

ANONÜÜMSED ALKOHOLIKUD

TEISED RAAMATUD

KAKSTEIST SAMMU JA KAKSTEIST TRADITSIOONI
AA programmi tõlgendav kirjeldus asutaja poolt

ALCOHOLICS ANONYMOUS COMES OF AGE
AA esimese kahe aastakümne põgus ajalugu

AS BILL SEES IT
(VARASEMALT THE A.A. WAY OF LIFE)
AA kaasasutaja valitud kirjutised

DR BOB AND THE GOOD OLDTIMERS
Elulugu koos meenutustega varasest AA-st Keskläänes

PASS IT ON
Bill W. elulugu; kuidas AA sõnum maailmani jõudis

IGAPÄEVASED MÕTISKLUSED
Mõtiskluste raamat AA liikmetelt AA liikmetele

EXPERIENCE, STRENGTH AND HOPE
Kogemuslood „Anonüümsete Alkohoolikute” esimesest kolmest väljaandest

OUR GREAT RESPONSIBILITY
Valik Bill W. Üldteeninduskonverentsi kõnelustest

BROŠÜÜRID

CAME TO BELIEVE
75 AA liikme vaimsed kogemused

ELU KAINENA
Koosolekutel kuulnud praktilised soovitusel

A.A. IN PRISON: A MESSAGE OF HOPE
Vanad Grapevine'i artiklid inimestelt, kes leidsid AA vanglas

ANONÜÜMSED ALKHOOOLIKUD

Lugu sellest,
kuidas tuhanded mehed ja naised
on tervenened alkohoolismist

NELJAS VÄLJAANNE

Tõlgitud inglise keelest
Anonüümsete Alkohoolikute Ühenduse
Ülemaailmse Teeninduse (A.A.W.S.) loal.
Teose ingliskeelse versiooni autoriõigused kuuluvad samuti
A.A.W.S.-ile (New York, NY).
Kõik õigused kaitstud.
Teose või teose osa reprodutseerimine mistahes kujul või keeles
ilma A.A.W.S.-i kirjaliku nõusolekuta on keelatud.

ALCOHOLICS ANONYMOUS WORLD SERVICES, INC.

NEW YORK CITY

2001

ALCOHOLICS ANONYMOUS

Copyright © 1939, 1955, 1976, 2001, 2024
by Alcoholics Anonymous World Services, Inc.,
including registrations in the U.S. and Canadian
copyright offices. All rights reserved.

Personal stories on pages 407, 476, 494, 531, and 553 are
copyrighted © by AA Grapevine, Inc., and are reprinted
here with permission.

First Edition, sixteen printings, 1939 to 1955
Second Edition, sixteen printings, 1955 to 1974
Third Edition, seventy-four printings, 1976 to 2001

Fourth Edition, New and Revised 2001
First printing, October 2001
Fifty-first printing, June 2025

©2025 Alcoholics Anonymous World Services, Inc. –
(eesti, Eesti Vabariik)

*This is A.A. General Service
Conference-approved literature.*

Box 459, Grand Central Station
New York, N.Y. 10163

www.aa.org

Alcoholics Anonymous® and A.A.® are registered
trademarks of Alcoholics Anonymous World Services, Inc.

ANONÜÜMSED ALKOHOLIKUD

© 2025 Alcoholics Anonymous World Services, Inc.
Kõik õigused kaitstud.

Tõlgitud ingliskeelsest teosest „*Alcoholics Anonymous*”
Anonüümsete Alkohoolikute Ühenduse Ülemaailmse Teeninduse
(A.A.W.S.) loal. Teose ingliskeelse versiooni autoriõigused kuuluvad
samuti A.A.W.S.-ile (New York, New York). Teose või teose osa
reprodutseerimine mistahes kujul või keeles ilma A.A.W.S.-i
kirjaliku nõusolekuta on keelatud.

This is A.A. General Service Conference-approved literature.

Tegu on AA Üldteeninduskonverentsi
poolt heaks kiidetud kirjandusega.

Kirjastaja: MTÜ Keskteenindusbüroo
Esmatrükk Eestis: detsember 2025
ISBN 978-9916-4-3503-8

SISUKORD

<i>Peatiikk</i>	<i>Lehekülg</i>
EESSÕNA	xi
EESSÕNA ESIMESELE VÄLJAANDELE	xiii
EESSÕNA TEISELE VÄLJAANDELE	xv
EESSÕNA KOLMANDALE VÄLJAANDELE	xxii
EESSÕNA NELJANDALE VÄLJAANDELE	xxiii
ARSTI ARVAMUS	xxv
1 BILLI LUGU	1
2 LAHENDUS ON OLEMAS	17
3 ALKOHOLISMIST LÄHEMALT	30
4 MEIE, AGNOSTIKUD	44
5 KUIDAS SEE TÖÖTAB	58
6 TEGUTSEMA	72
7 TÖÖ TEISTEGA	89
8 NAISTELE	104
9 PEREKOND HILJEM	122
10 TÖÖANDJATELE	136
11 TULEVIKUPILT TEIE JAOKS	151

ISIKLIKUD KOGEMUSLOOD

I OSA

AA teerajajad

DOKTOR BOBI PAINAJALIK UNENÄGU	171
--------------------------------	-----

Anonüümsete Alkohoolikute asutajaliige. Meie Ühenduse sündi tähistab tema püsiva kainuse esimene päev, milleks on 10. juuni 1935.

1	ANONÜÜMNE ALKOHOLIK NUMBER KOLM <i>Maailma esimese AA rühma, Akroni rühma nr 1 teerajaja. Ta säilitas endas usu. Seeläbi on nii tema kui väga paljud teised leidnud uue elu.</i>	182
2	TÄNULIKKUS TEGUDES <i>Dave B. lugu, kes oli 1944. aastal üks Kanada AA asutajatest.</i>	193
3	KA NAISED ON HAIGED <i>Kuigi sel naisel oli elus rohkesti võimalusi, oleks alkohol äärepealt ta elu lõpetanud. Varase AA liikmena levitas ta sõnumit naiste seas meie tegevuse alguspäevil.</i>	200
4	MEIE SÕBER LÕUNAST <i>AA teerajaja, pastori poeg ja farmer lõunast, küsis: „Kes olen mina ütleva, et Jumalat pole olemas?”</i>	208
5	NÕIARING <i>Kuidas see lõpuks murdis ühe lõunaosariiklase kangekaelsuse ja saatus viis selle müügimehe Philadelphiasse AA-d käivitama.</i>	219
6	JIMI LUGU <i>See arst, AA esimese mustanahaliste rühma varajasi liikmeid, räägib, kuidas saabus vabadus oma rahva seas töötades.</i>	232
7	MEES, KES SELJATAS HIRMU <i>Ta veetis kaheksateist aastat põgenedes ja leidis siis, et põgeneda pole tarvis. Niisiis pani ta aluse AA-le Detroitis.</i>	246
8	TA EI USKUNUD ENDASSE <i>Ometi leidis ta, et on olemas Kõrgem Jõud, kes uskus temasse rohkem kui ta ise. Nii sündis AA Chicagos.</i>	258
9	KUNINGRIIGI VÕTMED <i>See elutark naine aitas käivitada AA Chicagos ja andis seega oma võtmed paljudele edasi.</i>	268

II OSA

Nad lõpetasid aegsasti

- | | | |
|---|--|-----|
| 1 | PUUDUV LÜLI | 281 |
| | <i>Ta pidas oma õnnetuse põhjuseks kõike muud kui alkoholi.</i> | |
| 2 | HIRM HIRMU EES | 289 |
| | <i>See naine oli ettevaatlik. Ta otsustas, et ei lase kunagi oma joomisel käest ära minna. Ja ta ei võtaks kunagi, mitte kunagi, seda hommikust jooki!</i> | |
| 3 | KODUPERENAINE, KES JÕI KODUS | 295 |
| | <i>Ta peitis oma pudelid riidekorvidesse ja riidekapi sahtlitesse. AA-s avastas ta, et ei ole midagi kaotanud, küll aga leidnud kõik.</i> | |
| 4 | ARST, RAVI ISEENNAST! | 301 |
| | <i>Elukutselt psühhiaater ja kirurg, eksles see mees seni, kuni ta ükskord mõistis, et Suur Ravitseja pole mitte tema, vaid Jumal.</i> | |
| 5 | MINU VÕIMALUS ELADA | 309 |
| | <i>AA andis sellele teismelisele tüdrukule tööriistad, millega välja ronida oma süngest meeleheitekuristikust.</i> | |
| 6 | ELU ÕPILANE | 319 |
| | <i>Kodus vanematega elades püüdis ta kasutada tahtejõudu, et saada võitu kinnisideest juua. Alles siis, kui ta kohtas teist alkohoolikut ja läks AA koosolekule, jäi tema kainus püsima.</i> | |
| 7 | EITAMISE JÕE ÜLETAMINE | 328 |
| | <i>Lõpuks mõistis see naine, et kui ta nautis joomist, ei suutnud ta seda kontrollida, ja kui ta seda kontrollis, ei suutnud ta seda nautida.</i> | |
| 8 | SEST MA OLEN ALKOHOLIK | 338 |
| | <i>See jooja leidis viimaks ometi vastuse oma piinavale küsimusele: „Miks?”</i> | |

- 9 OLEKS VÕINUD KA KEHVEMINI MINNA 348
*Alkohol oli ähvardav pilv selle pankuri helges taevas.
Haruldase ettenägelikkusega mõistis ta, et sellest võib
vallanduda keeristorm.*
- 10 KÖIELKÕND 359
*Alkohoolikust geimehe üksildane näitemäng kahe
maailma vahel kõikudes lõppes, kui ta viimaks AA-sse
jõudis.*
- 11 TUNNETEST ÜLE UJUTATUD 369
*Kui tamm tema ja Jumala vahelt minema uhuti, jõudis
see end agnostikuks nimetav inimene Kolmanda Sammuni.*
- 12 VÕITJA VÕTAB KÕIK 375
*Peaagu pimedana, kuid mitte enam üksi olles leidis
ta mooduse jääda kaineks, luua perekond ja anda oma elu
Jumala hoolde.*
- 13 MINA, ALKOHOOLIK? 382
*Alkohol pitsitas seda kirjameest üsna kõvasti –
kuid ta pääses üsna tervena.*
- 14 ALATINE OTSING 388
*See advokaat proovis psühhiaatreid, biotagasiside
teraapiat, lõdvestusharjutusi ja mitmeid muid tehnikaid,
et oma joomist kontrolli alla saada. Ta leidis lõpuks
lahenduse ainulaadselt temasugustele inimestele
kohandatud AA Kaheteistkümnnes Sammus.*
- 15 JOODIK NAGU SINAGI 398
*Mida rohkem ta koosolekutel kuulas, seda rohkem
mõistis ta omaenda joomise ajalugu.*
- 16 LEPPIMINE OLI LAHENDUS 407
*See arst arvas, et ta ei ole sõltuvuses – ta lihtsalt
kirjutas endale arvukate tõbede jaoks välja meditsiiniliselt
näidustatud ravimeid. Leppimine oli tema võti
vabanemiseks.*
- 17 VÕIMALUSTE AKEN 421
*See noor alkohoolik astus läbi teise korruse akna ning
maandus AAs.*

III OSA

Nad kaotasid peaaegu kõik

- | | | |
|---|--|-----|
| 1 | MINU PUDEL, MINU VIMMAD JA MINA | 437 |
| | <i>Olles kogenud lapsepõlvetraumat ja muutunud rentslijoodikuks, leidis see hulgas lõpuks Kõrgema Jõu, mis tõi talle kainuse ja andis tagasi ammu kaotatud perekonna.</i> | |
| 2 | TA ELAS VAID SELLEKS, ET JUUA | 446 |
| | <i>„Mulle oli loetud moraali, mind oli analüüsitud, sõimatud ja nõustatud, kuid keegi polnud kunagi öelnud: „Ma samastun sellega, mis sinuga toimub. See juhtus ka minuga ja ma toimin selles suhtes nii.” ”</i> | |
| 3 | TURVALINE SADAM | 452 |
| | <i>See AA-lane mõistis, et oma tõelise mina leidmine algab teadmisest, kes ta olla ei taha.</i> | |
| 4 | KUULATES TUULT | 458 |
| | <i>Läks tarvis „Inglit”, et tutvustada AA-d ja tervenemist sellele põlisameeriklasest naisele.</i> | |
| 5 | TOPELT ÕNNISTATUD | 470 |
| | <i>Maksatsirroosi diagnoosi saanud alkohoolik saavutas kainuse – lisaks tehti talle elupäästev maksasiirdamine.</i> | |
| 6 | EHITADES UUT ELU | 476 |
| | <i>See kunagi õnnelik olnud pereisa sai hallutsinatsioonide nähes ning politsei ja haiglapersonali poolt kinni hoituna Jumalalt ootamatu kingituse – kindla aluse kainusele, mis püsib nii headel kui ka halbadel aegadel.</i> | |
| 7 | LIHKVEL | 486 |
| | <i>AA programmiga töötamine näitas sellele alkohoolikule, kuidas jõuda pideva kolimise asemel tänuolikkusele.</i> | |
| 8 | NÄGEMUS TERVENEMISEST | 494 |
| | <i>Vilets palve aitas sellel mikmaki indiaanlasel luua püsiva sideme Kõrgema Jõuga.</i> | |

9	RENTSLI BRAVUUR	501
	<i>Üksinda ja töövõimetult anti talle kohtu poolt kaks valikut: otsida abi või minna vangi. Nii algas tema teekond õpetatavaks muutumise suunas.</i>	
10	SISEMINE TÜHJUS	512
	<i>See naine puutus üles kasvades AA-ga palju kokku ning teadis kõiki vastuseid – välja arvatud küsimustes, mis puudutasid tema enda elu.</i>	
11	MAAPINNALE TOODUD	522
	<i>Alkohol kärpis selle piloodi tiivad, kuniks kainus ja raske töö ta tagasi taevasse viisid.</i>	
12	UUS VÕIMALUS	531
	<i>Selle vaesuses vireleva mustanahalise naise üle valitses täielikult alkohol. Ta tundis, et elamisväärne elu on tema jaoks kättesaamatu. Ent vanglakaristust kandma hakates avanes talle uks.</i>	
13	HILINE ALGUS	535
	<i>„On möödunud kümme aastat minu pensionile jäämisest ja seitse aastat AA-ga liitumisest. Nüüd võin tõesti öelda, et ma olen tänulik alkohoolik.”</i>	
14	KÖIDIKUTEST VABAKS	544
	<i>See noorena liitunud AA-lane usub, et tema tõsine joomine oli sügavamate isiklike puuduste tagajärg. Ta jutustab alljärgnevalt, kuidas ta vabastati.</i>	
15	AA ÕPETAS TEDA, KUIDAS KAINUSEGA TOIME TULLA	553
	<i>„Jumala tahtel... ei pea me ehk enam jooma, kuid kainusega peame me tegelema iga päev.”</i>	
	LISAD	
	I AA Traditsioonid	561
	II Vaimne kogemus	567
	III Meditsiiniline vaade AA-le	569
	IV Laskeri preemia	571
	V Religioosne vaade AA-le	572
	VI Kuidas AA-ga ühendust võtta	573
	VII Kaksteist Kontseptsiooni (Lühivormis)	574

EESSÕNA

SEE on raamatu „Anonüümsed Alkohoolikud” neljas väljaanne. Esimene ilmus 1939. aasta aprillis ja järgneva kuueteistkümne aasta jooksul läks ringlusse rohkem kui 300 000 eksemplari. Teist väljaannet, mis avaldati 1955. aastal, trükiti enam kui 1 150 500 eksemplari. Kolmandat väljaannet, mis ilmus 1976. aastal, on trükitud kokku umbes 19 550 000 eksemplari.

Kuna sellest raamatust on kujunenud meie Ühingu alustekst, mis on aidanud paljudel mees- ja naisalkohoolikutel terveneda, tuntakse teoses mistahes äärmuslike muudatuste tegemise suhtes tugevat vastumeelt. Seetõttu on väljaande esimene osa, mis käsitleb AA tervenemisprogrammi, jäänud teise, kolmanda ja neljanda väljaande jaoks tehtud ülevaatuste raames suuresti muutumatuks. „Arsti arvamus” on jäetud täiesti samaks, just nagu see pandi kirja 1939. aastal doktor William D. Silkworthi, meie ühenduse auväärse arstist toetaja poolt.

Esimese väljaande teisele trükile pandi juurde lisa „Vaimne kogemus”. Teisele väljaandele pandi juurde lisad AA Traditsioonid, „Meditatsiooniline vaade AA-le” ja „Religioosne vaade AA-le”, Laskeri preemia ning juhised, kuidas AA-ga ühendust võtta. Ühtlasi eemaldati Alkohoolikute Fondi puudutav lisa. Kuid peamiseks muutuseks oli isiklike lugude osa laienemine, mis peegeldas sõpruskonna kasvamist. „Billi lugu”, „Doktor Bobi painajalik unenägu” ja veel üks esime-

sest väljaandest pärinev isiklik lugu jäid samaks; kolm lugu toimetati ning üks neist sai uue pealkirja; kahest loost kirjutati uued versioonid uute pealkirjadega; lisati kolmkümmend täiesti uut lugu; ning lugude osa jagati kolmeks, nende samade pealkirjade all, mida kasutatakse tänapäevalgi.

Kolmandas väljaandes jäeti muutmata I. osa („AA teerajajad”). Üheksa lugu viidi II. osast üle („Nad lõpetasid aegsasti”); lisati kaheksa uut lugu. III. osas („Nad kaotasid peaaegu kõik”) jäi alles kaheksa lugu ning lisati viis uut.

Käesolev neljas väljaanne sisaldab Maailmateenistuse Kahtteist Kontseptsiooni ning revideerib isiklike lugude kolme alajaotust järgmisel moel: I. osale on lisatud üks uus lugu, lisaks on sinna ümber viidud kaks lugu, mis kuulusid algselt III. ossa; kuus lugu on välja jäetud. II. osas on säilinud kuus lugu, lisatud on üksteist uut ja üksteist on ka välja jäetud. III. osa sisaldab nüüd kahtteist uut lugu, kaheksa on välja jäetud (lisaks neile kahele, mis I. ossa üle viidi).

Kõigil aastate jooksul „Suures Raamatus” (see on AA liikmete hellitusnimi käesolevale köitele) tehtud muudatustel on sama eesmärk: praeguse Anonüümsete Alkohoolikute liikmeskonna täpsem esindamine ja seeläbi enamate alkohoolikuteni jõudmine. Kui teil on probleeme joomisega, loodame, et võite üht neljakümne kahest isiklikust loost lugedes peatuda ja mõelda: „Jah, ka minuga juhtus nii”; või veelgi tähtsam: „Jah, minagi olen nii tundnud”; või, mis kõige olulisem: „Jah, usun, et see programm võib ka minu jaoks töötada.”

EESSÕNA ESIMESELE VÄLJAANDELE

Ära toodud sellisel kujul, nagu see ilmus esimese väljaande esimeses trükkis 1939. aastal.

MEIE, Anonüümsete Alkohoolikute liikmed, oleme enam kui sada meest ja naist, kes on tervenunud mõistuse ja keha pealtnäha lootusetust seisundist. Selle raamatu peamiseks eesmärgiks on teistele alkohoolikutele *täpselt näidata, mil viisil me oleme tervenunud*. Me loodame, et need leheküljed osutuvad nende jaoks nii veenvateks, et enamat tõestust ei lähe tarvis. Me arvame, et tunnistused meie kogemustest aitavad kõigil alkohoolikut paremini mõista. Paljud ei taipa, et alkohoolik on väga haige inimene. Peale selle oleme kindlad, et meie elulaadis on iga inimese jaoks midagi kasulikku.

Meil on oluline jääda anonüümseteks, sest meid on praegu liiga vähe, et tulla toime rohkete isiklike abipalvetega, mis selle raamatu ilmumisele võivad järgneda. Olles põhiliselt äri- või muu kutseala töötajad, ei suudaks me sellisel juhul enam oma ametis hakkama saada. Me palume mõista, et meie töö alkoholismiga on meie kõrvaltegevus.

Kui keegi meie sõpruskonnast esineb alkoholismi teemal avalikult kirjasõnas või kõnes, siis me julgustame teda oma nime märkimata jätma ning nimetama ennast selle asemel „Anonüümsete Alkohoolikute liikmeks”.

Palume siiralt ka ajakirjandusel sellest nõudest kinni pidada, sest vastasel juhul tooks see meile suurt kahju.

Me ei ole organisatsioon selle sõna tavalises tähenduses. Meil ei ole mingeid liikmemakse ega lõive.

Ainus nõue liikmeks astumisel on siiras soov joomine lõpetada. Me ei ole seotud ühegi kindla usundi, sekti või kogudusega ega ole ka kellegi vastu. Me soovime lihtsalt aidata neid, kes on hädas.

Meid huvitab väga kuulda nendest inimestest, kes on sellest raamatust abi saanud, eriti neist, kes on juba alustanud tööd teiste alkohoolikutega. Meie sooviks on olla neile selles abiks.

Teaduslike, meditsiiniliste ja usuliste ühingute küsimused meile on teretulnud.

ANONÜÜMSED ALKOHOLIKUD

EESSÕNA TEISELE VÄLJAANDELE

*Selles eessõnas esitatud arvandmed
pärinevad 1955. aastast.*

PÄRAST selle raamatu esialgse eessõna kirjutamist 1939. aastal on aset leidnud tõeline ime. Meie varasem väljaanne väljendas lootust, et „iga rändav alkohoolik leiaks oma sihtpunktist Anonüümsete Alkohoolikute Sõpruskonna. Juba praegu on teisteski kogukondades tekkinud kahesed, kolmesed ja viiesed rühmad”, kirjutatakse selles varasemas tekstis.

Käesoleva raamatu esimesest trükist teiseni 1955. aastal on möödunud kuusteist aastat. Selle üürikese ajavahemiku jooksul on Anonüümsete Alkohoolikute rühmade arv paisunud ligi kuue tuhandeni ning nende liikmeiks on rohkem kui 150 000 tervenenu alkohoolikut. Meie rühmi võib leida kõikjal Ameerika Ühendriikides ja kõigis Kanada provintsid. AA tegevus on õitsele lõõnud ka Briti saartel, Skandinaavias, Lõuna-Aafrikas, Lõuna-Ameerikas, Mehhikos, Alaskal, Austraalias ja Hawaiiil. Ühtekokku on paljutöötav algus tehtud ligikaudu 50 välisriigis ja Ühendriikide halduspiirkonnas. Praegu on rühmad moodustumas Aasias. Paljud meie sõbrad julgustavad meid, öeldes, et see on alles algus, märksa suurema tuleviku ettekuulutus.

Säde, mis lõi lõkkele esimese AA rühma näol, tekkis 1935. aasta juunis Akronis Ohios ühe New Yorgi börsimaakleri ja Akroni arsti vestluse käigus. Kuus kuud varem oli äkiline vaimne kogemus vabastanud maakleri tema joomise kinnisideest, pärast kohtumist alkohoo-

likust sõbraga, kes suhtles tollase Oxford Grupiga. Teda oli oluliselt aidanud ka kadunud doktor William D. Silkworth, New Yorgi alkoholismiravi spetsialist, keda AA liikmed peavad tänapäeval lausa meditsiinipühakuks ja kelle kirjeldus meie ühingu varasematest aegadest ilmub järgnevatel lehekülgedel. Selle arsti käest sai too maakler teada alkoholismi süngest olemusest. Kuigi ta ei suutnud omaks võtta kõiki Oxford Grupi tõekspidamisi, oli ta veendunud, et on tarvilik teha moraalne inventuur, tunnistada iseloomupuudusi, hüvitada teistele tekitatud kahju, abistada teisi ning vajadus uskuda Jumalasse ning temale toetuda.

Enne Akronisse minekut oli too maakler alkohoolikutega tublisti tööd teinud, lähtudes teooriast, et ainult alkohoolik saab aidata teist alkohoolikut, kuid niiviisi õnnestus tal vaid ennast kaina hoida. Too maakler oli Akronisse sõitnud äriasjus, mis olid aga luhta läinud, tekitades temas tõsise hirmu, et ta võib uuesti jooma hakata. Korraga mõistis ta, et peab enda päästmiseks kandma selle sõnumi teise alkohoolikuni. Selleks alkohoolikuks osutus Akroni arst.

See arst oli oma alkoholismidilemma lahendamiseks korduvalt üritanud kasutada vaimseid vahendeid, kuid ebaõnnestunult. Ent kui maakler esitas talle doktor Silkworthi kirjelduse alkoholismist ja selle lootusetusest, hakkas arst otsima oma tõvele vaimset lahendust valmisolekuga, mida ta polnud kunagi varem suutnud üles näidata. Ta kainenesis ega võtnud tilkagi kuni oma surmani 1950. aastal. See näis tõendavat, et üks alkohoolik suudab teist mõjutada viisil, mida ei saa ükski mittealkohoolik. Samuti ilmnes, et püsiva tervenemise säilitamiseks on alkohoolikule eluliselt tähtis järjekindel töö teiste alkohoolikutega.

Nõnda asusid need kaks meest lausa pöörase hooga tööle Akroni linnahaiglasse saabuvate alkohoolikutega. Nende esimene lootusetus seisis juhtum terve-nes kohe ning temast sai kolmas AA liige. Ta ei joonud enam kunagi alkoholi. Seda tööd tehti Akronis kogu 1935. aasta suve vältel. Ebaõnnestumisi oli palju, kuid sekka sattus ka mõni julgust andev kordaminek. Kui maakler 1935. aasta sügisel New Yorki tagasi pöördus, oli esimene AA rühm juba moodustunud, ehkki toona seda veel ei taibatud.

Peatselt moodustus New Yorgis teine väike rühm, millele lisandus 1937. aastal kolmas rühm Clevelandis. Lisaks elas eri paigus alkohoolikuid, kes olid Akronis või New Yorgis omandanud põhiideed ja püüdsid teistes linnades AA rühmi asutada. 1937. aasta lõpupoole oli märkimisväärselt pika kainuseperioodiga liikmete arv piisav, veenmaks ülejäänud liikmeskonda, et alkohoolikute süngesse maailma on tulnud uus valgus.

Habraste AA rühmade arvates oli nüüd aeg oma sõnum ja ainulaadne kogemus maailma ette tuua. Nende järjekindlus kandis vilja käesoleva raamatu ilmumisega 1939. aasta kevadel. Sõpruskond oli siis kasvanud umbes 100 mehe ja naiseni. Noor, seni nimetu ühing sai raamatu pealkirja järgi nimeks Anonüümsed Alkohoolikud. Pimesi kobamise periood oli lõppenud ning AA astus teerajamise uude etappi.

Uue raamatu ilmumisele järgnesid olulised sündmused. Tuntud vaimulik doktor Harry Emerson Fosdick andis raamatule kiitva hinnangu. 1939. aasta sügisel avaldas toimetaja Fulton Oursler oma ajakirjas Liberty artikli pealkirjaga „Alkohoolikud ja Jumal”. Artikli ilmumine tõi vahepeal avatud tillukesse New Yorgi kontoris 800 tungivat järelepärimist. Igale järelepärimisele

vastati põhjalikult, saadeti välja brošüüre ja raamatuid. Ärimehed, kes juba olemasolevatest rühmadest ringi reisisid, suunati nende potentsiaalsete uute liikmete juurde. Tekkisid uued rühmad ja üldiseks imestuseks leiti, et AA sõnumit on posti teel võimalik sama edukalt edasi anda kui suuliselt. 1939. aasta lõpuks arvati tervenemisteel olevaid alkohoolikuid kokku 800.

1940. aasta kevadel korraldas John D. Rockefeller Jr paljudele oma sõpradele õhtusöögi, kuhu ta kutsus AA liikmeid oma lugusid rääkima. Uudised sellest läksid liikvele, taas vallandus järelpärimiste tulv ning paljud pöördusid „Anonüümsete Alkohoolikute” raamatu leidmiseks raamatupoodidesse. 1941. aasta märtsiks oli liikmeskonna arv kiiresti kasvanud juba 2000-ni. Jack Alexander kirjutas Saturday Evening Postile põhjalikult, mis esitas laiemale lugejaskonnale AA-st niivõrd veenva pildi, et hakkasime alkohoolikute abipalvete alla uppuma. 1941. aasta lõpuks oli AA-l 8000 liiget. Kiiresti kasvav ettevõtmine oli täies hoos. AA-st oli saanud ülemaaline institutsioon.

Meie Ühing oli jõudnud hirmutavasse, kuid põnevasse noorukiikka. AA ees seisis järgmine proovikivi: kas see suur hulk endisi sõgedaid alkohoolikuid suudab tulemusrikkalt ühineda ja koos töötada? Kas liikmelisuse, juhtimise ja raha pärast tekib vaidlusi? Kas hakatakse püüdlema võimu ja prestiiži poole? Kas võib tekkida erimeelsusi, mis AA lõhestavad? Peagi oli AA tervikuna ja iga rühm eraldi neist probleemidest ümber piiratud. Kuid sellest ehmatavast ja esmapilgul raputavast kogemusest kasvas välja veendumus, et AA-lased pidid kokku hoidma või muidu ootas neid kõiki ükshaaval surm. Pidime oma sõpruskonna kas ühtseks muutma või oma tegevuse üldse lõpetama.

Sedamööda, kuidas me avastasime põhimõtted, mille järgi iga alkohoolik võiks elada, tuli meil arendada ka põhimõtteid, mis aitaksid AA rühmi ja AA-d tervikuna püsima jääda ning efektiivselt tegutseda. Aluseks võeti, et mitte ühtki alkohoolikust meest ega naist ei tohi meie Ühingust välja jätta; meie juhid võivad teenida, kuid mitte valitseda; rühmad on iseseisvad ja professionaalsel teraapiavormi ei ole kavas luua. Ka liikmemakse ega lõive ei olnud kavas nõuda; kõik kulutused võiksid saada kaetud liikmete vabatahtlikest annetustest. Organisatsiooniline struktuur oli mõeldud tulema võimalikult minimaalne, seda ka meie teeninduskeskustes. Meie suhted avalikkusega võiksid põhineda ligitõmbavusel, mitte reklaamil. Otsustati, et ajakirjanduses, raadios, televisioonis ja filmides võiksid kõik meie liikmed jääda anonüümseks. Mingil juhul ei tohtinud me toetus-avaldustega esineda, liitudesse astuda ega avalikesse vaidlusküsimustesse sekkuda.

Selline oli AA Kaheteistkümnne Traditsiooni sisu, mis on avaldatud täies mahus käesoleva raamatu 562. leheküljel. Kuigi ükski neist põhimõtetest ei omanud reegli ega seaduse jõudu, olid need 1950. aastaks leidnud niivõrd laialdast heakskiitu, et meie esimesel rahvusvahelisel konverentsil Clevelandis kinnitati need ametlikult. Tänapäeval on AA märkimisväärne ühtsus meie Ühingu suurimaid plusse.

Samal ajal, kui meie noorukiea sisemisi raskusi välja siluti, kasvas jõudsalt ühiskonna poolehoid AA suhtes. Selleks oli kaks peamist põhjust: tervenemiste arv ning perede taasühinemine. Need avaldasid kõikjal muljet. AA poole pöördunud ja tõsiselt üritanud alkohoolikutest 50% said kohe ja alatiseks kaineiks, 25% kainenenes pärast mõningaid tagasilööke ja ülejäänud AA juurde

jäänutest tervenesisid märgatavalt. Peale nende käis AA koosolekutel veel tuhandeid inimesi, kes esialgu otsustasid, et nad ei soovi programmi järgida. Kuid suur osa neist – umbes kaks kolmandikku – tuli mõne aja pärast meie juurde tagasi.

Teiseks põhjuseks, miks AA nii suurt poolehoidu võitis, oli sõpradevaheline abistamissüsteem – meie sõpradest meditsiini alal, usuelus ja ajakirjanduses said koos väga paljude teistega meie võimekad ja järjepidevad toetajad. Sellise toetuseta oleks AA edu jäänud äärmiselt aeglaseks. AA varaste meditsiiniliste ja usuliste sõprade mõningad soovitusel leiab selle raamatu edasisel lugemisel.

Anonüümsed Alkohoolikud ei ole religioosne organisatsioon. Ka ei lähtu AA mingist kindlast meditsiinilisest seisukohast, kuigi me teeme ulatuslikku koostööd nii arstide kui usutegelastega.

Et alkohol ei tee inimestel vahet, oleme meie oma moodi läbilõige tervest Ameerikast ning ka teistes maades kestab praegu samasugune demokraatlik ühtlustumisprotsess. Isikliku religioosse kuuluvuse põhjal on meie hulgas katoliiklasi, protestante, juute, hindusid ning näpuotsatäis moslemeid ja budiste. Enam kui 15% meie liikmetest on naised.

Praegusel ajal kasvab meie liikmeskond keskel läbi 20% aastas. Täna oleme vaid riivamisi jõudnud puudutada mitmete miljonite tegelike ja potentsiaalsete alkohoolikute ühist probleemi. Väga tõenäoliselt suudame edaspidi tegeleda vaid tillukese osaga alkoholi-probleemist koos kõigi selle mõjudega. Päril kindlasti ei oma me alkohoolikute ravi osas monopoli. Kuid ometi loodame väga, et kõik need inimesed, kes ei ole veel

oma ellu lahendust leidnud, hakkavad seda siinse raamatu lehekülgedelt leidma ning ühinevad peagi meiega uue vabaduse poole viival teekonnal.

EESSÕNA KOLMANDALE VÄLJAANDELE

MÄRTSIKS 1976, kui kolmas väljaanne trükki läks, oli Anonüümsete Alkohoolikute liikmeid maailmas tagasihoidlikel hinnanguil üle 1 000 000, kes olid koondunud ligemale 28 000 gruppi kokku üle 90 riigis.

Ülevaade Ameerika Ühendriikides ja Kanadas tegutsevatest rühmadest näitab, et AA tegevus laieneb mitte üksnes kasvava liikmeskonna, vaid ka liikmete mitmekesisuse osas. Tänapäevaks moodustavad naised rohkem kui neljandiku liikmete arvust. Uute liikmete seas on see suhe üks kolmele. Seitse protsenti küsitletud AA-lastest olid alla kolmekümne aastased, nende hulgas paljud veel teismeeas.

Ilmneb, et AA programmi põhialused näivad toimivat väga erineva eluviisiga inimeste puhul, samuti on programm aidanud terveneda väga paljudel eri rahvusest alkohoolikutel. Programmi kokkuvõtlikud Kaks-teist Sammu võivad ühel maal kanda nime „*los Doce Pasos*”, teisel „*les Douze Etapes*”, kuid järgivad ikkagi täpipealt sedasama tervenemistrada, mille tallasid sisse Anonüümsete Alkohoolikute esimesed liikmed.

Vaatamata sõpruskonna tohutule kasvule nii arvult kui ulatuselt on selle südamik endiselt lihtne ja vahetu. Iga päev pannakse kusagil maailmanurgas alus tervenemisele, kui üks alkohoolik hakkab rääkima teisega, jagades temaga kogemusi, jõudu ja lootust.

EESSÕNA NELJANDALE VÄLJAANDELE

KÄESOLEV "Anonüümsete Alkohoolikute" neljas väljaanne tuli trükipressi alt 2001. aasta novembris, uue aastatuhande alguses. Kolmanda väljaande ilmunisest saadik 1976. aastal on AA ülemaailmne liikmeskond pea kahekordistunud ligikaudu kahe miljoni või enama liikmeni, koos käib ligi 100 800 rühma umbes 150 maailma riigis.

Kirjandus on mänginud AA arengu juures tohutut rolli, ja viimase veerandsajandi eriliseks tunnusjooneks on meie põhitrukiste plahvatuslik tõlkimine paljudesse keeltesse ja dialektidesse. See on juuri ajanud kõigis riikides, kuhu AA seeme külvati, algul küll visalt, kuid niipea, kui kirjandus levima hakkas, hoopis jõudsamalt. Praeguseks on raamatut „Anonüümsed Alkohoolikud” tõlgitud neljakümne kolme* keelde.

Tervenemissõnum on jõudnud suurema hulga inimesteni ja puudutab nüüd palju mitmekesisemat hulka kannatavaid alkohoolikuid. Kui lause „Me oleme inimesed, kes harilikult omavahel ei seguneks” (selle raamatu lk 17) 1939. aastal kirja pandi, viitas see ühingu, mis koosnes peamiselt meestest (ja mõnest üksikust naisest), kelle sotsiaalne, etniline ja majanduslik taust olid üsna sarnased. Nagu nii mõnedki AA põhiteksti kohad, on ka need sõnad osutunud palju ettenägelikumaks, kui asutajaliikmed oleksid eales osanud ette kujutada. Sellesse väljaandesse lisatud lood esindavad liikmeskonda, kelle eripärad – ealised, soolised, rassilised ja kultuurilised – on nii mitmekesised, et pea

*Aastaks 2024 on raamatut *Anonüümsed Alkohoolikud* tõlgitud 75 keelde.

kõik, kelleni esimesed 100 liiget võisid soovida jõuda, on esindatud.

Samal ajal, kui meie kirjanduses on säilitatud AA sõnumi põhimõttekindlus, peegelduvad murdelised muudatused ühiskonnas ka Sõpruskonna uutes kommetes ja praktikates. Tänu uutele tehnoloogilistele võimalustele saavad arvutitega varustatud AA liikmed näiteks osaleda võrgus toimuvatel koosolekutel, jagades oma kogemusi teiste alkohoolikutega üle riigi või lausa üleilmselt. Kus iganes koosolekud ka ei toimuks, ikka jagavad AA-lased üksteisega kogemusi, jõudu ja lootust, et püsida kaine ja teisi alkohoolikuid aidata. Olgu modemist modemisse või näost näkku, AA-lased räägivad südame keeles, kogu selle jõu ja lihtsusega.