

نامه تاریخی بیل دابلیو به دکتر کارل گوستاو یونگ پدر الهام بخش بهبودی الکلی های لاعلاج

دکتر یونگ عزیز

این نامه ی قدردانی (با پوزش) با تاخیر زیاد نوشته شد. اجازه می خواهم ابتدا خود را با نام بیل دابلیو یکی از بنیانگذاران اجتماع الکلی های گمنام معرفی کنم. اگر چه به احتمال قریب به یقین شما راجع به ما شنیده اید، اما شک دارم بدانید که مکالمه ای را که سالها پیش در اوایل دهه ۱۹۳۰ با یکی از بیماران تان بنام **رولاند**، **اچ** داشته اید نقش حیاتی را در شکل گیری انجمن ما داشته است.

اگرچه رولاند، اچ سال ها پیش در گذشته است، بیادآوری تجربیات قابل توجه و بی نظیر او هنگامی که تحت درمان شما بود، بطور قطع تبدیل به قسمتی اساسی از تاریخچه **AA** گشته است. آنچه که ما از بیانیه ای که رولاند در تجربه اش با شما گفت بیاد می آوریم بشرح زیر است:

با مشاهده بی نتیجه بودن سایر ابزارها برای بهبودی از الکلیسم، او در حوالی سال ۱۹۳۱ بیمار شما شد. باور دارم که شاید تقریباً قریب به یک سال تحت نظر شما بود. او بی اندازه شما را تحسین می کرد و شما را با احساسی از اعتماد به نفس سرشار ترک کرد.

از سر این اعتماد به نفس زیاد، خیلی زود لغزش کرد و مست شد!

مطمئن از اینکه شما « آخرین بارگاه او برای متوسل شدن هستید» تحت نظر شما بازگشت. مکالمه ای که میان شما پیرو آن درگرفت، اولین حلقه اتفاقات زنجیرواری بود که منجر به بنیان گرفتن انجمن الکلی های گمنام شد.

آنچه که من از صحبت های او درخصوص این مکالمه بیاد می آورم این است: اول از همه شما به او گفتید که **امیدی به (بهبود) او نیست**، چراکه تا بحال احتمالاً هرگونه درمان پزشکی و روانپزشکی دیگر روی او امتحان شده بود. این عبارت صاف و ساده و متواضعانه ی شما فراتر از هر گونه شک و تردید اولین سنگ بنایی بود که بنیان انجمن ما بر روی آن استوار شده است.

هنگامی که از پیش شما - یعنی کسی که بسیار برای رولاند قابل اعتماد و تحسین بود - برمی گشت، تکان شدیدی خورده بود. وقتی که دوباره از شما پرسیده بود آیا هیچ امید دیگری هست، پاسخ دادید که شاید راهی باشد فقط و فقط اگر او بتواند تحت تجربه ای روحانی یا مذهبی قرارگیرد، کوتاه سخن اینکه " اگر یک دگرگونی اصیل حادث شود".

افزودید که چگونه چنین تجربه ای اگر اتفاق بیافتد ممکن است او را دوباره احیاء کند در حالی که هیچ چیز دیگری کارگر نشده است.

اما در ضمن خاطرنشان کردید که گرچه گاهی چنین تجربیاتی بهبودی از الکلیسم را برای الکلی ها باعث شده لیکن در مقیاس بسیار کم و بندرت چنین چیزی مشاهده شده است. لذا همراه با بهترین آرزوها به او پیشنهاد دادید که او خود را در فضایی مذهبی قرار دهد، به باور من این جوهر کلام (توصیه) شما بود.

اندک زمانی پس از آن، آقای رولاند، اچ به گروه آکسفورد پیوست، جنبشی پروتستانی (که معتقد بود رستگاری فقط از طریق متوسل شدن به مسیح حاصل میشود) با میزان موفقیتی که تا اروپا مرتفع گردیده بود و بدون شک با این جنبش آشنا هستید. بیاد خواهید آورد تاکید زیاد این گروه را بر اصولی چون **خودکاوی**، **اقرار**، **جبران** و **خدمت کردن** به دیگران. آنها قویاً تاکید بر **مراقبه** و **دعا** داشتند. در چنین فضایی رولاند تحولی (معنوی) را تجربه کرد که او را از اجبار به مشروبخواری در زمان حال رهانید.

دربازگشت به نیویورک او تبدیل به عضو بسیار فعالی از گروه آکسفورد در اینجا گردید که در آن زمان توسط واعظ کلیسایی به نام دکتر ساموئل شوماکر رهبری می‌شد. دکتر شوماکر یکی از بنیانگذاران این جنبش بود و شخصیت قدرتمند او بود که چنین خلوص و تسلیم متعالی را در گروه ایجاد کرده بود.

در این زمان (یعنی در فاصله سالهای ۱۹۳۲ تا ۱۹۳۴) گروه آکسفورد باعث هشیاری تعدادی از الکلی ها شده بود که رولاند فکر میکرد می‌تواند با این دردمندان احساس همدردی کند و خود را در خدمت آنها که هنوز در عذابند گذارده بود. یکی از این افراد بطور خیلی اتفاقی یکی از همکلاسی های قدیم من در مدرسه بود بنام **ادوین. تی** که او را **ابی** صدا می‌زدیم. محکومیت زندان در انتظار او بود. اما رولاند و یک الکلی سابق دیگر عضو آکسفورد ضامن او شدند (تا به زندان نرود) و کمک کردند که ابی نیز به هشیاری دست یابد.

در همین حال من در حال گذران دوران مصرف الکل بودم که جانم را تهدید می‌کرد. خوشبختانه تخت نظر پزشکی قرار گرفتم به نام دکتر **ویلیام سیلک ورث** که بطرز خارق‌العاده ای قادر به درک الکلی ها بود.

اما همانطور که شما موجبات تسلیم رولاند را فراهم نمودید ، دکتر سیلک ورث من را به زانو درآورد. این تئوری او بود که معتقد بود که الکلیسم دو جزء دارد : **وسوسه ای که فرد در حال عذاب را مجبور به نوشیدن بر خلاف میل و علاقه اش میکند به همراه نوعی عیب در متابولیسم که دکتر سیلک ورث آن را یک نوع آلرژی نامید.** اجبار و مستأصل بودن الکلی ، ادامه ی مصرف را برای او تضمین می‌کند! و آلرژی او مکمل آن می‌شود تا الکلی آنچنان زوال پیدا کند که نهایتاً یا دیوانه شود و یا بمیرد. گرچه من از معدود کسانی بودم که او فکر می‌کرد می‌تواند به من کمک کند اما در نهایت مجبور شد به من بگوید که امیدی به من نیست. من نیز می‌بایست قفل و زنجیر شوم تا دوباره مست نکنم. برای من این انفجار داغان کننده ای بود. درست همانطور که رولاند توسط شما برای تجربه ی دگرگونی و تحول آماده شده بود ، دوست فوق العاده من دکتر سیلک من را آماده کرده بود.

وقتی که ادوین. تی شنید که من در مخمصه افتاده ام برای ملاقات من به منزل آمد جایی که مشروب مینوشیدم.

سال ۱۹۳۴ بود . من دوستم ادوین را موردی غیرقابل درمان می‌پنداشتم. در حالی که او روبروی من آشکارا چون انسانی رهایی یافته نشسته بود به حدی که به هیچ وجه تناسبی با مدت زمان اندک همکاری او با گروه آکسفورد نداشت. اما این وضعیت آشکار بهبودی کاملاً متمایز بود از افسردگی معمول او به طرز مهیبی متقاعد کننده بود. چون این همدرد برای من یار غار بود ، قادر بود بی برو برگرد عمیقاً با من ارتباط برقرار کند. ناگهان متوجه شدم که من هم باید معنوبیتی همچون او تجربه کنم یا بمیرم. دوباره تحت نظر دکتر سیلک ورث برگشتم جایی که می‌توانستم حداقل یکبار دیگر هوشیار شوم و نگاهی شفاف تر به تجربه و رهایی رفیقم و تاثیر رولاند روی او بیاندازم.

یکبار دیگر پاک از الکل ، خود را بطرز وحشتناکی افسرده یافتم. به نظر می‌آمد این بخاطر عدم توانایی من در کسب ایمانی هرچند کم‌رنگ بود. ادوین. تی دوباره به ملاقاتم آمد و فرمول های ساده گروه آکسفورد را تکرار کرد. خیلی زود بعد از اینکه او از پیشم رفت من حتی افسرده تر هم شدم. در نهایت یاس فریاد زدم: « خدایا اگر وجود داری خودت را نشان بده! ». مثل برق تنویری با ابعاد وسیع مرا تحت تاثیر شدید قرار داد ، چیزی که هنوز هم تلاش می‌کنم آن را در کتاب های « الکلی های گمنام » و " AA در گذر زمان " که متن اصلی آنها را به همراه این نامه برای شما می‌فرستم توصیف کنم.

خلاصی من از وسوسه الکل ناگهانی بود. در یک آن خود را مردی آزاد یافتم. کوتاه زمانی پس از تجربه من دوستم ادوین نزد من به بیمارستان آمد و کتاب « تنوع تجربیات مذهبی » نوشته ویلیام جیمز را برایم آورد. این کتاب باعث شد متوجه شوم که بیشتر تجربیات تحول روحانی از هرگونه ای که باشد ، یک وجه مشترک متمایز دارند که از **فروپاشی نفس از عمق وجود نشأت می‌گیرد.** فرد با مسائل غامض و لاینحلی در زندگی مواجه می‌شود. در مورد من این معزل توسط مشروبخواری اجباری و احساس یاس که با قطع امید دکتر من بطور گسترده ای عمیق شد بوجود آمد. حتی بوسیله دوست الکلی من وقتی که مرا از فتوای شما در خصوص لاعلاج بودن ما در مواجهه با رولاند آگاه کرد عمیق تر هم شد.

در بیداری حاصل از تجربه روحانی ام ، منظره ای از اجتماع الکلی ها در قلبم خطور کرد مدلی که هر یک با دیگری همدردی می کند و تجربه اش را زنجیروار به نفر بعدی منتقل می کند. هر الکلی در عذاب اگر **خبر علمی لاعلاج بودن الکلیسم** را به هر مددجوی جدید بدهد احتمالاً قادر خواهد بود که هر تازه واردی را بطور وسیعی در معرض انتقال تجربیات روحانی قرار دهد. ثابت شده است که این **مفهوم** ، دلیل بنیادین اینچنین موفقیتی است که انجمن الکلی های گمنام کسب کرده است. این موجب شده که تجربیات تحول- تقریباً از هر نوعی که ویلیام جیمز گزارش کرده است- بطور عمده در دسترس قرار گیرد. آمار بهبودی پایدار ما در ربع قرن گذشته ، امروزه در آمریکا به عدد سیصد هزار (نفر) و ۸۰۰۰ گروه در دنیا می رسد.

بنابراین ما اعضاء AA به شما ، به دکتر شوماکر در گروه آکسفورد، به ویلیام جیمز، و به پزشک خودم دکتر سیلک ورث ، این موهبت عظیم را بدهکاریم. همانطور که اکنون به وضوح ملاحظه می کنید، این سلسله اتفاقات مبهوت کننده در حقیقت مدت ها پیش در اتاق مشاوره شما استارت خورد. و مستقیماً استوار گردید بر تواضع شخصی و درک عمیق شما. بسیاری از خیل عظیم الکلی های اهل مطالعه شاگرد نوشته های شما هستند .

شما بخاطر فتوای تان مبنی بر اینکه انسان چیزی است فراتر از عقل، احساس و چندرغاز مواد شیمیایی ، بطور خاص نزد ما عزیز و گرانقدر هستید.

اینکه چگونه اجتماع ما رشد کرد ، **سنت های خود را بر پایه وحدت بنیان نهاد** و ساختاری کارآمد شکل داد در پمفلت ها و مطالبی که برایتان ارسال میکنم آورده شده.

همچنین علاقه مند خواهید شد به شرح حال خیلی از اعضا AA در انواع شگفت انگیزی از حالات روانی در وزن و مقیاس قابل توجهی ، علاوه بر تجربیات روحانی.

سایر اعضای که بهبودی خود را در AA دنبال می کنند، بسیار از تمارین شما کمک گرفته اند. در ضمن عده اندکی نیز مدهوش شاهکار فوق العاده ی **I Ching** گشته اند که توسط شما معرفی شده است. اطمینان داشته باشید که جایگاه شما در قلب و تاریخ انجمن ما همطراز هیچکس نیست و والاترین جایگاه را نزد ما دارید.

مفتخر به وجود شما

بیل دابلیو

بنیان گذار انجمن الکلی های گمنام

This letter of great appreciation has been very long overdue. May I first introduce myself as Bill W., a co-founder of the Society of Alcoholics Anonymous. Though you have surely heard of us, I doubt if you are aware that a certain conversation you once had with one of your patients, a Mr. Rowland H., back in the early 1930's, did play a critical role in the founding of our Fellowship.

Though Rowland H. has long since passed away, the recollections of his remarkable experience while under treatment by you has definitely become part of AA history. Our remembrance of Rowland H.'s statements about his experience with you is as follows:

Having exhausted other means of recovery from his alcoholism, it was about 1931 that he became your patient. I believe he remained under your care for perhaps a year. His admiration for you was boundless, and he left you with a feeling of much confidence.

To his great consternation, he soon relapsed into intoxication. Certain that you were his "court of last resort," he again returned to your care. Then followed the conversation between you that was to become the first link in the chain of events that led to the founding of Alcoholics Anonymous.

My recollection of his account of that conversation is this: First of all, you frankly told him of his hopelessness, so far as any further medical or psychiatric treatment might be concerned. This candid and humble statement of yours was beyond doubt the first foundation stone upon which our Society has since been built.

Coming from you, one he so trusted and admired, the impact upon him was immense. When he then asked you if there was any other hope, you told him that there might be, provided he could become the subject of a spiritual or religious experience - in short, a genuine conversion. You pointed out how such an experience, if brought about, might remotivate him when nothing else could. But you did caution, though, that while such experiences had sometimes brought recovery to alcoholics, they were, nevertheless, comparatively rare. You recommended that he place himself in a religious atmosphere and hope for the best. This I believe was the substance of your advice.

Shortly thereafter, Mr. Rowland H. joined the Oxford Groups, an evangelical movement then at the height of its success in Europe, and one with which you are doubtless familiar. You will remember their large emphasis upon the principles of self-survey, confession, restitution, and the giving of oneself in service to others. They strongly stressed meditation and prayer. In these surroundings, Rowland H. did find a conversion experience that released him for the time being from his compulsion to drink.

Returning to New York, he became very active with the "O.G." here, then led by an Episcopal clergyman, Dr. Samuel Shoemaker. Dr. Shoemaker had been one of the founders of that movement, and his was a powerful personality that carried immense sincerity and conviction.

At this time (1932-34) the Oxford Groups had already sobered a number of alcoholics, and Rowland, feeling that he could especially identify with these sufferers, addressed himself to the help of still others. One of these chanced to be an old schoolmate of mine, Edwin T. ("Ebb"). He had been threatened with commitment to an institution, but Mr. H. and another ex-alcoholic "O.G." member procured his parole and helped to bring about his sobriety.

Meanwhile, I had run the course of alcoholism and was threatened with commitment myself. Fortunately I had fallen under the care of a physician - a Dr. William D. Silkworth - who was wonderfully capable of understanding alcoholics. But just as you had given up on Rowland, so had he given me up. It was his theory that alcoholism had two components - an obsession that compelled the sufferer to drink against his will and interest, and some sort of metabolism difficulty which he then called an allergy. The alcoholic's compulsion guaranteed that the alcoholic's drinking would go on, and the

allergy made sure that the sufferer would finally deteriorate, go insane, or die. Though I had been one of the few he had thought it possible to help, he was finally obliged to tell me of my hopelessness; I, too, would have to be locked up. To me, this was a shattering blow. Just as Rowland had been made ready for his conversion experience by you, so had my wonderful friend, Dr. Silkworth, prepared me.

Hearing of my plight, my friend Edwin T. came to see me at my home where I was drinking. By then, it was November 1934. I had long marked my friend Edwin for a hopeless case. Yet there he was in a very evident state of "release" which could by no means be accounted for by his mere association for a very short time with the Oxford Groups. Yet this obvious state of release, as distinguished from the usual depression, was tremendously convincing. Because he was a kindred sufferer, he could unquestionably communicate with me at great depth. I knew at once I must find an experience like his, or die.

Again I returned to Dr. Silkworth's care where I could be once more sobered and so gain a clearer view of my friend's experience of release, and of Rowland H.'s approach to him.

Clear once more of alcohol, I found myself terribly depressed. This seemed to be caused by my inability to gain the slightest faith. Edwin T. again visited me and repeated the simple Oxford Groups' formulas. Soon after he left me I became even more depressed. In utter despair I cried out, "If there be a God, will He show Himself." There immediately came to me an illumination of enormous impact and dimension, something which I have since tried to describe in the book "Alcoholics Anonymous" and in "AA Comes of Age", basic texts which I am sending you.

My release from the alcohol obsession was immediate. At once I knew I was a free man. Shortly following my experience, my friend Edwin came to the hospital, bringing me a copy of William James' "Varieties of Religious Experience". This book gave me the realization that most conversion experiences, whatever their variety, do have a common denominator of ego collapse at depth. The individual faces an impossible dilemma. In my case the dilemma had been created by my compulsive drinking and the deep feeling of hopelessness had been vastly deepened by my doctor. It was deepened still more by my alcoholic friend when he acquainted me with your verdict of hopelessness respecting Rowland H.

In the wake of my spiritual experience there came a vision of a society of alcoholics, each identifying with and transmitting his experience to the next - chain style. If each sufferer were to carry the news of the scientific hopelessness of alcoholism to each new prospect, he might be able to lay every newcomer wide open to a transforming spiritual experience. This concept proved to be the foundation of such success as Alcoholics Anonymous has since achieved. This has made conversion experiences - nearly every variety reported by James - available on an almost wholesale basis. Our sustained recoveries over the last quarter century number about 300,000. In America and through the world there are today 8,000 AA groups.

So to you, to Dr. Shoemaker of the Oxford Groups, to William James, and to my own physician, Dr. Silkworth, we of AA owe this tremendous benefaction. As you will now clearly see, This astonishing chain of events actually started long ago in your consulting room, and it was directly founded upon your own humility and deep perception.

Very many thoughtful AAs are students of your writings. Because of your conviction that man is something more than intellect, emotion, and two dollars worth of chemicals, you have especially endeared yourself to us.

How our Society grew, developed its Traditions for unity, and structured its functioning will be seen in the texts and pamphlet material that I am sending you.

You will also be interested to learn that in addition to the "spiritual experience, "many AAs report a great variety of psychic phenomena, the cumulative weight of which is very considerable. Other members have - following their recovery in AA - been much helped by your practitioners. A few have been intrigued by the "I Ching" and your remarkable introduction to that work.

Please be certain that your place in the affection, and in the history of the Fellowship, is like no other.

Gratefully yours,
William G. W.
Co-founder Alcoholics Anonymous