

## LÀM VIỆC VỚI NHỮNG NGƯỜI KHÁC

**K**inh-nghiệm thực-tế cho thấy, làm việc giúp đỡ những người nghiện rượu khác là cách chắc chắn nhất để tránh khỏi uống rượu trở lại. Việc làm này mang lại kết quả trong khi các hoạt động khác đều thất bại. Đây là *đề-nghị thứ mười hai của chúng tôi* : hãy mang thông-điệp này đến những người nghiện rượu khác ! Bạn có thể giúp làm việc này trong khi không ai có thể làm được. Bạn có thể mang lại tin tưởng cho người nghiện rượu, trong khi kẻ khác thất bại. Hãy nhớ rằng người nghiện rượu rất là bệnh hoạn.

Đời sống sẽ có một ý-nghĩa mới. Bạn sẽ quan sát những người nghiện rượu bình-phục, nhìn họ giúp đỡ lẫn nhau, sự cõi độc sẽ biến đi, bạn sẽ thấy hội lớn mạnh nhiều bằng hữu, đó là kinh-nghiệm bạn sẽ có. Chúng tôi biết rằng bạn không muốn thiếu sót những điều đó. Sự thường xuyên tiếp xúc với những người mới đến và giữa họ với nhau là điểm sáng chói của cuộc đời chúng tôi.

Có lẽ bạn không quen biết với một người nghiện rượu nào muốn được bình phục. Bạn có thể tìm thấy họ dễ dàng nhờ hỏi các bác-sĩ, mục sư, linh-mục hoặc tại nhà thương. Các vị này sẽ rất vui mừng giúp đỡ bạn. Đừng khởi sự làm việc như là một người giảng

đạo hoặc nhà cải cách. Những thành-kiến, thật không may vẫn còn tồn tại. Bạn sẽ bị bắt lợi nếu bạn quay động nó lên. Những vị mục-sư và bác-sĩ là những người đầy khả năng, bạn có thể học hỏi nhiều nơi họ, nếu bạn muốn, nhưng chỉ những kinh nghiệm riêng về cuộc đời nghiên rượu của bạn mới giúp đỡ những người nghiện rượu hữu ích hơn. Vì vậy, hãy cộng-tác với mọi người, đừng bao giờ chỉ trích ai. Mục đích duy nhất của chúng ta là giúp đỡ những người nghiện rượu.

Khi bạn khám phá ra một tương lai của Hội Những Người Nghiện Rượu Ăn Danh, bạn tìm ra tất cả những gì bạn có thể làm cho người nghiện rượu. Nếu hắn không muốn bỏ rượu, đừng mất thì giờ cố thuyết phục hắn. Bạn có thể làm lỡ mất cơ hội về sau. Lời khuyên này cũng dành cho gia-dình người nghiện rượu. Họ phải kiên nhẫn và nhận thức rằng họ đang đối phó với một người bệnh.

Nếu có dấu hiệu hắn muốn từ bỏ rượu, bạn hãy vui vẻ trò chuyện với người thân nhất của hắn, thường là người vợ. Bạn hãy thâu thập một vài ý niệm về cá tính của hắn, hắn uống rượu như thế nào, việc làm quá khứ, tình trạng trầm trọng và tôn giáo hắn theo. Bạn cần những tài-liệu này để tự đặt bạn vào vị trí của hắn để thấy bạn muốn hắn tiến đến với bạn bằng cách nào.

Đôi khi thật khôn ngoan chờ đến khi hắn uống quá nhiều. Gia đình hắn có thể phản đối việc này, và tốt hơn là liều làm vậy, trừ khi tình-trạng sức khỏe của hắn quá suy sụp. Đừng thương-lượng với hắn, khi hắn say mèm, trừ khi hắn quá tệ và gia-dình hắn cần sự giúp đỡ của bạn. Hãy chờ đợi cho đến khi tiệc rượu

tàn hoặc ít nhất đến khi hán tỉnh táo. Rồi để gia đình hoặc bạn thân của hán hỏi hán có muốn bỏ rượu để quay về đời sống tốt hay hán muốn uống cho đến tận cùng. Nếu hán nói muốn từ bỏ rượu, hán sẽ chú ý đến bạn ngay vì bạn là người nghiện rượu đã bình phục. Bạn phải mô tả cho hán biết bạn là một hội viên của hội A.A., là một phần sự thành công bình-phục của toàn thể hội-viên, bạn muốn giúp kè khác và bạn sẽ sung sướng nói chuyện với hán, nếu hán muốn.

Nếu hán không muốn gặp bạn, bạn đừng tự bắt buộc mình phải đến với hán. Gia đình hán cũng đừng nài xin khích động hán hoặc kể cho hán nghe nhiều điều về bạn. Họ phải chờ cho đến khi tàn cuộc của cơn nhậu sắp tới. Bạn có thể đặt quyền sách này ở nơi hán có thể thấy trong thời gian cách khoảng các cơn say. Ở đây không có một luật lệ đặc biệt nào để chỉ dẫn. Gia-đình của người nghiện rượu phải quyết định những điều này. Nhưng phải yêu cầu họ, đừng quá lo âu vì làm như vậy có thể sẽ hỏng việc.

Luôn luôn gia đình hán không nên có kế cho hán nghe câu chuyện bình-phục của bạn. Nếu có thể, tránh gặp người của gia-đình hán. Hãy tiếp xúc với bác sĩ hoặc một cơ quan thì tốt hơn. Nếu người nghiện rượu cần nằm bệnh viện, hãy đưa hán đến đó, nhưng đừng bắt buộc hán, trừ khi hán bạo động. Hãy để bác sĩ bảo cho hán biết, hán có những giải pháp chữa trị.

Khi người nghiện rượu khỏe hơn, bác sĩ có thể đề nghị bạn đến thăm hán. Dù bạn đã thảo luận với gia đình hán, bạn đừng nhắc nhở trong lần thăm đầu tiên này. Trong hoàn cảnh đó, bạn sẽ thấy hán tự nhiên

không phải bức bối chịu nhiều áp lực. Hán sẽ cảm thấy hán có thể thảo luận với bạn mà không có sự la rầy của gia đình hán. Bạn hãy đến thăm hán trong khi hán còn run rẩy, hán có thể tiếp nhận những điều bạn nói hơn, khi hán xuống tinh thần.

Nếu có thể được, bạn có thể thăm hán lúc cô-độc một mình. Đầu tiên bạn hãy đưa cuộc trò chuyện vào tổng quát đại cương. Sau một lúc, bạn hãy quay câu chuyện vào giai đoạn uống rượu. Kể cho hán nghe vừa đủ về thói quen uống rượu của bạn, những triệu chứng và kinh nghiệm để khuyến khích hán tự nói ra. Nếu hán muốn nói, cứ để hán nói. Nhờ đó bạn mới có ý niệm tốt hơn phải tiến hành giúp hán bằng cách nào. Nếu hán không thông đạt được, bạn hãy cho hán nghe những nét chính trong quá trình uống rượu của bạn, cho đến khi bạn bỏ rượu. Nhưng đến lúc này, đừng nói gì về việc thành công. Nếu hán lộ vẻ trầm-trọng trên ván đề nghiện rượu, bạn thận trọng đừng giảng giải luận lý với hán. Nếu hán lộ vẻ thư thả, bạn hãy kể cho hán nghe những câu chuyện hài-hước về việc tránh khỏi bệnh rượu của bạn. Hãy gợi cho hán kể vài câu chuyện của hán.

Khi hán thấy bạn đã biết tất cả về vấn đề uống rượu, hãy bắt đầu mô tả bạn như là một kè nghiện rượu. Kể cho hán nghe bạn đã bối rối như thế nào, và cuối cùng làm sao bạn đã biết rằng mình là một kè bệnh hoạn. Cho hán rõ chương-trình phán đấu bạn đã thực hiện để bỏ rượu. Chỉ cho hán thấy cái tinh-thần thèm muốn dẫn đến ly rượu đầu tiên của một bữa nhậu say xưa. Chúng tôi đề nghị bạn làm việc này như

chúng tôi đã mô tả trong chương sách về nghiện rượu. Nếu hán là kẻ nghiện rượu, hán sẽ hiểu bạn ngay. Hán sẽ nói ra những chuyện say sưa của hán để hòa hợp với những chuyện bất thường về tinh-thần của bạn.

Nếu bạn đã rõ ràng hán thật sự là kẻ nghiện rượu, hãy bắt đầu nhấn mạnh về phương-diện khổ đau thất vọng của căn bệnh này. Từ kinh-nghiệm của bạn, chỉ cho hán thấy cái hoản cảnh tinh-thần kỳ quái đã ngăn cản sự điều hành sức mạnh ý-chí bình-thường, dẫn đến ly rượu đầu tiên. Đến giai đoạn này đừng để cập đến quyền sách này, trừ khi hán thấy quyền sách và muốn thảo luận về nó. Và hãy thận trọng đừng khẳng định hán là một người nghiện rượu. Hãy để hán tự kết luận. Nếu hán vẫn cứ khăng khăng với cái ý tưởng rằng hán vẫn kiểm soát được sự uống rượu, bạn hãy bảo hán có thể nếu hán không quá chén. Nhưng cần nhấn mạnh rằng, nếu hán nghiện rượu trầm trọng, ít có cơ hội tự hán bình-phục.

Bạn hãy tiếp tục nói về nghiện rượu là một bệnh, một bệnh làm chết người. Hãy nói về tình trạng của thể chất và tinh-thần người nghiện rượu. Có giữ sự chú ý của hán nhăm chính vào kinh-nghiệm riêng của bạn. Hãy giải thích rằng nhiều người nghiện rượu đã chết vì họ không bao giờ nhận thức được tình-trạng nguy-hiểm của họ. Những vị bác sĩ không muốn bảo bệnh nhân nghiện rượu toàn thể câu chuyện, trừ khi họ nhám vào mục-đích chữa trị, nhưng bạn có thể nói với hán về sự thát vọng của nghiện rượu vì bạn muốn đưa ra một giải pháp chữa trị. Bạn sẽ thấy bệnh-nhân nhìn nhận nhiều điều, nếu không muốn nói là tất cả những

đặc tính của người nghiện rượu. Nếu người bác sĩ của hán muốn bảo hán rằng : Hán là kẻ nghiện rượu, điều áy thật tốt hơn nhiều. Để bảo-vệ cho bạn không cần phải hoàn toàn thừa nhận trạng-thái của hán, nhưng hán sẽ trở nên tò mò muốn biết làm thế nào bạn đã lành bệnh. Hãy để hán đặt ra với bạn câu hỏi này, nếu hán muốn. *Bạn hãy kể cho hán nghe chính xác những gì đã xảy ra với bạn* Hãy nhấn mạnh về phương-diện tinh-thần. Nếu bệnh-nhân là một người không tin Chúa, bạn hãy nhấn mạnh rằng : *Hán không cần phải đồng ý với quan niệm của bạn về Thượng-Đế*. Hán có thể chọn lựa bất cứ quan niệm nào hán thích, đưa ra những điều có ý nghĩa tôn-giáo với hán. Điều chính yếu là hán muốn tin tưởng vào một Quyền-lực lớn hơn hán và hán sống với những nguyên-tắc tinh-thần.

Khi đối phó với một người như vậy, tốt hơn bạn nên xử-dụng ngôn-ngữ hàng ngày để diễn tả những nguyên tắc tinh-thần. Thật là vô-ích để khêu gợi lên những thành-kiến hán có thể có, đối với những danh-từ và quan-niệm thần học mà hán đã bối rối. Đừng nêu lên những đề tài như vậy, dầu đó là những đức-tin của bạn.

Có thể bạn đã thuộc vào một hội-doàn tôn-giáo. Sự giáo-đục và huấn luyện về tôn-giáo của hán có thể cao xa hơn của bạn. Trong trường-hợp này hán sẽ ngạc-nhiên làm cách nào bạn đã bổ túc thêm vài điều vào những điểm hán đã hiểu biết. Nhưng hán sẽ tò mò muốn biết vì sao đức-tin của hán không đem lại kết

quả và vì sao đức tin của bạn lại đưa đến thành công. Có thể hán là một tấm gương của sự thật về chỉ đức-tin không thôi, cũng chưa đủ. Để trở thành sức mạnh, đức-tin phải kèm theo sự tự hy-sinh, lòng vô vị kỷ và những hành động xây-dựng. Hãy để hán thấy rằng bạn đến đây không phải để dạy hán về tôn-giáo. Hãy nhìn nhận rằng hán có thể hiểu biết nhiều hơn bạn về tôn giáo, nhưng gây cho hán chú ý về sự kiện : nếu hán không có một đức-tin và hiểu biết sâu xa, hán có thể uống rượu trở lại. Có lẽ câu chuyện của bạn sẽ giúp hán thấy rõ, hán đã thất bại ở chỗ nào trong việc thực tập những điều mà hán hiểu biết quá rõ ràng. Chúng ta không trình bày một tín ngưỡng hay tôn-giáo đặc biệt nào. Chúng ta chỉ thảo-luận trên những nguyên-tắc chung thông thường của hầu hết các tôn-giáo.

Hãy đưa ra những điểm đại cương của chương-trình hành-động, giải-thích làm thế nào bạn đã tự lượng giá, làm thế nào bạn đã sửa chữa những lỗi làm của quá khứ, và vì sao bây giờ bạn đang cố gắng để giúp đỡ hán. Thật là quan trọng cho hán để nhận thức rằng : bạn muốn hán thấy rõ, chính hán là người đóng vai quan trọng trong việc bình-phục của bạn. Thực tế, hán có thể giúp bạn nhiều hơn là bạn đang giúp hán. Hãy nói rõ ràng rằng : Hán không bị một ràng buộc nào với bạn và bạn chỉ hy-vọng khi hán bình-phục hán sẽ giúp đỡ những người nghiên rượu khác. Bạn hãy đưa ra sự quan-trọng về việc hán đặt sự an-sinh của kẻ khác trước sự an-sinh của hán. Hãy làm rõ ràng rằng hán không bị một áp-lực nào cả và hán

không cần gặp lại bạn nếu hán không muốn. Bạn cũng không nên xem như bị xúc phạm nếu hán không muốn tiếp tục vì hán đã giúp bạn nhiều hơn là bạn đã giúp hán. Nếu cuộc nói chuyện của bạn trong sự lành mạnh, yên tĩnh và đầy sự hiểu biết nhân-bản, bạn đã tạo ra được một người bạn mới. Có thể bạn đã quay rày hán về vấn đề nghiên rượu, nhưng đây là điều tốt, vì hán càng cảm thấy thát vọng đau đớn nhiều chừng nào, hán sẽ có cơ hội bình-phục nhiều hơn và hán sẽ muôn theo những đề-nghị của bạn nhiều hơn.

Người nghiên rượu của bạn có thể nêu lên nhiều lý-do vì sao hán không cần theo đúng tất cả những bước của chương-trình bình-phục. Hán có thể nổi giận về ý-tưởng muốn sửa chữa lỗi làm đòi hỏi phải thảo-luận với kẻ khác. Bạn đừng cãi lại hán về điểm này. Hãy bảo hán rõ đã có lần bạn cảm thấy như hán nhưng bạn chắc rằng nếu muốn có nhiều tiến bộ bạn phải hành động. Trong lần đầu tiên thăm viếng, hãy kể cho hán nghe về Hội Những Người Nghiên Rượu Ẩn Danh. Nếu thấy hán chú ý, bạn hãy cho hán mượn quyển sách này.

Trừ khi hán muốn nói nhiều hơn về hán, bạn đừng thúc đẩy làm mất ý nghĩa cuộc viếng thăm. Hãy cho hán một cơ hội để suy nghĩ lại vấn đề. Nếu bạn còn ở lại chơi, hãy để hán đổi hướng câu chuyện vào bất cứ đề tài nào khác hán muốn. Đôi khi một bệnh nhân mới, họ nóng lòng muốn tiến hành tức thì, bạn hãy để cho họ làm. Đến đây, thỉnh thoảng có một vài làm lǎn. Nếu hán gặp rắc rối sau đó, hán muốn đồ lỗi cho bạn đã thúc giục hán gấp rút thi hành. Bạn sẽ là người

thành-công nhất đối với những kẻ nghiện rượu, nếu bạn không biếu lộ lòng say mê giúp người. Đừng bao giờ nói xấu làm mất tinh-thần người nghiện rượu, chỉ đơn giản bày ra những dụng cụ tinh-thần cho hán quan sát. Bạn hãy cho hán thấy làm thế nào bạn đã thành công. Bạn hãy cho hán tình thàn-thiết bằng hữu và tin tức của hội. Bạn bảo hán rằng : nếu hán muốn bình-phục bạn sẽ làm mọi việc để giúp hán.

Nếu hán không chú ý đến giải pháp chương-trình của bạn, nếu hán chỉ mong bạn giúp đỡ tài-chánh cho hán, hoặc chăm sóc những cơn say của hán như người y-tá, bạn có thể bỏ hán cho đến khi hán thay đổi ý định. Có thể sau nhiều lần đau khổ, hán sẽ thay đổi ý-kien quay trở lại tìm bạn.

Nếu hán thành-thật tha-thiết đến chương-trình của bạn, và muốn gặp lại bạn, hãy yêu cầu hán đọc quyển sách này. Sau khi đọc xong, hán phải tự quyết định muốn theo đuổi chương-trình hay không. Bạn, vợ hán và bằng hữu của hán không cần phải xô đẩy và thúc giục hán. Nếu hán muốn tìm đến Thượng-Đế, sự cầu mong này phải đến từ trong tâm hồn.

Nếu hán nghĩ, hán có thể bình-phục trong một vài đường lối khác, hoặc hán muốn một phương pháp tinh-thần khác, bạn hãy khuyến khích hán đi theo đường lối riêng của lương tâm hán. Chúng ta không độc quyền về Thượng-Đế, chúng ta chỉ đưa ra một đường hướng đã mang đến thành công. Bạn nên chỉ rõ ràng, chúng ta những người nghiện rượu có nhiều điểm chung và trong bất cứ trường hợp nào, bạn đều muốn giữ tình thân-ái rồi để sự việc xảy ra.

Đừng bao giờ chán nản nếu hoài vọng của bạn không được đáp ứng tức thời. Bạn hãy tìm một kẻ nghiện rượu khác và thử thách lần nữa. Chắc chắn bạn sẽ tìm được một người đã quá tuyệt vọng, họ sẵn sàng chấp nhận những điều bạn cống hiến với tất cả nhiệt thành. Chúng tôi nhận thấy mát quá nhiều thì giờ để tiếp tục săn đuổi một người mà họ không muốn hợp tác với bạn. Nếu bạn bỏ một người như thế trong cô đơn, may ra hán trở nên ý-thức rằng, hán không thể nào tự mình chữa trị khỏi bệnh nghiện rượu. Mát quá nhiều thì giờ vào một người là làm mất đi cơ hội giúp kẻ nghiện rượu khác trở về với cuộc sống và hạnh-phúc. Một hội-viên của hội chúng tôi đã hoàn toàn thất bại với sáu người đầu tiên anh tiếp xúc. Anh thường nói rằng : nếu anh tiếp tục làm việc với sáu người kia, anh đã bỏ đi cơ hội giúp nhiều người khác bình-phục.

Bây giờ, giả thiết bạn đến thăm lần thứ hai một người. Hán đã đọc quyển sách này và bảo rằng hán chuẩn bị thực-hiện Mười hai bước của chương-trình bình-phục. Bạn có thể cho hán nhiều lời khuyên thực tiễn, vì bạn đã có nhiều kinh-nghiệm cá-nhan. Bạn cho hán biết, bạn sẵn sàng giúp hán khi hán quyết định tiến hành và kể chuyện đời hán, bạn không phản đối nếu hán muốn tham khảo ý-kien với một vài người khác.

Hán có thể phá sản và không còn nhà để ở. Nếu vậy, bạn cố gắng giúp hán tìm một công việc làm hoặc giúp hán một ít tiền. Nhưng bạn không xao lăng gia đình mình và trách-nhiệm tài-chánh đối với họ. Có thể bạn muốn đem người nghiện rượu về ở trong nhà bạn

vài ngày. Bạn phải thận trọng và biết chắc được cả gia-đình đồng ý và thấy rõ hán không có tình nhò và bạn về tiền bạc và nhà ở. Nếu bạn dễ dãi trong vấn đề giúp đỡ, bạn chỉ làm hại hán thôi, bạn có thể làm cho hán già dối và giúp hán hủy-hoại hơn là bình-phục.

Đừng bao giờ trốn tránh trách-nhiệm, nhưng phải chắc rằng bạn đang làm đúng việc khi bạn tiếp xúc với họ. Giúp đỡ kẻ khác là nền tảng sự bình-phục của bạn. Thỉnh-thoảng có một hành-động tốt, điều đó không đủ. Bạn phải là người làm việc thánh-thiện mỗi ngày, nếu cần. Như vậy có nghĩa là nhiều đêm không ngủ, nhiều cản trở trong những thú vui của bạn hoặc gián đoạn công việc làm ăn. Có nghĩa là chia sẻ tiền bạc và nhà cửa của bạn, mất thì giờ giải thích khuyên can vợ con họ hàng của người nghiện rượu, nhiều chuyến đi về với tòa-án cảnh-sát, bệnh-viện, nhà giam và nhà thương điên. Điện thoại của bạn có thể vang lên bất cứ giờ nào trong ban ngày hoặc ban đêm. Vợ của bạn đôi khi có thể bảo rằng : nàng đã quá chán ngán. Người nghiện rượu có thể đập phá đồ đạc, làm cháy thảm trong nhà bạn. Bạn có thể xô xác dăng co dữ dội với hán, khi hán bạo động. Đôi khi bạn phải mời bác sĩ và nhà chức trách để trấn dìu người say xuống. Lần khác, có thể bạn phải cầu cứu cảnh-sát hoặc xe cứu thương. Thỉnh thoảng bạn sẽ gặp những trường-hợp như vậy.

Chúng tôi ít khi chấp nhận một người nghiện rượu về ở nhà mình trong một thời gian lâu dài. Điều đó không tốt cho hán và nhiều khi tạo ra rắc rối trầm-trọng trong gia đình.

Dẫu người nghiện rượu không đáp ứng, không có

lý-do gì bạn quên lăng-gia-đình hán. Bạn phải tiếp tục thân ái với họ. Gia đình hán phải được biết phương-pháp chữa trị lành bệnh của bạn. Nếu họ chấp-nhận và thực hành những nguyên-tắc tinh-thần, thì có nhiều cơ hội hơn để người nghiện rượu bình-phục. Và dầu ngay cả trường-hợp hán tiếp tục uống rượu, gia đình cũng sẽ tìm thấy dễ chịu đựng hơn trong cuộc đời.

Với loại người nghiện rượu có khả-năng và quyết tâm muốn bình-phục, thì sự giúp đỡ từ-thiện ít hơn. Những kẻ khóc la, đòi hỏi tiền bạc và nhà ở trước khi họ từ bỏ rượu, như thế họ đã đi sai đường. Chúng ta cố gắng tối đa để cung-cấp giúp đỡ lẫn nhau những việc này, nếu hành-động đó là cần thiết. Điều này dường như bất thường, nhưng chúng tôi nghĩ phải làm vậy.

Đây không phải là nghi vấn về việc tặng cho, nhưng khi nào và cho thế nào để thành công. Việc này nhiều khi đưa đến kết quả khác nhau giữa sự thành công và thất bại. Cái giây phút chúng ta khởi sự hoạt động, người nghiện rượu bắt đầu nương tựa vào sự giúp đỡ của chúng ta hơn là sự giúp đỡ của Thượng-Đế. Hán sẽ kêu ca điều này, điều nọ, than rằng hán không thể chinh-phục được rượu cho đến khi hán giải quyết được những nhu cầu vật chất. Thật là vô nghĩa ! Vài người trong chúng ta đã trả cái giá đắt để học được sự thật này : có việc làm hoặc không việc làm, có vợ hoặc không có vợ, điều đó ít ảnh hưởng đến việc bình-phục; chúng tôi không ngưng uống rượu được, đơn giản chỉ vì chúng tôi đặt sự lệ thuộc vào kẻ khác, trước sự lệ thuộc vào Thượng-Đế.

Bạn hãy đốt bỏ cái ý tưởng trong tri-thức của mọi

người nghiện rượu rằng, hắn có thể tự bình-phục mà không cần đến bất cứ ai. Điều kiện duy nhất để thành công là hắn phải tin vào Thượng-Đế và làm trong sạch bản thân hắn.

Bây giờ chúng ta thảo-luận vấn-đề rắc rối trong gia-đình : có thể đã xảy ra ly-dị, ly-thân hoặc tình-trạng căng-thẳng giữa mọi người. Khi hy-vọng của bạn, đã sửa chữa được những lỗi làm như thế thì hắn cũng có thể làm vậy cho gia đình của hắn, và bạn phải giải thích cho những người trong gia đình hắn hiểu những nguyên tắc mới hắn đang sống, hắn phải đặt những nguyên tắc mới đó vào mọi hành-động tại gia-đình; nếu hắn may mắn còn có một gia-đình. Dầu gia-đình của hắn phạm lỗi làm trên nhiều phương-diện, hắn phải bỏ qua mọi việc. Hắn nên tập trung sức mạnh tinh-thần của riêng hắn. Tranh luận và tìm kiếm lỗi làm cần phải tránh xa như tránh bệnh dịch vậy. Trong nhiều gia-đình, đây là một việc khó làm, nhưng cần thực hiện với bất cứ hậu quả nào. Nếu tình-trạng căng-thẳng còn tiếp tục trong vài tháng, ảnh-hưởng trên gia-đình người nghiện rượu chắc chắn sẽ lớn lao. Điều khác nhau nhất mà người ta khám phá là họ cùng có một căn bản từ đó họ có thể gặp nhau. Dần dần những người trong gia-đình sẽ thấy và nhìn nhận những lỗi làm của họ. Những điều này có thể được thảo luận trong một không khí đầy thân ái và tương-trợ.

Sau khi họ thấy những kết quả cụ thể, gia-đình sẽ muốn cộng tác để thực hiện chương-trình bình-phục. Những điều này đương nhiên sẽ xảy ra trong một thời gian hợp lý, người nghiện rượu tiếp tục chứng tỏ rằng :

hắn có thể từ bỏ rượu, có tinh-thần thông cảm và muốn giúp đỡ kẻ khác, dầu ai có nói hay làm gì cũng mặc. Dĩ nhiên chúng ta có thể rơi xuống dưới mức tiêu chuẩn nhiều lần. Nhưng chúng ta phải cố gắng sửa chữa tức thì những lỗi làm tai hại, nếu không e rằng chúng ta phải trả hình phạt với một giá quá đắt : sự uống rượu trở lại.

Nếu bị ly-dị hay ly-thân, không nên vội vã hàn gắn đưa vợ chồng về ở lại với nhau. Người nghiện rượu phải chắc chắn được bình-phục. Người vợ phải hoàn toàn hiểu biết cách sống mới của chồng mình. Nếu sự liên hệ cũ được hàn gắn lại, nó phải được đặt trên một căn bản tốt đẹp hơn, vì sự liên hệ cũ đã không mang lại kết quả. Điều đó có nghĩa là mọi người phải có thái độ mới và tinh-thần mới. Đôi khi cứ để cho cặp vợ chồng ở xa nhau, như thế có lợi hơn. Rõ ràng không có một luật lệ nào có thể đặt ra. Hãy để người nghiện rượu tiếp tục chương-trình của hắn hàng ngày. Khi đến lúc thuận lợi cho hai vợ chồng sống chung lại với nhau, cả hai bên sẽ nhận rõ điều này.

Đừng để bắt cứ một người nghiện rượu nào nói rằng : hắn không có thể bình-phục được trừ khi có gia-đình làm hậu thuẫn. Điều đó không phải như vậy. Trong vài trường hợp, người vợ sẽ chẳng bao giờ trở về vì lý-do này hay lý-do khác. Hãy nhắc nhở rằng sự hy-vọng bình-phục của hắn không phụ thuộc vào người khác. Sự bình-phục chỉ phụ thuộc vào sự liên hệ của hắn với Thượng-Đế. Chúng tôi thấy nhiều người đã bình-phục mà gia-đình họ không trở về. Chúng tôi cũng thấy những người khác trượt té khi gia-đình họ trở

về đoàn tụ quá sớm.

Cà bạn và người mà bạn muốn giúp đỡ, phải hàng ngày song hành tiến lên trên con đường tinh-thần, nếu bạn kiên nhẫn, nhiều sự việc khích lệ sẽ xảy ra. Khi nhìn trở lại, chúng ta nhận thức rằng khi chúng ta tự đặt mình vào trong tay Thượng-Đế, nhiều việc đã tốt đẹp hơn khi chúng ta hoạch định. Theo đúng mạng lệnh của Quyền-lực Cao-cả, bạn sẽ sống trong một thế giới mới tuyệt vời, dù hoàn cảnh hiện tại của bạn như thế nào !

Khi làm việc với người bệnh và gia-đình của hắn, bạn không nên tham dự vào những cuộc tranh cãi của họ. Bạn có thể làm mất đi cơ hội để giúp đỡ họ hữu hiệu, nếu bạn dự vào những cuộc cãi và đó. Bạn nên cho gia-đình người nghiện rượu biết rằng : người nghiện rượu là một kẻ bệnh nặng và phải được đối xử thích hợp. Bạn phải cảnh cáo mọi người không nên tức giận và ghen tị. Bạn phải vạch rõ rằng những khuyết điểm về đức hạnh không có thể sửa chữa trong một đêm. Hãy chỉ cho họ thấy người nghiện rượu đã tiến vào giai đoạn tăng tiến trên đường bình-phục. Bạn hãy yêu cầu họ nhớ rằng : nếu họ không kiên nhẫn, người nghiện rượu khó mà bình-phục.

Nếu bạn đã thành công trong việc giải quyết vấn đề nội bộ gia-đình, bạn hãy kể kinh-nghiệm này cho gia-đình người nghiện rượu nghe. Trong đường hướng này, bạn có thể giúp họ đi đúng đường tránh khỏi xáo trộn trầm trọng. Câu chuyện giữa bạn và vợ bạn đã hòa giải tốt đẹp những khó khăn, sẽ giúp đỡ họ rất nhiều.

Già thiết chúng ta đã có đủ điều kiện tinh-thần, chúng ta có thể làm mọi việc mà người nghiện rượu không có thể làm được. Nhiều người cho rằng chúng ta không nên đến những chỗ uống rượu; chúng ta không nên để rượu trong nhà; chúng ta phải làng xa những người uống rượu, chúng ta phải tránh những cảnh uống rượu trên màn ảnh; chúng ta không đến những quầy rượu, bạn chúng ta phải dẫu những chai rượu, khi chúng ta đến thăm viếng họ; chúng ta phải không tưởng nhớ, không nghĩ gì về rượu cả. Kinh-nghiệm của chúng tôi đã cho thấy, không cần thiết phải làm như vậy.

Chúng ta gặp những điều trên mỗi ngày. Một người nghiện rượu không thể gặp những điều ấy, hắn vẫn còn tư tưởng nghiện rượu và có một cái gì trong trạng thái tinh-thần của hắn. Hắn chỉ có cơ hội từ bỏ rượu nếu hắn được biệt lập một nơi xa xôi hẻo lánh như vùng Bắc-cực, và ngay ở đó cũng có thể một chàng Eskimo hiện đến với một chai rượu mạnh và hủy hoại mọi sự. Hãy hỏi bất kỳ bà vợ nào đã gởi chồng đến những nơi xa xôi, trên lý thuyết để chồng mình tránh khỏi vấn đề nghiện rượu.

Trong tin tưởng của chúng tôi : bất cứ chương trình chống nghiện rượu nào dùng phương pháp bảo vệ người nghiện rượu tránh xa cám dỗ, thế nào cũng thất bại. Nếu người nghiện rượu cố gắng tự ngăn chặn sự cám dỗ, hắn có thể thành công một thời gian nhưng hắn luôn luôn bị dòn nén lại để nổ tung lên dữ dội hơn cả bao giờ. Chúng tôi đã cố gắng thử những phương pháp này, nhưng luôn luôn thất bại.

Vì vậy, luật lệ của chúng tôi là không tránh nơi có uống rượu, *nếu chúng ta có một lý do chính-đáng để hiện diện ở nơi đó*. Những nơi đó bao gồm những quầy rượu, những hộp đêm, vũ trường, tiếp tân, tiệc cưới, và ngay cả những hội họp ăn uống vui chơi. Đối với một người đã có kinh-nghiệm với người nghiện rượu, điều này như giống Thiên-đường cảm dỗ, nhưng không phải như vậy.

Bạn sẽ ghi nhớ rằng : chúng ta đã tạo nên một phẩm chất tốt, quan trọng. Vì vậy, trước mỗi cơ hội bạn nên tự hỏi : “Tôi có lý do tốt đẹp về xã giao, công việc làm ăn, hoặc cá nhân để đi đến chỗ này ? Hoặc, tôi hy-vọng có được một ít tiêu khiển vui thú thay thế những điều khác, từ trong cái không khí của một nơi như thế ?” Nếu bạn trả lời những câu hỏi này một cách thỏa đáng, bạn không cần phải lo sợ. Đi đến đó hay tránh xa, chọn lựa điều nào xem như tốt nhất. Nhưng chắc chắn bạn phải ở trên một nền tảng tinh-thần vững chắc trước khi khởi sự với một động cơ tốt. Đừng nghĩ những gì bạn sẽ có sau mỗi công việc; chỉ nghĩ những gì bạn có thể mang đến cho công việc. Nhưng nếu bạn quá yếu, bạn nên làm việc với một người nghiện rượu khác thì tốt hơn !

Vì sao bạn lại phải ngồi nơi uống rượu, với khuôn mặt chảy dài ra, thở dài cho những ngày vui xa xưa. Nếu là một cơ hội vui thú, bạn hãy tăng thêm nguồn vui của kẻ khác; nếu là một cơ hội làm ăn, bạn hãy đi tham dự vui vẻ với công việc kinh-doanh của bạn. Nếu bạn gặp một người muốn đi ăn tại quầy rượu, cứ đi với hắn. Hãy nói cho bạn bè biết rằng họ không phải thay

đối thói quen của họ chỉ vì bạn. Tìm một dịp tốt đúng lúc, đúng chỗ, bạn hãy giải thích với tất cả bạn bè : vì sao rượu không thích hợp với bạn. Nếu bạn làm như thế, một vài người sẽ yêu cầu bạn uống rượu. Trước đây khi bạn uống rượu, bạn đã dần dần rút lui ra khỏi cuộc đời. Ngày giờ bạn đã trở lại đời sống vui vẻ với mọi người của thế giới này. Đừng khởi sự rút lui khỏi cuộc đời lần nữa, chỉ vì bạn bè uống rượu.

Hiện giờ công việc của bạn là nơi bạn có thể giúp kẻ khác tối đa, vì vậy đừng bao giờ ngại ngần, bạn nên đi bất cứ nơi nào nếu bạn có thể giúp đỡ kẻ khác. Bạn không nên ngần ngại đi thăm viếng nơi bẩn thỉu nhất trên quả đất này. Hãy tiếp tục cuộc đời hoạt-động giúp đỡ với những động cơ tốt thúc đẩy, và Thượng-Đế sẽ che chở cho bạn an toàn.

Nhiều người của chúng tôi đã giữ rượu ở trong nhà. Chúng tôi cần nó để thử thách sự quyết tâm của những người mới gia nhập. Một vài người trong chúng tôi đã dùng rượu để đai bạn hữu, những người không nghiện rượu; nhưng không nên đai rượu cho bất cứ ai. Chúng tôi không bao giờ tranh luận vấn đề này. Chúng tôi cảm thấy mỗi gia đình phải tự quyết định việc này tùy theo mỗi trường hợp riêng của họ.

Chúng tôi thận trọng không bao giờ bày tỏ sự không chịu đựng và thù hận với việc uống rượu, như lập trường của một cơ quan. Kinh-nghiệm cho thấy một thái độ như vậy không giúp ích gì cho ai. Mọi người nghiện rượu mới gia nhập thấy rõ tinh-thần này giữa chúng tôi và họ nhẹ nhõm khi họ nhận ra rằng chúng tôi không phải là kẻ độc-ác. Một tinh-thần không chịu

đụng có thể xô đuổi người nghiện rượu, đó là một hành động ngu xuẩn, đáng lý ra đời họ có thể được cứu chữa lành mạnh. Chúng tôi không muốn, ngay cả xúi giục ai uống rượu điều độ là tốt, vì không một người uống rượu nào trong một ngàn người uống rượu lại thích nghe bất cứ chuyện gì về rượu do một người thù ghét rượu kể lại.

Trong một ngày nào đó, chúng tôi hy vọng Hội Những Người Nghiện Rượu Ẩn Danh sẽ giúp công chúng nhận định rõ ràng hơn sự trầm trọng của vấn đề nghiện rượu, và chúng ta sẽ chỉ hữu ích chút ít thôi, nếu thái độ của chúng ta là một thái độ cay đắng hoặc thù hận. Người nghiện rượu không đứng trên lập trường đó.

*Sau cùng, vấn đề nghiện rượu của chúng ta chính do chúng ta tạo ra. Chai rượu chỉ là biểu tượng. Ngoài ra, chúng ta không chiến đấu với bất cứ ai hoặc với bất cứ điều gì. Chúng ta phải như vậy.*

## Chương 8

### VỚI NHỮNG BÀ VỢ\*

Ngoại trừ ít điều, quyển sách của chúng tôi hầu hết đề cập đến nam giới. Nhưng những điều chúng tôi trình bày cũng có thể áp dụng cho nữ giới. Những hoạt động của chúng tôi nhắm vào nữ giới nghiện rượu đang trên đà gia tăng. Có những bằng chứng rõ ràng rằng phụ nữ cũng bình phục sức khỏe tốt đẹp như nam giới nếu các bà có gắng thực hiện chương trình của chúng tôi.

Khi một người đàn ông nghiện rượu, kéo theo sự liên hệ của nhiều kẻ khác, bà vợ run rẩy sợ hãi lo lắng con say sưa sắp tới, người mẹ ông cha nhìn con tàn tạ tiêu phí cuộc đời.

Giữa chúng tôi là những người vợ, bà con và bạn hữu, những người đã vượt qua, giải quyết xong vấn đề nghiện rượu, cũng có người chưa tìm ra giải pháp thỏa đáng. Chúng tôi muốn những người vợ của Hội Những Người Nghiện Rượu Ẩn Danh hãy nói với những bà vợ của kẻ hiện đang nghiện rượu. Điều họ nói sẽ được

\* Chương này được viết trong năm 1939, khi áy rát ít phái nữ trong hội viên Hội Những Người Nghiện Rượu Ẩn Danh; vì vậy khi đề cập đến người nghiện rượu, họ là người chồng trong gia đình. Nhưng nhiều đề nghị trong chương sách này cũng thích hợp để giúp nam giới phải chung sống với người đàn bà nghiện rượu, dù nàng vẫn còn đang uống rượu hay đã bình phục và đang hoạt động trong Hội A.A.