

“Æðri máttur” eins og við skiljum hann

Eftir Gordon Moody

Gordon Moody er prestur á Englandi sem tók frumkvæði að stofnun GA þar 1964 og hefur uppfra því notið sérstakar virðingar og elsku meðal spilasjúklinga og ástvina þeirra. Hér er fjallað um þann skilning sem má leggja í, Æðri mátt, Guð, andlegur og hugleiðslu. Í GA-fræðunum er þetta gjarnan að flækjast fyrir nýliðum.

Nauðsinlegt er að rína í hvernig Gamblers Anonymous túlka Guð og Æðrimátt “samkvæmt skilningi okkar á honum”. Þessi orð gætu gefið tilefni til að telja GA trúarleg samtök. Handbók samtakanna segis skýrt að svo er ekki.

Í GA kemur saman fólk með ólíkar trúarskoðanir ásamt efasemdarfólki og guðleysingjum. Begna þess að enga trúarskoðun þarf til að uppfylla inntökuskylirði, GA er því ekki hægt að lýsa sem trúarsamtökum.

Reynsluspor GA byggjast á því að viðurkenna viss andleg verðmæti en einstakri félagar hafa frelsi til að túlka þau gildi eins og þeir kjósa helst.

Þýðing orðsins andlegur eins og Gamblers Anonymous nota það er útskýr á eftirfarandi hátt:

Með einföldum orðum má segja að orðið (andlegur) sé látið lýsa þeim sérkennum mannhugans sem markast af æðstu og bestu eiginleikum hans, eins og örlæti, heiðarleiki, þolinmæði og auðmýkt. Að því leyti sem GA-samtökin hvetja til þess að við tileinkum okkur þessi gildi og lífsmáta þeirra, er hægt að segja að GA sé andlegur félagsskapur.

Í þessu sambandi getur orðið “Guð” ekki haft hina venjulegu guðfræðilegu mekrkingu. Þrátt fyrir þetta nægir þetta orð stundum til að hindra sannfærða guðleysingja og efasemdarmenn í að taka þátt og þvælist fyrir öðrum sem í samtökunum eru. Þeir sem aðhyllast trúarbrögð túlka orðið í ljósi trúar sinnar, en komast að raun um að sú reynsla sem þeir hafa orðið fyrir í GA eða Gam-Anon gefa trú þeirra nýtt líf og merkingu.

Ef nýr félagi spyr hvað þessi orð, “Æðri máttur” og “Guð” þýða er honum yfirleitt ráðlagt að biðja og sjá til. Biðin gerir sitt gagn því að einu ári liðnu eða svo, segja fafnvel þeir félagar sem hafa alls enga formlega trúarskoðun af neinu tagi að þessi orð séu farin að vekja viðbrögð hjá þeim. Orðin fara að tengjast reynslunni sem þeir verða fyrir í GA-deildinni. Mjög oft er Æðri máttur tengdur við deildina. Það er skiljanlegt því samstaðan er grundvallaratriði (sjá Erfðavenjurnar). Þessi orð “Æðri máttur” og “Guð”. Hafa fengið eftirfaradni merkingu í GA

Reynslusporin sem fela þessi orð í sér eru fjögur.

1. Við fórum að trúa því að máttur sem er okkur æðri gæti komið okkur til að hugsa og lifa eðlilega á ný
2. Við tókum þá ákvörðun að láta vilja okkar og líf lúta handleiðslu þessa æðri máttar eins og við skildum hann.
3. Við báðum Guð (eins og við skildum hann) í auðmýkt að losa okkur við brestina.
4. Við leitumst við með bæn og hugleiðslu að styrkja vitundarsamband okkar við Guð, eins og við skildum hann, og báðum einungis um skilning á því sem var okkur fyrir bestu og mátt til að framkvæma það.

Sú reynsla sem GA-félagar ganga í gegnum vekur venjulega undrun og jafnvel lotningu. Félögum finnst það ekkert hversdagslegt sem þeir eru að upplifa og ganga í gegnum. Þegar þeir reyna að skýra það fyrir áhugasömum gesti, taka þeir stundum þannig til orða: “Kraftaverk er hægt að gera í einum vetvangi, Hið ómögulega teku aðeins lengri tíma!” Þessi orð sýna að í hugum þeirra hefur myndast rúm fyrir Guð samkvæmt þeirra eigin skilningi. Annar félagi sem reynir að skýra þessa reynslu, talaði fyrir munn allar á fundi kvölt eitt þegar hann sagði: “Það er krftur hérna í salnum sem við finnum öll fyrir”. Þessi tilfinning fyrir nafnlausum, jafnvel ópersónulegum, mætti gefur orðum annars reynslusporsins aukna merkingu. Ræðumaðurinn og margir aðris í salnum höfðu snúið sér að eðlilegu lífi og hugsun. Þeir voru samt ekki vissir um hvernig þeir höfðu farið að því. Það sem þeir höfðu öðlast virtist þeim vera í líkingu við kraftaverk, svo þeir fóru að tileinka sér þá hugsun að sennilega hefði einhver ytri kraftur aðf einhverju tagi hjálpað þeim, - eins og alda eða vindkviða hefði hrifið þá með sér.

Svipaða sögum má segja um sjöunda reynslusporið . Í á sjötta sporinu sem á undan fer segir: “Cið vorum þess albúin að losa okkur við þessa skapgerðarbresti okkar.” Hvernig stendur á því að ekki er einfaldlega sgt í sjöunda sporinu í beinum framhaldi: “Og við ákváðum að losa okkur við þá”? Það er auðvitað nauðsynlegt að taka þess ákvörðun, því án viðleitinnar sem á eftir henni fylgir breytist ekkert. En framsetning þessarar ákvörðunar ætti ekki síður að líkjast bæn en fyrirheiti, því þau verkefni sem fjárhættuspilari stendur frammi fyrir, eigi hann að ná bata, eru erfið og skapgerðabrestinir inngrónir.

Fyrirverandi fjárhættuspilarar upplifa allt þetta mjög persónubundið. Þess vegna tal félagar sín á milli um “minn æðri mátt” og “þinn æðri mátt” í stað þess að segja orðrétt “æðri máttur samkvæmt mínum (eða þínum) skilningi”. Öllum er þetta sameiginlegt hvort sem þeir eru efahyggjumenn, guðleysingar, trúað fókl og þeir sem telja sig ekki hafa neina haldgóða skoðun í trúmálum. Það er kannski þess vegna sem fólk talar ekki á sama hátt um “minn guð” eða “þinn guð”. Hver þeirra gæti þó, um leið og hann lýsir atburðum síðsutu viku þar sem honum hefur heppnast það sem búast mátti við að mundi bregðast, talað um “kraftaverk” og tengt það við sið ærðir mátt.

Þeir sem stunda GA-samtökin í fimm ár leitast líklega stöðugt við að rækta með sér persónu og skapgerðarbreytingar og flestir þeirra ef ekki allir vita vel hvað þeir sjálfir eiga við með, æðri mætti og guði eins og þeir skilja hann.

Reynslusporið sem hjálpar þeim mest sem eru sælir með skilning sinn á Guði og veldur þeim mestum erfiðleikum sem ekki eru það, er það ellefta í röðinni. Ef við lesum það aftur í ljósi þess sem að framan hefur verið sagt getum við skilið hvers vegna:

11. Við leitumst við með bæn og hugleiðslu að styrkja vitundarsamband okkar við Guð, samkvæmt skilningi okkar á honum, og báðum einungis um skilning á því sem okkur var fyrir bestu og mátt til að framkvæma það.

Ef við höfum vitundarsamband við Guð og ef hann hefur einhvern vilja sem okkur snertir, fer upplifun okkar framúr þeirri reynslu sem líkja má við ölduna og vindkviðuna og óþekkt áhrif, því hún felur í sér trú á Guð í skilningi trúarbragða. Það er vel skiljanlegt að þetta raski ró einhverra og þeim einstaklingum þarf að koma til hjálpar.

Við skulum byrja á orðinu hugleiðsla og spyrja hvað við gerum með henni, hvort sem við aðhyllumst trúarbrögð eða ekki. Með hugleiðslu skoðum við þær hugsjónir sem við aðhyllumst og lífsreglur sem við virðum og lítum á þær sem framkvæmanlegar. Samtímis hug leiðum við líf okkar eins og það er. Við reynum að tengja þessar hugsjónir og lífsreglur

við líf okkar til þess að þau megi hafa sem mest áhrif á það. Við gerum þetta ekki til að setja upp geisla baug eða bæta álit okkar. Við gerum þetta vegna þess að við þiggjum það boð lífsins að njóta tilverunnar sem best. Boðið er háð skilyrðum því við getum ekki þegið það nema við séum viljug til að beygja okkur undir viss siðferðileg og náttúruleg lögmál. Þetta Þýðir: Ef og þegar við hugleiðum, erum við að skoða okkar eigin líf í ljósi þess sem við teljum vera tilgang og merkingu lífsins almennt. Með öðrum orðum, - við mætum þeim siðferðilegu og náttúrulegu skilyrðum sem lífið setur okkur.

Sumir telja að handan við fiði sé Guð (eins og þeir skilja hann) sem er tilgangur lífsins, sem bæði gefur því merkingu og uppfyllir hana. Þetta skref taka hinir trúuðu en ekki efahyggjumenn og guðleysingar. Alveg að þessu skrefi eiga þó allir samleið.

Á ráðstefnu Gamblers Anonymous talaði ég einu sinnu um þetta efni á fundi sem helgaður var reynslusporunum. Á eftir tjáði mér maður að hann hefði átt í innri baráttu í gegnum árin með að sætta sig við tilvísanir um „Guð“ og „æðri mátt“. Héðan í frá ætlaði hann að láta lífið vera sinn æðri mátt. Hann eins og margir honum líkir virtist ekki eiga í neinum erfiðleikum með að þekkja æðri kraft. Þeir vita hvaða þátt hann á í lífi þeirra. Allt sem þeir þurfa er að geta er að kallað þennan mátt nafni sem þeir geta heiðarlega sætt sig við. Það hlýtur að gilda a.m.k. í Gamblers Anonymous að þeirri spurningu sé látið ósvarað, hvort sú reynsla sem liggur hér að bakisé af heimi Guðs eða byggist á uppsprettum í mannlífinu sem hingað til hefur ekki verið nýttar.

Þriðja reynslusporið sem hvetur okkur til að láta vilja okka og líf lúta handleiðslu æðri máttar minnir mig á erfiðleika sem ég átti sem drengur og ungur maður. Ég var ásamt öðrum í kirkju hvattur til þess að gefa Guði sjálfan mig, - líf mitt, tilfinningar og orku. Mér var gert skiljanlegt að þetta ætti að vera fullkomin, afdráttarlaus og endanleg hollusta. Ég var reiðubúinn að gera þetta og þegar færi gafst reyndi ég eftir bestu getu en árangurinn varð ekki alltaf sem skyldi. Ég gat aldrei sannfært sjálfan mig um að svona afdráttarlaus ákvörðun væri hægt að taka. Ég gat einfaldlega ekki séð hvernig hægt var að pakka lífinu inn og gefa það Guði og, - ef það væri hægt, - hvernig gat ég vitað að mér hefði tekist það? Með tímanum lá þetta ekki eins þungt á mér en ég fann aldrei svar við þessum spurningum.

Nokkrum árum síðar, þegar ég komst í snertingu við Gamblers Anonymous, uppgötvaði ég fólk sem sótti fundi og tileinkaði sér áhyggjulaust orð þriðja reynslusporsins án andmæla. Ég spurði sjálfan mig hvers vegna þetta fólk átti ekki í sömu erfiðleikum og ég. Ég komst að lokum að þeirri niðurstöðu að þetta var vegna þess að þessu fólk fannst reynsla skipta meira máli en orð. Með þessu á ég alls ekki við hirðuleysi um orð. Heldur er að skoðun mín að þetta fólk lagði sig allt fram við að Helga sig raunverulega því sem máli skipti fyrir batann og fékk skilning úr orðum eftir því sem mögulegt var eftir þörfum. Á fyrsta batastiginu breytti þetta fólk um stefnu í lífinu. Á öðru batastiginu fylgdi það eftir stefnunni og á þriðja batastiginu stefndi það að persónu- og skapgerðarbreytingum. Vegna þess að hið nýja líf krafðist þess af þeim að bera umhyggju fyrir öðrum, axla eigin ábyrgð og segja satt, gaf þetta fólk sig algjörlega að því að framkvæma þessa hluti.

Ef þetta fólk uppgötvar mátt sem er þeim æðri er það í þessari baráttu. Ef og þegar þessi uppgötvun er gerð tengist þessi æðri máttur í þeirra huga viðleitni þeirra til að öðlast nýjan hugsunarhátt og betra líf sem það á fyrir höndum. Þegar þetta fólk gefur sig að því að ná þessum nýju markmiðum er það að fela vilja sinn og lífa handleiðslu þessa æðri máttar. Þannig kom þetta mér fyrir sjónir og mér skildist að ég hafði tileinkað mér þetta án þess að gera mér það alveg ljóst.

Sannleikurinn er sá að það sem við óskum, það sem við stefnum að, er þegar til staðar þarna, sem möguleiki, bíur eftir því að verða að raunveruleika. Ef þú hringir í Gamblers Anonymous, Gam-Anon, foreldra ungra fjárhættuspilara eða önnur skyld samtök, færðu alltaf sama boðið: „Komdu í GA og vandamálin eru að baki.“ Þú verður að fara á fundina, þú verður að breyta um stefnu í lífinu, fylgja þessari stefnu og gera nauðsynlegar persónu- og skapgerðarbreytingar, - en þetta er allt þarna núna, bíðandi eftir því að þú sækir það, bara ef þú tekur áskoruninni.

Mundu að þú getur sigrað ef þú tekur ákvörðunina og gerir allt sem þarf. Líkurnar eru með batanum. Þeir sem vita þetta þekkja sinn æðri mátt.