

המסורת השתים עשרה

**"אנונימיות היא הבסיס הרוחני לכל מסורותינו,
להזכירנו תמיד, שהעקרונות קודמים לאישיות"**

ההקרבה היא תמציתה הרוחנית של אנונימיות. מכיוון ששתים עשרה המסורות של A.A. חוזרות ומבקשות מאתנו לוותר על שאיפות אישיות לטובת הכלל, אנו מבינים שרוח ההקרבה, שהאנונימיות מטיבה לסמל, היא הבסיס לכולן. נכונותם המוכחת של חברי A.A. להקריב קורבנות אלה, היא המעניקה לאנשים את ביטחונם המלא בעתידנו.

אבל בהתחלה לא נולדה האנונימיות מתוך ביטחון; היא נולדה מתוך פחדינו הקדומים. קבוצותינו הראשונות, חסרות השם, היו אגודות סתרים של אלכוהוליסטים. חברים חדשים יכלו לאתר אותנו רק דרך חברים נאמנים ספורים. הרמיזה הזעירה ביותר של פרסום, אפילו של פעולותינו לבדן, זעזעה אותנו. למרות שהיינו כבר שתיינים לשעבר, עדיין חשבנו שעלינו להסתתר מפני חוסר האמון של הציבור ומהבוז שלו.

כשהופיע "הספר הגדול" ב-1939, קראנו לו "אלכוהוליסטים אנונימיים". המבוא לספר הכיל הצהרה חושפנית זאת: "חשוב שִנְשָׁאֵר אנונימיים, מפני שאנחנו מעטים מדי כרגע מכדי לטפל במספר המדהים של פניות אישיות שעשויות להגיע בעקבות פרסום זה. מכיוון שרובנו אנשי מקצוע ואנשי עסקים לא היינו יכולים להמשיך בעיסוקינו בצורה תקינה במקרה כזה". קל לקרוא בין שורות

אלה את הפחד, שמספר גדול של אנשים שיגיעו עלול לפרוץ את האנונימיות שלנו לרווחה!

ככל שהתרבו קבוצות A.A., כך התרבו גם בעיות האנונימיות. בהתלהבותנו הרבה מהחלמתו המדהימה של אח אלקוהוליסט היינו דנים לפעמים בפרטים האינטימיים והמצערים של מקרה, שהיו מיועדים אך ורק לאוזנו של הספונסר שלו. הקורבן הפגוע היה מצהיר אז, ובצדק, שאמונו נפגע. כשנפוצו סיפורים מעין אלה מחוץ לשורות A.A., נעשה אובדן האמון בהבטחתנו לאנונימיות חמור ביותר. לעתים קרובות הדבר גרם לאנשים להפנות לנו עורף. היה ברור שזהותו וסיפורו של כל חבר חייבים להישאר חסויים אם רצה בכך. זה היה הלקח הראשון שלמדנו ביישום המעשי של אנונימיות.

אך בחוסר האיפוק האופייני להם, לא התחשבו אחדים מחברינו החדשים כלל באלמנט הסודיות. הם רצו לשאוג את שם A.A. מעל גגות הבתים, וכך גם עשו. אלקוהוליסטים שזה עתה נִבְּשׁוּ התרוצצו בעיניים בורקות, כשהם תופסים כל מי שהסכים להאזין לסיפורם. אחרים מיהרו להופיע לפני מיקרופונים ומצלמות. לפעמים נפלו, למרבה הצער, והורידו את קבוצתם ביגון שאולה. הם הפכו מחברי A.A. לרברבנים של A.A.

תופעה זאת גרמה לנו לחשוב ברצינות. בפנינו עמדה השאלה: "באיזו מידה חייב חבר A.A. באנונימיות?". התרחבותנו הִבְהירה לנו שלא נוכל להישאר עוד חברת סתרים, אך היה ברור באותה מידה, שלא נוכל גם לצאת לסיבוב הופעות. מיפוי של הנתבי הבטוח בין שני קצוות אלה ארך זמן רב.

ככלל, החבר החדש הממוצע רצה לבשר מיד לבני משפחתו על מה שהוא מנסה לעשות.

הוא רצה לספר זאת גם לאלה שניסו לעזור לו - לרופאו, לכומר שלו, לחבריו הקרובים. כשרכש קצת ביטחון מצא לנכון להסביר את דרך חייו החדשה למעסיקו ולשותפיו לעבודה. כשצצו עבורו הזדמנויות להביא תועלת גילה שביכולתו לשוחח בקלות על A.A. כמעט עם כל אדם. התוודויות שקטות אלה עזרו לו להשתחרר מהפחד מהתדמית האלכוהוליסטית, ולהפיץ בקהילתו את דבר קיומה של A.A. רבים הגיעו ל-A.A. בעקבות שיחות כאלה. למרות ששיחות אלה לא הקפידו לגמרי על עקרון האנונימיות, הן בהחלט היו ברוחה.

אך נעשה יותר ויותר ברור, ששיטה זו של פה לאוזן היא מוגבלת מדי. פעילותנו היתה צריכה להתפרסם. היה על קבוצות A.A. להגיע במהירות למספר הגדול ביותר האפשרי של אלכוהוליסטים נואשים. בעקבות זאת החלו קבוצות רבות לנהל פגישות פתוחות לידידים מתעניינים ולציבור, כדי שהאזרח הממוצע יוכל לראות בעצמו מהי A.A. התגובה לפגישות אלה היתה חמה ואוהדת. במהרה החלו קבוצות A.A. לקבל בקשות לשלוח דוברים להופיע בפני ארגונים ציבוריים, כנסיות ואגודות רפואיות. כל עוד נשמרה האנונימיות מעל במות אלה והעיתונאים בקהל הוזהרו מפני שימוש בשמות ובצילומים, התוצאה היתה טובה.

ואז החלו גיחותינו הבודדות הראשונות אל תחום הפרסום הנרחב, שהיו עוצרות נשימה. מאמרים בעתון "פֶּלֶיין דִּילֶר" מקליבלנד הקפיצו בין לילה את מספר החברים באותה עיר, מבודדים למאות. הכתבות על ארוחת הערב של מר רוקפלר לכבוד "אלכוהוליסטים אנונימיים" עזרו להכפיל את מספר החברים הכולל שלנו בתוך שנה.

מאמרו המפורסם של ג'ק אלכסנדר ב'סטרדיי איבנינג פוסט" הפך את A.A. למוסד לאומי. פעולות מסוג זה יצרו הזדמנויות להכרה נוספת. עיתונים וירחונים נוספים רצו סיפורים מ-A.A. חברות הפקה רצו צילומים. הרדיו, ולבסוף הטלוויזיה, צרו עלינו עם בקשות להופיע בתכניותיהם. מה היה עלינו לעשות?

כששטף אותנו נחשול זה של אהדה ציבורית הבנו שהוא עשוי להיות מועיל להפליא או לגרום נזק בל ישוער. הכול יהיה תלוי בדרך בה יתועל. פשוט לא יכולנו להתיר לעצמנו להסתכן ולהתיר לחברים שרצו בכך, להציג את עצמם כמשיחים המייצגים את A.A. בפני הציבור כולו. הטבע היזמי שלנו עלול היה להכשיל אותנו. לו רק אחד מהם היה משתכר בציבור או שהיה מתפתה להשתמש בשמה של A.A. למטרותיו האישיות, הנזק היה עלול להיות בלתי הפיך. באותם מקומות (בעיתונות, ברדיו, בטלוויזיה ובסרטים) היתה האנונימיות, 100 אחוזי אנונימיות, התשובה היחידה האפשרית. כאן, ללא יוצא מן הכלל, יהיה על העקרונות לבוא לפני האישיות.

התנסויות אלה לימדו אותנו שהאנונימיות היא, לאמיתו של דבר, העֲנָה האמיתית בפעולה. זוהי איכות רוחנית חובקת-כל, המסמלת כיום את חיי A.A. בכל מקום. כשאנו מונָעים ברוח האנונימיות, אנו משתדלים לוותר על שאיפותינו הטבעיות להתבלטות אישית כחברי A.A. - בין חברינו האלכוהוליסטים וגם בפני הציבור הרחב כולו. כשאנו מניחים בצד את השאיפות האנושיות כל-כך הללו, אנו מאמינים שכל אחד מאתנו לוקח חלק באריגת אֶפוד המגן המכסה את חברתנו כולה, ושבחסותו אנו יכולים לצמוח ולפעול באחדות. אנו בטוחים שהעֲנָה, המתבטאת באנונימיות, היא אמצעי ההגנה הטוב ביותר שיעמוד אי פעם לרשות A.A.

המסורת השתים עשרה **(הנוסח הארוך)**

כאלכוהוליסטים אנונימיים אנו מאמינים שלעקרון
האנונימיות יש חשיבות רוחנית עצומה. הוא מזכיר לנו
שעלינו לתת קדימות לעקרונות על פני האישיות; שעלינו
לתרגל בפועל ענוה אמיתית. זאת, כדי שברכותינו הרבות
לא ישחיתו אותנו לעולם. כדי שנחיה תמיד בהרהורי תודה
לו, המנהיג את כלנו.

שתיים עשרה המסורות

(הנוסח הארוך)

ניסיוננו ב-A.A. לימד אותנו את הדברים הבאים :

1. כל חבר ב"אלכוהוליסטים אנונימיים" אינו אלא חלק קטן מתוך שלם גדול. A.A. חייבת להמשיך לחיות או שרובינו ודאי ימותו. לפיכך טובתנו המשותפת קודמת לכל, אך טובת הפרט באה מיד לאחר מכן.
2. למטרת קבוצתנו יש רק סמכות מוחלטת אחת - אֵל אוהב, כפי שהוא מתבטא במצפון הקבוצה.
3. החברות ב-A.A. חייבת להיות פתוחה בפני כל אלה שסובלים מאלכוהוליזם. לפיכך איננו יכולים לסרב לאף אחד שברצונו להחלים. כמו כן, החברות ב-A.A. אינה יכולה לעולם להיות תלויה בכסף או בקונפורמיזם (הסכמה עם הרוב). כל שניים או שלושה אלכוהוליסטים המתאספים יחד למטרת החלמה יכולים לקרוא לעצמם קבוצת A.A., בתנאי שכקבוצה אין להם השתייכות נוספת.
4. מבחינת התנהלותה הפנימית קבוצת A.A. לא תהיה כפופה לשום סמכות מלבד למצפונה. אך כשתכניותיה נוגעות גם לרווחתן של קבוצות שכנות, יש להיוועץ גם בקבוצות אלה. ושום קבוצה, ועדה אזורית או יחיד לא ינקטו לעולם בכל פעולה העלולה לפגוע ב-A.A. כגוף, מבלי להיוועץ בנאמני ועדת השירות הכללית. בעניינים כאלה טובתנו המשותפת קודמת.
5. כל קבוצת A.A. חייבת להיות ישות רוחנית, **שיש לה רק מטרה עיקרית אחת** - לשאת את המסר לאלכוהוליסט שעדיין סובל.

6. בעיות של ממון, רכוש וסמכות עלולות להסיט אותנו בקלות ממטרתנו הרוחנית העיקרית. לכן אנו חושבים שכל רכוש בעל ערך שיש לו שימוש אמיתי עבור A.A., צריך להיות מאורגן ומנוהל במסגרת נפרדת, כך שתהיה הפרדה בין החומרי לבין הרוחני. קבוצת A.A. בתור שכזו לעולם לא תהיה מעורבת בעסקים. מתקנים הקשורים ל-A.A., כמו מועדונים או בתי חולים שפעילותם דורשת נכסים רבים וניהול רב, יש לאגד בנפרד מהקבוצה, כך שתוכל להינתק מהם במידת הצורך. לכן מתקנים כאלה לא ישתמשו בשם A.A.; הם צריכים להתנהל באחריותם הבלעדית של אלה המממנים אותם. למועדונים יש להעדיף בדרך כלל מנהלים מתוך A.A.; אבל בתי חולים ומקומות הבראה אחרים חייבים להיות נפרדים לגמרי מ-A.A. ותחת פיקוח רפואי. קבוצת A.A. רשאית לשתף פעולה עם כל גורם אחר, אך אסור ששיתוף פעולה כזה ירחיק לכת לעולם עד להשתייכות או למתן חסות, מעשיים או מרומזים. קבוצת A.A. אינה יכולה לקשור את עצמה לשום גורם.

7. על קבוצות A.A. לממן את עצמן באופן מלא דרך תרומות מרצון של החברים בהן. לדעתנו על כל קבוצה להשיג במהרה מטרה זאת. גיוס ציבורי של כספים תחת השם "אלכוהוליסטים אנונימיים" הוא מסוכן ביותר, בין אם ייעשה בידי קבוצות, מועדונים, בתי חולים או גורמים חיצוניים אחרים; קבלת מתנות גדולות מכל מקור שהוא, או כל תרומה שבצידה התחייבות כלשהי, אינה נבונה. כמו כן אנו רואים בדאגה רבה גזברים של A.A. הממשיכים לצבור כסף, מלבד יתרה קטנה מטעמי ביטחון, שלא למטרה מוגדרת של A.A. ניסיונו הזהיר אותנו שוב ושוב שאין דבר הרסני יותר למורשתנו

הרוחנית מאשר חילוקי דעות עקרים על רכוש, כסף וסמכות.

8. "אלכוהוליסטים אנונימיים" חייבת להישאר לעולם בלתי מקצועית. אנו מגדירים כמקצוענות העסקת אלכוהוליסטים כיועצים תמורת תשלום או שכר. אך אנו יכולים להעסיק אלכוהוליסטים לביצוע תפקידים, שאילולא כן היה עלינו לשכור לא-אלכוהוליסטים כדי לבצע אותם. ניתן לשלם היטב תמורת שירותים מיוחדים כאלה. אבל לעולם אין לשלם עבור העבודה הרגילה שלנו בצעד השנים עשר.

9. בכל קבוצת A.A. צריכה להיות התארגנות מועטה ככל האפשר. מוטב שיהיה סבב בקרב ממלאי התפקידים. קבוצה קטנה יכולה לבחור את המזכיר שלה, קבוצה גדולה תבחר ועדה מתחלפת, וקבוצות של אזור גדול יבחרו ועדות מרכזיות או בין-קבוצתיות, שלעתים קרובות יעסיקו מזכיר במשרה מלאה. נאמני מועצת השירות הכללי הם למעשה ועדת השירות הכללית של A.A. הם מופקדים על שמירת מסורת A.A. שלנו, והם המקבלים את תרומות חברי A.A., שבעזרתן אנו מקיימים את משרד השירות הכללי של A.A. בניו יורק. הם הוסמכו בידי הקבוצות לטפל בענייני יחסי הציבור שלנו, והם שומרים על יושרתו של העיתון הראשי של A.A., "הגפן". את כל הנציגים יש להדריך ברוח השירות, כי מנהיגים אמיתיים ב-A.A. אינם אלא משרתים נאמנים ומנוסים של הכלל. אין להם כל סמכות ממשית הנגזרת מהתארים שלהם; הם אינם שולטים. ההערכה הכללית היא המפתח ליעילותם.

10. אף קבוצת A.A., או חבר בה, לא יביעו לעולם דעה בנושאים שמחוץ ל-A.A., במיוחד בנושאי פוליטיקה,

גמילה מאלכוהול או ענייני דת, באופן שיערב את A.A. קבוצות A.A. אין מתנגדות לאיש. בנושאים אלה אין באפשרותן להביע כל דעה שהיא.

11. יחסינו עם הציבור הרחב צריכים להתאפיין באנונימיות אישית. אנו חושבים ש-A.A. צריכה להימנע מפרסום מרעיש. אין לפרסם את שמותינו או את תמונותינו כחברי A.A. יחסי הציבור שלנו חייבים להיות מונחים בידי עקרון המשיכה ולא מושתתים על פרסומת. לעולם אין לנו צורך לשבח את עצמנו. אנו חשים שמוטב שידידינו ימליצו עלינו.

12. ולבסוף, כאלכוהוליסטים אנונימיים אנו מאמינים שלעקרון האנונימיות יש חשיבות רוחנית עצומה. הוא מזכיר לנו שעלינו לתת קדימות לעקרונות על פני האישיות; שעלינו לתרגל בפועל עֲנָה אמיתית. זאת, כדי שברכותינו הרבות לא ישחיתו אותנו לעולם. כדי שנחיה תמיד בהרהורי תודה לו, המנהיג את כולנו.