

Sebastian Murken

Die Entstehung der Anonymen Alkoholiker

Zur Geschichte eines spirituellen Programms

Seit den 30er Jahren des letzten Jahrhunderts verbinden die Anonymen Alkoholiker (AA) die Vorstellung einer wirksamen „höheren Macht“ mit ihrem 12-Schritte-Programm der Genesung vom Alkoholismus. Die historischen Wurzeln der AA in der christlichen Oxford-Group werden ebenso dargestellt wie der Einfluss von C. G. Jung, William James und des Gelassenheitsgebetes, wie auch das Bekehrungserlebnis ihres Gründers Bill Wilson.

Anonyme Alkoholiker, Spiritualität, 2-Schritte-Programm

The History of Alcoholics Anonymous

Since the 1930s, Alcoholics Anonymous (AA) has combined the idea of a helpful “Higher Power” with its 12-step-program for recovery from alcoholism. This article presents and discusses AA’s historic roots in the Christian Oxford-Group movement, the influence of C. G. Jung, William James, and the so-called serenity prayer as well as the conversion experience of Bill Wilson, the founder of AA.

Alcoholics Anonymous, spirituality, 12-step-program

1 Die Anonymen Alkoholiker

Die Anonymen Alkoholiker (AA) sind dem Namen nach fast jedem als eine Selbsthilfegruppe im Umgang mit Alkoholismus bekannt. Seit ihrer Gründung im Jahr 1935 sind sie darüber hinaus Modell für eine Vielzahl anderer Selbsthilfegruppen geworden, insbesondere der sogenannten A-Gruppen (Anonymous), die alle das 12-Schritte-Programm für sich nutzen.

Weniger bekannt ist dagegen, dass die AA zur Genesung und zur Aufrechterhaltung der Abstinenz auf ein spirituelles Programm verweisen, das in einzigartiger Weise spirituelle Ansätze für die Heilung nutzt (Murken 2008).

Noch unbekannter sind die Einflüsse, die zur Entwicklung des spirituellen Programms der AA geführt haben, und die in diesem Artikel nachgezeichnet werden sollen.



2 Gründungsgeschichte der AA

Die Gemeinschaft entstand 1935 in den Vereinigten Staaten (zur Geschichte: AA 1980; AADS 1990; Kurtz 1988, White & Kurtz 2008). Der Börsenmakler Bill Wilson (bis zu seinem Tod, Bill W.), der von seinem Arzt als hoffnungsloser Alkoholiker aufgegeben worden war, wurde im November 1934 von seinem alten Trinkkameraden „Eddy“ besucht, der offensichtlich nüchtern war. Er habe durch die Treffen und Prinzipien der Oxford-Gruppe, einer überkonfessionellen, evangelikalischen Gruppe, zum Glauben gefunden. Dadurch sei er von seinem Trinkproblem befreit worden. Neugierig geworden, besuchte Bill Wilson selbst Treffen der Oxford-Gruppe in New York. Dort wurde durch Techniken wie „surrender“, Bekenntnis von Sünden, das Erzählen der Lebensgeschichte, Gebet, Suche von Gottes Führung sowie Wiedergutmachungen versucht, das Leben der einzelnen zu verwandeln (Clark 1951; Bebbington 1986). Frank Buchmann, der Begründer der Gruppe, wollte die Welt verändern, indem er den einzelnen verwandelt: „*World changing through life changing*“ (Woolverton 1983). Im Dezember 1934 kam Bill Wilson zum wiederholten Male zur Ausnüchterung ins Krankenhaus. Dort rief er im Moment größter Niedergeschlagenheit nach Gott und hatte daraufhin ein intensives Bekehrungserlebnis:

„Plötzlich wurde der Raum durch grelles weißes Licht erhellt. Ich wurde von einer Ekstase ergriffen, die man nicht mit Worten

beschreiben kann. Vor meinem geistigen Auge schien es mir, als sei ich auf einem Berg, und dort würde kein Luftzug, sondern ein Wind des Geistes wehen. Und dann erfasste mich ein unendliches Gefühl der Freiheit. Langsam wich die Ekstase. Ich lag zwar auf dem Bett, aber jetzt befand ich mich für eine gewisse Zeit in einer anderen Welt, in einer neuen Welt des Bewusstseins. Um mich herum und durch mich durchging ein wunderbares Gefühl von Geist, und ich dachte bei mir: 'Also das ist der Gott der Propheten!' Ein Gefühl des Friedens durchdrang mich und ich dachte: ‚Egal wie falsch die Dinge sein mögen, sie sind immer noch in Ordnung. Die Dinge sind mit Gott und Seiner Welt eins‘“ (AADS 1990: 107).

Durch dieses Erlebnis tief bewegt hörte er für immer auf zu trinken und war nun überzeugt, dass ein spirituelles Erlebnis der Schlüssel zur Abstinenz sei. Als er im Mai 1935 auf einer misslungenen Geschäftsreise in Akron/Ohio den Drang verspürte, sich zu betrinken, suchte er einen anderen Alkoholiker auf, mit dem er reden wollte, um sich selbst nüchtern zu halten. Durch diese Begegnung wurde Dr. Bob, so hieß der andere Mann, nüchtern und das zweite Prinzip der AA, über sich und seine Sucht zu reden, wurde geboren (zur Biographie von Bill Wilson siehe: Thomsen 1975; AA 1984). Bill Wilson und Dr. Bob gelten daher als die beiden Gründer der AA (AA 1980). Die langsam wachsende Gruppe nüchterner Alkoholiker operierte noch einige Jahre innerhalb der Oxford-Gruppen, entwickelte jedoch ihre eigenen Konzepte und ihr eigenes Profil. Die AA wollten inklusiver, weniger evangelikal, anonym und ohne Zwang oder Kontrolle arbeiten (AA 1984:

171–173). Im Jahre 1939, nach der Publikation des anonym erschienenen und bis heute grundlegenden Buches *Alcoholics Anonymous*, das der Gruppe dann auch ihren Namen gab, lösten sich die AA endgültig von der Oxford-Gruppen-Bewegung ab. Die religiösen Grundelemente der Oxford-Gruppe hatten jedoch das Konzept der AA tief geprägt (Knippel 1987).

Die Gruppe wuchs sehr schnell und etablierte sich auch in anderen Ländern. Heute treffen sich wöchentlich etwa 105.000 AA-Gruppen in 131 Ländern und die Mitgliederzahl wird auf weltweit etwa 2,1 Millionen Männer und Frauen geschätzt (AA Factfile http://www.aa.org/en_pdfs/m-24_aafactfile.pdf).

Nach Deutschland kamen die AA zu Beginn der 1950er Jahre durch amerikanische Soldaten. In München wurde am 31. Oktober 1953 im Hotel Leopold das erste Treffen abgehalten (AADS 1975: 5–10). In den 1960er Jahren entstanden Gruppen in allen größeren Städten und heute sind es etwa 2700 Gruppen, die sich wöchentlich treffen. Hinzu kommen ca. 300 Gruppen in Krankenhäusern und ca. 70 Gruppen in Gefängnissen.

3 Einflüsse

3.1 Die Oxford-Gruppen-Bewegung

Was war das für eine Gruppe, die Dr. Bob und Bill W. zur Nüchternheit verholfen hat? Welche Prinzipien vertrat sie?

Die Oxford-Gruppen-Bewegung (OG) wurde von dem lutherischen Geistli-

chen Frank Nathan Daniel Buchmann (1878–1961) als überkonfessionelle Erweckungsbewegung begründet. Sie erlebte ihren Höhepunkt in den 20er und 30er Jahren des letzten Jahrhunderts. Seit 1938 wirkte die Gruppe unter dem Namen „moral re-arming“ (moralische Aufrüstung) weiter, und Buchman wollte vor allem Politiker und Entscheidungsträger ansprechen und zu moralischen Werten zurückführen. Buchman war der Überzeugung, dass nur die Veränderung des Einzelnen (Politikers) zu einer Veränderung der Systeme und der Welt führen könne. Buchman war ein einflussreicher Theologe der Nachkriegszeit und wurde zweimal für den Friedensnobelpreis vorgeschlagen.

Den Kern seiner Lehre bildeten die vier absoluten Prinzipien (*four absolutes*) Ehrlichkeit (*honesty*), Reinheit (*purity*), Selbstlosigkeit (*unselfishness*) und Liebe (*love*).

Die Lehre der Oxford-Gruppe gründete sich auf sechs wesentliche Annahmen:

- Der Mensch ist ein Sünder.
- Der Mensch kann verändert werden.
- Das Sündenbekenntnis ist die Voraussetzung für Vergebung und Veränderung.
- Der Mensch kann durch Gebet und stille Zeit Gottes Willen erfahren.
- Gott wirkt auch heute noch Wunder.
- Der veränderte Mensch hat die Aufgabe, andere zur Veränderung anzuleiten.

Die Treffen der Oxford-Gruppe (house parties) waren geprägt durch die Su-



che nach göttlicher Führung durch die „innere Stimme“ („Gott spricht durch das menschliche Bewusstsein“). Neben kleinen Hauskreisen gab es auch Treffen mit vielen hundert (z. T. prominenten) Teilnehmern, die sich öffentlich zu ihren Verfehlungen bekannten.

Grundlage für dieses Programm war Buchmans persönliches Erleben. Dieser arbeitete 1908 in den Slums von Philadelphia und hatte sich mit dem Board der Organisation überworfen und zerstritten. Er reiste enttäuscht und verbittert durch Europa. Ein Gottesdienst in einer kleinen Kirche in dem Örtchen Keswick in England sollte alles ändern. Die Predigt der evangelikalen Jessie Penn-Lewis führe zu seinem persönlichen Erweckungserlebnis und der Überzeugung, dass eine derartige Erfahrung, möglichst vielen zugänglich gemacht, die Antwort auf die Übel der Welt sei.

In den nächsten Jahren arbeitete Buchman im YMCA der Penn State University und entwickelte dort in der Arbeit mit Studenten seine Methoden und Prinzipien der lebensverändernden Erfahrung weiter.

Für die Geschichte der AA entscheidend war Buchmans Begegnung mit dem Theologen Sam Shoemaker 1918 in China, der dort seinerseits eine tiefe spirituelle Erfahrung machte und einer der stärksten Vertreter der Oxford-Gruppe in den USA wurde. Das Prinzip der notwendigen lebensverändernden spirituellen Erfahrung und seine Weitergabe wurde 1923 in Harold Begbies Buch „Life Changers“ zusammengefasst und an Erlebnisberichten (auch denen von Frank Buchman und Samuel

Shoemaker) erläutern. Mit der Veröffentlichung von „For Sinners Only“ (Russell 1932) wurde die Oxford Gruppe als erfolgreiche Selbsthilfebewegung weithin bekannt und das Buch wurde zur programmatischen Veröffentlichung der neuen Bewegung.

Bill Wilson begegnete Sam Shoemaker das erste Mal im Dezember 1934 nach seiner Entlassung aus dem Krankenhaus. Shoemaker war zu dieser Zeit Rektor der *Calvary Episcopal Church* in New York und hielt dort regelmäßige Oxford-Gruppen-Treffen ab, die Bill Wilson und seine Frau Lois regelmäßig besuchten (Knippel: 64). Die dort praktizierten Prinzipien des öffentlichen Sündenbekenntnisses, der Wiedergutmachung und der Bedeutung der lebenstransformierenden spirituellen Erfahrung haben Wilson sehr geprägt.

Im Laufe des Jahres 1937 kam es jedoch zur Abspaltung. Die Meetings, die Wilson für Alkoholiker angeboten hatte, führten zu Konflikten mit Shoemaker und seinen Mitarbeitern.

In einem längeren Artikel fasste Wilson 1940 die Gründe zusammen, die dazu geführt haben, die Arbeit mit Alkoholikern nicht mehr innerhalb der OG zu machen. Entscheidende Punkte waren die Ablehnung der recht aggressiven Evangelisation, die die Alkoholiker überfordern würden, die personenbezogene Öffentlichkeit der Gruppen und Bekenntnisse, das in der OG praktizierte Prinzip des „checking“, wobei die Gruppe gemeinsam über zukünftiges Verhalten des Sünders diskutierte und versuchte, Einigkeit zu erzielen. Die Arbeit mit Alkoholikern müsse, was

Glaubensdinge angehe, viel toleranter und inklusiver sein, als das innerhalb der OG der Fall war, was bedeutet, dass es keine religiösen Erwartungen oder Voraussetzungen geben dürfe.

Während diese Abgrenzungen dazu führten, dass sich die neue Gruppe der AA von jeglicher aktiver Evangelisation zurückhält, Einzelne anonym bleiben und nicht im Namen von AA in der Öffentlichkeit auftreten sowie in den Gruppen keine Ratschläge oder Empfehlungen gegeben werden, gibt es doch auch eine Reihe an Gemeinsamkeiten, die übernommen worden sind. Dies sind: die grundsätzliche Annahme, dass ein Bekenntnis der eigenen Ohnmacht und Schwäche verbunden mit der Überantwortung des Lebens an eine höhere Macht, Grundlage der Genesung ist. Des Weiteren, dass Ehrlichkeit und Wiedergutmachung entscheidende Prinzipien sind, um die zerstörten Beziehungen wieder zu heilen. Eine weitere Gemeinsamkeit ist die Betonung des Spirituellen unabhängig von konfessioneller Religiosität, das sich in der Formel „*spiritual but not religious*“ immer wieder ausdrückt.

3.2 Das Gelassenheitsgebet

Seit Anfang der 1940er Jahre haben die AA das sogenannte Gelassenheitsgebet (*serenity prayer*) zu einem ihrer Leittexte gemacht. Der letztendliche Autor des Textes ist bis heute unbekannt. Nachgewiesen ist, dass der Theologe Reinhold Niehbur dieses Gebet 1943 in einer Predigt verwendete und es 1943 oder 1944 das erste Mal – mit seiner Erlaubnis – in einem

Handbuch für die Armee (The Book of Prayers and Services for the Armed Forces) publiziert wurde. Etwas später haben die AA den Spruch fest in ihr Repertoire aufgenommen und damit zur weltweiten Verbreitung maßgeblich beigetragen.

*God grant me the Serenity to accept the things I cannot change,
Courage to change the things I can, and
Wisdom to know the difference.*

*Gott gebe mir die Gelassenheit, Dinge
hinzunehmen, die ich nicht ändern
kann, den Mut, Dinge zu ändern, die ich
ändern kann, und die Weisheit, das eine
vom anderen zu unterscheiden.*

Das Gelassenheitsgebet ist innerhalb der AA deshalb so erfolgreich geworden, weil es als verdichtete Form ihrer Grundprinzipien verstanden werden kann: die Balance zwischen Anerkennung der eigenen Ohnmacht und damit verbundenen Überantwortung an eine höhere Macht einerseits und die Notwendigkeit, Verantwortung für sich und sein Tun zu übernehmen andererseits. Aus einem „Ich kann nicht trinken“, soll ein „Ich kann nichttrinken“ werden, die Kompetenz, die Flasche Tag für Tag aufs Neue stehen zu lassen. Die praktische Umsetzung dieser beiden Seiten liegt im Durcharbeiten der 12 Schritte der AA.

Im deutschen Sprachraum wurde der Ursprung des Gelassenheitsgebets in den letzten Jahrzehnten in vielen Publikationen dem schwäbischen Theologen Friedrich Christoph Oetinger (1702–1782) zugeschrieben. Dies beruht auf folgendem Missverständnis:

der Religionspädagoge Theodor Wilhelm (geb. 1906) publizierte 1951 in seinem Buch „Wendepunkt der politischen Erziehung“ eine deutsche Übersetzung des Gelassenheitsgebets, das er von kanadischen Freunden zugesandt bekommen habe. Das Buch erschien unter dem Pseudonym Friedrich Oetinger. Dies führte dazu, dass es einige Jahre später in einer Zeitung abgedruckt wurde als ein Gebet „des bekannten schwäbischen Pietisten Friedrich Christoph Oetinger“. Seither wurde diese (falsche) Zuschreibung immer weiter tradiert. (Vgl. dazu <http://www.wlb-stuttgart.de/sammlungen/handschriften/bestand/nachlaesse-und-autographen/oetinger-archiv/gelassenheitsgebet/>)

Die Grundgedanken des Gelassenheitsgebets können bis zu den Stoikern (Epiktet) zurückverfolgt werden. In den letzten Jahren erfreut sich dieses Konzept auch innerhalb der Psychologie und Psychotherapie zunehmender Beliebtheit.

3.3 William James

Wenn auch indirekt, so ist der Einfluss von William James, Psychologieprofessor in Harvard, einer der Begründer der akademischen Psychologie und Autor von „Die Vielfalt der religiösen Erfahrung“, auf die AA nicht zu unterschätzen. Unmittelbar nach seiner spirituellen Erfahrung (s.o.) bekam Bill Wilson von seinem Sponsor, Ebby Thacher, ein Exemplar von James' „Varieties of Religious Experience“. Die darin dargelegte These, dass eine tiefe religiöse Erfahrung eine zuvor kranke,

geteilte Seele (*sick soul, divided self*) heilen und zur Ganzheit bringen könne, bestätigte seine (Bills) eigene Erfahrung und wurde wiederum paradigmatisch für das 12-Schritte Programm (s.u.), mit dem er andere Süchtige zu einer solchen Erfahrung verhelfen wollte. Bill W. verdeutlichte die Bedeutung, die James für die Entwicklung der AA hatte, indem er ihn einmal als „Mit-Begründer“ der AA bezeichnete. (AA 1984: 124).

In den frühen 1950er Jahren erlebte Bill W. in begleiteten LSD-Sitzungen ähnliche spirituelle Erfahrungen wie seine ursprüngliche spontane Erfahrung in den 1930er Jahren. Dies führte zu der Überlegung, ob die kontrollierte Gabe von LSD nicht hilfreich für genesende Alkoholiker sein könnte. Aufgrund des Verbots von LSD wurden diese Überlegungen jedoch nicht weiter verfolgt.

3.4 C. G. Jung

Ein weiterer indirekter Einfluss auf das Programm der AA wird Carl Gustav Jung zugeschrieben. Der Amerikaner Rowland Hazard hatte 1926 eine Psychoanalyse bei C.G. Jung in Zürich gemacht. Dieser hatte ihm verdeutlicht, dass ihm nur eine spirituelle Erfahrung helfen könne, von seiner Alkoholsucht loszukommen und dass er dazu eine religiöse Gruppe aufsuchen solle. Diesen Ratschlag zunächst negierend und nach einigen Krisen kam Hazard erst 1933 durch die Vermittlung eines weiteren Therapeuten in Kontakt mit der Oxford Gruppe, wo er tatsächlich eine heilende spirituelle

Erfahrung machte und sich intensiv mit den Prinzipien der Oxford Gruppe auseinandersetzte. Es war Rowland Hazard, der den späteren „Sponsor“ von Bill W., Ebby Thacher zur Oxford Group und zur Genesung brachte. Über diese Linie gelangte der Einfluss von Jung zu Bill. W., dem Autor des AA-Buches und des 12-Schritte-Programms (vgl. Bluhm 2006).

Am 23. Januar 1961 schrieb Bill W. einen Brief an Jung, um ihm auf seine Bedeutung für die AA hinzuweisen, ihm die Verbindung zu erklären und dafür zu danken (<http://www.barefootsworld.net/wilsonletter.html>). Jung antwortete sofort (30.01.1961), war hocherfreut und verdeutlichte in diesem Brief noch einmal, wie wichtig er eine heilsame Spiritualität ansieht. Der viel zitierte Schlusssatz seines Briefes lautet: „Sehen Sie, auf lateinisch heißt Alkohol ‚Spiritus‘, und man braucht dasselbe Wort für die höchste religiöse Erfahrung wie für das schädlichste Gift. Die hilfreiche Formel lautet darum: Spiritus contra spiritum.“

4 Struktur und Programm der Anonymen Alkoholiker

In der Praxis sind es vor allem zwei Elemente, die zur Nüchternheit führen sollen: die regelmäßige Teilnahme an den wöchentlich stattfindenden Treffen und der damit verbundene Austausch mit anderen Alkoholikern sowie die individuelle Durcharbeitung der 12 Schritte. Der Ablauf der Treffen ist dabei in hohem Maße ritualisiert. Nach der Lesung verschiedener Texte

und der Begrüßung sind die persönlichen Berichte der Anwesenden über sich selbst das Kernstück der Treffen. In den Meetings, dies ist eine der wenigen Grundregeln, spricht jeder nur über sich selbst. Es werden keine Ratschläge erteilt oder Dialoge geführt; allenfalls kann die eigene Geschichte indirekt Antwort auf die Probleme eines anderen sein.

Das Konzept der AA ist seit 1939 in dem Buch „Alcoholics Anonymous“ (dt.: Anonyme Alkoholiker. Das blaue Buch) programmatisch dargelegt. Kernpunkt des Programms sind die „12 Schritte“: Für eine dauerhafte Genesung halten es die AA für unerlässlich, dass der einzelne Alkoholiker beständig diese 12 Schritte durcharbeitet:

„Denken Sie daran, dass wir es mit Alkohol zu tun haben: Er ist verschlagen, trügerisch, mächtig! Ohne Hilfe ist es viel zu schwer für uns. Aber es gibt einen, der alle Kraft hat – und das ist Gott. Mögen Sie ihn jetzt finden. (...) Hier sind die Schritte, die wir gegangen sind und die als Programm zur Genesung empfohlen werden.

1. Wir gaben zu, dass wir dem Alkohol gegenüber machtlos sind – und unser Leben nicht mehr meistern konnten.

2. Wir kamen zu dem Glauben, dass eine Macht, größer als wir selbst, uns unsere geistige Gesundheit wiedergeben kann.

3. Wir fassten den Entschluss, unseren Willen und unser Leben der Sorge Gottes – wie wir ihn verstanden – anzuvertrauen.



4. *Wir machten eine gründliche und furchtlose Inventur in unserem Inneren.*

5. *Wir gaben Gott, uns selbst und einem anderen Menschen gegenüber unverhüllt unsere Fehler zu.*

6. *Wir waren völlig bereit, all diese Charakterfehler von Gott beseitigen zu lassen.*

7. *Demütig baten wir ihn, unsere Mängel von uns zu nehmen.*

8. *Wir machten eine Liste aller Personen, denen wir Schaden zugefügt hatten und wurden willig, ihn bei allen wieder gutzumachen.*

9. *Wir machten bei diesen Menschen alles wieder gut – wo immer es möglich war –, es sei denn, wir hätten dadurch sie oder andere verletzt.*

10. *Wir setzten die Inventur bei uns fort, und wenn wir Unrecht hatten, gaben wir es sofort zu.*

11. *Wir suchten durch Gebet und Besinnung die bewusste Verbindung zu Gott – wie wir Ihn verstanden – zu vertiefen. Wir baten Ihn nur, uns seinen Willen erkennbar werden zu lassen und uns die Kraft zu geben, ihn auszuführen.*

12. *Nachdem wir durch diese Schritte ein spirituelles Erwachen erlebt hatten, versuchten wir, diese Botschaft an Alkoholiker weiterzugeben und unser tägliches Leben nach diesen Grundsätzen auszurichten.“*

(AADS 1983: 68–69)

Es wird deutlich, dass die Genesung vom Alkoholismus als Nebenprodukt eines gewandelten Lebens verstanden

wird. Die Teilnahme an den Treffen der AA ist somit auch nicht mit der erreichten Abstinenz zu Ende, sondern geht oft viele Jahre darüber hinaus (vgl. Murken 1994b).

Das Eingestehen der eigenen Machtlosigkeit ist dabei die grundlegende Antwort auf die krankheitsbedingte Unfähigkeit, mit dem Alkohol umzugehen. Die einzige Voraussetzung ist der Wille, mit dem Trinken aufzuhören sowie Ehrlichkeit mit sich selbst und anderen. Die angestrebte psychische Transformation wird jedoch religiös legitimiert und verlangt ein gewisses Maß an Transzendenzbezug. Im folgenden Zitat wird dies deutlich:

„Wenn lediglich moralische Richtlinien oder eine bessere Lebensphilosophie genügen würden, mit dem Alkoholismus fertig zu werden, wären viele von uns schon lange wieder in Ordnung. Aber wir mussten erkennen, daß solche Richtlinien und Philosophien uns nicht retten konnten, gleich wie auch immer wir es versuchten. Wir konnten uns noch so sehr wünschen moralisch zu sein und in der Philosophie Trost zu finden, Tatsache war, wir konnten das mit ganzer Macht wollen, aber die benötigte Kraft war nicht da. Unsere menschlichen Kraftquellen, vom Willen beherrscht, reichten nicht aus, sie versagten vollkommen. Mangel an Kraft, das war unser Dilemma. Wir mussten eine Kraft finden, durch die wir leben konnten, und es musste eine Kraft, größer als wir selbst, sein. Genau das war es. Aber wo und wie sollten wir diese höhere Macht finden? Darum geht es in diesem Buch. Sein wichtigstes Anliegen ist, Sie eine Kraft finden zu lassen, die größer ist als Sie selbst und Ihnen hilft, Ihre Probleme zu lösen. Das heißt, wir haben ein Buch geschrieben, von dem wir annehmen, daß es sowohl einen spirituellen wie auch einen moralischen Anspruch hat“ (AADS 1983: 52).

Während Alkoholismus eine Spirale negativer Emotionen und Verhaltensweisen in Gang setzt, gelingt es durch die Überantwortung an eine „höhere Macht“ mit Hilfe der 12 Schritte, diesen Verlauf zu stoppen und umzukehren in einem Prozess, in dem die Verantwortung für sich selbst und für die eigenen Beziehungen im Mittelpunkt steht (vgl. Murken 1993, 1994a).

5 Einfluss des AA-Programms

Die 12 Schritte und 12 Traditionen der AA wurden über das Problem des Alkoholismus hinaus paradigmatisch für die gesamte Selbsthilfebewegung, die aus der psychosozialen Versorgung der westlichen Industrienationen nicht mehr wegzudenken ist. Inzwischen gibt es in westlichen Industriestaaten kaum einen Problembereich, der nicht auf der Basis der 12 Schritte in Selbsthilfegruppen angegangen wird. Die Internetseite www.zwoelf-schritte.de listet über 30 verschiedene Gruppen auf, z.B. Anonyme Arbeitssüchtige (AAS), Anonyme Kaufsüchtige (AK), Anonyme Sexaholiker (AS), Overeaters Anonymous (OA), Emotional Anonymous (EA) und viele andere mehr.

Alle diese sogenannten „12-step-groups“ haben die 12 Schritte der AA übernommen und nur den Begriff Alkohol in Schritt 1 und 12 durch das jeweilige Problem ersetzt.

In Deutschland sind die Bedeutung und der Einfluss der Anonymen Alkoholiker deutlich geringer als in den USA. In den USA gibt es praktisch keine alternative Selbsthilfegruppe zu

den AA, während in der BRD auch andere Gruppen (Kreuzbund, Blaues Kreuz, Deutscher Guttempler Orden, AOK-Gruppen usw.) aktiv sind.

6 Fazit

Obwohl in der Öffentlichkeit wenig bekannt, ist das Programm der Anonymen Alkoholiker, das seit 75 Jahren Genesung durch Spiritualität propagiert, ein Wegbereiter für die Erkenntnis geworden, dass die Überantwortung an eine „höhere Macht“ und die Spiritualisierung des eigenen Weltbildes und der eigenen Werte einen heilsamen Effekt auf Gesundheit und Beziehungen haben kann. Mit den 12 Schritten und ihren Schriften nahmen die AA vor Jahrzehnten vorweg, was heute zum allgemeinen Trend geworden ist: die Wichtigkeit des Transzendenzbezugs zu betonen und gleichzeitig die inhaltliche Ausgestaltung dieser Transzendenz völlig offen zu lassen. „Gott, wie wir ihn verstanden“ (Schritt 3) wird zur Metapher eines haltenden Gegenübers, das dazu beiträgt, die labile Balance zwischen Selbstverantwortung und Hilfsbedürftigkeit auszutariieren. Während die hohe Bindung an die Gruppe einerseits wesentlich zur gelingenden Abstinenz beiträgt, besteht andererseits die Tendenz, die Gruppe selbst zum alles dominierenden Mittelpunkt des Lebens zu machen, was von manchen auch kritisch gesehen wird.

Literatur

Originalschrifttum der Anonymen Alkoholiker:

- Alcoholics Anonymous (1980) Dr. Bob and the Good Oldtimers. A biography, with recollections of early A. A. in the Midwest. New York.
- Alcoholics Anonymous (1984) ‚Pass it on‘. The story of Bill Wilson and how the A. A. message reached the world. New York.
- Anonyme Alkoholiker (1975) Anonyme Alkoholiker in Deutschland. o.O: Anonyme Alkoholiker deutscher Sprache.
- Anonyme Alkoholiker (1983) Anonyme Alkoholiker. Ein Bericht über die Genesung alkoholkranker Männer und Frauen. o. O: Anonyme Alkoholiker deutscher Sprache.
- Anonyme Alkoholiker (1990) AA wird mündig, ein kurzer Abriss der Geschichte der Anonymen Alkoholiker. o.O: Anonyme Alkoholiker deutscher Sprache, Übers. von „AA comes of age“ (1957).

Sekundärliteratur

- Dick B (1998) The Oxford Group & Alcoholics Anonymous. A design for living that works. Kihei, HI: Paradise Research Publications.
- Bebbington DW (1986) The Oxford Group Movement between the wars. In: Sheils W, Wood D (Hrsg.): Voluntary religion, 495–507.
- Bluhm AC (2006) Verification of C.G. Jung’s analysis of Rowland Hazard and the history of Alcoholics Anonymous. *Hist of Psychol* 9(4):313–324.
- Clark WH (1951) The Oxford Group, its history and significance. New York.
- Knippel CT (1987) Samuel M. Shoemaker’s theological influence on William G. Wilson’s twelve step spiritual program of recovery. Saint Louis.
- Kurtz E (1988) A.A. The story. A revised edition of ‚Not-God: A history of Alcoholics Anonymous‘. San Francisco.

- Murken S (1993) Religiöse Werte und Normen einer nichtreligiösen Gemeinschaft. Zum Programm der Anonymen Alkoholiker. In: Bürkle H (Hrsg.) Grundwerte menschlichen Verhaltens in den Religionen, Frankfurt, 207–221.
- Murken S (1994a) Die Konzeptualisierung von Spiritualität und ‚Höherer Macht‘ im Genesungsprogramm. *Religionspsychol* 21:141–152.
- Murken S (1994b) Religiosität, Kontrollüberzeugung und seelische Gesundheit bei Anonymen Alkoholikern. Frankfurt/Main: Lang.
- Murken S (2008). Das Konzept der Zwölf Schritte und der ‚Höheren Macht‘. Zum Genesungsprogramm der Anonymen Alkoholiker. *Prävention* 31 (2):57–60.
- Thomsen R (1975) Bill W. New York.
- White W & Kurtz E (2008) Twelve defining moments in the history of Alcoholics Anonymous. In Galanter M, Kaskutas L (Hrsg.) Recent developments in alcoholism, New York: Plenum Publishing Corporation, 18:37–57.
- Woolverton J (1983) Evangelical Protestantism and alcoholism 1933–1962: Episcopalian Samuel Shoemaker, the Oxford Group and Alcoholics Anonymous. *Historical Magazine of the Protestant Episcopal Church* 52(3):53–65.

Sebastian Murken

Prof. Dr.

Leitender Psychologe der Psychosomatischen
 Fachklinik St. Franziska-Stift, Bad Kreuznach;
 Hon.-Prof. für Religionswissenschaft am FB
 Gesellschaftswissenschaften und Philosophie,
 Philipps-Universität Marburg
 smurken@mainz-online.de
