanik. Kõik see juhtus aastaid tagasi.

Tõenäoline on, et meil tekib probleeme ka kodus. Võib-olla on meil naistega sedalaadi suhteid, mida me parema meelega ei reklaamiks. Ent me kahtleme, kas alkohoolikud on selles suhtes teistest inimestest põhimõtteliselt palju halvemad. Kahtlemata aga muudab joomine kodused seksuaalsuhted keerulisemaks. Pärast mõneaastast kooselu alkohoolikuga naine väsib, muutub kurnatuks, kibestunuks ja endasse tõmbunuks. Kuidas saakski see teisiti olla? Mees tunneb end üksildasena ja hakkab ennast haletsema. Ta asub öölokaalides või muudes taolistes kohtades alkoholi kõrvale ka teistsugust meelelahutust otsima. Võib-olla on tal salajane ja põnev armusuhe „mõistva tütarlapsega”. Tõele au andes peame tunnistama, et tütarlaps võib tõesti olla mõistev, kuid mida sellisel juhul ette võtta? Selliselt seotud mees tunneb vahetevahel suurt kahetsust, eriti siis, kui ta on abielus truu ja vapra naisega, kes on tema eest sõna otseses mõttes põrgust läbi käinud.

Ükskõik milline olukord ka ei oleks, peame midagi selles suhtes ette võtma. Kui oleme kindlad, et abikaasa ei tea midagi, kas peaksime siis talle sellest rääkima? Arvame, et mitte alati. Kui ta üldiselt teab, et meil on olnud seiklusi, kas peaksime talle kõik peensusteni välja laduma? Kahtlemata tuleb meil oma süüid tunnistada. Abikaasa võib meilt nõuda kõiki üksikasju. Ta võib tahta teada, kes on see naine ja kus ta elab. Tunneme, et meie kohuseks on talle öelda, et meil ei ole õigust teist inimest sellesse loosse segada. Kahetseme tehtut ja kui Jumal tahab, siis see enam ei kordu. Rohkemaks ei ole meil voli; kaugemale ei ole meil õigust minna. Ehkki võib ette tulla ka põhjendatud erandeid ja kuigi me ei taha ühtegi reeglit ette kirjutada, oleme siiski leidnud, et selline suund on parim.

Meie eluviis ei kujuta endast ühesuunalist tänavat. See kehtib samahästi nii naisele kui mehele. Kui meie

oleme suutelised unustama, siis suudab seda ka naine. Ometi on parem, kui põhjusest ei nimetata selle inimese nime, kelle peale naine võiks oma armukadeduse välja valada.

Võib-olla esineb ka juhtumeid, kus on nõutav ülim avameelsus. Ükski kõrvalseisja ei saa anda hinnangut niivõrd intiimsele situatsioonile. Võib juhtuda, et mõlemad osapooled otsustavad, et arukate ja teineteist hellalt armastavate inimestena on õigem vanu asju mitte meelde tuletada. Mõlemad võivad selle eest palvetada, olles enda jaoks kõige tähtsamale kohale seadnud teise õnne. Pidage alati meeles, et meil on tegemist kõige kohutavama inimliku tundega – armukadedusega. Tubli väejuht võib pidada paremaks seda probleemi tiivalt rünnata, selle asemel et riskida otsese kokkupõrkega.

Kui niisugused raskendavad asjaolud puuduvad, siis on meil kodus palju tegemist. Vahel kuuleme alkohoolikut lausumas, et ainus asi, mida ta vajab, on püsida kaine. Loomulikult peab ta kaine püsima, sest muidu ei oleks tal enam mingit kodu. Kuid ta peab veel palju pingutama, et naisele ja vanematele hüvitada need aastad, mil ta neid nii šokeerivalt kohtles. Kannatlikkus, millega emad ja abikaasad on alkohoolikutesse suhtunud, on mõistusele lausa hoomamatu. Kui see poleks nii olnud, siis ei oleks paljudel meist täna kodu, paljud oleksid ehk juba surnud.

Alkohoolik on nagu tornaado, mis möirates teiste inimeste eludest läbi tuiskab. Südamed murduvad. Meeldivad suhted hävivad. Kiindumus kistakse juurtega välja. Isekad ja hoolimatud kombes on kodu segi paisanud. Meie arvates on mees mõtlematu, kui ta väidab, et kainusest piisab. Ta on nagu farmer, kes keldrist tormivarjust välja tulles leiab oma maja purusta-

tuna ja tähendab siis naisele: „Siin ei paista miskit viga olema. Kas pole tore, et tuul puhumise järele jättis?”

Jah, ees seisab pikk ülesehitusperiood. Peame ohjad enda kätte haarama. Kahetsevast pominast, et meil on kahju, ei ole mingit kasu. Peame koos perekonnaga maha istuma ja avameelselt analüüsima minevikku, nii nagu me seda praegu näeme, pidades samal ajal hoolikalt silmas, et me oma perekonnaliikmeid ei kritiseeriks. Nende puudused võivad ju välja paista, kuid tõenäoliselt on oma osa ka meie tegudel. Niisiis teeme koos perekonnaga kodus suurpuhastuse, paludes igal hommikul mediteerides oma Looja käest, et ta juhataks meid kannatlikkuse, sallivuse, lahkuse ja armastuse teele.

Vaimne elu ei ole üksnes teooria. *Me peame seda elu elama.* Juhul kui perekond ei avalda soovi vaimsete põhimõtete järgi elada, siis meie meelest ei peaks neid utsitama. Me ei tohi neile lakkamatult vaimsetest asjadest rääkida. Nad muutuvad ajapikku. Meie käitumine veenab neid rohkem kui meie sõnad. Peame meeles pidama, et kümme või kakskümmend aastat joomist muudaks igäihe skeptikuks.

Võib esineda selliseid väärtegusid, mida me iial ei saa täielikult heastada. Me ei hakka end selle pärast vaevama, kui võime ausalt endale öelda, et hüvitaksime need, kui see oleks meie võimuses. Mõne inimesega ei õnnestu kohtuda – me saadame talle siira kirja. Ja mõnedel juhtudel võib edasilükkamine olla põhjendatud. Kuid kui võimalik, siis me ei viivita. Peaksime käituma arukalt, taktitundeliselt, teistega arvestavalt ja alandlikult, kuid ilma lömitamise ja lipitsemiseta. Jumala inimestena seisame jalgel, me ei rooma kellegi ees.

Kui oleme oma arengu selles etapis püüdlikud, hämmastab tulemus meid juba enne, kui me poolele teele

jõuame. Me saame tunda uut vabadust ja uut õnne. Me ei kahetse minevikku ega soovi selle ees silmi sulgeda. Hakkame mõistma, mida tähendab sõna hingerahu ning saame tunda rahu. Ükskõik kui sügavale olime langenud, hakkame nägema, et meie kogemustest võib teistele inimestele kasu olla. Otstarbetuse tunne ja enesehaletsus kaovad. Kaob ka huvi isekate asjade vastu, see asendub huviga oma kaaslaste suhtes. Omakasupüüdlikkus hajub. Kogu meie ellusuhtumine ja maailmavaade muutuvad. Meis kaob hirm inimeste ja majandusliku ebakindluse ees. Hakkame vaistlikult teadma, kuidas toimida olukordades, mis meid varem nõutuks tegid. Äkitselt mõistame, et Jumal teeb meie heaks seda, milleks me ise suutelised ei olnud.

Kas need on suurejoonelised lubadused? Arvame, et mitte. Meie seas saavad need teoks – mõnikord kiiremini, mõnikord aeglasemalt. Need teostuvad alati, kui nende nimel töötame.

See mõte juhatab meid *Kümnenda Sammu* juurde, mis soovitab teha jätkuvalt isiklikku inventuuri ja pidevalt parandada uusi vigu, mis tee peal ette tulevad. Olles oma mineviku ära klaaritud, asusime jõuliselt sellele eluteele. Oleme jõudnud Vaimsesse maailma. Meie järgmiseks eesmärgiks on kasvada mõistmises ja efektiivsuses. See ei sünni üleöö. See peaks kestma kogu meie elu. Oleme valvel isekuse, ebaaususe, vimmapidamise ja hirmu suhtes. Kui need meie teele ilmuvad, siis palume kohe Jumalat, et ta need kõrvaldaks. Me arutame seda kohe kellegagi ja heastame kiiresti halva, kui oleme seda põhjustanud. Seejärel suuname oma mõtted otsustavalt mõnele inimesele, keda saame aidata. Meie juhtmõtteks on armastus ja sallivus teiste suhtes.

Me oleme lakanud võitlemast kellegi või millegi vastu – isegi alkoholi vastu, sest selle aja peale on

terve mõistus taastunud. Me tunneme harva huvi alkoholi vastu. Kiusatusse sattudes pörkume sellest eemale kui kõrvetavast leegist. Me reageerime arukalt ja normaalselt ning hakkame nägema, et see on juhtunud iseenesest. Hakkame mõistma, et meie uus suhtumine alkoholi on meile antud ilma vähimagi meiepoolse mõtte või pingutuseta. See lihtsalt tuleb! See ongi see ime. Me ei võitle alkoholi vastu ega väldi ka kiusatust. Tunneme, nagu oleks meid seatud neutraalsesse asendisse – turvaliselt ja kaitstult. Me ei ole isegi mitte vandunud alkoholita olla. Selle asemel on probleem kõrvaldatud. Meie jaoks seda enam ei eksisteeri. Me ei muutu selle suhtes ülbeks ega tunne hirmu. Selline on meie kogemus. Nii reageerime seni, kuni püsime heas vaimses vormis.

Vaimset programmi on kerge kõrvale jätta ja loorberitele puhkama jääda. Nii tehes ootavad meid probleemid, sest alkohol on salakaval vaenlane. Alkoholism ei ole meist välja ravitud. Tegelikult on meile antud ühe päeva kaupa armu, ja see sõltub meie vaimse seisundi eest hoolitsemisest. Iga päev tuleb meil kanda arusaam Jumala tahtest kõigisse oma tegemistesse: „Kuidas saaksin Sind kõige paremini teenida – Sinu tahtmine sündigu (mitte minu oma).” Need mõtted peavad meiega pidevalt kaasas käima. Sellist joont hoides saame oma tahet rakendada nii palju, kui soovime. See on tahte õige kasutamine.

Palju on juba öeldud inspiratsiooni ja juhatuse saamise kohta Temalt, kellel on kogu tarkus ja jõud. Kui oleme juhtnööre hoolikalt järginud, siis oleme hakanud tajuma Tema Vaimu meisse voolamas. Me oleme teatud määral saanud Jumalateadlikuks. Meis on hakanud arenema see elutähtis kuues meel. Kuid me peame veelgi edasi minema ja see nõuab meilt rohkem tegusid.

Üheteistkümmnes Samm soovitab palvet ja mediteerimist. Me ei peaks olema palvetamise suhtes häbelikud. Meist etemad inimesed kasutavad seda pidevalt. See toimib, kui meil on õige suhtumine ja me selle kallal tööd teeme. See teema võib kergesti jääda ähmaseks. Ometi usume, et võime teha konkreetseid ja kasulikke ettepanekuid.

Õhtule jäädes mõtleme lõppeva päeva põhjalikult läbi. Kas me kandsime vimma, olime isekad, ebaausad või hirmul? Kas me võlgname kellelegi vabanduse? Kas me hoidsime enda teada midagi sellist, mida tulnuks viivitamatult teise inimesega arutada? Kas me olime kõigi vastu lahked ja armastavad? Mida oleksime võinud paremini teha? Kas mõtlesime suurema osa ajast vaid iseendale? Või mõtlesime, mida saaksime teiste heaks teha, mida saaksime eluhoovusesse panustada? Kuid samas peame olema ettevaatlikud, et me ei langeks muresse, kahetsusse ega mustadesse mõtetesse, sest see kahandaks meie kasulikkust teiste jaoks. Pärast ülevaate tegemist palume Jumalalt andeksandmist ja küsime, milliseid parandusi saaksime teha.

Ärgates mõelgem eelseisva kahekümne nelja tunni peale. Me kaalutleme oma päevaks tehtud plaane. Enne alustamist palume Jumalat, et ta suunaks meie mõtlemist ja eriti, et ta hoiaks meist eemal ebaausad ja omakasupüüdlilikud motiivid. Neil tingimustel võime julgelt kasutada oma mõtlemisvõimet, sest Jumal on andnud meile aju ju kasutamiseks. Meie mõtteelu tõstetakse niiviisi palju kõrgemale tasemele, kui meie mõtetest on sõelutud välja valed motiivid.

Eelseisvale päevale mõeldes võime osutada otsustusvõimetuks. Võib-olla ei suuda me kindlaks teha, milline suund võtta. Siinkohal palume Jumalalt inspiratsiooni, mõne vaistliku mõtte või otsuse. Lõdvestume ja oleme

rahulikud. Me ei rabele. Kui oleme püüdnud mõnda aega niiviisi olla, üllatavad meid sageli õiged vastused. See, mis oli aimdus või juhuslik inspiratsioon, muutub järk-järgult meie mõistuse toimivaks osaks. Kuna me oleme veel kogenematud ning alles äsja loonud teadliku kontakti Jumalaga, siis pole tõenäoline, et kogeksime sellist inspiratsiooni kogu aeg. Selle eelduse eest võime maksta igasuguste absurdsete tegude ja ideedega. Sellegipoolest avastame, et meie mõtlemine hakkab aja möödudes ikka enam ja enam toimima inspiratsiooni tasandil. Me hakkame sellele toetuma.

Tavaliselt lõpetame meditatsiooni palvega, et meid terve päeva jooksul juhatataks, milline on meie järgmine samm, ja et meile antaks kõik, mida vajame selliste probleemide lahendamiseks. Eriti palume, et oleksime vabad enese tahtest ja jälgime hoolikalt, et me ei paluks midagi ainult iseenda jaoks. Võime enda jaoks midagi paluda siis, kui sellest on abi teistele. Jälgime hoolikalt, et me iial ei paluks midagi pelgalt oma isekatel põhjustel. Nii mõnigi meist on selle peale palju aega raisanud ja see ei tööta. Põhjus on ilmselge.

Kui olukord võimaldab, siis palume ka abikaasal või sõpradel oma hommikuse meditatsiooniga ühineda. Kui meil on mõni kindel usutunnistus, mis nõuab konkreetset hommikust palvust, siis teeme ka seda. Kui me usuühingusse ei kuulu, siis valime mõnikord välja ja jätame meelde mõned levinumad palved, mis rõhutavad meie eelnevalt käsitletud põhimõtteid. Saadaval on ka palju kasulikke raamatuid. Soovitusi raamatute osas võib saada oma preestrilt, pastorilt või rabilt. Tehkem endale kiiresti selgeks, milles religioossetel inimestel on õigus. Kasutagem seda, mida nad pakuvad.

Päeva jooksul teeme rahutuks muutudes või kahtluse korral pausi ja palume, et meile juhatataks õige mõte

või tegu. Tuletame endale alatasa meelde, et me ei juhi enam etendust ja lausume endamisi alandlikult mitu korda päevas: „Sinu tahtmine sündigu.” Sel kombel on ärevuse, hirmu, viha, mure, enesehaletsuse ja rumalate otsuste oht palju väiksem. Muutume märksa tõhusamaks. Me ei väsi enam nii kergesti, sest ei kuluta arutult oma energiat nagu siis, kui püüdsime elu oma äranägemise järgi korraldada.

See töötab – see tõepoolest töötab.

Meie, alkohoolikud, oleme distsiplineerimata. Seetõttu laseme Jumalal äsja kirjeldatud lihtsal viisil end distsiplineerida.

Kuid see ei ole veel kõik. Vaja on tegusid, rohkem tegusid. „Usk ilma tegudeta on surnud.” Järgmine peatükk on täielikult pühendatud *Kaheteistkümnendale Sammule*.